

SPD-Sommerfest in Unterschleißheim

„Sommer in der Stadt“

Gleich vier starke Mannen mussten die beiden Organisatorinnen Katharina Bednarek und Annet Greg Harms am 3. September engagieren, um die luftleere Hülle der Hüpfburg transportfähig zu machen! Aufgeblasen war das Ungetüm, das die Raiffeisenbank Nord dankenswerterweise zur Verfügung gestellt hatte, dann aber die Attraktion des SPD-Sommerfestes. Bei strahlendem Sonnenschein hüpfen die Kinder bis zum Abend um die Wette und manchmal gab es sogar Tränen, wenn Klein gegen Groß die Sportbühne tauschen musste. Die Erwachsenen widmeten sich derweil ausgiebig dem riesigen Kuchenbuffet – 18 selbstgebackene Exemplare waren zusammengekommen. An die fleißigen Bäckerinnen ein herzliches Dankeschön!

Im Laufe des Nachmittages füllte sich der wunderschöne Biergarten der Sportgaststätte immer

mehr mit zauberhaft geschminkten Elfen, Schmetterlingen und Piraten. Die beiden Künstlerinnen Erika und Sophia Past arbeiteten fast drei Stunden ohne Pause, um die immer länger werdende Kinder-Schlange vor ihrem Tisch glücklich zu machen. Spätestens beim SPD-Kinderfasching im Februar 2017 sind die beiden wieder engagiert, versprochen! Inzwischen meldete sich bei den Großen der Hunger und der Wirt, Herr Zeljko Vlatkovec, der übrigens seit 21 Jahren die Gaststätte liebevoll betreut, aktivierte den Grill. Als ihm das Fleisch auszugehen drohte, verarbeitete er kurzerhand den Sonntagsvorrat mit, sodass zum Schluss sage und schreibe 120 Portionen verputzt waren. Auch die Band „Männerschnupfen“ tat das Ihrige dazu, um die gute Laune anzuheben und die vielen Gäste zufriedenzustellen. Bürgermeister Christoph Böck freute



sich besonders über den Besuch der stellvertretenden Landrätin Annette Gannsmüller-Maluche, die aus Ismaning ganz sportlich mit dem E-Bike gekommen war. Apropos Christoph Böck: das von ihm für das Sommerfest gestiftete 30-Liter-Fass Bier hielt natürlich nicht sehr lange vor und rechnen wir noch die 200 Kugeln Eis von der Aktion „Eis für alle“ dazu, war die vorletzte Ferienwoche für den Bürgermeister sicher lieb, aber teuer!

Fazit: Das schönste und größte Sommerfest der SPD Unterschleißheim seit Langem und noch mal ein dickes Dankeschön an alle, die zum Gelingen beigetragen haben! *Antje Kolbe*

PR-Anzeige



Spenden-Aufruf

Nach dem dramatischen Erdbeben in Italien, das sich am frühen Morgen des 24.08.16 ereignete, hat das Team der Locanda San Floriano beschlossen, ebenfalls Spenden einzusammeln.

Da das Gericht Amatriciana seinen Ursprung im betroffenen Gebiet hat, werden wir im September für jede verkaufte Maltagliata Amatriciana die Hälfte des vom Kunden bezahlten Preises zum Wiederaufbau der vom Erdbeben betroffenen Gegenden spenden.

Wenn andere Gastronomen bzw. private Personen sich dieser Spendenaktion anschließen möchten, stellt ihnen die Locanda San Floriano ein Konto zur Verfügung. Hier werden wir die Spenden sammeln und Anfang Oktober den betroffenen Gebieten direkt überweisen.

Empfänger: Candreva Francesco
Betreff: Erdbebenopfer Italien 2016
IBAN: DE43 7016 0002 6490 63
BIC: GENODEF1M08

Das Team von Locanda San Floriano in der Sportplatzstraße 16 in 85716 Unterschleißheim sagt „Herzlichen Dank!“ *mw*

HELIOS Kliniken
Jeder Moment ist Medizin

HELIOS Amper-Klinikum Dachau

Gesundheitsforum Dachau

Gesund werden. Gesund bleiben.

