

Mein

Sendling

Die Kleine Nachbarschaftszeitung



49. Ausgabe - MAI 2011

VORSTELLUNG

CentroGyn am Harras
Praxis für Gynäkologie
Dr. S.Massimo Lombardo

VORSTELLUNG

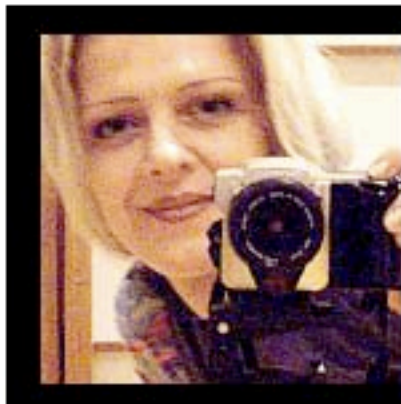
Beate Dietz, Pflegeberaterin

ANJA DEHARDE

Das Element Wasser und
vielesmehr



Während unseres 4 Jahres-Jubiläumfestes im März habe ich, dank Christina Lechner (DIE EINRICHTEREI), Dana Dan kennen gelernt, ihres Zeichens Mode-Designerin und Grafikerin und eine sehr interessante Frau. Wir verstanden uns auf Anhieb und ich freue mich, sie ab dem schönen Monat Mai in unserer Equipe begrüßen zu können. Dana hat die Abteilung Grafik übernommen und wir alle heißen sie herzlich willkommen!! Mehr über sie gibt es in der Juniausgabe.



Ich freue mich sehr auf meine neue Aufgabe und auf die kommende Zeit, in der ich Euch Aktuelles, Kultur, Kunst & Geschichten, aus Sendling, grafisch präsentieren werde.
LG. Dana



Zwei sehr interessante Menschen aus Sendling stellen sich vor: Der Gynäkologe Dr. S. Massimo Lombardo mit seiner Praxis CentroGyn am Harras und in der Altstadt, bei dem ich übrigens zufriedene Patientin bin, und der zwei Tage der Offenen Tür anbietet, hier in Sendling in der Hansastrasse 132 am Sonntag, den 22. Mai und in der Praxis in der Hackenstraße 2 am Samstag, den 21. Mai. Regina hat Dr. Lombardo interviewt ab Seite 8.

Dann Beate Dietz, Pflegeberaterin, die mich während unseres ersten persönlichen Gesprächs mit ihrem Fachwissen aus ihrem Metier sehr beeindruckt hat. Beate wird am 10.06.11 einen Informationsabend zum Thema: „Pflegeberatung“..... und was heißt das?? Entlastung für pflegende Angehörige durch gezielte Information und Beratung und über die verschiedenen Unterstützungsmöglichkeiten halten. Beates Artikel beginnt auf der Seite 5.

Datum: 10.06.2011

Zeit: 18.00 – 19.30 mit anschließender Diskussion

Ort: Raum für Begegnung in SENDLING, Daiserstr. 15

Der Informationsabend ist kostenfrei.

Und jetzt wünschen wir euch viel Freude am neuen Design und natürlich beim Lesen.

Eure

Dana, Regina und Gabriela

DER LÖWE DER WIESEN

Eine Löwenzahn-Hymne

von Verena Wania

Oh Löwenzahn, der du nicht geliebt.
Ja, ungeliebt in Feld und Wies,
dein schönstes Angesicht uns allen zeigst.

Oh sei nicht böß mit uns!
Denn vieler Leut vergaßen deinen Namen.

Vielleicht erinnert sich der eine, andere seiner Jugend,
In der du Sonne für ihn warst,
dein Kopf ein Stern und dein Stängel Schmuck.

Denn wenn man Stängel teilt und dann ins Wasser hält,
so kringelt's ihn – zu schönsten Kreiseln und Spiralen.

Und auf eine Kette aufgefädelt,
die gelben Köpfchen und die Kreisel,
geschmückt der Hals und auch der Kopf.

So wird dein Haupt recht königlich.
Und all die Welt muss ansprechen dich:

'Oh königlicher Löwe, Du!
Du König über Feld und Wies!'

Und hast du ein Mädchen gar so gern,
so schenke ihm einen Ring aus diesem Stängel.
So kleidet sich dein Finger und der deiner Freundin,
geschnürt mit Liebe, mit Glück und auch mit Freud,
als sonniges Zeichen der Verbundenheit.

Wird niemals jemals einer wieder lachen, wenn er auch weiß,
dass du, oh Sonnenblum, ihm einst hast gezaubert auf's Gesicht,
so manches Lächeln ewiglich.

inhalt

- 3 Der Löwe der Wiesen, von Verena Wania
- 5 VORSTELLUNG Beate Dietz, PFLEGEBERATERIN
- 6 ERLEBNISBERICHT Annsimon Pfeiffer, Coach
- 8 INTERVIEW mit Dr. S. Massimo Lombardo
- 12 Künstlerinterview mit Liisa Büren
- 17 Die Straße der toten Katzen, Peter Asmodai
- 18 Das Glück der Pellkartoffel, von unbekannt
- 21 Junior Art, Simon 7 Jahre
- 34 Sendlinger Erzählcafe 24
- 37 Ein Täter und ein Opfer, der klassische Mobbingfall
- 38 Das Element WASSER, Anja Deharde

IMPRESSION



Nico, 5 Jahre

Redakteure dieser Ausgabe:

Regina Neumann, Verena Wania, Nico (5 Jahre), Beate Dietz, Dr. S. Massimo Lombardo, Kriemhilde Klippstätter, Anna Lefèvre, Elisabeth Kripp, Anja Deharde, Franz Albert Springer, Simon (7 Jahre), Peter Asmodai und Franziska Höbler



*Wenn Ihr Wunsch ist in Würde alt zu werden,
und dies in einer Ihnen vertrauten Umgebung,
dann sind Sie bei mir richtig*

Beate Dietz

Gesundheits- und Krankenpflegerin

Seit meinem Staatsexamen zur Gesundheits- und Krankenpflegerin, war ich in vielen Bereichen des Pflegeberufes tätig. Um mein Spektrum an Wissen zu ergänzen, habe ich mich zur Weiterbildung als "Pflegeberaterin/Case Management" an der Pflegeakademie des DBfK entschlossen.

Während dieser Weiterbildung entstand die Idee einer unabhängigen Pflegeberatung. Um Sie bei allen Fragen und Schwierigkeiten, die im Zusammenhang mit Pflegebedürftigkeit – Unterstützung – Entlastung von pflegenden Angehörigen auftreten können, zu beraten und zu begleiten. Ich lotse Sie anhand von verschiedenen Beratungsabläufen durch die vielfältigen (und oft verwirrenden) Muster der Pflege – und Unterstützungsmöglichkeiten, sowie durch das große Angebot der dazugehörigen ambulanten und stationären Dienstleister. Ebenso unterstütze ich Sie mit der Vorbereitung und Beratung bei einer anstehenden Begutachtung durch den MDK.

Des Weiteren plane ich verschiedene Vorträge über das Thema Pflege- und Unterstützung bzw. Entlastungsmöglichkeiten für pflegende Angehörige zu organisieren und würde mich sehr freuen, Sie auf einer dieser Informationsveranstaltungen begrüßen zu dürfen.

Während meines Beratungsgesprächs ist es mir wichtig, mit Ihnen gemeinsam, eine passende Lösung für Sie zu finden.

Planen Sie Ihren Lebensabend jetzt, bei Sonnenschein an einem angenehmen Ort, ich bin Ihnen gerne dabei behilflich.

Es grüßt Sie herzlichst
Ihre Pflegeberaterin
Beate Dietz

Schondorferstr. 34 • 81379 München
Tel.: 089 - 68 09 25 26 • Mobil: 0162 - 76 311 86
e-mail: be-dietz@t-online.de / www.pflegeberatungweb.de

Um Ihnen den Begriff der Pflegeberatung etwas näher zu bringen, würde ich Sie sehr gern zu einem **Live – Chat** von mir einladen.

Thema: "Pflegeberatung" und was heißt das??

Entlastung für pflegende Angehörige durch gezielte Information und Beratung über die verschiedenen Unterstützungsmöglichkeiten

Datum: 11.05.2011

Zeit: 18.00 – 19.30 mit anschließender Diskussion

Ort: Live – Chat des Seniorenbüros

(Live- Chat ist das Internetforum des Seniorenbüros.

Man muss sich auf der Seite

www.seniorenbuero.de

einloggen und sich ein Passwort für den Chat suchen, danach kann jeder mitschreiben, der sich eingeloggt hat)

VORANKÜNDIGUNG

ERLEBNISBERICHT

von Franziska Hössler



Matrix

Quantenbewußtsein

Mir ist es eine große Freude Annsimon Pfeiffer für unseren "Raum für Begegnung in SENDLING" in der Daiserstr. 15, ankündigen zu dürfen.

Annsimon wird bei uns die Münchner Seminare zum Matrix Quantenbewußtsein halten, alle Level von I -IV.

Ihre Spezialität ist es, in sehr kleinem Kreis von 8-10 Teilnehmern für Seminar Level I und 15-20 Teilnehmer für Level II - IV, jeden persönlich an das Thema mit dem "EIGENEN" heranzuführen. Unvergleichbar und wunderbar.

Ich habe im Februar einen Vortrag von ihr hören dürfen, der mich ungemein berührt und sehr angesprochen hat, obwohl ich schon beim einem anderen Institut Level I + II erlebt habe. Annsimon arbeitet intensiv, persönlich, verbindend, anders, tiefer und leitet durch die eigenen Persönlichkeitsebenen. Anders kann ich es nicht in Worte fassen.

Am 16.3. bin ich ins Allgäu gefahren, um sie bei einem persönlichen Coaching zu erleben.

Ich habe ja wirklich schon einige Erfahrungen in



den vergangenen Jahren mit Trainern, Therapeuten, Coaches gemacht. Jeder hat seinen Stil und bei jedem gab es für mich eine Möglichkeit, mich besser kennen zu lernen.

Bei Annsimon hat es mir fast die Schuhe ausgezogen. Durch ihre Fähigkeiten kam eine Tiefe ins Gespräch und die Anwendung der Quantenfeldtransformation, die für mich so intensiv und kraftvoll war, dass ich in einer Weiterbildung / Seminar unbedingt mehr erfahren wollte.

Ich fragte sie, ob sie auch in München ihre Ausbildungen anbieten würde?

