



Rundbrief Nr. 286 September / Oktober 2019

Liebe Mitglieder und Freunde der Nachbarschaftshilfe Weßling,

die Zeilen dieses Briefes stammen mitten aus der Zeit der Pause: Sommerferien, Urlaubszeit. Man möchte sich den Herbst noch gar nicht recht vorstellen – und doch lockt er schon mit so einigen Themen und Veranstaltungen, über die und auf die man sich freuen darf! Ganz konkret arbeitet derzeit der Vorstand an der Organisation des Mitarbeiterhelferfestes und wünscht sich, dass sich dort **alle** Mitarbeiter der NBH miteinander vertraut machen, fest angestellte wie ehrenamtliche. Alle sollen bei dem Fest einander in lockerer Atmosphäre begegnen und Spaß haben. Sie sind schließlich das „Kapital“ der NBH und der Vorstand will damit dieser Haltung Ausdruck verleihen! Am **Samstag, 21. September ab 16 Uhr** ist es soweit.

Das ist mit ein Anlass, alle Helfer der NBH unter den neuen Datenschutzrichtlinien zu erfassen. In diesem Zusammenhang bekommen alle bei uns registrierten Helfer in der kommenden Woche die Einladung zum Mitarbeiterfest sowie ein Datenschutzformular zugeschickt. Falls Sie keine Einladung erhalten, aber in 2018/2019 bei uns ehrenamtlich aktiv waren, dann melden Sie sich bitte bei uns unter Tel. 3700. Herzlich willkommen sind auch neue Helfer, denn es gibt immer viele Gelegenheiten, bei denen man sich mit viel Spaß einbringen kann (und dabei nicht zuletzt das gute Gefühl hat, dem sozialen Miteinander in unserer Gemeinde etwas beizusteuern).

Auf einem Spaziergang kam ich zufällig mit einem „Urgestein“ der NBH ins Gespräch, das zur Gründungszeit noch nicht ahnen konnte, wie viele gute Ideen und Aktionen durch den Verein verwirklicht werden würden. Und im Herbst kommen zum Beispiel neue hinzu: der „Miniclub“ und das „Stillcafe“ – für beides wurde eine neue Fachkraft gefunden.

Welche Themen bewegen eigentlich die NBH? Was sind die großen Leitziele des Vereins? **Integration aller** Bürger, Ausgleich, Begegnung auf Augenhöhe: Das sind ein paar Begriffe, die ganz oben stehen sollen. Apropos Integration: Frau Claudia Bruns hat seit Juli die Koordination des „Integrationspunkt Weßling“ (IPW) übernommen. Ihre Hauptarbeit ist derzeit eine gründliche Bestandsaufnahme, die vor Ort – in der Container-Siedlung - den Bedarf ermittelt.

Zum Schluss noch ein kleiner Tipp: Wenn es Sie zum Tanzen drängt, versuchen Sie's mit den „Tänze(n) der Welt“. Da geht's rund - mit Spaß und sicher ohne Perfektion oder Druck. Die Freude an Bewegung, Rhythmus, Musik steht hier im Vordergrund. Man sagt, es sei die beste Art, sich jung zu erhalten – für Kopf **und** Körper! Ab **Mittwoch, 16. Oktober**, startet unser neues Angebot.

So, jetzt wünschen wir allen einen interessanten Herbst mit Ihrer NBH! Informieren Sie sich gerne im Rundbrief - auch über unsere anstehende Reise nach Görlitz im April 2020.

Herzlich

Leitthema: Tänze der Welt – Am Anfang war der Tanz

Tänze sind so alt wie die Menschheit. Sie vermitteln meist pure Lebensfreude, verbinden Menschen miteinander, bewirken ein lebendiges Körpergefühl, trainieren nebenbei Körper und Gehirn, machen die Gelenke durchlässig.

Aber welche Tänze? Kreis- und Reihentänze, bei denen jeder mitmachen kann? Warum nicht! All die unterschiedlichen Kulturen haben im Laufe ihrer Geschichte **ihre** ganz eigenen traditionellen Tanz-Charaktere entwickelt, weshalb es auch so spannend ist, sie nachzutanzten, denn sie geben Einblick in diese anderen Kulturen.

Ihre Funktionen sind ebenso vielfältig:

- **Ausgleich zu der körperlich oft anstrengenden Arbeit:** z.B. einige bulgarische Tänze, mit deren federnden Schritten bulgarische Bäuerinnen ihre gestauchten Wirbelsäulen wieder durchlässig machten bzw. als Prävention gegen Rückenschmerzen tanzten .

- **Gemeinschaft bildende Tänze:** z.B. die bretonischen Tänze (**Hanter-Dro**), alte keltische Tänze, die mit dem Sonnenlauf (also von re nach li) um die gedachte Mitte kreisen und kraftvollen Zusammenhalt schaffen.

