

# Mein Sendling

die kleine Nachbarschaftszeitung



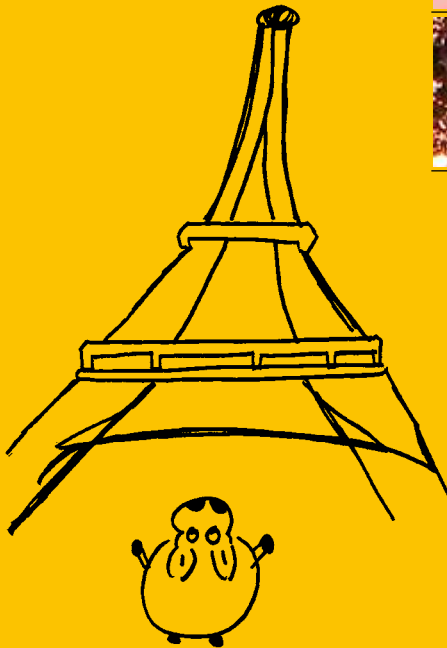
53. Ausgabe – OKTOBER 2011



Vorstellung:  
Muskarin  
Blumen und  
Cappuccino



Vorstellung:  
ON-Thera  
System



Stauendes Eiffelturmpferd von Anna

Dieser Monat ist der Monat von **Kunst in Sendling**, wo 84 Sendlinger Künstlerinnen und Künstler an 48 Standorten, Kunstinteressierte, Nachbarn und Freunde auf das Herzlichste in ihre Ateliers, und von Nachbarn großzügig zur Verfügung gestellte Ausstellungsorte einladen.

In der Mitte dieser Ausgabe von Mein SENDLING sind alle Stationen aufgeführt. Ein Lageplan führt durch das Kunst-Fest.

Ganz besonders möchte ich auf den argentinischen Künstler Pascual Carlos ESTEBAN aufmerksam machen, der immer wieder kurze Zeit hier in Sendling arbeitet, jedoch noch nie hier ausgestellt hat. Dieses Mal kann seine eindrucksvolle Malerei im Raum für Begegnung in SENDLING in der Daiserstr. 15 besichtigt werden.

Wir freuen uns sehr, in diesem Monat den wunderschönen Blumenladen MUSKARIN in der Plinganserstr. 26 vorzustellen. Es gibt dort nicht nur Blumen vom Feinsten, sondern auch Cappuccino und sehr viel Schönes mehr! Karin und Linda freuen sich auf Euch. Mehr dazu auf der Seite 5.

Aus aktuellem Anlass beginnen wir mit der Geschichte „Risotto mit Otto“ von Angela Troni in der Novemberausgabe von Mein SENDLING.

Die Redaktion wünscht einen tollen Kunstspaziergang mit viel Sonne und ganz viel Spaß beim Lesen dieser wieder sehr gelungenen Oktoberausgabe. Ein ganz großes DANKESCHÖN an alle Redakteure!!

Eure Dana und Gabriela



**Semra Kiraç**

Hebammensprechstunde in  
der Praxis Hansastr. 132:  
Montag 15 - 20 Uhr  
Donnerstag 8 - 14 Uhr

Hebammensprechstunde in  
der Praxis Hackenstr. 2  
Freitag 13:30-18:30 Uhr

Unsere telefonische  
Hebammensprechstunde ist  
für Sie am Montag, Freitag  
und Samstag jeweils  
16 - 19 Uhr zur Termin-  
vereinbarung und weiteren  
Informationen erreichbar.



**Sabine Kunze**  
YogaWorkshops

staatlich geprüfte  
Physiotherapeutin

**Dr. med. S. Massimo Lombardo**

Facharzt für Gynäkologie und Geburtshilfe, Medizinjournalist  
[www.centrogyn.de](http://www.centrogyn.de)

Praxis an der Hofstatt (Altstadt)  
Hackenstr. 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](mailto:praxis@centrogyn.de)

- 
- 5 Vorstellung: Muskarin, Blumen & Cappuccino, von Margarete Buchner
- 
- 8 Vorstellung: ON-Thera System nach Dr. Nicolae Olaru  
Therapie & Prophylaxe für chronisch Kranke und ungelöste schwere Fälle
- 
- 10 Vincellos aus dem Olivenhain, von Peter und Thorsten
- 
- 14 Ein Geburtstagsgeschenk von Margarete Buchner, August 2011
- 
- 16 Wiesnbesuch, oder ... ?, von Margarete Buchner
- 
- 18 Einladung zu Monika Müller Leibl Ausstellung
- 
- 19 Münchner Krimi-Humoreske von Hanna Perlmann und Ilonka Svensson
- 
- 20 Kunst in Sendling
- 
- 24 Kunst in Sendling, LAGEPLAN
- 
- 25 Am Harras tut sich was! 30 Jahre Stadtteilzentrum Harras
- 
- 35 Sendlinger Erzählcafe 29, von Elisabeth Kripp
- 
- 40 Anja Martina Deharde: Das Element LEERE
- 



Zeichnung  
für Christine  
von Anna

Redakteure dieser Ausgabe:

Dr. Nicolae Olaru, Margarete Buchner, Karin Hepperle, das Kunst-in-Sendling-Team Robert Engler und Karl Kempf, Christine Holzner für die VHS Sendling, Elisabeth Kripp, Anja Martina Deharde und Anna Lefèvre

# Muskarin

## Blumen & Cappuccino



Die Weißwurst, die Brezn und jetzt noch Muskarin! Die ersten beiden sind Münchens schmackhafteste Pannens, aus Versehen wurden sie zum Verkaufsschlager.

Karin Bauer mit ihrem feinen Blumengeschäft Muskarin in der Plinganserstr. 26 hat ebenfalls gute Karten im Spiel der Verwechslungen. Auf der Suche nach einem Namen für ihren kleinen Laden kombinierte sie muscari, Traubenhyazinthen – die zarten Frühlingsboten stehen für Neubeginn - mit ihrem Vornamen Karin, voilà, Muskarin war geboren. Um etwas später erschrocken zu entdecken, dass sich Pilzgift, muscarin, im Namen verbirgt, auch die Stubenfliege – musca – schwirrt drin rum.

Wenn das keine Chancen sind für etwas Besonderes!

Karin Bauer, die junge Südtirolerin aus Stilfs, die auszog, um den Duft der weiten Welt zu schnuppern und jetzt nicht weit von zuhause ihr Zuhause in München gefunden hat, macht wahrlich etwas besonderes aus ihrem Laden.



Der Raum auf schönen Holzdielen ist funktional designt, die hellen Wände, aufgelockert von verschiedenfarbigen Tableaus, zwei Holztresen für Arbeit und Kasse, alles zusammen bietet eine wunderbare Kulisse für die wesentlichen Objekte: die Blumen und Pflanzen für jeden Anlass, für jeden Geschmack. Jahreszeitlich ausgewählt präsentieren sie sich prächtig.

Ornithogalum breitet seine weißen Sterne neben Physalislampions, die Celosien wedeln mit ihren Federbüschen, elegant die Calla, unnahbar die Lilien, zarter Lysanthus, wunderschön als Single, orangene Nadelkissen recken ihre kleinen Spitzen, Rosen aus fair trade inmitten der Vielfalt eines bunten Sortiments der Münchner Gärtner. Die Gebinde, lebendig und duftend durch Gräser, Blätter, Zweige von Oliven oder Thymian, nie hochgepusht von künstlichem Beiwerk, das nach dem Verwelken für Ratlosigkeit beim Empfänger sorgt.

Den beiden Frauen, Karin Bauer und ihrer ganz jungen Kollegin Linda, die ebenfalls gelernte Floristin ist, sieht man die Freude am Beruf an. Da haben sich zwei gefunden, die im Einklang sind mit Pflanzen und blumenaffinen Produkten wie durchgefärbte schwefelfreie Duftkerzen, Filzaccessoires und den naturbelassenen Stilsfer Bergkräutern in Tees und Gewürzen. Allein die transparenten Tütchen anzuschauen rückt die Heimatwiese näher.

Im hinteren durch Stufen erreichbaren Ladenteil kann man an hohen Holztischen einen perfekten Espresso oder Cappuccino schlürfen, gönnt sich vielleicht ein Stück Kuchen aus der nahen Bäckerei oder dem familieneigenen Restaurant, das Karins Mann führt, jedenfalls kann man genussvoll beim Binden der Sträuße zusehen.

Und der Georg Sebastian Plinganser, der anno 1705 die Sendlinger Aufständischen in die Schlacht führen musste, die Feinde vielleicht durch Muscarin dezimiert, hätte hier erleichtert durchschnaufen können, derweil er für seine Gattin einen Strauß arrangieren lässt, möglichst aus Mohnblumen. Die trösten während seiner Abwesenheit.

PS. Zwei Termine:

Am 8. Oktober laden die Muskarins zu Herbstimpressionen ein mit Flammkuchen und einem Glas Wein, in der Zeit von 8.30 h und 19 h.

Am 19., 20. Dezember findet die Adventsausstellung statt.



*Muskarin*  
Blumen & Cappuccino

**ÖFFNUNGSZEITEN**  
Dienstag-Freitag  
8:30 – 18:30 Uhr  
Samstag  
8:30 – 16:00 Uhr

Karin Bauer  
Plinganserstraße 26  
81369 München  
Telefon 089.74 74 61 63  
Fax 089.74 74 61 14  
E-Mail [info@muskarin.de](mailto:info@muskarin.de)  
[www.muskarin.de](http://www.muskarin.de)

**BLUMEN - SCHENKEN & SCHÖNES - HOCHZEIT - TRAUER**



ON-Thera System nach  
Dr. Nicolae Olaru

## Therapie & Prophylaxe für chronisch Kranke und ungelöste schwere Fälle

„Gesundheit ist vor allem Lebensqualität und ein besonders kostbares Gut!  
Glücklich ist, wer sich schmerzfrei bewegen kann  
und voll am Leben teilnimmt. Wenn Sie Ihrem Körper Zeit und Ruhe geben  
sich wieder zu regenerieren, begleite ich Sie gerne auf diesem Weg,  
so dass Sie mit einer adäquaten Therapieauswahl wieder in der Lage sind,  
alle täglichen Leistungen zu erbringen.“

Kennen Sie das auch? Sie haben immer mal wieder Schmerzen im Rücken, Migräne oder ein schwaches Immunsystem oder leiden an einer chronischen Erkrankung, für die es nur unzureichende Behandlungsmöglichkeiten gibt? Wirklich weiterhelfen konnte bisher niemand und Schmerztabletten scheinen Ihnen ebenso wenig eine Lösung zu sein?. Und Sie haben eigentlich schon viele Therapien versucht, die aber nur kurzfristig oder gar keinen Erfolg brachten. Tatsache ist, dass die wirkliche Ursache ihres Problems, besonders bei den untypischen Beschwerden, noch nicht aufgedeckt werden konnte.