Mittwoch, 21.09., 18.00 Uhr

Veranstaltungsort: Tagungszentrum (UG)

**Woche der Wiederbelebung:
Jeder kann Leben retten!**

Alexander von Freyburg,
Oberarzt Notaufnahme /
Thomas Günnel, Pflegerischer Leiter Notaufnahme

Eintritt frei!

Krankenhausstraße 15 • 85221 Dachau • Telefon (0 81 31) 76-0
info.dachau@helios-kliniken.de • www.helios-kliniken.de/dachau

Die nächste Ausgabe erscheint am 24.9.2016

Boogie Woogie

für Einsteiger
ab 20.9.2016

beim SC Inhauser Moos

immer am Dienstag von 20.15 bis 21.45 Uhr

Keine Vorkenntnisse oder Tanzerfahrung erforderlich
bequeme Kleidung, Sport/Tanzschuhe
(keine Straßenschuhe)

8 Abende à 90 Minuten € 45,00 pro Pers.
für Mitglieder des SCI Ermäßigungen

Anmeldung bei Heidi 0160/8001518
oder info@MoosQuitos.de

Moosachstr. 86
85778 Inhausermoos



Senden Sie uns
Ihre Texte an
info@landkreis-
anzeiger.de

Netto
Marken-Discount

*In Teilen
dieser Ausgabe
liegt der neue
NETTO-Prospekt
bei.*

Neuer Verein in Unterschleißheim

Change the world a little bit – das Motto von friends without borders e.V.

Aus einem vierwöchigen Aufenthalt in einem Dorf im westafrikanischen Ghana entstand die Idee eines sozialen Hilfsprojektes. Das war die Geburtsstunde für eine Vereinsgründung – friends without borders e.V. wurde am 1. Juni 2016 von zehn engagierten Personen um Petra Halbig ins Leben gerufen. Mit der Gründung des als gemeinnützig anerkannten und in das Vereinsregister eingetragenen Vereins ist der Startschuss gefallen, um vielfältige Projekte in Ghana zu initiieren. Was sich der Verein vorgenommen hat und wie er arbeitet finden Sie auf der Homepage unter www.friends-without-borders.de oder in Facebook unter www.facebook.com/friends.without.borders.ev

Bildung, Gesundheit, Umweltschutz, Fair-Trade und Kultur – das sind die Hauptthemen, die sich der Verein vorgenommen hat. Dahinter verbergen sich zahlreiche kleine Maßnahmen bis hin zum Bau eines Gesundheitszentrums in dem ghanaischen Dorf Mafi Dadaboe. Alle Projekte sind als Hilfe zur Selbsthilfe zu verstehen. Gewährleistet wird dies dadurch, dass bei jeder Hilfe des Vereins eine Mitwirkung der Partner in Ghana verlangt wird; sei es durch Eigenleistung oder die Bereitstellung eigener finanzieller Mittel.

Den Alltag in dem ghanaischen Dorf hautnah zu erleben, war eine einmalige Chance für Petra Halbig, die Probleme und Widrigkeiten der Bewohner zu verstehen. Zu sehen, wie schwer es für Frauen zum Beispiel ist, Wäsche ohne fließendes oder warmes Wasser zu waschen oder für das tägliche Essen Feuerholz zu sammeln und den Rauch des offenen Feuers viele Stunden einzuatmen, hat Halbig sehr beeindruckt. Faszinierend war für Halbig aber auch, wie freundlich und fröhlich die Bewohner trotz der widrigen Lebensverhältnisse sind. Zurück in Deutschland wurde Halbig bewusst, wie angenehm und komfortabel das Leben in Deutschland ist. „Uns geht es so gut, wir müssen es uns nur immer wieder verdeutlichen. Dieser Aufenthalt hat mir den Unterschied klar vor Augen geführt. Deshalb möchte ich, möchte



Trotz sehr einfacher Lebensverhältnisse haben die Menschen in Ghana immer ein Lächeln übrig

der Verein, etwas zurückgeben, etwas bewegen“, so Halbig. friends without borders e.V. stellt nun die Möglichkeit dar, die Hilfe langfristig und professionell voranzutreiben. „Das Netzwerk auch

PR-Anzeige

West Coast Swing Kursreihe

Die MoosQuitos bieten an drei Sonntagen eine kleine Kursreihe für West Coast Swing an. Los geht's am Sonntag, 18. September, mit dem Kurs für Anfänger. Die Fortgeschrittenen-Kurse finden dann am Sonntag, 25. September und 9. Oktober statt.