- **stampfende Tänze:** z.B. den **Alunelul** aus Rumänien, der wie ein Blitzableiter fungiert, alle Spannungen in den Boden ablässt und zugleich – durch seine symmetrischen Schritte – ins innere Gleichgewicht bringt. (Rechte und linke Gehirnhälften „freuen sich miteinander“!). Oder den **Bablekan**, den ein kurdischer Musiker charakterisierte mit den Worten „Kämpfen mit den Füßen“.

- **Tänze mit trancegleichen, meditativen Qualitäten:** z.B. den **Omal**, ein vibrierender griechischer Tanz (Pontien), den man am besten mit geschlossenen Augen genießt (wenn man ihn dann mal kann. Umfallen kann man nicht, denn man wird gehalten von seinen Nachbarn). Beim Tanz verbindet sich die Musik mit Bewegungen: Rhythmus, Schwingen, Stampfen, Hüpfen, fließende Bewegungen. Und es ist genau diese Verbindung, die - nonverbal - ein Gefühl von Fluss (= Einheitsempfinden von Kopf mit Körper) ermöglicht und sich so wohltuend auswirkt.

Hier im Seehäusl bieten wir ab **Mittwoch, 16. Oktober 2019** Tänze aus aller Welt an, meist traditionelle Tänze aus vielerlei Kulturen, spielerisch, ohne überfordernden Anspruch aber mit viel Spaß an der Freude. Hier geht es gar nicht um Perfektion, sondern um die Lebendigkeit und **jedes Alter ist uns hier willkommen!** Die Motivation kann ein Ausgleich zum stressigen Arbeitsalltag sein, oder einfach, weil man Anregung und eine persönliche Herausforderung sucht, oder neugierig ist.

Menschen mit Niedergeschlagenheit oder Kopfschmerzen gehen nach so manchen Tanzerfahrungen erfrischt, beseelt und mit aufgerichteter Haltung wieder nach Hause. Man kommt wieder in seinen Rhythmus.

Schauen Sie sich einfach auf youtube mal ein paar Beispiele an:

- **Griechische Tänze**, die Helmut Strack aus Südwestfalen anbietet:
<https://www.youtube.com/watch?v=FEZILC5g1uk>
- **Danse keff** (Bretagne): <https://www.youtube.com/watch?v=B6qej91iYLc>
- **Itele** (Rumänien): https://www.youtube.com/watch?v=yp6pb_kIRyw
- **Rum Dum Dum** (Jugoslawien):
<https://www.youtube.com/watch?v=VEqWzYcwtQ&list=RDewOPQGSLeo&index=7>
- Zum Schluss vielleicht ein „**fest noz**“ aus der Bretagne, wo Jung und Alt die „alten Tänze“ wieder aufleben lassen und sich dabei fast schon in Trance tanzen.....
https://www.youtube.com/watch?v=pYAd4T-DSqA&list=RDpYAd4T-DSqA&start_radio=1&t=1626

Viel Spaß beim Betrachten und ... trauen Sie sich! Kommen Sie!

Eva Niklasch

Bei uns im September / Oktober 2019

Wenn kein anderer Ort genannt wird, findet die Veranstaltung im Seehäusl statt.

Mo. 09.09.	9:00 Uhr Bhf. Weißling (Abfahrt 9:17)	Wanderung „Rund um den Lautersee“
Di. 10.09.	12:00 Uhr	Gemeinsames Kochen und Essen – mit Anmeldung; 8 € / Person
Di. 10.09.	18:30 – 19:30 Uhr	Computerkurs für Senioren
Fr. 13.09.	19:30 Uhr	Internationaler Frauenclub „Bunter Teppich“
Mo. 16.09.	09:00 Uhr Bhf. Weißling (Abfahrt 9:17)	Wanderung „Der Höhenpanoramaweg am Brauneck“
Di. 17.09.	14.30 Uhr	Singen macht Spaß; Café ab 14 Uhr
Sa. 28.09.	12:00 – 17:00 Uhr	Treffen der Alleinerziehenden; Ansprechpartnerin: Sabine Hagen; Tel.: 08105/91 13 oder mobil: 0172/805 41 41
Di. 01.10.	07.45 Uhr	Herbstausflug: Zum Zeppelinmuseum und zur Meersburg am Bodensee
Di. 08.10.	12:00 Uhr	Gemeinsames Kochen und Essen – mit Anmeldung; 8 € / Person
Di. 08.10.	20:00 - 22:00 Uhr	Literaturkreis; mit Anmeldung unter Tel. 3700
Sa. 12.10.	14:00 – 17:00 Uhr	Kreativnachmittag im Seehäusl: „Herbstkranzbinden“. Material wird gestellt. 5 € pro Person; mit Anmeldung bei Bärbel Dähne-Külzer, Tel: 08153/3987
Mo. 14.10.	9:21 Uhr Bhf. Weißling (Abfahrt)	Wanderung „Kleine Aussichtsrunde bei Steinebach“
Di. 15.10.	14:30 Uhr	Singen macht Spaß; Café ab 14 Uhr
Fr. 18.10.	19:30 Uhr	Internationaler Frauenclub „Bunter Teppich“
Sa. 19.10.	12:00 – 17:00 Uhr	Treffen der Alleinerziehenden; Ansprechpartnerin: Sabine Hagen; Tel.: 08105/91 13 oder mobil: 0172/805 41 41
Mo. 21.10.	08:57 Bahnhof Weißling (Abfahrt)	Wanderung „Über den Inndamm nach Neubeuern“
Di. 22.10.	09:00 Uhr	Kulturspaziergang: Parkburgen im Nymphenburger Schlosspark. Treffpunkt: Bhf Weißling, Abfahrt 09:17 Uhr
Di. 22.10.	18:00 – 19:30 Uhr	Computerkurs für Senioren
Di. 24.10.	14:00 – 17:00 Uhr	Seniorenachmittag im Pfarrstadel