Dies ist das Ergebnis. Ich freue mich sehr.

Hier die Termine 2011 vorab:

13. Mai Vortrag 20 Uhr - kostenfrei

01. - 03. Juli Seminar - jeweils von 10⁰⁰ bis 17⁰⁰ Uhr - Level 1 und 1a.
Verpflegung Quellwasser/Kaffee/Tee 3 Euro pro Tag.

2 Tage Mitte September Level II - jeweils von 10⁰⁰ bis 17⁰⁰ Uhr

2 Tage Ende Oktober Level III - jeweils von 10⁰⁰ bis 17⁰⁰ Uhr

2 Tage Mitte Dezember Level IV - jeweils von 10⁰⁰ bis 17⁰⁰ Uhr



*Alle Dinge haben Zeiten des Vorangehens und Zeiten des Folgens,
Zeiten des Flammens und Zeiten des Erkaltsens, Zeiten der Kraft
und Zeiten der Schwäche, Zeiten des Gewinnens und Zeiten des
Verlierens. Deshalb meidet der Weise Übertreibungen, Maßlosigkeit
und Überheblichkeit.*

Lao-tse

Regina Neumann im Interview mit

Dr. S. Massimo Lombardo

**Facharzt für
Gynäkologie und
Geburtshilfe,
Medizinjournalist**



Text: Regina Neumann
Fotos: Dr. Massimo Lombardo

Grüß Gott Herr Dr. Lombardo, wir haben erfahren, dass Sie eine moderne Arztpraxis betreiben mit einer angenehmen Atmosphäre, so dass die Patientinnen sich bei Ihnen sehr wohl fühlen. Wie schaffen Sie das?

Eine Zielsetzung der Praxis CentroGyn ist, sich wirklich um den Menschen, der zu uns kommt, zu bemühen. Von der Anmeldung über die Untersuchung bis zur Behandlung: der Patient soll sich wohl fühlen und als ganzes behandelt werden. Nur einen einzelnen Bereich untersuchen reicht eben nicht. Deswegen ist es so wichtig, den Leuten zu zuhören, und genau das macht mir persönlich sehr viel Spaß, denn dann beginnt die Detektivarbeit, die Diagnostik. Letztlich verlässt niemand die Praxis ohne zu wissen, wie es weiter geht. Ich arbeite eng mit andere Kollegen zusammen, sowie Hausärzte, Radiologen und Urologen, und so konnte ich ein sehr gutes Netzwerk aufbauen mit verschiedenen hervorragenden Ärzten hier in Sendling die alle das Ziel verfolgen dem Patienten zu helfen.



Und Patienten werden auch zu Ihnen geschickt?

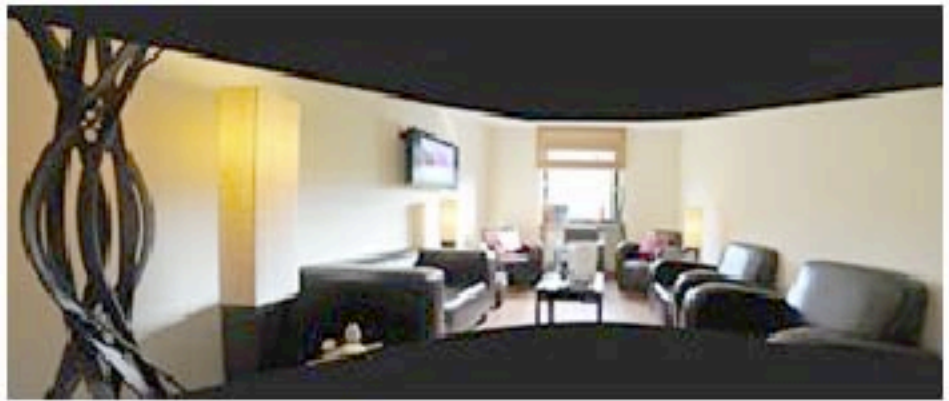
Ja, aus verschiedenen Gründen. Wir sind mit den neuesten Geräten ausgestattet und mein Team und ich selbst sind bemüht immer durch aktuelle Fortbildungen die neuesten Erkenntnisse parat zu haben. Ich habe beispielsweise viele Zusatzausbildungen gemacht und kann dadurch 3D- und auch 4D- Ultraschalluntersuchungen anbieten, auch speziell bei Schwangeren. Das sind dann realistische Einblicke in das kindliche Gesicht und die Vorfreude der werdenden Eltern auf das

Kind wird noch mal gesteigert. Aber auch 3D Aufnahmen von Eierstöcken oder Brustdrüsengewebe können dank modernster Technik zur genaueren Diagnose-Findung dienen.

Und man schickt Ihnen auch Patienten für eine Zweite Meinung, habe ich im Internet gelesen?

Es gibt auch ganz viele, die wegen Brustkrebs kommen und gerne eine Zweite Meinung hätten. Das kommt

daher, dass ich viele Jahre mit dem Tumorzentrum München zusammen gearbeitet habe und Mitautor des Manuals für Brustkrebs war. Dieses Manual hat große Bedeutung im deutschsprachigen Raum. Im Bereich Brustkrebstherapie habe ich auch promoviert. Viele Kollegen schicken Patienten und Verwandte und fragen mich: was meinst denn Du dazu?



Aber Ihre Praxis ist nicht nur darauf spezialisiert?

Nein, wir helfen in allen Bereichen der Gynäkologie und Geburtshilfe, aber es ergeben sich Schwerpunkte. Neben dem Schwangerschaften und der Krebstherapie ist das unter anderem auch noch die Verhütung. Da gibt es mittlerweile so viele verschiedene Möglichkeiten. Zu diesem Thema habe ich schon für verschiedene Zeitungen geschrieben und bin fürs Fernsehen interviewt worden. Auch in meiner Kolumne in einer der größten Münchner Tageszeitungen ist das eins der häufigsten Themen. Aber ich will mich nicht nur auf ein Thema spezialisieren, denn ich will zu jedem sagen: Ja, komm, wir helfen!

Woran merken Sie, dass die Patienten Vertrauen zu Ihnen haben?

Wir haben eine große Patiententreue! Das ist für mich das stärkste Kriterium von Zufriedenheit. Viele Patientinnen schicken Freundinnen und Verwandte. Das zeigt mir, dass die Frauen mit unserer Philosophie und Arbeit zufrieden sind und uns vertrauen. Außerdem kommen manche, auch wenn sie kein medizinisches Anliegen haben, sondern einfach nur mal fragen oder sich ein Problem von der Seele reden wollen. Wir haben beispielsweise die Mädchensprechstunde für Mädchen zwischen 11 Jahren und 18 Jahren. Mich freut es, dass die Mädchen sich wirklich trauen, alles zu fragen, und das macht mich stolz. Denn die Leute sollen kommen und wissen: der Arzt und das ganze Team haben Lust, sich mit mir zu beschäftigen, sie wollen mir helfen und sie lassen mich nicht im Regen stehen. Mein Team ist da wirklich richtig gut darin. Um diesen Service möglichst



immer anbieten zu können haben wir auch so ein ausgefeiltes Internet und Telefon System. Termine und Fragen lassen sich sowohl am Telefon als auch im Internet unabhängig von den Öffnungszeiten stellen bzw. ausmachen. Am Telefon können wir oft schon helfen, auch wenn ich persönlich gerade nicht da bin und im Notfall kann jede Patientin sich mit meinem Handy verbinden lassen. Der Service für den Menschen ist mir sehr wichtig. Aus diesem Grund haben wir auch die Hebammensprechstunde ins Leben gerufen. Die Frauen in der schönsten Zeit des Lebens nicht nur ärztlich sondern auch durch eine Hebamme betreuen zu können, erhöht die Sicherheit und das Wohlfühlgefühl. Im Rahmen dieses Services bieten wir auch Kurse für Schwangere an. Damit man nicht wieder auf die Suche nach dem passenden Schwangerschaftsvorbereitungskurs gehen muss. Eben Service aus einer Hand.

Sie gelten als besonders einfühlsam, woher kommt das?

Es macht mir unheimlich viel Spaß mit Menschen zu arbeiten. Ich wollte schon immer Arzt werden. Erst dachte ich daran, Psychiater zu werden, doch dann wurde mir klar, das mir dabei was fehlen würde. In meiner fast 10jährigen Krankenhauszeit habe ich unter anderem die Notaufnahme geleitet und da hatte ich ein Schlüsselerlebnis: ich erkannte, dass mit einem ruhigen Wort und mit aufmerksamen Zuhören oftmals sehr viel mehr bei den Patienten zu bewirken ist als mit einem Medikament! Schon am Anfang des Studiums dachte ich, ich mache mein Hobby zum Beruf, denn mein Hobby war schon immer der Mensch.

Das war schon immer so?

Ja, ich glaube, das ist der eigentliche Ursprung, denn ich war schon immer interessiert am Menschen. Am Gymnasium war ich der jüngste Schülersprecher weil ich von allen Altersgruppen und Geschlechtern gleichermaßen akzeptiert wurde. Das nur weil ich mich gerne mit jedem befasst habe. Ich war schon als Kind so: egal ob Erwachsene oder Kinder, ob Jugendliche oder Kindergartenkinder, ob Mädchen oder Junge, ich habe schon immer gerne mit allen Menschen gesprochen. Man hat mir geraten, weiter in der klinischen Karriere zu bleiben, da ich ein guter Operateur bin, aber dann wurde mir klar, dass ich in einer Praxis besser mit den Menschen reden und umgehen kann als in der Klinik.

Das sind ja Eigenschaften, die man eher von einer Frau erwartet?

Wirklich? Finden Sie? Ich habe mit meiner Frau mal zum Spaß einen dieser Tests in den Frauenmagazinen gemacht. Das Ergebnis zeigte bei mir tatsächlich typischerweise eher weibliche Qualitäten. Ich bin meiner Mutter sehr ähnlich, daher kommt das sicherlich. Und ich bin froh, dass meine Interessen und Eigenschaften so gut zu meinem Job passen. Ich empfinde es als großes Glück, dass ich die Dinge tun kann, die ich möchte.

Sie sind praktizierender Facharzt, sind Mitglied in Tumorprojektgruppen, schreiben Fachbeiträge für Zeitungen und Fachbücher, haben nun sogar eine zweite Praxis in der Innenstadt eröffnet - wird Ihnen das nicht zuviel?