Wussten Sie, dass in Deutschland laut einer Studie der Deutschen Schmerzliga e. V. 12 – 15 Millionen Menschen, das ist jeder fünfte Erwachsene, unter chronischen, länger andauernden oder wiederkehrenden Schmerzen mit schweren Folgen leidet?

Der optimale Therapieeinsatz basiert für mich auf der Berücksichtigung des ganzen Körpers, dem Erkennen der Grundlage von Beschwerden und der gezielten Ursachenbehandlung, die nur individuell – je nach Beschwerdebild – erfolgen kann.

Dabei kombiniere ich bewährte Behandlungsmethoden mit eigenen Therapie-techniken, die ich mir in über 30 Jahren Berufserfahrung angeeignet habe. Früher



betreute ich vor allem Sportler bei Bundes-, Olympia- und Weltmeisterschaften nach dieser Behandlungsart.

Seit 11 Jahren arbeite ich in meiner eigenen Praxis in der Albert-Roßhaupter-Straße 137.

Da ich weiterhin ununterbrochen schwere chronische Erkrankungen und ungeklärte Beschwerden erforscht und mich spezialisiert habe, werden Patienten, die meine Praxis aufsuchen und z. B. unter Wirbelsäulen- und Gelenkserkrankungen, Migräne, Neuralgien aller Art, Rheuma, Arthrose, Tinnitus, Fibromyalgie, Amyotrophien, Multiple Sklerose, M. Bechterew etc leiden, aus erster Hand erfolgreich betreut und behandelt.

Meine Erkenntnisse aus der Praxis vertiefte ich durch meine Forschungsarbeit von Fachwissen und entwickelte ein eigenes Therapiesystem, das auf die Bedürfnisse der Patienten abgestimmt ist.

Da nur Intensivtherapie und individuelle Behandlung Erfolg bringen kann, arbeite ich nicht im 15-20 Minuten-Takt. Die Behandlung dauert je nach Befund ca. 1 – 3 Stunden. Da die Krankenkassen nur einen geringen Teil der Kosten übernehmen, wird eine gute Kooperation mit Ihrem behandelnden Arzt benötigt.

Ich freue mich, Ihnen in der nächsten Zeit und natürlich bei Bedarf, einen Einblick in die ganzheitliche Behandlung zu verschiedenen und komplexen Beschwerden nach ON-Thera-Konzept geben zu dürfen.

**ON – Therapie & Prophylaxe**

**Schmerzen- und Ursachenforschung**

**Vermessung Körperstatik/Fehlhaltung**

**Körperscanner/Bioenergetische Mess-/Analyse**

**Auflösung von Blockaden-/ Körper u. Pathophysiologische Störfelder**

**Eigene u. Internationale Therapietechniken**

**Med. und Th. Immun, Regeneration sowie Aufbautaining**

**Schwerpunkte**

**WS-/Bandscheiben-/Gelenkerkrankungen**

**Skelett-/Muskulatur-/Haltungsschäden, Skoliose**

**Nerven-/Neuralgien, Trigeminus, Ischias, Brachialgien**

**Durchblutungs-, Kreislauf-und Herzrhythmustörungen**

**Kopfschmerzen/Migräne/Tinnitus/Gehörsturz**

**Rheuma, Arthrose, Spondilose, Osteoporose**

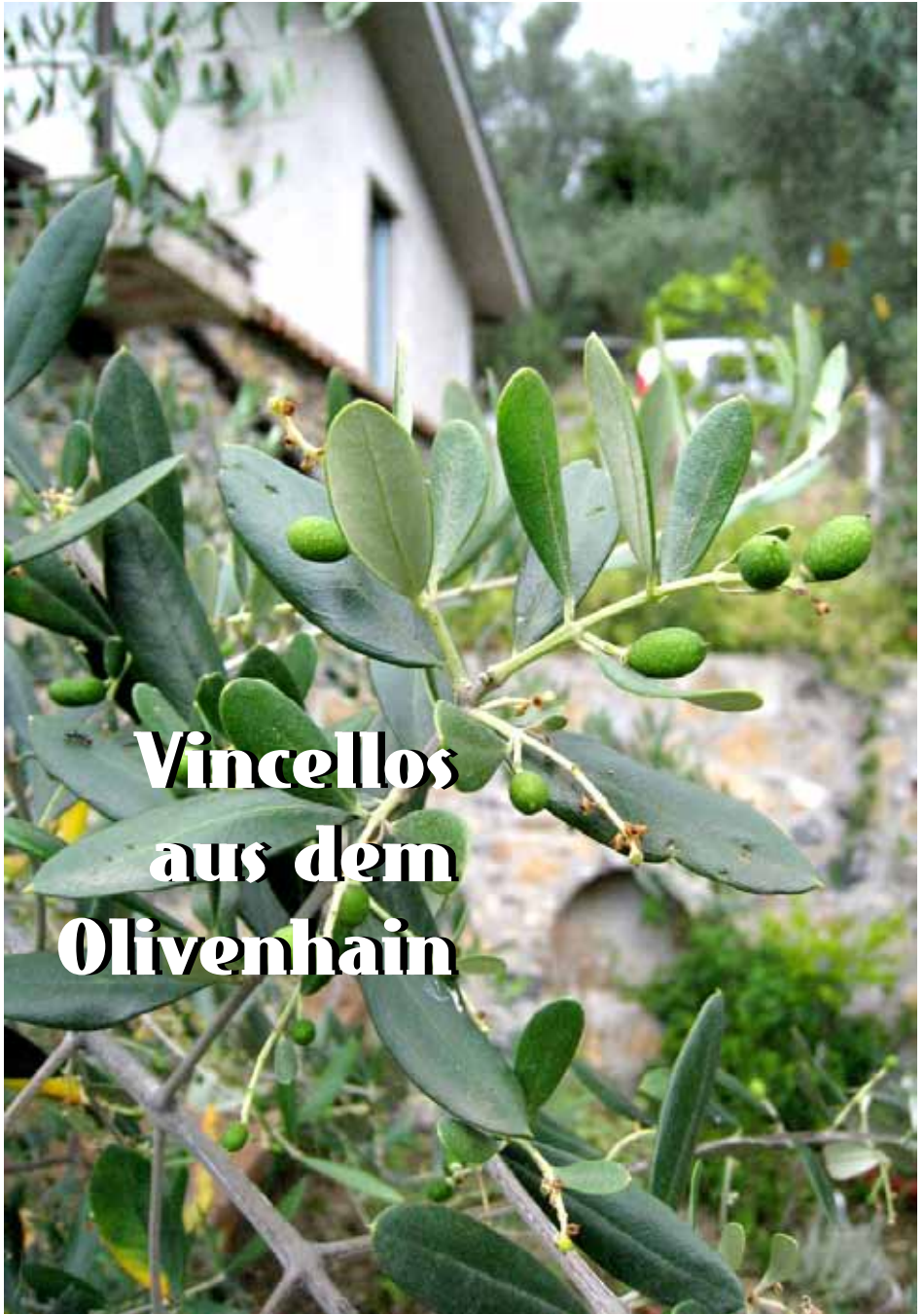
**Stoffwechselstörungen u.a.**

**Ihr Nicolae Olaru**

**in München –Sendling, Albert-Roßhaupter-Str. 137**

**Tel. 089 / 74100570 oder 0179 2196297**

**www.ON-Thera.de**



**Vincellos  
aus dem  
Olivenhain**

**Von Peter und Thorsten aus dem Vincello,  
die ganz bald zur Olivenernte nach  
Ligurien reisen.**

**Sie suchen übrigens noch Erntehelfer,  
bei Interesse bitte melden bei Vincello,  
Tel.: 20184495 oder 0171 7222000**

**Arbeiten im Ligurischen Olivenhain –  
zwischen Nizza und Genua an der  
Blumenriviera**

**8 Wochen vor der Ernte im Olivenhain:**

Für den biologisch arbeitenden Olivenbauern beginnt so langsam die spannendste Phase. Welche Bäume tragen welche Fruchtmengen? Reifen die Früchte vollständig aus oder sind doch viele Früchte von der Olivenfliege befallen und fallen vorzeitig ab? Zum Bestimmen des optimalen Erntezeitpunkts steht jetzt das Beobachten der Früchte d.h. ob Einstichlöcher sichtbar sind und ob der Baum die Früchte noch versorgt, d.h. ob sie noch fest an den Zweigen hängen, auf der Tagesordnung. Und vor allen Dingen auch die Frage: Wie lange warten wir mit der Ernte bevor vielleicht die erste Schlecht-Wetter-Phase mit Starkregen und Sturmböen oder sogar Hagel über den Olivenhain herfällt. Um die Ernte zu erleichtern, werden das letzte Mal die „Fasce“ (Terrassen) gemäht. Die Netze, welche unterhalb der Bäume ausgelegt und an Ästen und Zweigen bzw. an speziellen Metallhaltern aufgehängt werden, können dadurch optimal gespannt werden und fangen sich nicht in hohen Gräsern.

Für den konventionellen Olivenbauern stellen sich so kurz vor der Ernte nicht ganz so viele Fragen – die Bäume sind mit Pestiziden oder anderen Mitteln (z.B. Kupfer) besprüht worden, um einen Fruchtverlust durch Schädlinge zu minimieren. Die Terrassen sind mit Herbiziden von „Unkraut“ befreit. Aber natürlich die Wetterlage ist auch für ihn von großer Bedeutung.

Im Olivenhain dominieren um diese Jahreszeit zwei Farben: das silbrig glänzende Grün von den im Wind bewegten Olivenblättern und die beige-gelben Farbtöne vom Schnittgut am Boden: zwischen den Olivenblättern zeigen sich die mittlerweile über 1 cm großen grünen-violetten Früchte.

So gar nicht in diese natürliche Farbenwelt passen die gelbleuchtenden Tafeln

– diese leuchtenden Leimfallen hängen seit Mitte Juni zusammen mit umfunktionierten Wasserflaschen aus Kunststoff im Baum. In den Flaschen befindet sich ein Lockstoff und ein Kontaktgift, welches die konventionellen Bauern direkt auf die Früchte aufbringen, der biologisch arbeitende Olivenbauer aber natürlich nicht an den Olivenbaum oder die Früchte heranlässt. Auf dass viele von den Olivenfliegen auf diese Art von ihrem eigentlichen Ziel abgehalten werden!

So sind wir in den Startlöchern für die Ernte und warten kribbelig auf den Startschuss.