Regelmäßige wöchentliche Veranstaltungen der Nachbarschaftshilfe selbst und in deren Räumen im Seehäusl

Montag	08:15 – 12:15 Uhr	3-Tagesgruppe Maxiclub, Fr. Monika Toews, Seehäusl (Kinderzimmer)
	09:00 – 16:00 Uhr	Tagespflege im Haus Höhenrainäcker 29
	10:30 – 11:30 Uhr	Qi Gong für Senioren, Fr. Jessica Geier (Tel. 987381)
	18:00 – 19:00 Uhr	Wirbelsäulengymnastik, Fr. Susanne Pittroff (Tel. 08143-3799902) Seehäusl (Wohnzimmer)
	19:00 – 20:00 Uhr	Wirbelsäulengymnastik, Fr. Susanne Pittroff (Tel. 08143-3799902) Seehäusl (Wohnzimmer)
	19:00 – 21:00 Uhr	Schachspielgruppe (Stüberl) Herr A. Graser (Tel. 1618)
Dienstag	08:15 – 12:15 Uhr	3-Tagesgruppe Maxiclub, Seehäusl (Kinderzimmer)
	09:00 – 16:00 Uhr	Tagespflege im Haus Höhenrainäcker 29
	09:00 – 10:30 Uhr	Seniorengymnastik im Seehäusl (Wohnzimmer), Fr. G. Potschukaeva (Tel. 3666)
	14:00 – 17:00 Uhr	Dienstags-Treff im Seehäusl mit wechselndem Programm (Wohnzimmer)
	19:30 – 22:00 Uhr	Gitarrengruppe, Fr. Weber (Tel. 08152-9989951), 1x im Monat
Mittwoch	08:15 – 12:15 Uhr	3-Tagesgruppe Maxiclub, Seehäusl (Kinderzimmer)
	09:00 – 16:00 Uhr	Tagespflege im Haus Höhenrainäcker 29
	09:00 – 10:30 Uhr	Miniclub - Eltern-Kind-Spielgruppe (Wohnzimmer), ab Okt.
	13:30 – 17:00 Uhr	Offene Kartenspielrunde im Seehäusl (Stüberl)
	20:00 – 21:30 Uhr	Kreis- u. Reihentänze (Wohnzimmer), Fr. Niklasch (ab 16.10.19)
Donnerstag	08:15 – 12:15 Uhr	2-Tagesgruppe Maxiclub, Fr. Monika Toews, Seehäusl (Kinderzimmer)
	09:00 – 10:30 Uhr	Stillcafé, Fr. Michaela Hofer (Wohnzimmer), ab Okt.
	09:00 – 10:30 Uhr	Spanisch-Kurs (Anfänger), VHS Gilching, Fr. Vitueira-Schlegel
	10:30 – 12:00 Uhr	Spanisch-Kurs (Fortgeschr.), VHS-Gilching, Fr. Viteira-Schlegel
	09:00 – 16:00 Uhr	Tagespflege im Haus Höhenrainäcker 29
Freitag	08:15 – 12:15 Uhr	2-Tagesgruppe Maxiclub, Seehäusl (Kinderzimmer)
	09:00 – 16:00 Uhr	Tagespflege im Haus Höhenrainäcker 29
	09:00 – 10:30 Uhr	Italienisch-Kurs (für Senioren), VHS im Seehäusl, Fr. Brambilla
	10:35 – 12:05 Uhr	Italienisch-Kurs (Lektüre), VHS im Seehäusl, Fr. Brambilla
	19:30 – 22:00 Uhr	Internationaler Frauentreff „Bunter Teppich“, 1x pro Monat
	19:30 – 22:00 Uhr	Männergesangsverein, 14-tägig

Näheres zu den Veranstaltungen im September / Oktober

Dienstags-Treffs

- 10.09. Gemeinsames Kochen und Essen mit Frau Dähne-Külzer – mit Anmeldung bis zum 09.09. im Seehäusl (bei weniger als 4 Anmeldungen entfällt das Essen)
Menü: Salat, Zucchini-Lachs-Ragout, Cappucino-Eistorte; Selbstkosten: 8 € / Person
- 17.09. Singen macht Spaß mit Marlies Müller
- 08.10. Gemeinsames Kochen und Essen mit Frau Dähne-Külzer – mit Anmeldung bis zum 07.10. im Seehäusl (bei weniger als 4 Anmeldungen entfällt das Essen),
Menü: Salat, Gemüsesuppe, Zwetschgenknödel; Selbstkosten: 8 € / Person
- 15.10. Singen macht Spaß mit Marlies Müller
- 22.10. Kulturspaziergang mit Gabie Hafner: „Die Parkburgen im Nymphenburger Schlosspark“