Die Kurse gehen von 14.30 Uhr bis 17.30 Uhr und kosten je € 20,- pro Person. Anmelden kann man sich paarweise unter 0160 8001518 bei Heidi oder unter info@MoosQuitos.de.

Was ist West Coast Swing?

In den USA gilt er als einer der trendigsten Tänze. Zu praktisch jeder 4/4-Musik kann er getanzt werden. Seine Liniendynamik (Slot), seine fließenden Bewegungen und atemberaubenden Drehfiguren machen WCS zu einem der elegantesten Tänze. Rhythmische Variationen und Synkopierungen ermöglichen es den Paaren die Musik unabhängig voneinander zu interpretieren.

Wie es der Name schon sagt, findet dieser Tanz seinen Ursprung in der Swing-Familie. Es wird erzählt, dass der Tanz in den 1930er-Jahren zum ersten Mal im Savoy Ballroom, New York, aufgetaucht ist.

West Coast Swing hat sich seit seiner Einführung ständig weiterentwickelt und dabei jeweils zeitgenössische, neue Musikströmungen aufgegriffen und deren Interpretation in die Tanzbewegungen und Figuren adaptiert. WCS legt Wert auf „contemporary“ Musikstile und wird deshalb oft auf Disco, moderne Popmusik und Hip-Hop-Musik getanzt, aber natürlich auch auf klassische Swing-Musik. Vor allem ist West Coast Swing aber eines: Cool!!

S. Bothe

regional zu vergrößern, neue Ideen und neue fachliche Kompetenzen hinzuziehen und dem Ganzen einen institutionellen Rahmen geben“, ist für die 1. Vorsitzende, Petra Halbig, ein wichtiger Baustein in ihrer Vereinsarbeit.

Viele Aufgaben warten

Das ghanaische Dorf liegt rund 170 km von der Hauptstadt Accra entfernt. Es gibt zumindest einen öffentlichen Brunnen – das Wasser hat eine gute Qualität. Eine Stromleitung führt in das Dorf und gewährleistet zeitweise die Versorgung mit elektrischer Energie. Dennoch gibt es viele Möglichkeiten, die Lebensverhältnisse in dem ghanaischen Dorf zu verbessern und damit einen wichtigen Beitrag zu leisten, um die Zukunftsperspektiven der Bewohner positiv zu beeinflussen. Wer Hunger hat, wird oft dazu ge-

Bilder vom Fototerminal sofort!

PHOTISSIMO Rathausplatz 9 (im IAZ)
85716 Unterschleißheim
Tel. 089/3107640
Fax. 089/37063903
FOTO STUDIO
FACHGESCHÄFT
info@foto-photosimo.de
www.foto-photosimo.de

zwungen, seine Heimat, seine Familie zu verlassen, um an anderen Orten nach einem besseren Leben zu suchen. Mit verschiedenen Maßnahmen will friends without borders e.V. helfen, genau diesem Kreislauf entgegenzuwirken. Auch wenn sich die Hilfe auf ein relativ kleines Dorf mit rund 1.500 Einwohnern beschränkt – eine gezielte und effektive Hilfe zu leisten ist ein erster Schritt hin zu einer langfristigen und nachhaltigen Verbesserung. Oft sind es die kleinen Dinge, die die Welt ein Stück besser machen. Change the world a little bit!

Mitmachen, mithelfen

Mitmachen und mithelfen bei friends without borders e.V. kann man als Mitglied, Fördermitglied oder wenn man an einem bestimmten Thema arbeiten möchte. Natürlich sind auch Sach- und Geldspenden gerne gesehene Unterstützungen. Der Verein verlangt für jede geleistete Unterstützung von den ghanaischen Partnern einen konkreten Verwendungsnachweis. So soll garantiert werden, dass die Unterstützung dort ankommt, wo sie benötigt wird. Alle Infos finden Sie unter www.friends-without-borders.de Petra Halbig
1. Vorsitzende friends without borders e.V.



Am Ende des Empfanges für Petra Halbig durfte sie zwei Bäume in Mafi Dadaboe pflanzen

Generation plus



Die grauen Zellen »fit« halten

Damit das Gedächtnis in Schwung bleibt, ist lebenslanges Lernen besonders wichtig.