Anbei einige Bilder von den Oliventerrassen mit den obig beschriebenen Maßnahmen


Ciao und bis bald mit neuem Olivenöl

*Euer Peter und Thorsten*

**ACHTUNG: Olivenhelfer gesucht von 10.-29.Oktober!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!**

Nächste Kapitel für Mein SENDLING: Schädlinge im Olivenhain / Ernte / Sortierarbeiten / Mühle und Pressvorgang /





**City-Makler.net**



**www.city-makler.net 089 - 12 12 80 23**

### **Tipgeber werden und bares Geld verdienen!**

Kennen Sie in Ihrem Bekanntenkreis Wohnungseigentümer, deren Mieter gerade ausziehen? Wollen Freunde ihr Haus verkaufen? Sucht der Nachbar schon seit Wochen einen Nachmieter?

Geben Sie uns einen **Tipp**, denn wir sind ständig auf der Suche nach neuen Objekten. Und Sie können dazuverdienen: Wird die durch Sie empfohlene Immobilie durch uns vermietet oder verkauft, zahlen wir Ihnen **50EUR** bei Vermietung und **500EUR** bei Verkauf! Rufen Sie uns an!



**www.city-makler.net**  
**089 12 12 80 23**

# Ein GEBURTSTAGS- GESCHENK

von Margarete Buchner  
August 2011

**Werden Sie Telekom Kunde, wechseln Sie Ihren Anbieter, bestellen Sie ein neues Zusatzteil, werden Sie aktiv. Sekundenschnelle Hilfe wird Ihnen angeboten. Wobei sekundenschnell neu definiert wird. Wie mir geschehen. Lesen Sie diesen Bericht, geschrieben in der Obhut eines Aufsehers, der mit der großen Spritze im Anschlag steht. Mein Schreien hatte die Stadt in Aufruhr versetzt.**

Alles fing mit meiner Geburt an. Eine so große Freude war den Menschen beschieden, dass ich jedes Jahr diesen Tag feierte und Geschenke bekam.

Vor ein paar Jahren, ich war schon ziemlich alt, ein Smart Phone, gebraucht, sehr gut erhalten, vererbt vom Sohn, ein golden verhüllter Apfel. Verlockung aus dem Paradies. Meine Freude grenzenlos. Luxus pur, ich gehörte zur Szene. Den Apfel wollte ich in Einsatz bringen, mein treues Handy eintauschen. Dafür musste ich einen günstigen Vertrag als Netz- und Mobil-User aushandeln.

Es begab sich aber, dass ich in die Warteschleife der Telekom geriet. Mit minütlichen Versprechungen, der nächste freie Kundenberater ist bereits für Sie reserviert. Stundenlang, tagelang. Man brachte mir Stärkung ans Telefon, ich aß pfundweise Schokolade, vor allem in den Nächten, denn die Telekom bietet einen 24-Stunden-Service, ich erwog eine Implantation des Apparates, ich ließ mir einen Katheter anlegen, ich dämmerte vor mich hin. Endlich eine menschliche Stimme. Life. Sind Sie wirklich ein echter Mensch? Ja, selbstverständlich und bitte geben Sie zur nochmaligen Überprüfung Ihre Telefonnummer und Adresse an. Sehr gerne, stotterte ich - und aus ist's, gar ist's, meine Telefonnummer ein unlösbares Sudokurätsel, mein Name Lottermann oder Papst, meine Adresse Wuppertal oder wo. Geduldig der ferne Kundenseelsorger: Schauen Sie in Ihre Geburtsurkunde, Ihren Personalausweis. Kurzum, irgendwann klappte es, ich handelte einen günstigen Vertrag aus. Vielen Dank und tschüss.

Beim Beenden des Gesprächs fiel mir siedend heiß ein, dass ich eine wesentliche Info nicht erwähnt habe: Meine Ehe mit meinem lang gedienten Mobilfunkbetreiber konnte erst im nächsten Jahr geschieden werden. Und ich erneut ans Telefon. Alle Kundenberater scheinen vor mir gewarnt zu sein. Rien ne va plus. Nun gut, nicht aufgeben, nächster Programmpunkt, ein Telekomladen. Nach stundenlangem Warten - die Menschen in der Schlange vor mir haben ebenfalls langatmige Probleme, der Laden wird vorübergehend geschlossen, die Personen werden nur noch einzeln eingelassen, Sitzplätze gibt es nicht – beruhigte mich ein Verkäufer: Sie schicken einfach die Unterlagen wieder zurück und stornieren den Auftrag innerhalb der nächsten 14 Tage und bleiben, bis Ihr Vertrag ausgelaufen ist, beim jetzigen Betreiber. So einfach. Danke, sehr freundlich.

Mein nächster Weg führt zum Mobilfunkbetreiber, er möge meinen goldnen Apfel aktivieren, das alte Betriebssystem in die neue Pracht installieren. Ein klitzekleines Problem taucht auf, der Sohn hat seinerseits seinen Vertrag noch auf T-mobile laufen, der muss erst entsperrt werden. Das geht schnell, in 48 Stunden ist das erledigt, verspricht der vertraute Telekomsachbearbeiter. Und da wiederholt sich die telekommunistische Zeitdefinition, nach Jahren noch kein Land in Sicht. Der goldene Apfel welkt und fault, die Entsperrung findet leider nie statt.

Dies nur am Rande des Wahnsinns, denn inzwischen hatten sich elementarere Probleme ergeben. Lateral. Wie beim Arzt, den man wegen Kopfschmerzen aufsucht und mit Gastritis, Herzrhythmusstörungen und Wirbelsäulensyndrom verlässt. Durch die Bitte um eine schnellere Internetverbindung, die unabhängig vom stornierten Vertragsabschluss gewährt wurde, geriet das ganze Datenzulfersystem in Aufruhr und endete in elektrotechnischer Verweigerung: Mein Netz ist tot, ich kam nicht mehr raus. Die Außenwelt ist nur über Handy zu erreichen.

Meine Enkelin unterstützte mich, überprüfte Stecker, Kabel, Drähte, Leitungen, stöpselte aus, schraubte ab, verhedderte sich in altem und neuem Splitter, ein verlassener Hausbewohner schwäbelte uns täglich und besser wissend sein Know-how in unsere hilflosen Handlungen, alle anderen waren geflohen.

Ersparen Sie mir Einzelheiten, nur soviel, meine letzten Wochen daheim verbrachte ich am Handy. In der Warteschleife. Die rituell nach einer Viertelstunde abgebrochen wurde mit dem Stereotyp: Unsere Abfrageplätze sind zur Zeit alle belegt, versuchen Sie es später wieder.

Jahrelanges Meditieren, Yoga-Asanas versagten. Mein Schreien veranlasste die örtliche Polizei einzugreifen.

Und so lebe ich hier hinter vergitterten Fenstern. Zum Geburtstag krieg ich nur noch Schokolade, um mich ins Bett zu bringen, brauche ich mittlerweile zwei kräftige Pfleger. An besonders friedlichen Tagen geben sie mir mein altes Handy, und ich wippe begeistert mit dem Fuß: Bitte, haben Sie einen Moment Geduld.



Margarete Buchner

# Wiesnbesuch oder...?

Sie zeigen keinerlei Ermüdungserscheinungen. Sie sind einfach da und scharren, nur wenig neugierig heben sie die Köpfe, als ich ihnen einen Besuch abstatte. Die beiden Freilaufhühner Calimera und Coco sind in der Pension Haydn abgestiegen. Zur Wiesnzeit, ganz in der Nähe der Festwiesn, in der Haydnstraße.

Gerade hatte ihnen die kleine Andra Raissa, die Tochter der Pensionswirtin, Biosalat gebracht und ein bisschen mit ihnen gesprochen. Gleichmütig picken sie vor sich hin, der Wirbel ums Huhn an sich lässt sie kalt. Obwohl sie ein lebendes Denkmal für ihre heiß gegrillten Kollegen sind.

Tommi Schmidt, Performancekünstler, hat lange gesucht, bis er eine begeisterte Wirtin gefunden hat. Die meisten hatten kopfschüttelnd abgelehnt.

Warum nicht, Dreck machen alle, sagt die sympathische Roxana Frohmajer, bei Hühnern ist er überschaubar. Sie kennt Hühner gut, die Großmutter in Rumänien hatte eine Farm.

Tommi Schmidt und seine Projektpartnerin Birgit Merk wählen sorgfältig den Raum aus, er soll alles bieten, was ein Gast zur Wiesnzeit braucht, ein gutes Bett, Waschbecken, da es ein preiswertes Zimmer ist (zur Wiesn ist nichts wirklich preiswert) mit Etagenklo. Calimera und Coco stört es nicht, sie sind es zufrieden,



dass Stroh aufgeschüttet ist, zwei Sitzstangen in unterschiedlicher Höhe angebracht und Wassernäpfe bereit gestellt sind und ob hier oder in Forstinning, das macht keinen Unterschied beim Eierlegen.

Tommi Schmidt hat ganz normal gebucht. Eine Tierschutzakademie war zwar schnell zur Stelle, musste ohne Beanstandung abziehen, vielleicht postieren sie sich jetzt vor den Bratereien.

Die kleine Pension mit 20 Zimmern ist voll belegt, kein Mensch schert sich um Zimmer Nr. 8 und das grelle Gegacker, das hin und wieder vor dem Legen triumphiert. Nicht anders als die Hühner, die ihre Freiluftverlegung nicht kümmert. Die Gäste halten München eh für ein bisschen verrückt mit seinem Oktoberfestkarneval, warum nicht auch Hühnergeschrei.

Auf seine leise unaufgeregte Weise hat Tommi Schmidt, der ansonsten seinen Unterhalt in der Werbebranche verdient, auch ein kunstfernes Publikum erreicht, deren Wahrnehmung geschärft: 500.000 Hühner, eine halbe Million (!), die wir während der Wiesn nur aus Lust und Dollerei zu unsrer normalen Atzung vertilgen, als kalorienreiches Polster für die Biermaßn, waren Lebewesen mit Empfindungen, haben gegackert und Eier gelegt, als Biohuhn durften sie 80 Tage leben, in der konventionellen Zucht nur 30 und wenn's hoch kommt in den Medien, dann waren das auch noch schändliche.

Calimera und Coco fahren nach drei Tagen und Nächten seelenvergnügt zurück zum Heimathof, der nächste Gast bekommt ein normales sauberes Zimmer.

Und Tommi Schmidt bezahlt den Luxusaufenthalt der Hühner, indem er Privatzimmer an Wiesnbesucher vermietet. Mit Augenzwinkern kann er seine künstlerische Vorstellung realisieren.