Nein, es ist erst dann zuviel, wenn meine Frau und mein Sohn darunter leiden sollten. Erst wenn ich auf etwas verzichten muss, dann ist es zuviel. Ich bin jetzt fast 40 Jahre alt, und ich bin der Meinung jetzt meine Träume verwirklichen zu müssen – also mit 50 mache ich das nicht mehr, wahrscheinlich! Außerdem macht die Arbeit Spaß und diese wird uns mit einer großen Patientenzufriedenheit gedankt. Deswegen kann ich noch andere Dinge machen, wie zum Beispiel das Schreiben. Meine Kolumne in der TZ genau so wie das Buch das gerade noch im Rohkonstrukt auf meinem Tisch liegt und auf Fertigstellung wartet.

Sie bieten einen Tag der Offenen Tür an?

Hier in Sendling in der Hansastraße 132 am Sonntag, den 22. Mai. In der Praxis in der Hackenstraße 2 am Samstag, den 21. Mai. Wir möchten allen die Möglichkeit geben, einfach vorbei zu kommen und unsere Praxis kennen zu lernen. Frei nach dem Motto "Wofür im Alltag keine Zeit ist" kann jeder Fragen stellen, über Verhütung, Schwangerschaft oder Krebs. Wir bieten kostenloses 4D-Ultraschall für Schwangere an oder auch Brustultraschall. Unsere Hebammen stehen ebenfalls zur Verfügung und erklären zum Beispiel Tuchvorführung, wie Ihr Kind liegt, wie die Herztöne zu hören sind und vieles mehr. Auch unsere Yoga-Lehrerin zeigt Probestunden für Schwangere, Klangmeditation und Pilates.

Dr. med. S. Massimo Lombardo
Facharzt für Gynäkologie und Geburtshilfe,
Medizinjournalist
www.centrogyn.de

Praxis an der Hofstatt (Altstadt)
Hackenstraße 2
80331 München

Praxis am Harras
Hansastraße 132
81373 München

telefon
+49 (0) 89 7 60 02 75

fax
+49 (0) 89 74 37 11 77

e-mail
praxis@centrogyn.de

TAG DER OFFENEN TÜR

am Samstag 21.05.2011 in der Hackenstr. 2

am Sonntag 22.05.2011 in der Hansastr. 132



Herzlichen Dank für das Interview und weiterhin viel Erfolg!

Ich danke Ihnen.

KUNSTLERINTERVIEW

MIT **LIISA BÜREN**

VON REGINA NEUMANN



Die Kunsttherapeutin und Dozentin Liisa Büren hat sich unter dem Namen "Bürelli – Raum für Lebenskunst & Selbstgestaltung" im April in MEIN SENDLING vorgestellt und sowohl ihren Werdegang als auch ihre Arbeitsmethoden beschrieben. In ihren Kursen hilft sie den TeilnehmerInnen, eigene Kreativität und verborgene Wünsche zu entdecken und dadurch Selbstbewusstsein und mehr Freude im Leben zu gewinnen. Die Kursinhalte sind auch auf ihrer Homepage anschaulich erläutert. In diesem Interview nun wollen wir den Schwerpunkt auf die Künstlerin selbst legen und sie bitten, uns von ihren Bildern zu erzählen.

Hallo Liisa, in Deinen Kursen geht es darum, Bilder und Themen, die unterbewusst in einem schlummern, ans Tageslicht zu bringen. Ist das bei Deinen eigenen Zeichnungen auch so?

Liisa: Ja, und für mich ist besonders wichtig, spielerisch den eigenen Ausdruck zu erleben und so das innere Kind zu wecken, welches ja in jedem von uns schlummert. Ich integriere Wort und Bild, experimentiere mit verschiedenen Techniken und bin dabei Erfinderin neuer Sinnzusammenhänge und Sichtweisen. Ich habe erfahren, dass die eigene Kunst, also das, was man für sich selbst erarbeitet hat, das kann man auch am Besten weitergeben. Deswegen ist die Herangehensweise meiner Kunst auch nicht zielgerichtet, sondern der Einstieg in ein Kunstwerk ist immer ein spontaner Ausdruck aus dem Moment heraus. Was dabei herauskommt, wird nicht bewertet, sondern eher staunend entdeckt.

Warum hast Du als Künstlerin diese Art des Malens für Dich selbst erarbeitet?

Liisa: Ich bin auf der Suche: nach Möglichkeiten, nach Lösungen, nach dem Grund von Emotionen. Mir hilft es, ein Bild zu malen, das kann ich anschauen und mit einer Distanz mich sehen und mich selbst empfinden und wahr-

nehmen. Ich erarbeite mir einen Raum. Außerdem wirkt der Prozess des Malens für mich entspannend. Und das Kreative am Malen ist dann Lebenslust und Freude. Früher habe ich auf großen Leinwänden gemalt. Zurzeit arbeite ich bevorzugt mit Aquarell und Schreibmaschine. Demnächst will ich für mich selbst mit Öl experimentieren, mit pastosen und lebendigen Farben.



Wie sind Deine Bilder entstanden?

Liisa: Ich habe intuitiv drauf los gezeichnet, Linien. Es sind zwei Personen geworden, ein Mann mit Krone und eine Frau, die sich küssen. Danach bin ich mit Aquarell drüber gegangen. Da ist das Ganze als Einheit verschmolzen zu einer Frau. Und dann saß ich davor: wow, das ist ja eine Frau mit zwei Persönlichkeiten. Jeder kann da was anderes sehen, je nach den eigenen Erfahrungen. Ich sehe: sie küssen sich. Und so habe ich das Bild genannt: Der Kuss. Das Bild ist auch durchlässig, die Linien sind suchend, ich habe keinen schablonenhaften Körper gezeichnet: ich bin auf der Suche. Erst als ich gesehen habe, aha, das wird ein Mensch, da habe ich dann Hände und Arme gesetzt. Der künstlerische Augenblick ist ein Geschenk, so sehe ich das.

Liisa: Diese Bild nenne ich "Hasenfuss mit Messer", denn er hat Angst vor der eigenen Stärke. Aber er hat auch einen gewissen Witz und Leichtigkeit. Wenn ich mich mit Papier und Stift hinsetzte, dann hoffe ich, dass etwas dabei rauskommt. Ich versuche, einfach loszulassen und einen Moment der Stille zu finden. Die Themen sind in mir, ich muss sie nur rauslassen. An den Bildern kann etwas dran sein oder auch nicht, wie Traumdeutungen.



Liisa: Hier sieht man, mir ging es nicht besonders gut: keine Beine, keine Umgebung, nur die Tastatur und der Bildschirm. Das Bild ist entstanden, als ich in der PC-Firma meines Bruders gearbeitet habe, das war in der Zeit, als ich wieder zurück nach Deutschland kam. Ich sah mein Bild und mir wurde einiges klar. Als Kind schon wollte ich immer etwas Kreatives machen, vielleicht berühmt werden. Aber dann kam der soziale Aspekt in den Vordergrund. Und meine Erfahrungen im Ausland haben mich natürlich geprägt. Wenn ich das Bild betrachte, sehe ich die Themen, die mir in dem Augenblick gefehlt haben und die mir Mut machen Schritt für Schritt meinen eigenen Weg zu gehen.



"Vogel und Katze"



Liisa: Der Vogel und die Katze kämpfen, es ist ein innerer Kampf. Da musste ich meine Erfahrungen verarbeiten, sie hervorholen und entdecken. Ich denke, nicht jeder Mensch braucht diese Art, mit seinem Unbewussten umzugehen, nicht jeder will das. Aber wenn man bereit ist, sein kreatives Potential zu entdecken, dann finde ich diesen Prozess des Entdeckens und Entstehens besonders bei Erwachsenen sehr spannend: das Facettenreiche in der Persönlichkeit und die eigenen Möglichkeiten, sich zu entwickeln.

Ist es wichtig, die Bilder zu zeigen?

Liisa: Ja, das ist schon ein großes Bedürfnis. Zunächst einmal arbeite ich für mich. Aber dann wollen die Bilder gezeigt werden, es sind ja auch gesellschaftliche Themen. Und sie gefallen mir, es macht mir Spaß, sie anderen zu zeigen.

Es wird Zeit für eine Ausstellung?

Liisa: Stimmt! Eigentlich dachte ich, für eine Ausstellung sollte ich noch viel mehr haben. Aber ich sehe, es sind doch einige Bilder da und auch das Skizzenbuch, das tagebuchähnlich Bilder und Gedichte aus meiner Zeit in Vukovar enthält. Es ist auch schön, bei Ausstellungen eine gewisse Wertschätzung zu erfahren.

Herzlichen Dank für das Interview und viel Erfolg für Deine Kurse und Ausstellungen!



Termine und nähere Infos gibt es

www.buerelli.de

Büerelli

Raum für Lebenskunst & Selbstgestaltung

Tel: 089 95475633

Mobil: 0151 51514560

Mail: info@buerelli.de

Dienstagkurs in München

31. Mai, 7. und 28. Juni, 5. Juli,
von 10:00 – 12:30

“mia – Raum für Begegnung”

Steinkirchnerstr. 27

81475 München

Teilnahmegebühr: 150,- Euro

Wochenendkurs in Starnberg

6. Mai von 17:00 – 20:00 Uhr

7. Mai von 10:00 – 17:00 Uhr

Wittelsbacherstr. 2b

82319 Starnberg

Teilnahmegebühr: 150,- Euro

RAUM

FÜR BEGEGNUNG IN SENDLING

Gemütliche, helle, hohe (3,5) Räume 14 und 20qm,
neuer Holzboden, U3/U6 Implerstrasse, für Einzel- und Gruppenarbeit,
zu fairen Preisen!

Telefon 089 74747334 oder 089 21890940

Demnächst im Raum für Begegnung in SENDLING

Mitten im Leben!



Mitten im Leben ist kein Vortrag, sondern eine Erzählung – eine Erzählung der eigenen, durchlebten Krebs-Geschichte.

Gespickt mit viel Humor und Tipps, wie man auch aus solch einer Situation die positiven Seiten ziehen kann und vielleicht sogar **muss!**

Zusammengefasst: Es geht auch anders!



Gabriele Hauser, Heidenreichstr. 12, 81735 München



Ein Lotos erblüht im Herzen

Eine Blume braucht nicht zu tun, um dienlich zu sein – lediglich

Blume muß sie sein. Dies allein ist ausreichend.