Foto: Andreas Hermsdorf/pixelio

Menschen in Not Sterntaler Betreuungsservice hilft



Der Sterntaler Betreuungsservice unterstützt seit 2003 hilfebedürftige Menschen in ganz München. Unter der Leitung einer Krankenschwester stehen gut ausgebildete, kompetente und einfühlsame Mitarbeiter Senioren und Menschen jeden Alters verlässlich zur Seite. Wir helfen stunden – oder tageweise:

- Entlastung pflegender Angehöriger
- Hausarbeit: Putzen, Wäschepflege, Einkauf, Kochen etc.
- Grund- und Behandlungspflege
- Begleitung und Fahrdienste
- Betreuung Demenzkranker
- Alltagshilfen jeder Art
- Unterstützung bei der Aufrechterhaltung sozialer Kontakte
- Vermittlung weiterer Dienste, z. B. Fußpflege

Für eine erstes, kostenloses Vorgespräch zur Ermittlung des individuellen Hilfebedarfs, auch bei Ihnen zu Hause: 089 / 7 23 86 65 oder www.sterntaler-betreuung.de

Sein Risiko kennen

Herzinfarkttrisiko gezielt vorbeugen

Herz- und Kreislauferkrankungen sind und bleiben die Todesursache Nummer 1 in Deutschland. Fest steht allerdings auch: Der Herzinfarkt ist jedoch kein unvorhersehbarer Schicksalsschlag. Wissenschaftler um Prof. Gerd Assmann vom Institut für Arterioskleroseforschung in Münster haben jetzt ein »Punkte-Modell« entwickelt, mit dem das individuelle Risiko, innerhalb von 10 Jahren einen Herzinfarkt zu erleiden, errechnet werden kann.

Dieses »Punkte-Modell« basiert auf den Daten von 5.389 Männern aus der »PROCAM-Studie«, die vor 25 Jahren begonnen wurde.

Es berücksichtigt die komplexen Einflüsse von LDL-Cholesterin, HDL-Cholesterin, Triglyceriden (Neutralfette), Blutdruck, Lebensalter, Diabetes mellitus, Zigarettenrauchen sowie eines Herzinfarkts bei Familienangehörigen. Dabei wird jedem dieser Risikofaktoren ein Punktwert zugeordnet. Beispielsweise schlagen LDL-Cholesterin-Werte zwischen 100 und 129 mg/dl mit nur fünf Punkten »zu Buche«,

während Werte zwischen 160 und 189 mg/dl mit 14 Risikopunkten veranschlagt werden. Für die Summe der Risikopunkte kann dann in einer Tabelle das entsprechende zehnjährige Risiko für einen Herzinfarkt abgelesen werden. Als Hochrisikopatient gilt, wer ein geschätztes Herzinfarkttrisiko von über 20 Prozent hat. Mindestens jeder 5. mit einem solchen Globalrisiko erleidet ohne Intervention tatsächlich innerhalb von nur zehn Jahren einen Herzinfarkt. Hochrisikopatienten benötigen eine gezielte Behandlung der Risikofaktoren, die das individuelle Risiko besonders erhöhen.

Aber auch wer ein Globalrisiko zwischen 10 und 20 Prozent hat ist gefährdeter als die meisten Gleichaltrigen, in den nächsten 10 Jahren einen Herzinfarkt zu erleiden. Im Internet unter www.chd-taskforce.com kann man sein persönliches Herzinfarkttrisiko ermitteln. Außerdem findet man auf der Seite auch wissenschaftliche Informationen und Tipps für eine schmackhafte Vorbeugung und einen herzgesunden Lebensstil.