Die Hühner danken es mit frischgelegten Eiern, die schwarze Calimera legt extra large.

### Info- und Erlebnisabend: Schamanische Reise mit der Trommel

**Ich möchte euch gerne meine Art des therapeutischen „Schamanisierens“ vorstellen. Die schamanische Reise mit der Trommel und den damit verbunden Möglichkeiten mehr über sich selbst zu erfahren und mehr Wohlbefinden zu erlangen.**

**Was bedeutet Reisen und wie geht das? Was, wenn ich in der Reise nichts sehe? Was mache ich dann mit dem Erlebten? Was ist die nichtalltägliche Wirklichkeit?**

**Ich lade euch auf eine „Schnupperreise“ ein und freue mich euch all dies und vieles mehr zu beantworten.**

---

Wann / Wo: Yogawerkstatt München, Plinganserstr. 23, 15.Okt., 18:30 - 20:00 Uhr  
Leitung: Birgitta Nolde, Tel. 07633 - 406 43 12, [www.deine-therapie.com](http://www.deine-therapie.com)  
Eintritt: Spende

# Einladung zu Monika Müller Leibl Ausstellung



**Kunst in Sendling vom 6.10. bis 9.10.2011  
beim H-TEAM e.V.**

Liebe Leser und Leserinnen der Kleinen Nachbarschaftszeitung „Mein SENDLING“,

bei „Kunst in Sendling“ können Sie konzentriert und an vielen verschiedenen Stationen/Ateliers und Einrichtungen verschiedenste Kunst sehen und hören.

Zum dritten Mal in unseren Räumlichkeiten in der Plinganserstraße 19, 81369 München.

Wir laden Sie und Ihre Freunde herzlich zu unserer Ausstellung von

## MONIKA MÜLLER LEIBL

ein. Die Künstlerin zeigt unter dem Thema „Das Haus meiner Ahnen“ Malerei, Fotos und Videos, die nach einem Aufenthalt in Shanghai und Hong Kong entstanden sind. Die Künstlerin war 2010 bei ihrem Aufenthalt in Asien auf den Spuren ihres Ururgroßvaters Hoamei unterwegs.

Öffnungszeiten:	Donnerstag	6.10.	19-22 Uhr Eröffnung der Ausstellung
	Freitag	7.10.	19-22 Uhr
	Samstag	8.10.	14-22 Uhr
	Sonntag	9.10.	14-20 Uhr

Wir freuen uns auf Ihr Kommen!

„Es freut uns sehr, dass diese renommierte Künstlerin mit ihren außergewöhnlichen Werken unsere Räume für Kunst in Sendling zur Ausstellung nutzt“, sagt Peter Peschel, Geschäftsführer des H-TEAMS.

Der H-TEAM e.V. stellt ein umfassendes Dienstleistungsnetz für Menschen bereit, die Hilfe benötigen, weil Krankheit, Unfall, Alter oder andere Schicksale sie an den Rand der Gesellschaft gedrängt haben. Durch ein differenziertes, auf die jeweilige Lebenssituation abgestimmtes Hilfeangebot kann stationäre Pflege, Heimunterbringung oder Obdachlosigkeit oft verhindert werden. Ziel ist dabei der Erhalt der eigenen Wohnung und des gewohnten Umfeldes.

**Pressekontakt: H-TEAM e.V.**

**Peter Peschel, Geschäftsführer**

**Plinganserstraße 19, 81369 München**

**Tel. 089/7473620, Fax 089/7470663**

**E-Mail: peschel@h-team-ev.de**

ich möchte mich und meine Angebote vorstellen, die ich unter dem Namen Faden der Ariadne als Vermittlung von Sprache-Astrologie-Tanz zusammengefasst habe.

Ich habe Germanistik und Italienisch studiert und unterrichte seit vielen Jahren Deutsch für Ausländer. Seit meiner Schulzeit beschäftige ich mich mit einer psychologisch ausgerichteten Astrologie, die ich in Vorträgen und Seminare weitergebe als eine auf Selbstwahrnehmung und – verantwortung basierende Mischform zwischen Kunst und Wissenschaft. Oder auch in Form von mündlichen bzw. schriftlichen Einblicken in das Geburtshoroskop.

Faszinierend an Astrologie ist für mich u.a. die Vielgestaltigkeit jedes Planetenprinzips, das man in Beziehung zur Innen- und Außenwelt setzen kann: Astrologie ist eine Art Ökologie der Psyche und der Welt, macht deren differenzierte Verbindungen und Vernetzungen deutlich. Die Planetenprinzipien symbolisieren grundsätzliche Lebensprinzipien, die wir einerseits ähnlich, andererseits unterschiedlich erleben, je nach Lebensphase und kulturellem, familiärem und individuellem Hintergrund.

Im Vordergrund steht für mich dabei, seriöse, psychologisch orientierte Astrologie von manipulativer Wahrsagerei und deterministischen Prognosen abzugrenzen, als die sie in den Massenmedien leider immer noch oft vermittelt und wahrgenommen wird.

Der orientalische Tanz mit Elementen aus dem kreativen Tanz bildet die dritte Säule meiner Tätigkeiten. Mehrere Jahre habe ich an der Himmelfahrtskirche Bauchtanzkurse gehalten. Im Moment suche ich einen bezahlbaren, geeigneten Raum von mindestens 30 qm, den man auch mal spontan mieten kann. Wenn jemand etwas weiß, bin ich dankbar um Hinweise! Denn gerne würde ich ein Mal im Monat im Frauen-Tanz-Treff anbieten mit zusätzlichen Übungen aus dem Yoga und der Kinesiologie.

Schreiben ist ebenfalls ein wichtiger Punkt in meinem Leben – über Frauenthemen, Tanz, Astrologie und Reisen. Viele Artikel finden Sie auf meiner Internetseite [HYPERLINK „http://www.faden-der-ariadne.de“](http://www.faden-der-ariadne.de) [www.faden-der-ariadne.de](http://www.faden-der-ariadne.de). Dank eines Stipendiums konnte ich letztes Jahr mein Buchprojekt „In der Spirale des Lebens – mythologische Frauen im Dialog mit astrologischen Archetypen“ fertig stellen.

Daraus werde ich analog zu den 4 Elementen an 4 Abenden im Raum der Begegnung in SENDLING, Daiserstr.15, lesen. Diese Lesungen sind analog zum Buchkonzept auch als interaktiver Dialog mit den Zuhörern gedacht. Der erste Abend am Freitag 11.11. 2011, 19.30, wird dem Element Wasser gelten. Die weiteren Termine sind am 20.1., 17.2. und 16.3.2012.

Ich freue mich darauf, Sie kennenzulernen.

Das Paradies hat einen Namen – Münchner Krimi-Humoreske von Hanna Perlmann und Ilonka Svensson

Der Mörder ist nicht immer der Gärtner. Ein Frisör wird im Münchner Glockenbachviertel ermordet. Ein Modedesigner gerät in die Maschen der Mafia. Eine Zugezogene hat nicht nur Wohnungsprobleme zu bewältigen.

Den Roman über Münchens Charme und dessen dunkle Seiten finden Sie als E-Book auf [www.neobooks.com](http://www.neobooks.com) für 7,99 Euro.

40% davon kostenlose Leseprobe im Internet

# kunst n sendling

## AUSSTELLER

<p><b>01</b>  <b>SONIA HACHMANN</b>   Malerei  <b>SOPHIE MONNARD</b>   Malerei</p> <p>Meindlstr. 17, Hort „Die Tintenklexe“          &gt;&gt; SIEHE RAHMENPROGRAMM</p>	<p><b>06</b>  <b>MARGIT MEMMINGER</b>   Malerei, Fotografie          &gt;&gt; SIEHE RAHMENPROGRAMM  <b>EVA RAISER-JOHANSON</b>   Textile Objekte</p> <p>Oberländerstr. 46, Rgb.</p>
<p><b>02</b>  <b>MONE KANTE</b>   Mediale Objektgestaltung  <b>KARL KEMPF</b>   Fotografie</p> <p>Daiserstr. 44c, Rückgebäude (1.Stock)</p>	<p><b>07</b>  <b>MONIKA MÜLLER LEIBL</b>   Foto, Kurzfilm,          Malerei</p> <p>H-Team, Plinganserstr. 19</p>
<p><b>03</b>  <b>IRIS CHRISTMANN</b>   Schmuck  <b>JOACHIM TRAPP</b>   Maieutische Konzeptkunst          &gt;&gt; SIEHE RAHMENPROGRAMM</p> <p>Schmuckatelier Lindenschmitstr. 21,          Eingang Daiserstr.</p>	<p><b>08</b>  <b>GISELA DRESCHER + Gast</b>   Bildhauerei &gt;&gt;          SIEHE RAHMENPROGRAMM  <b>ANNI RIECK</b>   Bildhauerei, Malerei</p> <p>Freie Werkstatt für Bildhauerei und          Gestaltbildung, Kidlerstr. 19, Rgb.</p>
<p><b>04</b>  <b>LENA ZEHRINGER</b>   Malerei          Büro (S)INNENARCHITEKTUR,          Lindenschmitstr. 23</p> <p><b>MICHAEL HARMS UND KARIN DENK</b>            Photographie          Lindenschmitstr. 23</p>	<p><b>09</b>  <b>SABINE DEICKE</b>   Malerei</p> <p>Himmelfahrtskirche, Kidlerstr. 15,          Kirchenraum</p>
<p><b>05</b>  <b>GREGOR KAPPICHT + Gäste</b>   Fotografie          Atelier Lindenschmitstr. 40, Ecke Kidlerstr.          (Eingang ins Souterrain von der Kidlerstr.)</p>	<p><b>10</b>  <b>ROBERT GRÄF</b>   Lichtobjekte  <b>MICHAEL KURZ</b>   Malerei  <b>ARMIN PREY</b>   Malerei, Fotografie  <b>ADELA ELIBOL</b>   Malerei</p> <p>Himmelfahrtskirche, Kidlerstr. 15,          Eingang über Garten</p>