Kulturspaziergang

Nicht wundern, die folgende Tour stand bereits im April auf dem Programm. Leider musste sie wegen Schneeregen und Kälte abgesagt werden. Deswegen jetzt erneut im Oktober das Angebot von Frau Hafner für diesen schönen Ausflug:

- Di., 22. Oktober 19** „Die Parkburgen im Nymphenburger Schlosspark“ (2.Versuch)
Spiegelkabinett, Jagdbalkon und Swimming Pool
- Treffpunkt: 9:00 Uhr Bhf. Weißling (Abfahrt 9:17 Uhr)
- Selbstkosten: 4,50 € / Person Besucherkarte Parkburgen, 4 € Führung, MVV-Karte.
Einkehrmöglichkeit z.B. Café am Botanischen Garten, Zugang vom Schlosspark
- Rückfahrt: individuell

Nicht nur optisch sind die **vier Parkburgen in Nymphenburg** eine Bereicherung des idyllischen Parks.



Den Schlossbewohnern boten sie raffinierte Rückzugs- und Freizeitmöglichkeiten. Die Amalienburg als Rokokojuwel mit Gewehrschrank und Miniküche oder die Badenburg als erstes beheizbares „Hallenbad“ Europas. Wir besuchen die vier Parkburgen und erleben dabei auch den weitläufigen Park mit seinen Wasseranlagen.

Anmeldung bis spätestens **21. Oktober 19** bei der Nachbarschaftshilfe (Tel. 3700) erwünscht .

Wanderungen

Für den Herbst hat Frau Dähne-Külzer wieder schöne Wanderungen geplant – hoffentlich spielt das Wetter mit!

Mo., 9. September 19 „Rund um den Lautersee“
 Länge: ca. 10 km
 Gehzeit: ca. 2 ½ Stunden
 Höhenmeter: ca. 120 m
 Treffpunkt: Bushaltestelle Bhf. Weßling, Abfahrt mit dem Bus 955 um 9:10 Uhr
 Selbstkosten: 17 € / Person (inkl. MVV-Tarif)

Vom Bhf. Mittenwald wandern wir durch den Ort hinauf zur Talstation der Kranzbergbahn. **ACHTUNG:** das letzte Stück ist etwas steil - aber man kann entweder über Treppen oder über die Teerstrasse hochlaufen .Von der Talstation führt ein schöner Höhenweg - mit Tiefblicken auf Mittenwald und Karwendel - hinüber zum Lautersee .Diesen umrunden wir. Auf dem Rückweg nach Mittenwald durchwandern wir das Laintal - vorbei an der Mariengrotte und den Laintalwasserfällen. Zurück in Mittenwald kehren wir noch ein bevor wir zurückfahren.

Die Wege sind gut . Eventuell Stöcke für den Rückweg mitnehmen!

Mo. 16. September 19 „Der Höhenpanoramaweg am Brauneck“
 Länge: solange man will
 Gehzeit: ca. 1 ½ Stunden auf dem Panoramaweg
 Höhenmeter: ca. 150 m
 Treffpunkt: Bhf. Weßling, Abfahrt: 9:17 Uhr – nur bei schönem Wetter!
 Selbstkosten: 15 € / Person zzgl. 20 € / Person für Berg- u. Talfahrt

Vom Bhf. Lenggries wandern wir zur Talstation der Brauneckbahn. Mit der Gondelbahn fahren wir hinauf zur Bergstation. Von dort geht es auf bequemen Alm- und Wanderwegen - mit kurzen Höhenunterschieden, die teilweise auch etwas steil sind - auf den Panoramarundweg. Wir kehren auf dem Brauneck ein bevor wir runterfahren und zurück zum Bhf. Lenggries laufen .

Mo. 14. Oktober 19 „Kleine Aussichtsrunde bei Steinebach“
Länge: ca. 7 km
Gehzeit: ca. 1 ½ Stunden
Treffpunkt: Bhf. Wessling, Abfahrt um 9:21 Uhr
Selbstkosten: 5 € / Person

Vom Bhf. Steinebach wandern wir auf guten Wegen rund um den Ortsteil Auing. Die Sicht auf die Berge ist wunderschön ! Wir kehren ein bevor wir mit dem Bus oder der S-Bahn zurückfahren.