Ein einziger Mensch genügt – wenn er oder sie ein wahrer Mensch ist–, um der ganzen Welt Freude zu bringen.

Die Katze war schon lange tot. Zahllose Autoreifen hatten sie plattgewalzt, so dass sie jetzt fast papierdünn auf der Straße klebte.

Anna verzog das Gesicht und fragte: "Was passiert eigentlich mit den toten Katzen?"

"Gar nichts", sagte Boris. "Oder dasselbe wie mit dem Regenwasser. Das verschwindet irgendwann von selber und die Katzen auch. Wofür sonst gibt es die Sonne, den Wind und die Bakterien, die alles zersetzen?"

"Wofür sonst gibt es die Sonne?" wiederholte Anna. "Da würden mir schon noch zwei, drei andere Antworten einfallen."

"Außerdem stimmt das alles nicht", mischte sich jetzt ein Mann ein. "Von wegen Sonne und Bakterien! Für die toten Katzen sind wir zuständig."

"Wer sind Sie?" fragte Anna.

"Das tut nichts zur Sache. Wir erweisen jedenfalls den überfahrenen Tieren die letzte Ehre", sagte er und bürstete mit der Hand ein Staubkorn von seinem dunklen Anzug, zu dem er eine weiße Krawatte trug. "Lassen Sie mich bitte vorbei!"

Er griff in die mitgebrachte Leinentasche, zog einen flachen Schaber hervor und winkte damit zwei anderen Herren, die auf sein Zeichen hin auf die Straße traten, beide etwa zehn Meter von der Katze entfernt, um, jeder auf seiner Seite, die herankommenden Autos aufzuhalten. Zu diesem Zweck hatten sie Holztafeln mitgebracht die aussahen wie Tischtennisschläger, nur etwa drei-

Die Straße der toten Katzen

Peter Asmodai



mal so groß, und die auf einer Seite rot, auf der anderen grün lackiert waren.

Beide hielten den Autofahrern die rote Seite entgegen, und der erste Herr ging jetzt neben der toten Katze in die Hocke, kratzte sie sorgsam von der Straße, steckte sie in eine Plastiktüte und versenkte diese in seiner Leinentasche.

"Und was machen Sie nun damit?" fragte Boris, der interessiert zugesehen hatte.

"Wenn wir alle Tiere dieser Straße eingesammelt haben, richten wir eine würdige kleine Feier aus, und danach werden ihnen Wertstoffe entnommen."

"Wertstoffe?" fragte Anna.

"Aus denen man zum Beispiel Tortenguss herstellt oder eine Würztunke für Dosensuppen."

"Hören Sie auf!" rief Anna. "Das ist ja widerlich, und außerdem kann das gar nicht sein. Ich habe bei den Inhaltsstoffen von Obsttorten und Dosensuppen noch nie "tote Katzen" gelesen."

"Das steht da auch nicht, sondern "Geliermittel" und "Geschmacksverstärker", sagte der Mann. "Und jetzt entschuldigen Sie mich. Auf uns wartet noch viel Arbeit."

Das Glück der Pellkartoffel

von unbekannt

„Herzlichen Glückwunsch, Sie haben gewonnen. Für Sie ist eine Eintrittskarte hinterlegt“, so stand es in der freundlichen E-mail, die mir die Sekretärin von Sabine Asgodom geschickt hatte. Und so ergab es sich eher überraschend für mich, dass ich am 6. Oktober bei der Buchvorstellung von Sabine Asgodom dabei sein konnte.

„Das Glück der Pellkartoffel“ ist das neueste Buch der Asgodom und wird wahrscheinlich wie alle ihre Bücher zuvor ein Bestseller werden. Ich war ziemlich neugierig, denn die bisherigen Buchtitel von ihr hörten sich doch anders an: Genug gemüht, Raus aus der Komfortzone – rein in den Erfolg, Live your life, 12 Schlüssel zur Gelassenheit, Greif nach den Sternen, Setz dich durch... und mach dir Freunde oder Eigenlob stimmt. Letzteres hatte ich vor einigen Jahren gelesen. Und falls jemand von Euch gerade große Selbstzweifel hat, mit seinem Schicksal hadert und den Glauben an seine Fähigkeiten und sein Können stark in Frage stellt, dann ist es ein herrliches Buch. Besonders für Frauen mit dem „Wie-mach-ich-mich-am-schnellsten-in-null-Km-ma-nix-so-klein-dass-ich-durch-ein-Nadelöhr-passe-Syndrom“ kann es eine Befreiung sein.

Außer, dass Frau Asgodom Bücher wie am Fließband schreibt, wird sie gerne für Vorträge gebucht, sie gibt Seminare und jeder kann ein Coaching bei ihr buchen. Oder sagen wir mal fast jeder, denn ihr Stundensatz bewegt sich um die tausend Euro. Das alles zusammen hat wohl dazu beigetragen, dass sie für ihre Fans „die Sabine“ und für ihre Kritiker „die Asgodom“ ist, so wie man von „der Monroe“ oder „der Loren“ spricht.

Die Asgodom wollte nun an jenem Dienstagabend im Oktober also das Geheimnis der glücklichen Pellkartoffel enthüllen. Passend zum Buchtitel fand die Veranstaltung an

einem herrlichen Ort statt – im Kartoffel-Museum. Das Kartoffel-Museum findet ihr in der Grafinger Strasse, nahe beim Ostbahnhof und ist in jedem Fall einen Besuch wert. Da der Eintritt frei ist, kann sich das tatsächlich jeder einmal leisten. Ich war früh dran und hatte ausgiebig Zeit mir die Leute anzuschauen, die nach und nach eintrudelten. Dass es fast nur Frauen waren, hat mich nicht überrascht. Dem Augenschein nach, hätte es auch ein Treffen der Weight-Watchers sein können. Aber eigentlich ist es auch keine Überraschung. Denn die Asgodom selbst ist eine gewichtige Persönlichkeit. Mit geschätzten 130 bis 140 Kilo Körpergewicht ist sie nicht zu übersehen. Diese Frau braucht Raum. Sie hat gezeigt, wie man als dicke Frau, ohne Titel und Uni-Abschluss Karriere macht. Angeblich ist sie mit 22 Büchern die meistgelesene Management-Trainerin Deutschlands. Und sehr oft macht sie ihre eigene Lebenserfahrung zum Thema. So gibt sie allen Frauen, die in der „Wenn-ich-15-Kilo-dünner-wäre-wäre-ich-endlich-erfolgreich-glücklich-begehrtschön-und-reich-Falle“ sitzen, ein bisschen Hoffnung. So versprühte die Asgodom auch an diesem Abend wieder ihren „Ich-bin-zwar-fett-habe-es-aber-trotzdem-geschafft-Charme“. Womit sie im wahrsten Sinne des Wortes dick im Geschäft ist.

Dann ging es los mit der Buchvorstellung. Der Verlagsleiter vom Kösel-Verlag begrüßte die Autoren. Ja – dieses mal hatte die Asgodom das Buch nicht alleine geschrieben, sondern zusammen mit ihrem Mann Siegfried Brokert.

Obwohl es sich bei dem Glück der Pellkartoffel nicht um ein Kochbuch oder einen Ernährungsratgeber handelt, drehte sich der ganze Abend vorwiegend ums Essen. Die Asgodom erzählte, dass sie gerne Freunde einlädt, aber es nicht leiden mag, wenn man dann als Gastgeberin in der Küche verschwindet und die Gäste sich selbst überlässt. Deshalb gibt es Pellkartoffeln, was von ihren Gästen gerne so kommentiert wird: „Ach – Pellkartoffeln. Die habe ich ja schon lange nicht mehr gegessen“.

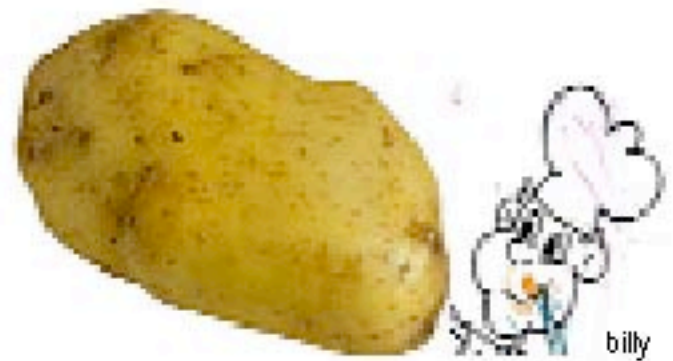
Die Fragen des Herrn Verlagsleiters an die Autoren waren manchmal sehr ermüdend, da so verschachtelt, dass man am Ende nicht mehr wusste, was er am Anfang wissen woll-

te. Ich habe mir noch gemerkt, dass es zwei Jahre gedauert hat, bis das Buch fertig war und dass es trotzdem hochaktuell ist. Weil man genau das heute in der Zeitung lesen kann, was das Autorengespann Asgodom-Brockert damals geschrieben hat. Es gab auch viel zu lachen. Besonders die Stelle an der Herr Brockert erzählte, dass er wie seine Frau aus einem kleinen Dorf in Niedersachsen stammt, worauf der Herr Verlagsleiter "Macht nichts, macht nichts" sagte, fanden die Zuhörer sehr lustig. Oder das Bekenntnis der Asgodom, dass sie kein Problem mit dem Wort Spießler hat. Aber die Asgodom wäre nicht die Asgodom, wenn es nicht besondere Spießler gäbe. Sie bekannte sich dazu, zur Spießler-Avanguard zu gehören. Na toll - und wer gehört sonst noch zur Spießler-Avanguard? Für die Asgodom sind das Leute, die in ihre Wohnung eine Foto-Tapete oder in ihrem Garten eine Hollywood-Schaukel haben, obwohl das ganz und gar nicht mehr modern ist - halt richtig spießig. Und weil die Asgodom festgestellt hat, dass solche Sache durchschnittlich alle fünf bis sieben Jahre wieder modern werden, heißt es eben Spießler-Avanguard. Ich glaube ich bin ein 70Jahre-Spießler. Ich liebe Schlaghosen, Plateauschlen und 70Jahre-Lederjacken. Kommt auch alle fünf bis sieben Jahre wieder in Mode.