<p><b>11</b> <b>RÜDIGER WÖRSTER</b>   Malerei</p> <p>Himmelfahrtskirche, Kidlerstr. 15, Kirchenraum</p>	<p><b>17</b> <b>JÖRG LILLEIKE</b>   Malerei Sendlinger Buchhandlung, Daiser Str. 2</p>
<p><b>12</b> <b>MARION KROPP</b>   Malerei</p> <p>Atelier Marion Kropp, Kidlerstr. 16, Rgb.</p>	<p><b>18</b> <b>FRIEDERIKE BÜCH + Gast</b>   Malerei &gt;&gt; SIEHE RAHMENPROGRAMM 48</p> <p>Daiserstr. 6</p>
<p><b>13</b> <b>ANNE BRENDER-OBERWALLNER</b>   Bildhauerei <b>CHRISTIANE DEMENAT</b>   Bildhauerei <b>BETTINA FICHTL</b>   Bildhauerei, Malerei <b>DORIS SCHLEICHER</b>   Skulptur <b>ULI WINKLER</b>   Bildhauerei und Grafik &gt;&gt; SIEHE RAHMENPROGRAMM</p> <p>Bildhauergemeinschaft Kidlerstr. 3</p>	<p><b>19</b> <b>REGINE HACKENBERG</b>   Fotografie Kelleratelier Daiserstr. 9</p> <p><b>CHRISTINA LECHNER + Gäste</b>   Die Einrichterei Daiserstr. 9</p>
<p><b>14</b> <b>JUDITH GRATIAS</b>   Malerei</p> <p>VIERHAND Software und Beratungs GmbH, Kidlerstr. 2</p>	<p><b>20</b> <b>WILFRIED PETZI</b>   Fotografie</p> <p>Alramstr. 29, Fotostudio</p>
<p><b>15</b> <b>LISA BÖLL</b>   Malerei, Skulpturen, Zeichnungen <b>IRINA HERMANN</b>   Holzskulpturen, Collagen, Zeichnungen <b>MIRIAM PASCHKE</b>   Malerei, Mischtechnik</p> <p>Malschule K.P. Frank, Plinganserstr. 6 im Stemmerhof</p>	<p><b>21</b> <b>RACHEL BARBOSA /</b> <b>ARNOLD REIDELHUBER</b>   Fotografik <b>GERTRUD FASSNACHT</b>   KunstRaumSpaziergänge &gt;&gt; SIEHE RAHMENPROGRAMM</p> <p>Café Kreislauf, Daiserstr. 22</p>
<p><b>16</b> <b>SYLVIA WEBER</b>   Malerei</p> <p>Daiserstr. 3, Verein für Familientherapie und -beratung</p>	<p><b>22</b> <b>3 SENDLINGER IN DER KULTUR- SCHMIEDE</b>   Zeichnung, Text, Malerei</p> <p>Sendlinger Kulturschmiede, Daiserstr. 22</p>
<p><b>16</b> <b>SYLVIA WEBER</b>   Malerei</p> <p>Daiserstr. 3, Verein für Familientherapie und -beratung</p>	<p><b>23</b> <b>PASCUAL CARLOS ESTEBAN</b>   Malerei</p> <p>Raum für Begegnung in SENDLING, Daiserstr. 15</p>

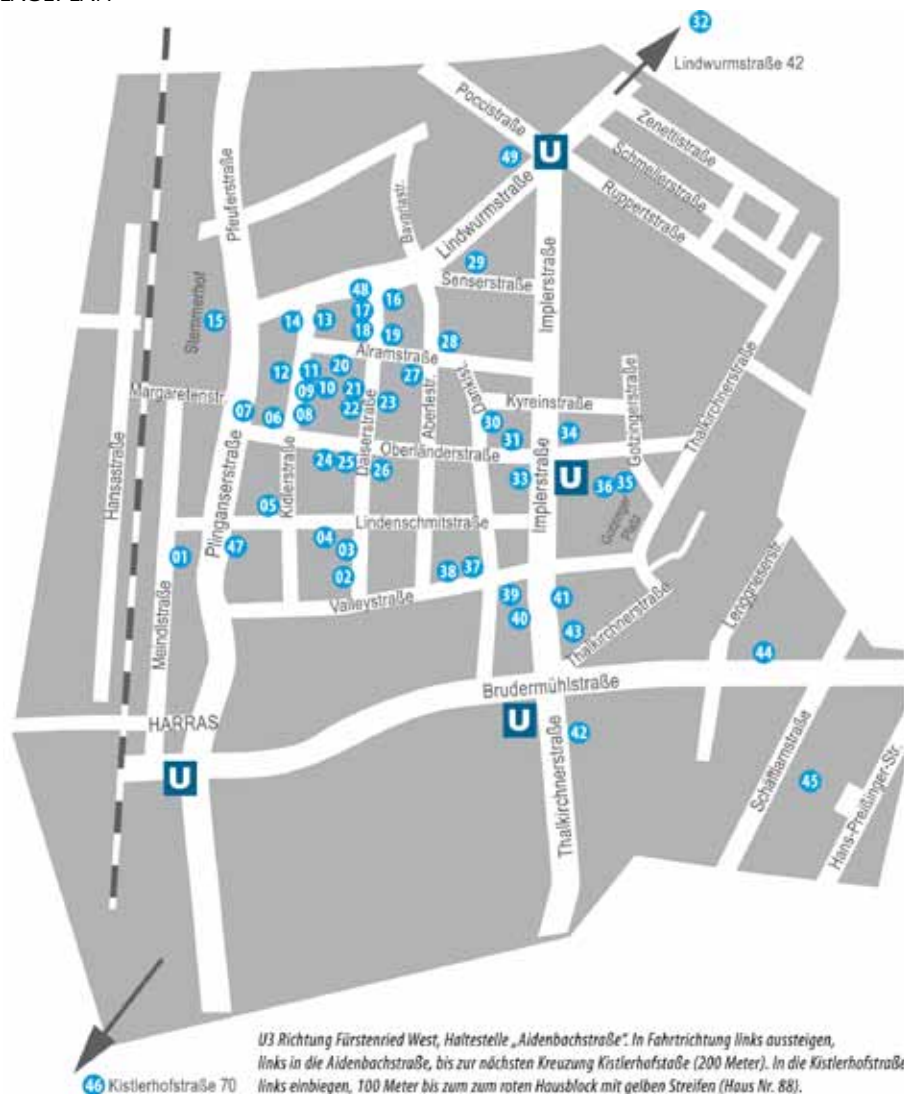
# kunst n sendling

<p><b>24</b> <b>DIRK RICHTER</b>   Digitale Kunst</p> <p>Oberländerstr. 21, 1. Stock</p>	<p><b>30</b> <b>CAROLIN LEYCK</b>   Malerei Danklstr. 11, Laden &gt;&gt; SIEHE RAHMENPROGRAMM</p>
<p><b>25</b> <b>MATTHIAS GROSHOLZ</b>   digitale Kunst</p> <p>Oberländerstr. 21, 3. Stock</p>	<p><b>31</b> <b>FRANZISKA AMBACHER + GAST</b>   Malerei <b>CHRISTIAN WILMS</b>   Bildhauerei Innenarchitekturbüro Sabine Wagner Gestaltung „alte Bäckerei“, Oberländerstr. 14, Rgb., Keller (rechts)</p> <p><b>SINA-MARIA</b>   Malerei auf Holz <b>PETRA STÜTZE</b>   Malerei Oberländerstr. 14, Rgb., im Hof links, 1. Stock</p>
<p><b>26</b> <b>ROBERT HUNDSDORFER</b>   Moderne abstrakte Bilder/Wohnbeton <b>FRANZ WILL</b>   Fotografie</p> <p>SPD Bürgerbüro, Daiserstr. 27</p>	<p><b>32</b> <b>KATHARINA SCHELLENBERGER</b>   Malerei, Fotografie Lindwurmstr. 42, Keller (U-Bahnstation Goetheplatz, Eingang neben dem „Schoppenstüberl“)</p>
<p><b>27</b> <b>MONIKA VESELY</b>   Schmuck</p> <p>Atelier für Schmuck, Alramstr.19, Ladeneingang Aberlestr. &gt;&gt; SIEHE RAHMENPROGRAMM</p>	<p><b>33</b> <b>JOHANNA C. NEUMEIER</b>   Malerei</p> <p>Atelier Johanna C. Neumeier, Implerstr. 38, 2. Stock, rechter Aufgang</p>
<p><b>28</b> <b>C:B:R KUNSTKAPELLE + Gast</b>   Installation mit Lesung zur vollen Stunde Aberlestr. (vor REWE) &gt;&gt; SIEHE RAHMENPROGRAMM</p>	<p><b>34</b> <b>FRANZISKA E. FREITAG</b>   Textile Kunst, Schmuck</p> <p>Atelier Perlenraum, Implerstr. 47, 4. Stock</p>
<p><b>29</b> <b>SANNI FRÜCHTL</b>   Bildhauerei <b>NADINE KEßEL</b>   Bildhauerei <b>ELSA NIEMANN</b>   Bildhauerei <b>NADINE ROSANI</b>   Bildhauerei, Objektkunst</p> <p>Bildhauerwerkstatt, Senserstr. 5, Rgb.</p>	<p><b>35</b> <b>SCHÖNERE WELT + Gäste</b>   Grafik, Design, Visuelles Im alten Fruchthof, Gotzingerstr. 52-54 (1. Hof, Aufgang A, 3. Stock) &gt;&gt; SIEHE RAHMENPROGRAMM</p>

<p><b>36</b>  <b>ANDREA HILLEN</b>   Malerei  <b>CHRISTINE RATH</b>   Malerei  Atelieregemeinschaft malerei, Gotzingerstr.  52 b, 2.Hof</p>	<p><b>43</b>  <b>C:B:R KUNSTKAPELLE + Gast</b>    Installation mit Lesung zur vollen Stunde  Brudermühlplatz (Sonntag)  &gt;&gt; SIEHE RAHMENPROGRAMM</p>
<p><b>37</b>  <b>LARS WORTELMANN</b>   Fotografie</p> <p>Eis-Bistro VIVA, Dankstr. 32  (Ecke Valleyst.)</p>	<p><b>44</b>  <b>ANJA STEINHAUER</b>   Bildhauerei</p> <p>Brudermühlstr. 8, Rgb.</p>
<p><b>38</b>  <b>ENNIKE ARENDT</b>   Installation  <b>MARTIN HORST</b>   Brokatkunst: Textile  Wandobjekte</p> <p>Valleyst. 38</p>	<p><b>45</b>  <b>BENJY BARNHART</b>   Malerei  <b>WOLF JAENECKE</b>   Malerei  <b>MARTINA KÄNDLER</b>   Fotografie</p> <p>Ateliers Ankerwicklerei,  Hans-Preißinger-Str. 8, Geb. C, 1. Ausgang</p>
<p><b>39</b>  <b>ARNO STEINBRECHER</b>   Computerkunst  – pckunst</p> <p>Privatwohnung, Valleyst. 23/III Mitte</p>	<p><b>FRED KRUEGER + Gast</b>   Malerei, Zeichnung,  Illustration</p> <p>Ateliers Ankerwicklerei,  Hans-Preißinger-Str. 8, Geb. C, Raum 105</p>
<p><b>40</b>  <b>JESSICA SEILNACHT / STEFAN  SCHNEIDER</b>   Malerei, Lichtobjekte</p> <p>isarwasser atelier werkstatt,  Implerstr. 54, Atelier 4.OG</p>	<p><b>HANSJÖRG DRÄGER</b>   Malerei  Ateliers Ankerwicklerei,  Hans-Preißinger-Str. 8, Geb. C, Raum 101</p> <p><b>DOROTHEA SEROR</b>   Performance,  Installation, Film, Malerei, Objekte  Ateliers Ankerwicklerei,  Hans-Preißinger-Str. 8, Geb. C, Raum 107</p>
<p><b>41</b>  <b>CHRISTOPHE SCHNEIDER</b>   Photographie</p> <p>Atelier Christophe Schneider, Implerstr.  67a, 2.Hinterhof rechts</p>	<p><b>46</b>  <b>ANNE BUBNJEVIC</b>   Bildhauerei  <b>ANNELIE KREMER</b>   Bildhauerei  <b>ANDREAS RUMLAND</b>   fotografische Bilder</p> <p>Kistlerhofstr. 70, Geb. 88</p>
<p><b>42</b>  <b>REINHOLD RÜHL + RALF WEISS</b>   Film  Dokumacher Film &amp; Medienproduktion,  Thalkirchnerstr. 143a /EG,  U-Bahn-Ausgang Brudermühlstr. Süd  &gt;&gt; SIEHE RAHMENPROGRAMM</p>	<p><b>MARTINA HAMBERGER-STICKEN</b>   Malerei  Atelier Kistlerhofstr. 70, Geb. 76, 2. OG,  Raum 01</p>