Mo. 21. Oktober 19 „Über den Inndamm nach Neubeuern“
Länge: ca. 12 km
Gehzeit: ca. 3 Stunden
Treffpunkt: Bhf. Weßling, Abfahrt: 8:57 Uhr
Selbstkosten: 15 € / Person

Mit dem Meridian fahren wir vom Bhf. Mü. Ost nach Raubling. Von dort führt die Tour zum Inndamm, dem wir inaufwärts durch die Auenwälder folgen. Es geht über die Innbrücke die uns Ausblicke auf den Heuberg ermöglicht. Jetzt ist es nicht mehr weit bis Neubeuern. Nachdem wir den Ort durchwandert haben führt uns ein schöner Abstecher in die Wolfsschlucht. Sie ist durch den Quarzitabbau in der 1. Hälfte des 15. Jahrhunderts entstanden. Zurück in Neubeuern kehren wir noch ein, bevor wir uns auf den Rückweg über den Inndamm nach Raubling machen .

Bitte denken Sie bei allen Wanderungen an geeignete Kleidung, festes Schuhwerk, ausreichende Getränke und evtl. eine kleine Brotzeit (z.B. Müsliriegel).

Bitte mindestens 10 Minuten vor Abfahrt am Treffpunkt sein!

Anmeldung für die Wanderungen direkt bei Bärbel Dähne-Külzer, Tel. 08153 / 3987 oder per e-mail: b.daehne-kuelzer@gmx.de. Anmeldeschluss ist stets der Vortag der Wanderung. Ersatztermine nach Absprache.

Alleinerziehenden-Treff:

Die Alleinerziehenden treffen sich am **28. September**, sowie am **19. Oktober**. Wie immer an einem Samstag von 12:00 Uhr bis 17:00 Uhr im Wohnzimmer des Seehäusl.

"Bunter Teppich"- Internationales Frauentreffen:

Liebe Frauen aus aller Welt,

seien Sie herzlich eingeladen zum Treffen des „**Bunten Teppichs**“ nach den Sommerferien am **Freitag, 13. September 19, um 19:30 Uhr im Seehäusl** und am **18. Oktober** zur selben Zeit im Seehäusl.

Wir sind eine offene Gruppe von Frauen, die aus vielerlei Nationen stammen. Gemeinsam knüpfen wir an einem sozialen Netz, das uns im Alltag unterstützt.

Wir freuen uns über jede interessierte Fraue, die uns aus ihrem Heimatland erzählen mag.

Mit (spät-)sommerlich leuchtenden Grüßen

Gerhild Schenck-Heuck und Galina Potchukaeva

PC-Kurs für Senioren

Die nächsten beiden Termine für den PC-Kurs sind **Dienstag, 10. September, sowie der 22. Oktober, jeweils von 18:00 Uhr bis 19:30 Uhr**

Danke für diese tollen Angebote!

Berichte rund um`s Seehäusl

Ferienprogramm 2019

Das war ein toller Start in die Ferien! Zahlreiche Kurse besuchten die Kinder in den ersten beiden Ferienwochen und sammelten dabei tolle Erfahrungen. So haben sie sich z.B. sportlich beim Opti-Segeln, Fußballgolf oder beim Tischtennisspiel betätigt.

Beim Klettern in der Kletterinsel Fürstenfeldbruck hielt das Wetter bis zur letzten Minute, die Kinder konnten sich 2,5 Stunden auf dem Kletterparcour austoben und sich dann mit Brezn und Eis stärken



Einige Kinder trauten sich etwas ganz Besonderes im Ferienprogramm. Sie nahmen teil am Reanimationskurs und lernten unter anderem kennen, wie man eine Herzdruckmassage macht. Ausprobieren war natürlich auch angesagt und so durften alle mal kräftig im Rhythmus drücken.

Beim Keramikmalen konnten die Kinder ihre selbst bemalten Lieblingsstücke mit nach Hause nehmen. Da war der ganze Stolz in den Augen zu erkennen. Tolle, ganz kreative und unterschiedliche Teller sind bei guter Laune entstanden.

Das Team Ferienprogramm bedankt sich ganz herzlich bei all den Kursleitern und Kursleiterinnen sowie fleißigen HelferInnen und Organisationen für die großartigen Ideen, Angebote und Räume! Zum Redaktionsschluss standen noch die Kurse in der letzten Ferienwoche aus. Insgesamt 42 Kurse waren im Angebot - das war wirklich spitze heuer! 155 Kinder haben mitgemacht und sich insgesamt 368 Mal angemeldet. Und die Fotos zeigen uns das Lächeln der Kinder - wunderschön!

Team Ferienprogramm

Neues aus der Ambulanten Pflege

Am Montag, 17. Juni 19, hat uns der PKV (Verband der privaten Krankenversicherung) mit seinem Prüfdienst überrascht. Wir als Pflegedienst werden einmal im Jahr überprüft, dabei werden die Struktur und die Pflegequalität genauestens unter die Lupe genommen.