Herzhaft lachen mussten die Leute auch beim Thema Dinner-Cancelling. Dinner-Cancelling ist für die einen eine neue Modediät zum Abnehmen. Durch das Weglassen des Abendessens werden einfach ein Haufen Kalorien eingespart. Für andere wiederum ist Dinner-Cancelling eine Art-Aging-Methode. Für die Asgodom bedeutet es sich zu überlegen, was man tatsächlich essen muss und auf was man verzichten könnte. Die Asgodom und ihr Mann haben es selbst ausprobiert. Sie haben auf eine Mahlzeit am Tag verzichtet und (oh, welch ein Wunder) trotzdem keinen Hunger gehabt. Was haben die beiden daraus gelernt? Sie haben zwar auf etwas verzichtet, jedoch dabei keinen Verzicht gespürt. Das war's aber auch und dann haben sie wieder damit aufgehört. Ich fand das nicht so lustig. Wenn man im Schlaraffenland sitzt und mal eine Mahlzeit auslässt, hat das für mich nichts mit Verzicht zu tun.

Sabine Asgodom und Siegfried Brockert haben noch berichtet, dass sie sich bei dem Versuch ein Kapitel zusammen zu schreiben fast in die Haare gekriegt hätten. Und um ihre junge Ehe nicht zu gefährden hat dann jeder seine Kapitel alleine geschrieben.

Doch das Beste kam zum Schluss. Die Überraschung des Abends kündigte sich an mit einem betörenden Duft nach frisch gekochten Pellkartoffeln.



Mit dem Pellkartoffel-Buffer hatten sich die Veranstalter wirklich Mühe gegeben etwas Besonderes zu präsentieren. Ich hatte letztes Jahr eine Kolumne über Kartoffeln geschrieben und wusste, dass es sie in vielen Farben gibt, jedoch hatte ich sie noch nie selber gegessen. Bei meinen Recherchen war ich auf Kartoffeln gestoßen, bei denen schon der Name eine Verheißung war. "Blauer Schwede", "Hermanns Blaue" und "Vitelotte" machen ihren Namen alle Ehre. So wie sie heißen, sehen sie auch aus. Sowohl die Schale, wie das Fruchtfleisch sind blau bis blauviolett. „Red Cardinal“ und „Highland Burgundy“ haben rote Schalen und das Fruchtfleisch ist rot oder teilweise rot-weiß marmoriert.

Unter www.ginsterfarm.ch/Pflanzen/Kartoffeln/Kartoffeln.htm könnt ihr euch einen Kartoffelrausch holen. Ich weiß nicht, wie die Kartoffelsorten an diesem hießen, aber sie waren alle lecker, lecker, lecker.

Nur was das Buch nun mit der Pellkartoffel zu tun hat, weiß ich bis heute noch nicht. Vielleicht war ich einen Augenblick nicht aufmerksam und habe es verpasst. Für mich war das Gehörte auch nicht so spannend, dass ich Lust verspürt hätte mir ein Buch zu kaufen. Doch eins weiß ich ganz genau - welch ein Glück es ist eine gute Pellkartoffel zu essen und zu genießen.



Entspannung für Mütter – Entspannung und Bewegung für aktive Senioren

im "Raum für Begegnung in SENDLING"

• Donnerstag, 19.5.2011, 10 Uhr vormittags
60 Minuten

Kosten pro Stunde: 8 Euro, Nachlass bei verbindlicher Anmeldung über 4 Termine

Titel: Entspannung für Mütter

"In 60 Minuten wollen wir uns auf spielerische und ruhige Art entspannen. Dazu biete ich Körperübungen, Fantasiereisen, tänzerische

und meditative Entspannung, Elemente aus dem Yoga, dem Autogenen Training und der Progressiven Muskelentspannung an.

Kurzübungen zur Stressbewältigung im Alltag gehören dazu und vieles, vieles mehr".

Anmeldung per Mail oder Telefon.

Entspannungspädagogin

Barbara Brandt-Henke

81369 München

Mobil: 0151/53 21 00 24

Email: entspannung.brandt-henke@arcor.de

• Donnerstag, 19.5.2011, 11 Uhr vormittags 60 Minuten

Kosten pro Stunde: 8 Euro, Nachlass bei verbindlicher Anmeldung über 4 Termine

Titel: Entspannung und Bewegung für aktive Senioren

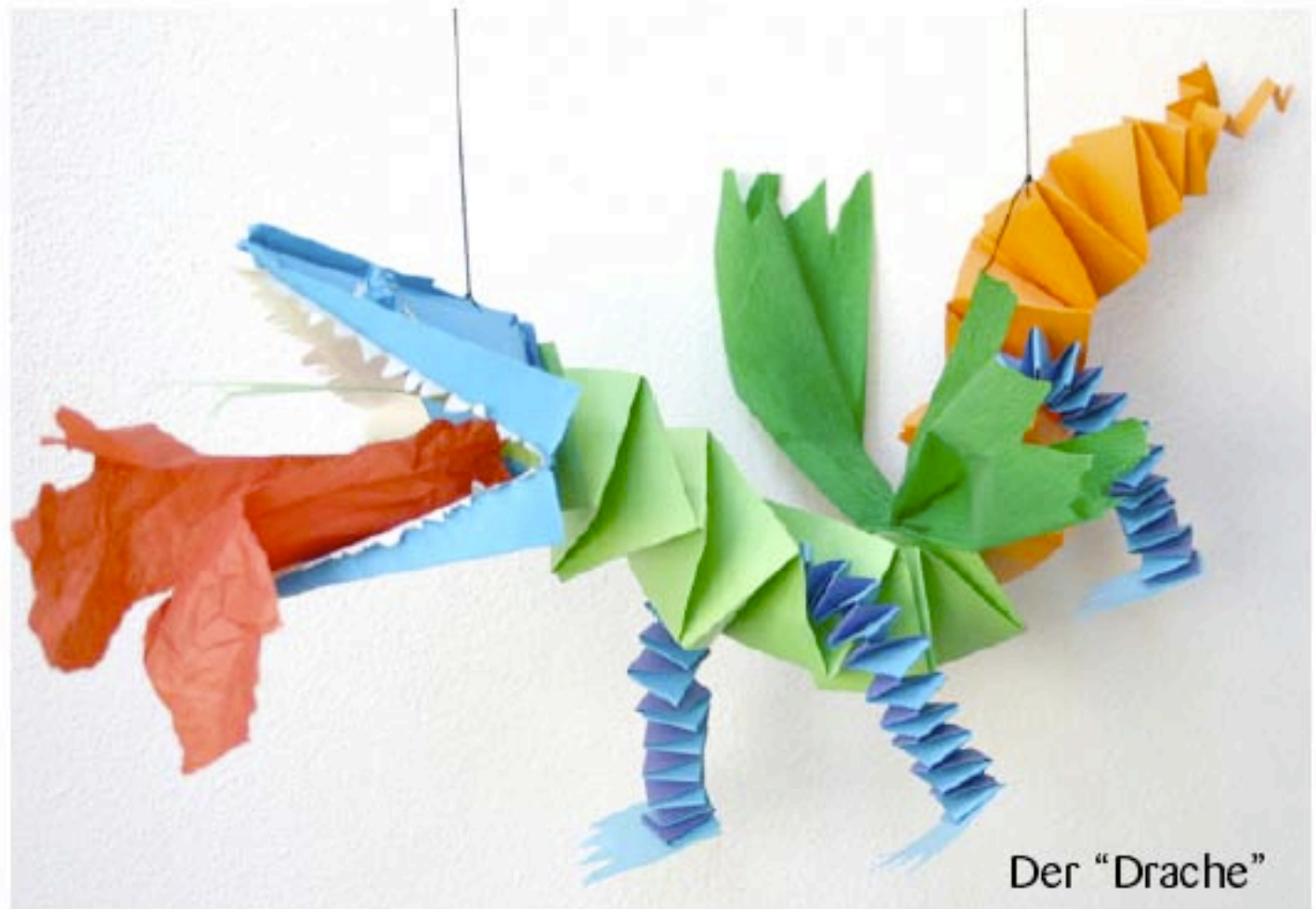
"Wir suchen die Entspannung in der Bewegung und in der Ruhe. Wir werden die Körperwahrnehmung trainieren, mit verschiedensten Gruppen- und Einzelübungen die Anspannung des Alltags schlichtweg abschütteln, und nach dem Vorlesen einer Fantasiereise in Ruhe dem eigenen Erleben bei ausgewählter Musik nachspüren. Vieles mehr kommt noch dazu, finden Sie es heraus!"

Anmeldung per Mail oder Telefon.

Junior Art!

KUNSTWERKE KLEINER KUNSTLER

Text und Foto: Regina Neumann



Wer bist du?

Ich heiße Simon, bin 7 Jahre alt und wohne in Mittersending.

Dein Drache ist aus Papier gemacht. Wie ist er entstanden?

Simon: In der Schule in WTG hat uns die Lehrerin das Papier gegeben und gezeigt, wie es geht. Ein paar Tage habe ich schon gebraucht. Die Zähne habe ich gezeichnet und ausgeschnitten. Für die Füße habe ich eine Schablone genommen. Die Flgel und die Zunge sind aus Krepppapier. Die Beine sind aus Hexentreppen gemacht und der Bauch und der Schwanz auch. Am Kopf war ein Riss. Den habe ich weg geschnitten und dann den Kopf wieder hin geklebt.

Wir bedanken uns für das Interview.

Ausstellungen und Veranstaltungen



DIE EINRICHTEREI®

RAUMGESTALTUNG | RECYCLINGMÖBEL | RESTAURIERUNG



Gemischtag

Sonntag, 22. Mai 2011
12:00 - 20:00 Uhr

www.gemischtag.de
Oberangertheater
Oberanger 38, 80331 München
am Sendlinger Tor
in Literatur und Designerware
stöbern und Frühlingsstimmung wecken.
Eintritt 4 Euro (bis 14 Jahre frei)



Hutcafé

Sonntag, 29. Mai 2011
ab 15:00 Uhr

Kopfgeschichten: Hüte
Nikkibag: Taschen
DIE EINRICHTEREI: Möbel
Christine Kamlah
Haigelweg 19a
81241 München Pasing



Einzelausstellung Recyclingmöbel

Mittwoch, 1. Juni 2011
ab 13:00 Uhr
Donnerstag, 2. Juni 2011
ab 10:00 Uhr
Verkaufsausstellung

Geranienhaus,
Schlosspark Nymphenburg
München



Kunst und Handwerk im Stadl

Samstag, 2. Juni 2011
12:00–20:00 Uhr
Sonntag, 3. Juli 2011
10:00–18:00 Uhr
www.kunst-im-stadl.de

Anzenhofen bei Maisach
(Lks. Fürstenfeldbruck)



Christina Lechner freut sich auf Ihren Besuch!