# kunst n sendling

LAGEPLAN





# Am Harras tut sich was!

## 30 Jahre Stadtteilzentrum Harras



Am Harras tut sich was! Und wer jetzt nur an die Baustelle dort denkt, ist auf dem Holzweg. Am Harras wird auch gefeiert, und zwar am Samstag, 8. Oktober 2011 von 13.00 bis 19.30 Uhr. Die Münchner Volkshochschule Süd und die Stadtbibliothek Sendling, die dort seit 30 Jahren unter einem Dach zusammenarbeiten, laden ein zu einem Tag der Offenen Tür.

Seit der Eröffnung des Hauses im Oktober 1981 hat sich das Stadtteilzentrum mit Volkshochschule und Bibliothek zu einem umfassenden Informations-, Bildungs-, Kommunikations- und Medientreffpunkt für alle Bürgerinnen und Bürger des Münchner Südens entwickelt. Das Stadtbereichszentrum Süd der Münchner

Volkshochschule bietet zusammen mit den zwei Außenstellen in Fürstenried-Ost und Hadern jährlich über 1.600 Veranstaltungen an. Im vergangenen Jahr nahmen fast 18.000 Personen daran teil. Im Haus an der Albert-Roßhaupter-Straße 8, das über 15 Unterrichtsräume verfügt, darunter einen Vortragssaal, Küche, Werkraum, Holzwerkstatt, EDV-Raum und Gymnastikraum, stehen jedes Jahr ca. 800 Kursangebote auf dem Programm. Außer in den eigenen Häusern finden die Kurse auch an vielen anderen Orten im Münchner Süden und im Westend statt – ein wohnortnahes Programm von A (wie z.B. Arabisch) bis Z (wie z.B. Zeichnen). Die Stadtbibliothek Sendling ist als die größte Stadtbibliothek Münchens Anlaufpunkt für Münchnerinnen und Münchner aller Altersklassen. In den modern und großzügig ausgestatteten Räumlichkeiten findet man nicht nur Romane und Sachbücher, sondern auch CDs für jeden Musikgeschmack, Hörbücher, PC- und Wii-Spiele und ein breites Angebot an Zeitschriften und Tageszeitungen. Außerdem stehen dort 3 PCs zum Surfen, Chatten und Recherchieren zur Verfügung.



Am 8. Oktober zeigt ein buntes Programm ab 13.00 Uhr einen Ausschnitt aus dem breiten Angebot der beiden Institutionen. Nach einer schwungvollen musikalischen Eröffnung mit der Junior Big Band des Klenze-Gymnasiums heißt es: „Voller Service den ganzen Tag“ mit Ausleihe, Anmeldung, Beratung und Bücherflohmarkt in der Stadtbibliothek. In der MVHS kann man sich anmelden für die neuen Veranstaltungen Herbst-Winter 2011/2012 – und wer noch nicht weiß, welcher Kurs für ihn der richtige ist, kann sich beraten lassen, einen Spracheinstufungstest machen – oder gleich einen Minisprachkurs in Japanisch. Musizieren, Tanzen, Gymnastik, Kochen und mehr – es gibt viele Gelegenheiten zum „Reinschnuppern“. Im Extra-Kinderprogramm in der Stadtbibliothek lesen die Lesefüchse spannende Geschichten für Kinder von 4 bis 10 Jahren vor, die Marionetten Tom und Dudel gehen auf Weltreise und beim Luftballon-Weitflugwettbewerb kann man viele Preise gewinnen. Wer wissen will, wie es sich anfühlt, 100 Jahre alt zu sein, und welche Barrieren man dann im Alltag zu überwinden hat, kann in den Age-Explorer-Anzug schlüpfen.

RISTORANTE

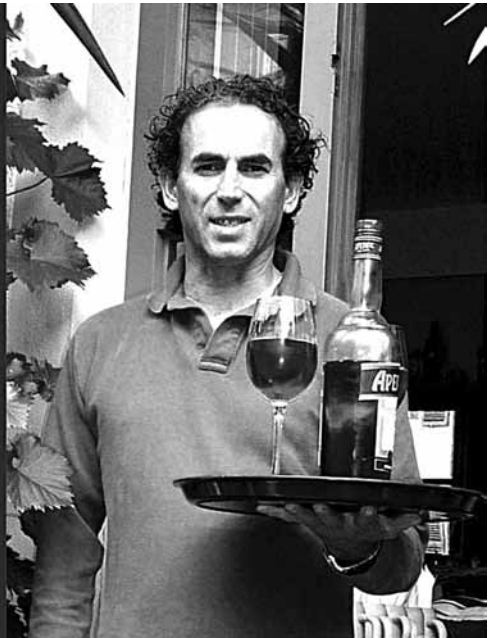
*Rizzo*

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

## Individuelle PC-Kurse für Senioren

Orientierung im Internet  
Word / Excel / PowerPoint  
Datensicherheit und -sicherung etc.

**lernstudio**barbarossa

weiterbildung. nachhilfe. sprachkurse.

**Lernstudio Barbarossa**

**Sabine Hoppe**

**Plinganser Str. 32**

**81369 München**

**Tel.: 089 74 11 86 10**

**HYPERLINK „mailto:m-sendling@lernstudio-barbarossa.de“**

**m-sendling@lernstudio-barbarossa.de**

**www.lernstudio-barbarossa-sendling.de**

Vorstellungsartikel November 2009



## DIE EINRICHTEREI®

RAUMGESTALTUNG | RECYCLINGMÖBEL | RESTAURIERUNG



Christina Lechner von DIE EINRICHTEREI freut sich auf eine gemeinsame Ausstellung mit dem Fotografen Jochen Splett im Rahmen von Kunst in Sendling.

6.Oktober 19:00 – 22:00 Uhr  
7.Oktober 19:00 – 22:00 Uhr  
8.Oktober 14:00 – 22:00 Uhr  
9.Oktober 14:00 – 20:00 Uhr

Sie dürfen gespannt sein auf:  
In der Kindheit sind Phantasie und Glaube noch Geschwister.

Gibt man Kindern Raum und einen kleinen Anstoß, welcher die Phantasie beflügelt, erschließen sich märchenhafte Bilderwelten.

Sie erleben ihre Umgebung beim Spiel noch in grenzenloser Magie.  
Wenn man sie lässt!  
Genau das versuche ich in meinen Shootings zu erreichen.

bildwerk-studio

Jochen Splett  
Papinstr. 53 a  
81249 München- Neuaubing  
089 – 87 58 97 33 / mobil 0172-53 70 123

Straight photography :

Ich ziehe es weiterhin vor, meine Bilder mit der Kamera zu machen, als am Rechner zu generieren. Ich behandle meine digitalen Daten wie analog erstellte.

Echtes Licht und echte Menschen liebe ich.  
Alles auf meinen Bildern ist authentisch, keine Comosings und eingezogene Hintergründe!  
Wenn hier ein Schwein durchs Bild fliegt, dann ist es auch durchs Bild geflogen...

Recyclingmöbel

Die Recyclingmöbel-Kollektion von DIE EINRICHTEREI: Das sind alte Möbel, die gar nicht so alt aussehen. DIE EINRICHTEREI hat sie nämlich ins 21.Jahrhundert geholt.

Sie finden uns in der Werkstatt von  
DIE EINRICHTEREI  
Christina Lechner  
Daiserstraße 9  
81371 München  
089 – 62 26 99 49 / mobil 0179-69 64 174  
Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Vorstellungsartikel März 2011

# gesundheit<sup>3</sup> Gesundheit auf allen Ebenen



## Ihre Naturheilkunde-Praxis am Goetheplatz

- Klassische Homöopathie
- Traditionelle chinesische Medizin / Akupunktur
- Energiearbeit nach Attilio Ferrara
- Shiatsu
- Cranio Sacral-Therapie
- Dorn-/Breuss-Therapie

Mozartstr. 1  
80336 München

Tel. 089 - 45 47 36 06  
[www.heilpraktiker-praxis-muenchen.de](http://www.heilpraktiker-praxis-muenchen.de)

Vorstellungsartikel Januar 2011



## Take care.... Pflegeberatung/Care Management

„Es kommt nicht darauf an wie alt man  
wird, sondern wie man alt wird“

**BEATE DIETZ, Gesundheits- und Pflegeberaterin**

Schondorferstr. 34, 81379 München

Tel.: 089 – 68 09 25 26 – Mobil: 0162-7631186

e-mail: [be-dietz@t-online.de](mailto:be-dietz@t-online.de) / [www.pflegeberatungweb.de](http://www.pflegeberatungweb.de)

Vorstellungsartikel Mai 2011

## marion mutschler



Marion Mutschler  
Fotografenmeisterin

Ötztalerstraße 1B  
81373 München

089-88 90 56 35  
0170-301 99 36

[info@foto-mutschler.de](mailto:info@foto-mutschler.de)

[www.foto-mutschler.de](http://www.foto-mutschler.de)



Vorstellungsartikel November 2009

# 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 handelokal, 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. 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](http://www.praxis-hoessler.de)  
[www.x-tensio.de](http://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