Einfache Gleichung

Gut ernähren und gesund bleiben



Eine ausgewogene Ernährung mit Obst und Gemüse ist gut für das Herz. Foto: djd/MSD/contrastwerkstatt – Fotolia

Gerade Hochrisikopatienten sind beim Thema gesunde Ernährung und Lebensweise nicht immer konsequent. So ergab eine aktuelle Umfrage unter Menschen, die bereits einen Herzinfarkt hinter sich haben, dass zwar 95 Prozent von ihnen Medikamente einnehmen und je rund 70 Prozent regelmäßig ihren Cholesterinwert und Blutdruck checken lassen. Bei

den Lebensstiländerungen sieht es aber deutlich schlechter aus: So treibt nicht einmal jeder Zweite Sport, und nur gut jeder Dritte achtet auf eine ausgewogene Ernährung. Hier wäre viel zu verbessern, denn Bewegung und Ernährung sind wichtig, wenn es darum geht, die Risikofaktoren Übergewicht, Bluthochdruck und erhöhte Cholesterinwerte zu senken. *djd*

Serntaler Betreuungs- service (seit 2003)



- Entlastung Angehöriger bei der Pflege
- Hauswirtschaftliche Versorgung
- Einkaufen, Kochen, Unterstützung im Alltag
- Begleitung zum Arzt, zu Veranstaltungen
- Freizeitgestaltung, Büroarbeiten, Anträge stellen
- Betreuung Demenzkranker
- Vermittlung Hausnotruf, Friseur, Fußpflege, Menüservice

Wir unterstützen Sie in ganz München zuverlässig, individuell und kompetent. Für weitere Informationen vereinbaren Sie ein kostenloses, unverbindliches Gespräch unter **Tel. 089/7 23 86 65** oder www.sterntaler-betreuung.de

Wanne raus - Dusche rein!



Jetzt 4.000 €
Zuschuss
sichern!



UMBAU AN EINEM ARBEITSTAG:
Günstig, einfach, fachgerecht

Ausstellung in München, Hinterbärenbadstr. 80

Tel. 089-540 319 58 www.muenchen.badbarrierefrei.de

Ein neuer Lebensabschnitt



- gebietsnahe und ruhige Wohnresidenz beim Wettersteinplatz
- 1- / 1,5- / 2- und 3-Zimmer-Appartements mit Loggia
- hausgener Pflegedienst, Notrufsystem, 24-Stunden-Versorgung
- volle Eigenständigkeit - bei Bedarf abrufbare Betreuungspalette
- individuelle Besichtigungstermine

Reichenhaller Straße 7 · Tel: 089 / 62 50 63 00

www.seniorenappartements-muenchen.de



Nachbarschaftshilfe Unterschleißheim e.V.

Alex.-Pachmann-Str. 40

Herbst-Basare der Nachbarschaftshilfe Unterschleißheim e.V.

Auf dem Babybasar der Nachbarschaftshilfe Unterschleißheim e.V. finden Sie nicht nur preiswerte Herbst- und Wintermode für Ihren Nachwuchs: Kinderwagen, Wippen, Kinderbetten und sogar Autositze haben in den vergangenen Jahren glückliche neue Besitzer gefunden. Und das Beste: Die Schadstoffe sind meistens schon rausgewaschen und wer Secondhand kauft, gilt auch als umweltbewusst.

Wann? Wie? Wo? Samstag, 24. September 2016 von 13.00 bis 15.00 Uhr in der Alexander-Pachmann-Str. 40. Bezüglich der Annahme gibt es zu den vorherigen Jahren eine kleine Änderung. Verkäufer bringen diesmal am selben Tag vormittags zwischen 9.00 und 11.00 Uhr ihre ausgepreisten Lieblingsstücke mit ausgefüllter Abgabeliste vorbei. Alle Listen, Preisetiketten und Anleitungen sind auf der Basarseite der NBH unter www.nbh-ush.de zu finden und liegen kostenfrei im Büro der NBH aus. Die Öffnungszeiten sind wie folgt: Montag bis Donnerstag von 09.00-13.00 Uhr, Donnerstag von 15.00-17.00 Uhr und Freitag von 09.00-12.00 Uhr. Telefon: 089 3707356 & E-Mail: buero@nbh-ush.de

Für Familien mit größeren Kindern ist der Basar „Alles rund um's Kind“ interessant. Dieser findet am Dienstag, den 11. Oktober, von 9.00 bis 18.00 Uhr im Bürgerhaus Unterschleißheim, Rathausplatz 1, statt. Der Termin für die telefonische Vergabe der Verkäufersnummern ist bereits am 28. September 2016 von 18.00 bis 20.00 Uhr unter der Telefonnummer: 089/ 3707356 oder 089/ 37073584. Die Annahme erfolgt am Montag, den 10. Oktober, zwischen 10.00 und 12.00 Uhr sowie 15.30 und 17.30 Uhr. Nicht verkaufte Teile werden am Mittwoch, den 12. Oktober, zwischen 16.00 und 18.00 Uhr zurückgegeben. Mehr Infos unter www.nbh-ush.de