Aus den Pflegegraden 2 und 3 werden je 3 Patienten geprüft und aus den Pflegegraden 4 und 5 miteinander 2. Das heißt es werden 8 Patienten ausgelost, zu denen ein Mitarbeiter des PKV zusammen mit der Pflegedienstleitung oder der Stellvertretung fährt. Im Vorfeld werden die ausgelosten Patienten telefonisch gefragt, ob sie mit einer Überprüfung einverstanden sind. Wird das verneint, wird ein Nachfolger ermittelt. Vor Ort wird der Patient in Augenschein genommen und auch befragt. Hierbei wird ermittelt, ob der Patient sich gut versorgt fühlt und ob er etwas zu bemängeln hat. Bei Patienten, die nicht mehr befragt werden können, werden die Angehörigen oder Betreuer befragt. Manche Patienten haben Angst, ihnen könnte der Pflegegrad wieder genommen werden. Diese Angst ist unbegründet, da alle Angaben anonym erfolgen und nicht die Patienten überprüft werden, sondern wir als Pflegedienst.

In diesem Jahr waren zum ersten Mal drei - statt wie sonst üblich zwei - Mitarbeiter vom PKV anwesend. Auch dauerte die Prüfung zwei Tage, normalerweise wird nur ein Tag geprüft.

Wir haben mit der Bestnote 1,0 unsere Prüfung abgeschlossen und freuen uns, dass wir so gutes Fachpersonal haben, um dieses Ergebnis halten zu können.

Hiermit möchte ich mich bei allen Pflegekräften, bei unseren Hausärzten und bei den Mitarbeitern der Franziskus Apotheke für die sehr gute Zusammenarbeit bedanken!

Marita Brendle

Fachstelle für pflegende Angehörige im westlichen Landkreis

Jeden 3. Montag kommt Frau Sonja Herrmann von der Fachstelle für pflegende Angehörige zu uns ins Seehäusl, wenn man mit ihr einen Beratungstermin vereinbart. Sie berät dann bei uns im Haus pflegende Angehörige. Der nächste Termin wäre der **17. September 19**.

Falls Sie eine Beratung wünschen, wird darum gebeten, mit Frau Herrmann persönlich einen Termin zu vereinbaren.

Ihre Telefonnummer lautet: **08143/9993933**

Ausbildung beim Pflegedienst der Nachbarschaftshilfe

Nachdem im letzten Jahr Frau Sabine Schwab ihre Ausbildung zur examinierten Altenpflegerin begonnen hat, werden in diesem Jahr gleich 3 Mitarbeiterinnen ihre Ausbildung zur Pflegefachhelferin in der Altenpflege beginnen.

Da es immer schwerer wird, Fachpersonal zu bekommen, begrüßen wir es sehr, wenn sich Mitarbeiter weiterbilden möchten. Hierbei unterstützen wir unsere Kolleginnen gerne und ermöglichen ihnen gerne den Wunsch einer Weiterbildung. Wir wünschen Teuta Maloku, Florie Selimi und Fadumo Barre Hassan einen guten Start und viel Erfolg für die Ausbildung!

Marita Brendle

Neues aus der Tagespflege

In der Tagespflege gibt es kein Sommerloch! Wenn es die Witterung zulässt, sind wir draussen unterwegs, essen im Freien und genießen den Sommer.

Aber auch interessante Themenkreise sind geboten. Ganz aktuell fand ein spannender Tag zum Thema „Malern“ statt. Dabei gab es für jeden Besucher einen großen Bogen mit Fotos und Erklärungen zu den verschiedensten Malerarbeiten und Methoden.

Wir bekamen Infos zum Tapeten kleben, Heizkörper malern oder Fensterrahmen streichen, bis hin zur Auswahl und Anbringen der passenden Wandfarbe. Da wir aktuell einen pensionierten Malermeister und eine Malermeister-Frau in der Gruppe haben, gab es sofort einen regen Fachaus-tausch. Ein Thema, zu dem jeder unserer Besucher etwas erzählen konnte. Dazu lag eine große Auswahl an An-schauungs-Material aus, das alle direkt in die Hand nehmen konnten. Es gab Pinsel in allen Größen, Klebeband, Farbkarten, Farbroller, Spatel und vieles mehr. In einem 2. Teil haben dann alle zusammen ein riesiges, buntes, abstraktes Bild gemalt, gemäß dem Motto: „in jedem steckt ein Künstler“.



Ein anderes Highlight war der Besuch unserer Buchhaltungs-Leitung Claudia Hübsch. Sie hatte ihren ausgebildeten Therapiehund Xena dabei. Dieser große, äußerst freundliche und gemütliche Hund durfte nach Herzenslust gestreichelt werden. Frau Hübsch beantwortete viele Fragen zur Ausbildung und Rasse ihres Hundes. Ein Tier-Besuch weckt immer Emotionen und wir freuen uns hier über jeden Besuch. Letzthin hat eine junge Frau aus Hochstadt in der Tagespflege angerufen und gefragt, ob sie uns mit ihrem super erzogenen Mischlingshund Charly besuchen darf. Sie hatte einfach das Bedürfnis „etwas Sinnvolles zu tun“. Ein Angebot, das wir sehr schätzen!

Ihnen allen einen schönen Rest-Sommer und bleiben Sie gesund!