Terminwünsche bei Einrichtungs- oder Restaurierungsanfragen unter
0179 / 69 64 174 oder kontakt@die-einrichterei.de

Besuchen Sie auch meinen Online Shop!

<http://die-einrichterei.dawanda.com>

- Klassische Homöopathie •
- Traditionelle Chinesische Medizin / Akupunktur •
- Energiearbeit nach Attilio Ferrarè •
- Shiatsu •
- Cranio Sacral Therapie •
- Dom- / Breuss- Therapie •

Praxisgemeinschaft
am Goetheplatz

gesundheit³
Gesundheit auf allen Ebenen

www.heilpraktiker-praxis-muenchen.de

Tel. 089 - 45 47 36 06

Mozartstr. 1 • 80336 München

Vorstellungsartikel Januar 2011



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

marion mutschler



Marion Mutschler
Fotografenmeisterin

Öztalerstraße 18
81373 München

089-88 90 56 35
0170-301 99 36

info@foto-mutschler.de

www.foto-mutschler.de



20 Jahre

Naturkost Hollerbusch

Wir sind immer für Sie da:
Mo.-Sa. von 9.00-20.00 Uhr
Ihr Biomarkt in Sendling
Daiserstraße 5 · Telefon 77 64 74



Biomarkt Hollerbusch:

Wir sind für sie da Montag – Samstag 09:00 – 20:00 Uhr.

Wir sagen: gesund leben mit Genuss? Bio? – Logisch! Fair handel- lokal, regional, saisonal sind unsere Grundwerte. Neben dem allgemeinen Bio-Fachhandel-Sortiment führen wir Brot, Kuchen und Backwaren von vier verschiedenen Bäckern, täglich frisch. Unser Montags- und Donnerstagsbäcker wurde mit dem Ehrenpreis der bayrischen Staatsregierung ausgezeichnet. Immer montags – bis Ende Mai- gibt es das Dinkelsprossenbrot (90% Dinkel, 5% Roggen- Kichererbsen, Leinsaat, Sesam und Roggensprossen zum Kennenlernen für Euro 3,95 anstatt Euro 4,95. 80 verschiedene Bio-Weine ab Euro 2,95, Sekt, Prosecco, Säfte, Wasser etc. Drogeriewaren (Grundsortiment); spezielle Kosmetik-Wünsche erfüllen wir kurzfristig. 100 Tees und noch mehr. Gemüsetüte: Mittwochs und Donnerstags auf Vorbestellung mit Rezepten und Überraschungen für Euro 6,50. Lieferdienst in Sendling für Getränke (auch Firmen), ältere Menschen nach Rücksprache uvm. Zusammen die Zukunft gestalten!

Tel.: 77 64 74



Franziska Hößler
Stressmanagement-Körperarbeit

Raum für Begegnung in SENDLING
Daiserstr. 15
81371 München
Tel. 089/74747334

www.praxis-hoessler.de
www.x-tensio.de

Vorstellungsartikel Januar 2011



JACQUES' WEIN-DEPOT

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

Vorstellungsartikel August 2008



T H E A T E R Z W E R G

Schauspielschule für junge Menschen
Inhaberin: Erika Blaschke

Postfach 44 03 06
80752 München

Telefon: (089) 21907191 s Mobil: (0174) 2066325
www.theaterzwerge.de / info@theaterzwerge.de

Vorstellungsartikel November 2010



PRIMUS

SCHÜLERCOACHING

Individuell – zuhause

alle Fächer – alle Klassen

Tel.:089 / 95441135

primus.coaching@yahoo.de

Vorstellungsartikel November 2010

KK Druck

Bunsenstr. 2-4 · 82152 Martinsried

Tel.:089-8572061 · Fax089-8577084

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



Vorstellungsartikel Februar 2010

RISTORANTE

Rizxo

PIZZERIA

Gutschein für ein Glas Prosecco

Schäflarnstr. 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

Lern.Werk®

Wissen auf den • gebracht



Nahhilfe & Förderunterricht
Prüfungs- und Übertrittsvorbereitung
Deutsch als Fremdsprache
Abstimmung mit den öffentlichen Schulen nach Wunsch

Bürozeiten

Montag bis Freitag
14:00 Uhr - 18:00 Uhr

In den Ferien wechselnd
und nach Vereinbarung

Unverbindliche Information und Beratung

Karwendelstraße 27
(Am Harras)
81369 München
Tel. 089/72018064
Fax 089/72018163

lern.Werk@lern-werk.info

www.lern-werk.info

Vorstellungsartikel Februar 2010



digital Defense

protect your business

Dip.Ing.(FH) Stefan W. Bächer •
IT Security Analyst •

Ganghoferstr. 83 •
81373 München •
Tel. 089 / 452 11 929 •
Info: info@digitaldefense.de •

www.digitaldefense.de •

- IT Sicherheitsüberprüfungen
- Firewall Audit
- SPAM & Virenschutz
- Emailverschlüsselung
- Fernwartung
- Sicherheits Monitoring
- Backup Systeme
- Datenschutzbeauftragter (DSB)

IHR BILDUNGS- UND KULTURHAUS AM HARRAS

lernstudio **barbarossa**

weiterbildung. nachhilfe. sprachkurse.

In einem ersten Beratungsgespräch informiert Sie Sabine Hoppe gerne.
Lernstudio Barbarossa, Sabine Hoppe.

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

www.lernstudio-barbarossa-sendling.de

Berufsplanung

- Interessens- und Berufsfindung
- Lehrstellensuche
- Bewerbungstraining
- Kommunikationstraining

Die Personalreferentin Stephanie Graßl steht mit ihrer langjährigen Erfahrung für die ganz individuelle Berufsplanung zur Verfügung. Die Jugendlichen können Einzel- oder Gruppentermine buchen.

Vorstellungsartikel November 2009

RAUM

FÜR BEGEGNUNG IN SENDLING

Gemütliche, helle, hohe (3,5) Räume 14 und 20qm,
neuer Holzboden, U3/U6 Implerstrasse, für Einzel- und Gruppenarbeit,
zu fairen Preisen!

Telefon 089 74747334 oder 089 21890940

CENTRAL REINIGUNG

Boschetsrieder Str. 79



“Meine Arbeit ist Eure Freizeit”

Arthur Bühl

Vorstellungsartikel Oktober 2008

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

Vorstellungsartikel Januar 2008

Leckere Kuchen

Partyplatten

Getränke

Leberkäs

Torten

Brotzeit

Gebäck

Wurst

**DAS
KLEINE
BACKHAUS**

Und ein Lächeln umsonst...

Das kleine Backhaus, Boschetsrieder Str. 17,

81379 München

Alexia Apostolidou, Tel. 089-7232160



Vorstellungsartikel April 2008



Lebensqualität aus Italien

Engelhardstr. 33, 81369 München,
Montag Ruhetag
www.vincello.de
Tel.: 20 18 44 95 + 0172 7473055

Kaffee und Kuchen jeden ersten Sonntag
im Monat um 14:00 Uhr beim
Wunschkonzert im ASZ Sendling.

Elisabeth Kripp freut sich auf Sie!



Vorstellungsartikel Juli 2010

Tanz der Elemente mit Anja Deharde

An jedem Dienstag gibt es die Möglichkeit zur 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!

Einstieg jeden Dienstag möglich in Evas Tanztempel, Hans-Preißinger-Str. 8, Halle E, München-Sendling:

19.00 - 20.30 Uhr:

„Tanz der Elemente“ – Lebendigkeit – Befreiung – Lebenslust

20.45 - 22.00 Uhr:

„AfroBrasilTanz“ – Lebensfreude & Energie nach afro-brasilianischen Rhythmen



Tel. 089/4 48 63 54

Mobil 0171/1 47 95 69

info@lebenstanz.com

Vorstellungsartikel April 2011

SENDLINGER AUGUSTINER

DAS GEMÜTLICHE WIRTSHAUS IN SENDLING

Frühstücken in Sendling 10,50
jeden Sonntag 10:30 – 14:00Uhr

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

Buffet incl. Eierspeisen, Weiß-
würste incl. aller Heißgetränke



Fussball Bundesliga Live
auf Großbildleinwand

Alarmstr. 24 • 81371 München
U3/6 Implerstraße

tel. 089/7470925

www.sendlinger-augustiner.de

Samstag ist Schnitzeltag.
Verschiedene Schnitzel mit
Beilage 6,66

Vorstellungsartikel August 2008

Flohmarkt im Westpark

Die Flohmarktadresse in München-Sendling: Der Open-Air Flohmarkt in der Gaststätte "Hopfengarten" im Biergarten, Siegenburgerstraße 43 ganz in der Nähe der Rudi-Sedlmayer-Halle.

Jeden Samstag von 10:00 bis 17:00 – jedoch nicht bei Regen!

Angeboten wird alles, was üblicherweise auf Flohmärkten zu finden ist. Tische und Bänke (ab 5.- Euro) werden vom Veranstalter gestellt.

Infotelefon: 0163-9146595 und E-mail: bezie1005@googlemail.com



Junger Chor St. Stephan sucht dich und deine Stimme

Der gerade gegründete "Junge Chor St. Stephan" wird das musikalische Leben in der Gemeinde bereichern. "Jung" bezieht sich nicht unbedingt auf das Alter der Chormitglieder. Man ist ja bekanntlich nur so alt wie man sich fühlt! Mit "jung" ist eher die Art von Musik gemeint, die zu den verschiedensten Anlässen aufgeführt wird: das ist junge, frische und moderne Musik aus aller Welt von Gospel über Folk und Blues bis Pop. Der Chor freut sich über jede neue Sängerin und jeden neuen Sänger!

Proben sind immer montags 18.45 – 19.45 Uhr im Pfarrsaal von St. Stephan, Zillertalstr. 47, U6 Partnachplatz.

Info unter: www.stephaner-kirchenmusik.de

oder telefonisch: Chormitglied Daniela Pechlof Tel. 0163-6036822/

Chorleiter Thomas Rothfuß Tel. 361 00244

Es ist so schön hier!

Deswegen möchten wir (Meike Wiltschnik - Heilpraktikerin- mit Yannik und Valentin) in Untersending oder Thalkirchen gerne eine schöne 3,5 - 4 Zimmer Wohnung mit Balkon/Terrasse oder ein kleines Haus kaufen.