Sophie Kompe



Die nächste
Ausgabe
erscheint
am 24.9.16

Anzeigenschluss
ist am Donnerstag,
den 22.9.16,
um 10 Uhr

20 Jahre Bund Naturschutz Schleißheim

(MF) – Die Ortsgruppe Schleißheim des Bund Naturschutz (BUND) hat heuer Geburtstag: Seit 20 Jahren engagiert sie sich für die Umwelt und die Natur vor unserer Haustür. Die 1996 entstandene Ortsgruppe zählt heute rund 400 Mitglieder, die sich regelmäßig treffen und auch tatkräftig zupacken. So wurden beispielsweise ein Wechselkröteich beim Flugplatz in Hochmutting angelegt, Sträucher und Bäume an der Orchideenwiese im Dachauer Moos gepflanzt und ein Amphibienteich zwischen Panzerwiese und Hartlholz renaturiert. Die Mahd wertvoller Wiesen, das Pflanzen von Hecken, die Beseitigung von zugewanderten Pflanzen, der Bau von Amphibienzäunen und Amphibienlotsendienste runden das Engagement ab.

Hinzu kommen die Pflanzentauschbörse via BUND-Homepage und ein regionaler Einkaufsführer. Themen-Touren führten unter anderem zu historischen Wasserwerken an der Amper und zum Windrad im Dachauer Hinterland. Die Natur lernt der Nachwuchs in der Kindergruppe und bei Ferienaktionen kennen.

Bei Vorträgen, Filmen und Infoständen greift die Ortsgruppe aktuelle Themen auf und sie fühlt den Bürgern auf den Zahn: Bei einer Straßenumfrage 2016 in Unterschleißheim wurden 192 Bürger zum Themenkomplex Bebauung befragt: Die Mehrheit gab der offenen Landschaft den Vorrang und lehnte einen Wohnungsbau vor dem Bergwald sowie Gewerbeansiedlungen auf der grünen Wiese ab.



Grüner Stammtisch des Ortsverbands Unterschleißheim

Der Ortsverband der Grünen in Unterschleißheim lädt alle interessierten Bürgerinnen und Bürger zum „Grünen Stammtisch“ ein. Am Freitag, den 16. September treffen wir uns um 19.30 Uhr im Restaurant Schleißheimer Kouzina am Rathausplatz Unterschleißheim.

Am 17. September werden in München und anderen deutschen Städten Großdemos gegen TTIP und CETA stattfinden. Unser Ortsverband hat bereits dazu aufgerufen an dieser Demo teilzunehmen und lädt zu einer gemeinsamen Anfahrt ein.

Dieses aktuelle und hochbrisante Thema der Freihandelsabkommen wird mit Sicherheit auf unserem Stammtisch aufgegriffen und diskutiert werden. Besuchen Sie unseren Stammtisch und diskutieren Sie mit.

Weitere Informationen auf: www.gruene-ush.de

Olivia Kreyling

Sprecherin Bündnis 90 / Die Grünen

Evangelische Kirchengemeinde
Unterschleißheim

Maria-Magdalena – eine Quotenfrau?

Gottesdienst von Frauen für Frauen

Maria-Magdalena-Kirche, Gerhard-Hauptmann-Str. 10, Unterschleißheim, Sonntag, 18. September, 17 Uhr

Das Team der Dekanats-Frauenbeauftragten und Pfarrerin Patricia Hermann laden ganz herzlich zu diesem besonderen Gottesdienst ein, in dem eine ganz außergewöhnliche Frau im Mittelpunkt steht: Maria Magdalena. Es geht um Mut und Selbstwert, um Widersprüche zu Rollenklischees und eine Frau, die Jesus unmittelbar nach dessen Auferstehung begegnet ist. Wie spricht Maria-Magdalena heutige Frauen an? Sich angesprochen fühlende und interessierte Männer sind natürlich auch sehr willkommen!

Nach dem Gottesdienst ist bei einer kleinen Stärkung Gelegenheit zu Gedankenaustausch und Gespräch. Wir freuen uns auf Ihr Kommen!

Heike Köhler