Herr Alexander von Bredow

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 • Mobil (0174) 2066325  
[www.theaterzweig.de](http://www.theaterzweig.de) / [info@theaterzweig.de](mailto:info@theaterzweig.de)

Vorstellungsartikel November 2010



# PRIMUS

## SCHÜLERCOACHING

Individuell – zuhause

alle Fächer – alle Klassen

Tel: 089 / 95441135

[primus.coaching@yahoo.de](mailto:primus.coaching@yahoo.de)

Vorstellungsartikel November 2010

# KK Druck

Bunsenstr. 2-4 · 82152 Martinsried

Tel.: 089-8572061 · Fax 089-8577084

# FLA DESIGN

FRAME4U - EYEWEAR - OUTLET

- Designerkollektionen direkt vom Hersteller
- Brillenparties bei Ihnen zu Hause
- Firmenevents mit Sehtestaktionen
- Sorgfältige Sehtärkenbestimmung 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](mailto:juergen@fladung.de)



Vorstellungsartikel Februar 2008



# digital Defense

protect your business

Dip.Ing.(FH) Stefan W. Bäcker  
IT Security Analyst

Ganghoferstr. 83  
81373 München

Tel. 089 / 452 11 929

Info: [info@digitaldefense.de](mailto:info@digitaldefense.de)

[www.digitaldefense.de](http://www.digitaldefense.de)

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

Vorstellungsartikel April 2011



Bürelli

Raum für Lebenskunst & Selbstgestaltung

Freude & Selbstbewusstsein durch Kreativität

[www.buerelli.de](http://www.buerelli.de)

Vorstellungsartikel April 2011



Die nächste Ausgabe erscheint Anfang NOVEMBER 2011



# CENTRAL REINIGUNG

Boschetsrieder Str. 79



“Meine Arbeit ist Eure Freizeit”  
Arthur Buhl

Vorstellungsartikel Oktober 2008

<p>sparkle sprudel prickelnd LUST AUF: <b>PROSECCO</b> <b>incello</b> LUST AUF: <b>PROSECCO</b> www.vincello.de</p>	<p>sparkle into the weekend jeden 1. FR im Monat ab 17 Uhr im <b>Vincello</b> <b>PROSECCO</b> premium style Glas 0,11250 Euro Engelhardstr. 33 · 81369 München www.vincello.de</p> 
--	--

<p>Leckere Kuchen Partyplatten Getränke <b>DAS</b> Leberkäs Torten <b>KLleine</b> Brotzeit Gebäck <b>BACKHAUS</b> Wurst Und ein Lächeln umsonst...</p> <p>Das kleine Backhaus, Boschetsrieder Str. 17, 81379 München Alexia Apostolidou, Tel. 089-7232160</p>	
---	--

Vorstellungsartikel April 2008



## Lebensqualität aus Italien

Öffnungszeiten:

Di - Sa 10 Uhr - 20 Uhr (22 Uhr)

So 10 Uhr - 18 Uhr (22 Uhr)

Thorsten Malcus

Engelhardstr. 33 • 81369 München

Tel.: 089 - 20 18 44 95 • Fax: 032 12 12 47 802

mail: vincello@online.de • web: www.vincello.de

Vorstellungsartikel Juli 2010

Kaffee und Kuchen Jeden ersten Sonntag  
im Monat um 14.00 Uhr beim  
Wunschkonzert im ASZ Sendling.

**Elisabeth Kripp freut sich auf Sie!**



## 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](http://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](mailto:info@lebenstanz.com)

Vorstellungsartikel April 2011

## SENDLINGER AUGUSTINER

### DAS GEMÜTLICHE WIRTSHAUS IN SENDLING

Frühstücken in Sendling 10,50  
jeden Sonntag 10.30 - 14.00 Uhr

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

Samstag ist Schnitzeltag!  
Verschiedene Schnitzel mit  
Beilage, 6,66



Alarmstra. 24 • 81371 München  
U3 / 6 Implerstraße

Tel. 089 / 7470925

[www.sendlinger-augustiner.de](http://www.sendlinger-augustiner.de)

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

Fußball Bundesliga Live auf Großleinwand

Vorstellungsartikel November 2009

## Sendlinger Erzählcafe 29

*Heute haben wir uns Gedanken gemacht und darüber gesprochen, was wir mit Erntedank verbinden.*

*Hat Erntedank heute noch eine Bedeutung?  
Ist Erntedank noch in Mode?*

*Wie wurde Erntedank früher und wie wird es heute gefeiert?*

Bevor wir in die Diskussion eingestiegen sind, habe ich einige geschichtliche Informationen gegeben:

so z.B., dass es Erntedankfeste schon in vorchristlicher Zeit gab; im Judentum u.a. das Laubhüttenfest im Herbst, am Ende der Lese.





In der katholischen Kirche ist ein Erntedankfest seit dem 3. Jahrhundert belegt, jedoch einen Festtermin legte man erst 1972 fest, nämlich den ersten Sonntag im Oktober.

In manchen evangelischen Gemeinden bürgerte sich der Michaelstag (29.Sept.) ein oder ein benachbarter Sonntag.

Jetzt steigen Erinnerungen hoch, denn viele unserer Besucherinnen sind auf dem Land aufgewachsen. Hier hatte Erntedank noch eine tiefe Bedeutung.

Einige erzählen von der geschmückten Kirche, in der alles Geerntete, wie Obst, Gemüse und 2 Weizengarben auf die Altarstufen gelegt wurden oder die wunderbaren Erntekronen, die im Kirchenschiff aufgehängt waren.

Wunderschöne Bilder wurden vor den Altarstufen gelegt, mit blauen und goldgelben Trauben.

Auch die Kinder wurden einbezogen. Eine Teilnehmerin erzählt mit Stolz wie sie ihre Erntegaben zum Altar bringen durfte.

Am Ende des Erntedankfestes wurden dann alle Lebensmittel unter die Bedürftigen der Gemeinde verteilt.

Frau M. weist darauf hin, dass in ihrer Pfarrei auch heute nach der Erntedankfeier, Gemüsesuppe unter die Anwesenden verteilt wird.

Andere verweisen auf die „Tafel“, der alle Erntegaben für Bedürftige übergeben werden.

Es gab aber auch weltliche Feiern nach der Ernte.

Im Badischen, erzählt eine unserer älteren Damen, setzte man sich nach der Lese im Weinberg zusammen und zur Feier des Tages gab es für alle Erntehelfer „Bibileskäs“.

„Auch im Hopfenanbaugebiet Hallertau hat der Hopfenbauer die letzte Hopfendolde feierlich heimgetragen und dann wurde gefeiert“, wird per Zwischenruf ergänzt.

Jetzt wird auf den Gärtnertag im Herbst, der hauptsächlich am Viktualienmarkt stattfindet und die Gartenfeste bei den Kleingärtnern hingewiesen.

Beim „Thanksgiving Day“ der immer am vierten Donnerstag im November in den USA gefeiert wird, kommt das Ehepaar Riedel zu Wort. „Dieses Fest ist wichtiger und bedeutungsvoller wie Weihnachten“ und immer auch ein Versöhnungsfest“ erklärt Frau Riedel und ihr Mann unterstützt dies und betont den Familienfestcharakter von Thanksgiving. „Da kommt die ganze Familie zusammen“, sagt er und „traditionell wird ein Truthahn verspeist“. „Die Amerikaner feiern ihre Feste überwiegend zuhause mit der ganzen Familie“, erinnert er sich.

Thanksgiving erinnert an das erste Erntedankfest der Pilgerväter und ist in den USA ein Dankfest für alles Gute und allen Erfolg. Auch alle Präsidenten von Washington bis Obama haben ihren Dank an Gott gerichtet. „Es wird Gott gedankt, wenn man von Krankheiten verschont wurde, gedankt für seine Familie und Freunde und für die Nation“, ergänzt Herr Riedel.

Von einer lustigen Begebenheit erzählt eine andere Teilnehmerin. Ihre Tochter, die eine Freundin aus Amerika zu Besuch hatte, wollte dieser aus Anlass von Thanksgiving einen Truthahn braten. Als das gute Tier in die Bratröhre sollte stellte sich aber heraus, dass das Backrohr zu klein war und so gab es einen zerteilten Truthahn.

Die teilweise schwere Arbeit der Erntehelfer wird auch noch angesprochen und das Ernten ohne Maschinen gar nicht mehr denkbar ist, ob es sich um Kartoffeln oder kleine und große Gurken, Mais etc. handelt.

Die Landwirte helfen sich noch dazu gegenseitig, da wird jeden Tag bei einem anderen geerntet.

Am Ende unserer lebhaften Unterhaltung kommt der Vorschlag im ASZ eine Erntedankfeier anzuregen. Jeder sollte etwas mitbringen und dann wird von den diversen Erntegaben eine Suppe zubereitet.

Ein weiterer Vorschlag war, das Erntedankfest nicht nur als Dankfest für eine gute Ernte zu feiern, sondern darüber hinaus, wie in den USA oder auch in Kanada als Dankfest für alles Gute was uns widerfahren ist.

Unser nächstes Erzählcafé findet am 21. Oktober statt in Kooperation mit der VHS Harras zu dem Thema: „Alt sein heute“. Dieses Thema ist uns ja auf den Leib geschrieben. Mal sehen, ob es auch ein so anregender Nachmittag wird.

Ich würde mich freuen.

Ihre Elisabeth Kripp

Zwei weitere Termine im ASZ möchte ich Ihnen noch bekanntgeben:

Sonntagscafé am 2. Oktober 14 Uhr

Vernissage: „Gesichter, die Geschichten erzählen“  
am Donnerstag 6. Oktober 17 Uhr

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 einem 100% kostenlosen.** 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-mesh Softwareentwicklungs  
und -Vertriebs GmbH  
Neudorfer Straße 7/3  
2361 Laxenburg Austria  
Tel: +43 2236 710 842 0  
Fax: +43 2236 710 842 65  
Mail: peter.prenner@my-catalog.biz

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 Danklstraße  
Café Schuntner, Plinganserstr. 10  
Café Kreislauf, Daiserstr. 22  
Café Duett der Sinne, Murnauer 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-Apotheke, Schmuzerstr. 1  
FLA-Design, Boschetsriederstr. 12  
Fisch Häusl im Stemmerhof, Plinganserstr. 6  
Flavia's World of Beauty, A-Roßhaupter-Str. 22  
Fruta Foodstore, Fallstr. 9  
Getränke Burger, Oberländerstr. 24,  
Glitzerstein, Kidlerstr. 21  
Gesundschuh Wagner, Daiserstr. 35a  
Gida Moden, Daiserstr. 42  
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  
Klangheilzentrum u. Fotoatelier Mutschler  
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, Lindenschmitstr. 31  
Oberländer Apotheke, Oberländerstraße  
O Milos Restaurant, Schöttlstr. 10/Ecke Fallstr.  
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, Schäftlamstr. 166  
Stadtbibliothek Sendling, Albert-Roßhaupter-Str.  
Sendlinger Buchhandlung, Daiserstraße 2  
Stemmerhof: Café im Stemmerhof,  
StemmerKuchl, Stemmerhof,  
Südbad, Valleyst.