Wenn Sie einen Tipp für uns haben, freuen wir uns sehr über eine Nachricht unter Tel. 0176-78202610 oder mwhph@aol.com

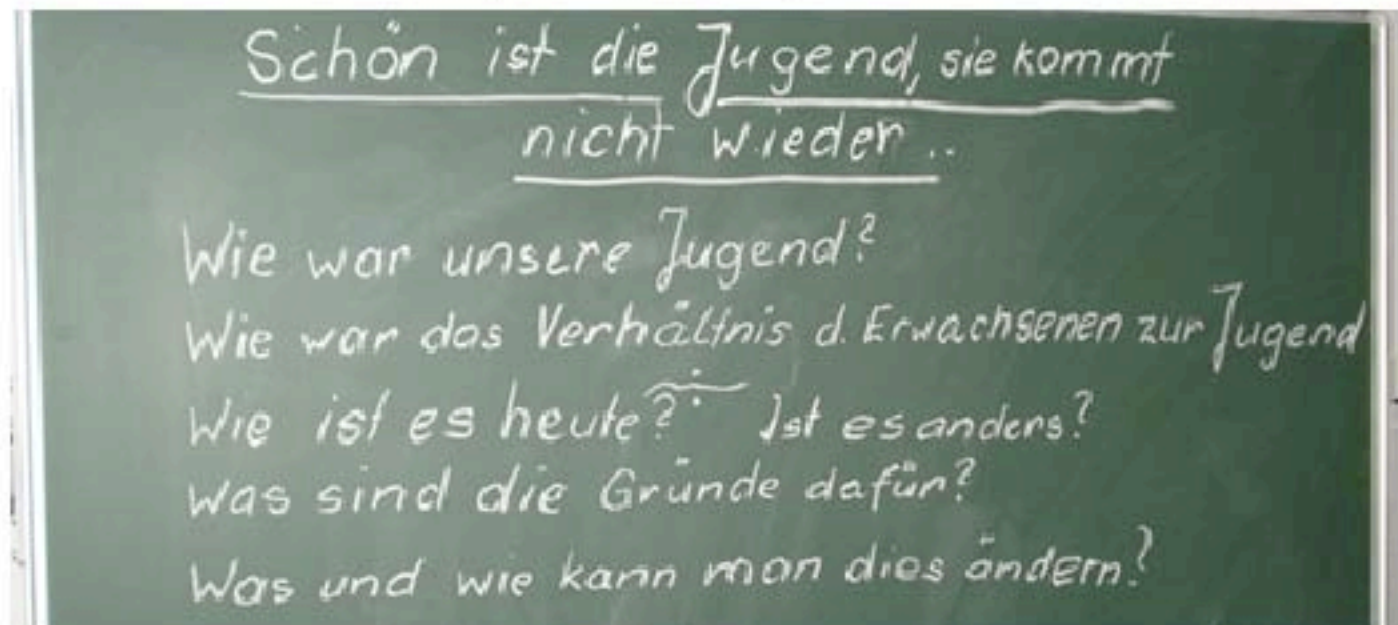
Herzlichen Dank!



Sendlinger Erzählcafe 24

“Schön ist die Jugend, sie kommt nicht mehr,
Ja, ja sie kommt nicht mehr, sie hat kein Wiederkehr”

Unter diesem Motto, einem Liedtext, stand unser 24. Erzählcafe.



Wie war unsere Jugend und wie war das Verhältnis der Erwachsenen zur Jugend?
Dies waren unsere ersten Stationen auf unserer Erinnerungsreise.

Frau H., die zu unseren älteren Teilnehmerinnen gehört, ergriff sogleich das Wort und erzählte uns, dass sie sehr brav war. Sie hat auf die Schwester aufgepasst und auch auf Nachbarskinder. “Man war stolz, wenn man helfen durfte” sagt sie.

Sie habe die Autorität der Eltern akzeptiert und getan was gesagt wurde, nachmaulen gab es nicht.

Auch Frau St. war hilfsbereit und hat dafür manchmal ein Fünferl bekommen. Zuhause kam die Mutter dann aber gleich mit der Spardose und das Fünferl wurde gespart. Von ihrer Kindheit schwärmt sie direkt, sie ist ihr in schöner Erinnerung. Sie bestätigt ebenfalls, dass die Kinder mehr Respekt vor den Erwachsenen hatten, sagt aber: “Wir wurden von den Erwachsenen auch anders behandelt“. Ihre Jugendzeit hat sie hauptsächlich im Luftschuttkeller verbracht.

“Ich hatte eine schöne Kindheit, habe alles gekriegt und mich darüber sehr gefreut,” sagt eine andere Teilnehmerin, „nur als mein Bruder geboren war, der 5 Jahre jünger ist als ich, musste ich ihn im Hof spazierenfahren und wenn er geschrien hat und nicht zu beruhigen war und zur Mama wollte, musste ich auch in der Wohnung bleiben.“

Auch ihre Jugendzeit fiel dem Krieg zum Opfer. Die Bombenangriffe auf Mün-

chen sind ihr noch sehr genau in Erinnerung. Von ihrer Arbeitsstelle bis in den Luftschutzkeller war die Angst ihr Begleiter, denn die Tiefflieger schossen auf alles was sich bewegte.

Frau B. erinnert sich gern an die Zeit, als sie 14 Jahre war. Sie hatte auch einen kleinen Nachbarsjungen, auf den sie aufpassen mußte. Dafür bekam sie eine Mark in der Woche.

Der Junge mochte sie sehr gern und wollte gar nicht mehr heim. Einmal ist er sogar von zuhause abgehauen und zu ihr gekommen. Sie hatten viel Spaß miteinander und sie fragt sich, was wohl aus ihm geworden ist.

Frau M. ist auf einem Bauernhof mit 3 Geschwistern aufgewachsen. Sie war die Älteste und musste früh mit zupacken. Sie hatte aber auch Vorteile davon, sie durfte mit 14 Jahren den Traktorführerschein machen und später auch gleich den Autoführerschein.

“Mit dem Traktor zu fahren hat mir schon mehr Spaß gemacht, als die andere schwere Arbeit” sagt sie und strahlt übers ganze Gesicht und jeder kann es nachvollziehen.

Jetzt fällt das Wort Kartoffelkäfer und jeder in der Runde erinnert sich an diese mühsame Arbeit, die Kartoffelkäfer einzusammeln. Ganze Schulklassen wurden dazu verdonnert und gebracht hat es nicht viel.

Sammeln war überhaupt sehr aktuell, um nicht zu sagen überlebenswichtig. Es wurden Bucheckern, jede Art von Beeren und Schwammerl gesammelt. Dadurch war der Speisezettel ein wenig abwechslungsreicher. Und wir Kinder waren immer dabei, das war ganz selbstverständlich und auch sehr hilfreich, hatten wir



doch die kleineren Finger und unser Rücken war auch noch elastischer. Himbeeren und Heidelbeeren kamen nicht nur in das Sammelgefäß, sondern auch unmittelbar in unseren Mund.

Eine Teilnehmerin erzählt, daß sie mit ihrer Familie in Miesbach wohnte und dort vom Krieg sehr wenig mitbekommen hat. Schwer beeindruckt war sie jedoch von den Amerikanern und vor allem den dunkelhäutigen Soldaten. “Die waren aber sehr nett zu uns Kindern und haben uns oft etwas geschenkt” fügt sie an.

Wir wohnten während des Krieges in Zorneding b. Muenchen und ich kann das Verhalten der Amerikaner bestätigen. Zu uns Kindern waren sie sehr nett. Ich habe einmal einen großen Beutel Kaffeesatz ergattert und bin freude-

strahlend nach Hause gelaufen. Meine Mutter hat sich aber gar nicht gefreut und mich noch geschimpft, weil ich mir so etwas aufhängen lasse.

An die Währungsreform 1948 erinnern sich auch noch alle. Jeder bekam gleichviel, 40 DM und eine Teilnehmerin erzählt freudestrahlend: "Ich habe mir davon meine ersten Seidenstrümpfe mit schwarzer Naht gekauft."

Was ist heute anders zwischen Jugendlichen und Älteren und wie kann man das ändern?

Jetzt haben wir unseren jungen Praktikanten Sebastian zu Wort kommen lassen, als

Vertreter der jungen Generation.

Er hat noch zwei Schwestern und seine frühe Kindheit war geprägt durch mehrere Umzüge.

Mit 6 Jahren, rechtzeitig zur Einschulung, kam er nach München und lebt seither mit seiner Familie hier. Durch die Schulzeit hat er sich so mit "drei" durchgemogelt. "Ich hatte viele Vorzüge, als Mutter's Liebling," sagt er.

Heute lebt er nicht mehr zuhause, was das Verhältnis zu seinen Schwestern günstig beeinflusst hat.

Sebastian sieht sich nicht als typischen Vertreter der heutigen Jugend. Er hat eine intakte Familie. Seine Freunde engagieren sich, wie er im Sozialbereich.

Er plädiert für mehr Respekt gegenüber dem Anderen.

Er sagt: "Den Jugendlichen fehlt die Dankbarkeit gegenüber der Lebensleistung der Älteren, Wiederaufbau etc."

Er fordert einen respektvollen Umgang miteinander.

Er beklagt einen schroffen Ton der Älteren gegenüber den Jugendlichen und sagt:

"Mit Freundlichkeit erreicht man mehr" und verweist auf das bekannte Sprichwort:

"Wie man in den Wald ruft, so hallt es zurück".

In diesem Sinn und mit einigen Anregungen für ein gutes Miteinander beenden wir unsere Erinnerungsreise über "die schöne Jugendzeit".

Unser nächstes Erzählcafe ist am 27. Mai wieder um 14 Uhr im ASZ Daiserstraße.

Das nächste Sonntagscafe ist am 1. Mai 14 Uhr auch im ASZ Daiserstraße.

Schauen Sie doch mal bei uns vorbei, ich freue mich auf Sie

Ihre
Elisabeth Kripp

Ein Täter - ein Opfer



der klassische Mobbingfall

Bei Vorhandensein nur eines Täters und nur eines Opfers spricht man vom klassischen Mobbingfall. Allerdings sind, neben den beiden betroffenen Personen, eine Vielzahl von Menschen involviert, die zwar sehen, dass hier gemobbt wird, die aber, aus verschiedensten Gründen, nicht eingreifen bzw. nicht eingreifen wollen.