Julia Hager

Neues aus der Container-Siedlung: Courage – Spielen verbindet

Das Schuljahr ist fast beendet, alle Schulaufgaben sind geschrieben, die Noten stehen fest; Zeit für eine Projektwoche, die 12-jährige Schüler der Nymphenburger Schulen mit ihren Betreuern unter das Motto „Courage“ gestellt haben.

Ihren Mut beweisen wollen sie, indem sie sich der Herausforderung stellen, das Fremde kennen zu lernen. Mit Kindern von Flüchtlingsfamilien unterschiedlichster Herkunft und Alter wollen sie verwirklichen, wovon sie träumen: „Spielen verbindet!“ Eine schwierige Aufgabe, können diese Kinder überhaupt genug Deutsch, wird man sich verstehen, werden die erdachten Spiele angenommen?

Am 22. Juli 19 ist es dann soweit; um 10 Uhr kommen die Münchener in die Weißlinger Containersiedlung, wo sie von den anderen gespannt erwartet werden. Nach einer kurzen „Fremdel“-Phase

machen sich schließlich einige deutsche Jungs mit einem Ball unter dem Arm mit den „anderen“ bekannt. Fußball heißt das Zauberwort und schon ist der Bann gebrochen.

Die Münchener Mädchen schlagen den anderen „Twister“ vor und nach zaghaftem ersten Spielen auf der großen Plastikfolie sammeln sich schließlich alle um den Sandkasten und schon geht es los mit „Räuber und Gendarm“. Es wird gerufen, gelacht, gelaufen ... voneinander weg, aufeinander zu.

Kleinere Gruppen bilden sich, einige malen, andere rennen oder unterhalten sich einfach auf Deutsch. Mütter und Väter der Flüchtlingskinder gesellen sich neugierig dazu, malen mit, naschen auch von dem mitgebrachten Kuchen und Obst.

Die betreuenden Lehrer halten sich klug im Hintergrund und die Stimmung ist ausgelassen. Ein wenig chaotisch alles, aber der Traum hat funktioniert! Es entsteht Nähe, Neugier, Kontakt, wie er zuvor nicht recht vorstellbar war.

Alles gipfelt an diesem heißen Tag schließlich in einer Wasserschlacht, bei der nicht nur alle Kinder, sondern auch einige Mütter ganz schön nass werden.

Am Schluss begleiten die Kinder der Siedlung die deutschen Schüler ein Stück auf ihrem Weg zur S-Bahn, Kontakte werden ausgetauscht – wird man sich wiedersehen?

Wieviel Courage braucht es, um Menschen aus einer fremden Kultur zu begegnen? Menschen treffen spielend auf Menschen und der Plan geht auf, dass man einander näher kommt.

Vielen herzlichen Dank an Frau Edelmann und Herrn Hübner, dass sie diese Aktion ermöglicht haben!

Eva Niklasch

Neues von der IPW - Kulturgruppe

Das Bayerische Nationalmuseum öffnete am 12. Juli 2019 seine Pforten für die festliche Auftaktveranstaltung zur Leseinitiative: „Büchertürme, Türmer und Turmschreiber“, die die Kulturgruppe Weßling maßgeblich vorbereitet hatte.

Für die Kulturgruppe ist der prachtvolle Museumsbau mit seinen malerischen Treppenaufgängen vertraut: Hier wurden im letzten Sommer viele Szenen des Films über Shakespeare's „Sommernachtstraum“ gedreht. Von der Museumsleitung über die Museumspädagogen bis hin zu den Aufsichten wurde die Gruppe als bekanntes Team begrüßt, das nun die Organisation eines Festakts mit rund 150 Personen übernehmen durfte.



Darunter waren Schülergruppen aus Bamberg, Burghausen, Rosenheim, München und Fürstentfeldbruck, die an mehreren Stationen Beiträge in Poesie oder Prosa, als szenisches Spiel, Film oder musikalische Einlage zu ausgewählten Exponaten darboten.

Die Weißlinger Gruppe hatte als Museumsobjekt das orientalisch anmutende Reisebett aus dem 18. Jahrhundert ausgewählt. Bei ihren Besuchen des Bayerischen Nationalmuseums im Rahmen des Projekts „KulturWerkRaum“ hatten sie dieses Meisterwerk aus Ebenholz, Elfenbein und Schildpatt genau studiert und gezeichnet. Das Bett, das in zahlreiche Einzelteile zerlegt werden kann, war ein möglicher „wunderbarer“ Gegenstand, den Prinz Achmed in dem Märchen „Die Feenkönigin“ aus der Sammlung von 1001 Nacht als Geschenk für die umworbene Nur en Nahar hätte wählen können.

Dieser Film der Kulturgruppe lief nach dem Museumsrundgang mit den zahlreichen Gästen im Mars-Venus-Saal, in dem Kultusminister Prof. Dr. Michael Piazzolo als Schirmherr mit seinem Grußwort die Leseinitiative für ganz Bayern eröffnete.