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  
Vincello, Engelhardstr. 33  
Wirtshaus Valley's, Aberlestr. 52, Ecke Valleyst.

## 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](mailto:grafik@koniko.de)**

---

**Kontakt:**

**Tel.: 0176 / 96 81 19 26**

**Mail: [redaktion@mein-sendling.de](mailto:redaktion@mein-sendling.de)**

**Web: [www.mein-sendling.de](http://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 Auto-  
ren verantwortlich. Die Red. behält sich Änderungen  
und Kürzungen vor. Es besteht kein Anspruch auf Ver-  
öffentlichung eingesandter Beiträge. Nachdruck, auch  
auszugsweise, nur mit Genehmigung der Redaktion.

---

**Wer möchte Mein SENDLING  
bei sich auslegen?  
[redaktion@mein-sendling.de](mailto:redaktion@mein-sendling.de)**

---



Fortlaufender Beitrag zum Kurs  
„Tanz der Elemente“  
von Lebenstanz,  
Anja Martina Deharde:



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

Das Element

# LEERE

oder die Quelle aller Möglichkeiten,  
die dem Menschen die Kraft verleiht, alle anderen Qualitäten in sich  
wachzurufen und zu erleben.

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. Hier dient uns das System der Fünf Elemente als Leitfaden, die vielfältigen Energien in uns und in der Begegnung mit anderen über unseren Körper zu entdecken.

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

Leere: Die höchste Stufe der physikalischen Manifestation ist die große Leere und Quelle aller Möglichkeiten. Im Westen wurde sie einst als Äther bezeichnet. Heutzutage beginnt man ihre Repräsentation als Energiestruktur im subatomaren Bereich zu erkennen. Kleinste Energieeinheiten, die ständig am Werden und Vergehen sind, formen die Atome. Diese wiederum setzen sich zu Molekülen zusammen und kombinieren so die ganze Vielfalt der materiellen Erscheinungsformen. Dem Menschen ermöglicht die Leere seine Kreativität und gibt ihm die Möglichkeit jede der anderen Manifestationen zu produzieren bzw. in sich wachzurufen. Als Quelle aller Elemente hat sie somit keine spezifischen Eigenschaften. Die Leere hat ihr Zentrum im Hals und drückt sich als Ton, Sprache und die Fähigkeit zu kommunizieren aus.

Menschliche Qualität: Kreativität, Kommunikation

Farbe: blau

Jenseits von positiv und negativ.



Jedes Element hat außerdem eine bestimmte Bewegungsqualität, Bewegungsrichtung und Klang. Das kann man an den Dienstagabenden selbst erfahren:

Tanz der Elemente ist ein schöpferischer und sinnlicher Tanz und basiert auf den Qualitäten der archetypischen Eigenschaften von Erde, Wasser, Feuer, Luft und Leere. Im Zusammenspiel von rituellen Tänzen und Bewegungen aus den Kampfkünsten werden die eigenen Grenzen erweitert; es entstehen neue Bewegungsspielräume.

#### Kursinhalte:

Rituelle Tänze und Bewegungsimprovisation; Kontaktimprovisation und Martial Art Dance  
Ganzheitliches Körpertraining zur Förderung von Balance, Körpersensibilität und Zentrierung

Einzige Voraussetzungen zur Teilnahme sind Neugierde und Lust auf Kreativität.

Zeiten: Fortlaufend dienstags von 19.00 - 20.30 Uhr

Ort: Evas Tanztempel, Hans-Preißinger-Str. 8, München-Sendling, Halle E



Beitrag: 6-Karte zu 96,- € bzw. 88,- € in Kombination mit AfroBrasilTanz (20.45 – 22.00 Uhr)

Schnupper- und Einzelstunde: 16,- €

Da das Training offen ist für Neueinsteiger, bitte ich um vorherige telefonische Anmeldung.

#### Kurzprofil:

Anja Martina Deharde ist freiberufliche Trainerin für afro-brasilianische, rituelle und moderne, kreative Tänze; Leiterin für ganzheitliche Körperbildung und Tanzimprovisation, Bewegungscoach in Einzelsitzungen sowie Referentin und Sportlehrkraft für das Sportamt der Stadt München. Eines ihrer Anliegen ist es den Teilnehmern ihrer Kurse und Workshops neue Bewegungs- und Erfahrungsräume in der tänzerischen Begegnung zu öffnen und den eigenen, individuellen Ausdruck zu stärken.

Beruflich engagiert sie sich unter anderen auch in der Projektorganisation internationaler Führungskräfte-Austauschprogramme in Zusammenarbeit mit Bildungsinstituten und als Übersetzerin und Dolmetscherin in den Sprachen Spanisch, Portugiesisch und Englisch.

## Die Herzkraft stärken und das Gehirn entlasten

Stressabbau durch Herzintelligenz - Tagesworkshop Bindungsenergetik

Das menschliche Herz ist nicht nur Quelle von Kraft und Energie, sondern auch von Weisheit und Intelligenz.

Die bindungsenergetische Therapie nutzt den Zugang über das Herz. Auf diesem Wege erhalten wir wichtige Informationen darüber, was jeder Einzelne für seine Gesundheit und sein persönliches Wohlbefinden braucht.

Die Bindungsenergetik verfolgt damit einen direkten Aufbauprozess, der neue Wege ebnet. So wird es möglich, ineffektive alte Bahnen zu verlassen und neue Perspektiven zu entwickeln, indem wir unsere eigenen Kräfte nutzen und persönliche Potentiale ausschöpfen.

Termin: Fr., 28. Okt. 2011

Zeit: 10.00 – 18.00 h

Kosten: 120 €

Leitung:

Heilpraktikerin Kerstin Zangl-Mittelmeier  
Dipl.-Psych. Bärbel Westerhof

Anmeldung und Information:

Bärbel Westerhof,  
T.: 0421/2446393  
kontakt@bindungsenergetik.de

Kerstin Zangl-Mittelmeier, T.: 07307/923036  
kerstin-zangl@t-online.de



## Herzbegegnung

Tagesworkshop Bindungsenergetik

Das Herz ist die Quelle unserer Lebenskraft. Wo sich Herzkraft entfaltet, entsteht nicht nur Liebe und Verbundenheit, sondern auch Entschlusskraft, Mut, Zuversicht und Aktivität.

Wenn diese Qualitäten im Leben allzu sehr verloren gehen, wenn Mutlosigkeit, mangelndes Selbstwertgefühl, Erschöpfung oder Einsamkeit auftreten, ist das ein Hinweis darauf, dass die Verbindung zum Herzen geschwächt ist.

Das Herz geht uns dann nicht nur als Kraftquelle, sondern auch als wichtigster Ratgeber und Wegweiser verloren.

Wie können wir nun die Verbindung zum Herzen wieder verbessern? Was stärkt die Kraft des Herzens? Und wie ist es möglich, einen erneuten Zugang zu seiner Intelligenz zu bekommen? Diesen Fragen widmet sich die bindungsenergetische Therapie, in der das Herz im Zentrum steht. Bindungsenergetik stärkt die Kraft des

Leitung:

Dipl.-Psych. Bärbel Westerhof,  
Therapeutin und Ausbilderin  
Bindungsenergetik  
Kerstin Zangl-Mittelmeier, Therapeutin

Termin: Sa., 29. Okt. 2011,

Zeit: 10.00-18.00 Uhr

Ort: Raum für Begegnung in SENLDING,  
Daiserstr. 15, 81371 München

Kosten: 120 €

Anmeldung und Information:

Kerstin Zangl-Mittelmeier,  
T.: 07307 – 923036,  
kerstin-zangl@t-online.de



Herzens und lehrt seine Informationen für das eigene Leben wieder nutzbar zu machen. An diesem Tagesworkshop wird es darum gehen, mit dem Herzen in Verbindung zu treten und sich seiner wohltuenden Kräfte und Informationen wieder anzunähern. Es gibt keinerlei Voraussetzungen für die Teilnahme, außer der Neugier, sich dem eigenen Herzen zuzuwenden. Der Workshop eignet sich auch als Einstieg für Interessenten an der Ausbildung in Bindungsenergetik ab 2012 in Ulm.

## Termine für den Raum für Begegnung in SENDLING:

Oktober

4.10. / 20-22h / Yoga mit Julia



6.10.-9.10 / ganztägig  
Ausstellung im Rahmen von Kunst in Sendling:  
Pascual Carlos ESTEBAN, Malerei

10.10.-15.11. / ganztägig  
Ausstellung / Pascual Carlos Esteban, Malerei  
Termine nach Vereinbarung

11.10. / 20-22h / Vortrag Hedwig Streifenender  
Thema: Schüler-Potpourri

12.10. / 19.30-20.30 / Vollmondmeditation mit Monika Eder  
Wertschätzung : 10€

13.10.  
19.30-21.00 / Yoga mit Sandra

19.10.  
19.30-21.00 Yoga mit Sandra

25.10.  
20.00-22.00 Yoga mit Julia

26.10.  
19.00-20.30 Yoga mit Sandra

27.10. / 19.30-21.30  
Vortrag: Die kosmische Energie in der Welt und im Körper  
mit Lutz Haurert

29.10. / 10.00-18.00  
Tagesworkshop Bindungsenergetik mit  
Dipl.-Psych. Bärbel Westerhof und Heilpraktikerin Kerstin Zangl-Mittermeier  
Kosten 120,00€

25 Jahre

# BIO MARKT

## Gemeinschaft

Ehrlich Bio? Schon immer.

Jetzt auch zertifiziert: Hier bei uns.



regional  
& frisch



Ihr  
BioMarkt  
in Planegg

regional & frisch Marktgemeinschaft Ltd.

Mathildenstraße 1  
82152 Planegg  
Tel. (0 89) 854 32 84



Plinganserstr. 6 · 81369 München  
Tel. (0 89) 76 75 55 40



Marktplatz 1 · 82031 Grünwald  
Tel. (0 89) 64 91 30 96

Kontakt:

Tel.: 0176 96811926  
redaktion@mein-sendling.de  
www.mein-sendling.de