In der klassischen Mobbingssituation zeigt ausschließlich der Täter Mobbingaktivitäten und wendet das Mobbinginstrumentarium mehr oder weniger geschickt nur gegen das Opfer an.

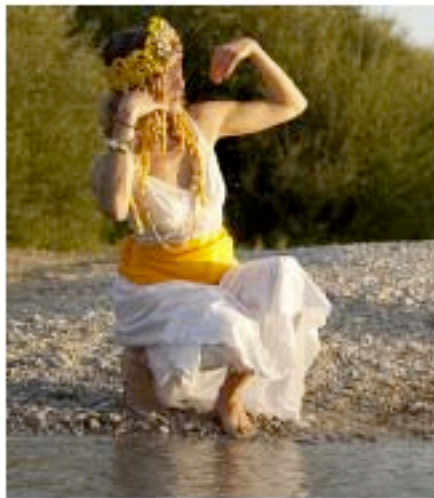
Ein Beispiel für dieses klassische Mobbing ist folgender Fall:

Martin S. (54) ist Reitlehrer und Pferdeausbilder an einem bekannten, für seine gute Ausbildung ausgezeichneten Gestüt. Neben ihm sind noch zwei Bereiterinnen, ein Bereiter und eine Auszubildende mit der Ausbildung junger Dressurpferde beschäftigt. Herr S. ist der direkte Vorgesetzte der aufgeführten vier Personen, hat absolute Weisungsbefugnis und die Vollmacht Disziplinarmaßnahmen bis hin zur Kündigung zu ergreifen.

Die Auszubildende Dagmar H. (21) ist ein sehr eigenständiger Charakter, vertritt ihre Meinungen und Anschauungen offen und zieht sich so den Unwillen von Herrn S. zu, der auf absoluten Gehorsam und Unterordnung größten Wert legt. Da sie ihm keine Gelegenheit bietet eine Kündigung auszusprechen versucht Martin S. sie auf andere Weise loszuwerden. Er beginnt damit ihr unsinnige Aufgaben zuzuteilen. Unter anderem muss Dagmar H. Pferde "spazieren führen", das heißt sie muss, oft stundenlang, neben den Pferden hergehen, ohne sich auf diese setzen zu dürfen. Als Dagmar H. im Sommer auf dem Außenplatz ein Pferd reitet trägt sie, als Schutz gegen die Sonne, eine Baseballmütze. Herr S. befiehlt ihr im rüden Ton die Mütze sofort abzunehmen und sie, vom Pferd aus, in die Ecke des Reitplatzes zu werfen. Martin S. macht sich nun einen Spaß daraus mit seinem Pferd über die Mütze zu reiten und diese zu zerstören. Zudem schickt Herr S. die Auszubildende willkürlich nach Hause, um sich "anders" anzuziehen. Ihn stören oft die Farben ihrer Reithose oder der Schnitt ihres Oberteils. Neben diesen Maßnahmen vergreift sich Martin S. zunehmend im Ton. Er nennt Dagmar H. unter anderem eine "Ratte", eine "fette Bleiente" und eine "Kuh", macht sie in der Öffentlichkeit "rund" und attestiert ihr vollkommene Talentlosigkeit.

Die anderen beiden Bereiterinnen und der Bereiter sehen diese Vorkommnisse, schreiten aber nicht ein, haben keine Meinung zu den Geschehnissen und verlieren kein Wort über das eigenartige Verhalten des Martin S. seiner Auszubildenden gegenüber.

WASSER



Befreie die Lebendigkeit in dir, durch die Kraft der Elemente!

Das System der Fünf Elemente (ERDE-WASSER-FEUER-WIND-LEERE) basiert auf dem Wissen und Erkennen universeller Prinzipien, die uns eine große Hilfe sein können, um in natürlicher Weise - und damit ohne unnötige Reibung - als ein Teil des Kosmos oder des Einen zu existieren.

In der westlichen Mystik wird diese Erkenntnis mit dem Satz umschrieben:

“Wie unten, so auch oben”

Man kann in allen Dingen das Eine erkennen und kann in Einem alle Dinge erkennen.

Heute gehe ich auf das Element Wasser ein und welche Qualitäten wir uns daraus, sowohl körperlich als auch geistig, zunutze machen können.

Das Wasser – oder alle Elemente im flüssigen Zustand

Auf diesem nächst höherem Niveau der elementaren Manifestationen sind wir uns der eigenen Gefühle und der fließenden Elemente in unse-



rem Körper bewusst. Dieser Bewusstseinszustand zeigt sich in der Fähigkeit auf Änderungen der Dinge zu reagieren in einer fließenden Anpassungsfähigkeit gegenüber der Umgebung. Man reagiert auf das, was man erfährt und ist zu seinen eigenen, tieferen Gefühlen orientiert. Das Wasser-Element hat sein Zentrum im Beckenraum, also im unteren Teil des Bauches. Es drückt sich in den Körperflüssigkeiten aus und repräsentiert die Versorgung des Körpers und seine Flexibilität.



Prinzip: Anpassungsfähigkeit
Bezug zum Körper: Gefühle
Reich des Lebens: Pflanzen
Farbe: Orange
Positiver Aspekt: Flexibilität
Negativer Aspekt: lähmende
Gefühlsüberbetonung

Jedes Element hat außerdem eine bestimmte Bewegungsqualität, Bewegungsrichtung und Klang. Das

kann man an den Dienstag Abenden erfahren im fortlaufenden, offenen Kurs von 19.00 – 20.30 Uhr in Evas Tanztempel, Hans-Preißinger-Straße 8, Halle E, München-Sendling.

Näheres bei Lebenstanz, Anja Deharde

Tänzerin & Trainerin für Kommunikation in Bewegung

Tel. 089/4486354 und

www.lebenstanz.com

A. Deharde



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

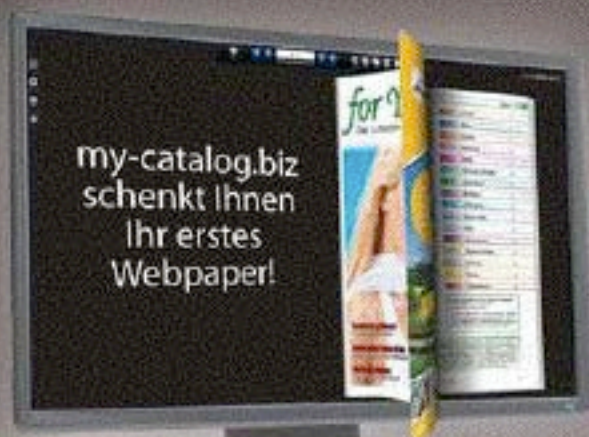
Plinganserstraße 19 · 81369 München
Tel. 089-7 47 36 20
Fax 089-7 47 06 63
info@h-team-ev.de
www.h-team-ev.de

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



my-catalog.biz
schenkt Ihnen
Ihr erstes
Webpaper!

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. www.my-catalog.biz. 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, Autoblätern, Suche...
- Schnelle Ladezeit (auch mit Videos und Animationen).
- Suchmaschinen optimiert.

my-catalog.biz

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

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 BACKMAYR, 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
 Café Duett der Sinne, Mumauer Str. 134
 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-Apothek, Schmuzezerstr. 1
 FLA-Design, Boschetsriederstr. 12
 Fisch Häusl im Stemmerhof, Plinganserstr. 6
 Flavia's World of Beauty, A.-Rosshaupter-Str. 26
 Fruta Foodstore, Fallstr. 9
 Getränke Burger, Oberländerstr. 24,
 Glitzerstein, Kidlerstr. 21
 Gesundheitswerk, Daiserstr. 35a
 Gida Moden, Daiserstr. 42
 Hausarztpraxis Engert + Oefelein, Pfeuferstr. 33
 H-Team e.V., Plinganserstr. 19
 Jacques Wein-Depot, Implersstr. 9 - 11
 Kosmetikstudio Beauty and More, Daiserstr. 33
 Kulturschmiede, Daiserstr. 22
 Kulturbühne ars musica, Windelservice
 Klangheilzentrum u. Fotoatelier Mütschler
 Öztalerstr. 1b
 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
 Lotto Toto Robert Metzler, Fallstr. 9
 Medithera, Alramstr. 20
 Musik Hartwig, Lindenschmitzstr. 31
 Oberländer Apotheke, Oberländerstraße
 O Milos Restaurant, Schöttlstr. 10/Ecke Fallstr.
 PSCHORR-Krug, Oberländer/Ecke Daiserstr.
 Pieris Backstube, Aberlestr./Lindenschmitzstr.
 Reisebüro am HARRAS, Plinganserstr. 40
 Reformhaus am Harras, Plinganserstr. 37
 Rama Feinkost, Alramstr. 27/Ecke Daiserstraße
 RIZZO, Schäflarnstr. 166
 Stadtbibliothek Sendling, Albert-Rosshaupter-Str.

Sendlinger Buchhandlung, Daiserstraße 2
 Stemmerhof: Café im Stemmerhof,
 Stemmerküchl, 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
 Volkshochschule München, A.-Rosshaupter-Str. 8
 Vinocello, Engelhardstr. 33
 Wirtshaus Valley's, Aberlestr. 52, Ecke Valleystr.

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 / Artdirektion: Dana Dan grafik@koniko.de

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.



**Wer möchte Mein SENDLING
 bei sich auslegen?**
 redaktion@mein-sendling.de



in der juni ausgabe

MOBBING: TEIL 6 DER SERIE

AKTUELLES, GESCHICHTEN, WISSENSWERTES ...

„lasst mich träumen ...“



R A U M

FÜR BEGEGNUNG IN SENDLING

Gemütliche, helle, hohe (3,5) Räume 14 und 20qm,
neuer Holzboden, U3/U6 Implerstrasse, für Einzel- und Gruppenarbeit,
zu fairen Preisen!

Telefon 089 74747334 oder 089 21890940

Die nächste Ausgabe erscheint Anfang JUNI 2011

MIMAXX

SCHAUSPIELSCHULE FÜR KINDER UND JUGENDLICHE



EINSTIEG JEDERZEIT MÖGLICH!

INFORMATION UND ANMELDUNG

Tel.: 089 21 89 09 39

www.MIMAXX-schauspielschule-sendling.de

MIMAXX-schauspielschule@mein-sendling.de



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



Fon: 0176 / 96 81 19 26

Mail: redaktion@mein-sendling.de

Web: www.mein-sendling.de