Der prunkvolle Rahmen des Museumsgebäudes schuf eine besondere, festliche Stimmung. Er forderte auch ganz offensichtlich die Schüler zu außerordentlichen Leistungen heraus. Sie zeigten alle sehr eindrucksvoll, wie sehr Literatur, Kunst und Kulturgeschichte sich gegenseitig befruchten. Das offene Ohr des Ministers für die Protagonisten an jeder Station trug das seine dazu bei.

Als Geschenk an alle spielte am Schluss Jörg Baesecke auf der „Kleinsten Bühne der Welt“.

Mit der Geschichte vom Affenturm in der Münchner Residenz bot er eine reizvolle, anregende Variation zum Thema: „Turm“ in der Form eines Papiertheaters. Damit verbunden war die Aufforderung, mit neuen Ideen eine weitere festliche Veranstaltung im nächsten Jahr zu gestalten.

Ulrike Roos von Rosen

Neues von den Kulturspaziergängen

Seit gut einem Jahr startet Gabi Hafner einmal im Monat Dienstag vormittags mit der S-Bahn um 9:17 h zu Entdeckungen und Wieder-Entdeckungen von Münchner Kulturschätzen. Italienisches in München, die Palazzi von Adel und Geldadel und der Englische Garten waren einige Themen der Kulturspaziergänge. Angeregte Gespräche beginnen schon in der S-Bahn, unterwegs ist Zeit für Fragen, Meinungsaustausch und manche spontane Beobachtung beim ruhigen Schlendern durch die Stadt. Nach 1,5 bis 2 Stunden rufen Beine und Kopf nach einem entspannten Ausklingen in zwangloser Runde in einem Café. Wer dabei sein möchte, wird gern in die Runde aufgenommen.

Gabi Hafner



Lauter fröhliche Gesichter! Gruppenbild vor dem Chinesischen Turm.

Neue Aktivitäten

Tänze der Welt

Im Oktober beginnt am **Mittwoch, 16. Oktober 19**, ein wöchentlich stattfindender Tanzabend für Alt und Jung mit Kreis- und Reihentänzen aus aller Welt (siehe Artikel auf S. 2). Für alle, die Freude haben an Rhythmus, Gemeinsamkeit in Reihe und Kreis, mit Frauen und Männern jeden Alters und mit Interesse an der großen Vielfalt der Kulturen und Musikstile. Tanzen erhält jung, trainiert Körper und Gehirn, wirkt ausgleichend und fördert ein lebendiges Körpergefühl. Keine Angst, wir beginnen mit leichten Tänzen, im Mittelpunkt stehen Spaß und Freude, ein frohes Miteinander, keine Perfektion.

Lassen Sie sich ent(ver-)führen in Rhythmus, Schwingen, Stampfen, Hüpfen, Laufen, Schreiten und einem garantierten Ausstieg aus dem Alltag!

Wann: Mi., 16. Oktober 19, 20:00 Uhr bis 21:30 Uhr
Wo: Wohnzimmer im Seehäusl
Mitbringen: Neugier und bequeme Kleidung (oder machen Sie sich schön!)

Teilnehmerzahl: mindestens 6, maximal 15
Kosten: kostenfrei, über eine kleine Spende freut sich das Seehäusl

Anmeldung bitte bis zum 11. Oktober 19 im Seehäusl unter Tel: 3700

Literaturkreis

„Man kann im Leben auf vieles verzichten, aber nicht auf Katzen und Literatur!“

Wie im letzten Rundbrief bereits angekündigt, möchten wir Anfang Oktober einen Literaturkreis gründen. Wir hatten vorgeschlagen, dass Interessierte beim ersten Treffen von einem Buch erzählen, das sie nachhaltig beeindruckt hat.

Wir werden am **8. Oktober** ein paar Bücher vorschlagen und dann gemeinsam herausfinden, an welcher Art von Literatur wir interessiert sind. Für Wein, Oliven und mehr wird gesorgt.

Wann: Di., 8. Oktober 19, 20:00 Uhr
Wo: Wohnzimmer im Seehäusl
Leitung: Sabine Hoffmann und Anja Janotta

Anmeldung: Zur besseren Planung bitten wir um Anmeldung im Büro der NBH unter Tel.: 3700 bis Freitag, 4. Oktober 19



Ein Bücherstapel, so hoch wie Weßlings Kirche

Ist es möglich, so viele Bücher zu lesen, dass der Stapel die Höhe des Kirchturms der Alten Kirche in Weßling erreicht?

Alleine würde es wohl ganz schön lange dauern, bis der Bücherstapel hoch genug wäre. Deshalb brauchen wir jeden Einzelnen von euch!

Im Rahmen des Projekts „Büchertürme, Türmer und Turmschreiber“ sind bundesweit schon viele Büchertürme erlesen worden.

Und so funktioniert es: lesen, lesen, lesen! Dann die Dicke der einzelnen Buchrücken messen und zusammenzählen. Am besten machst du dir eine Tabelle mit deinem Namen, deiner Telefonnummer

mer und E-Mail-Adresse und trägst dort die Titel der gelesenen Bücher sowie die Dicke des Buchrückens ein. Am Ende eines jeden Monats darfst du dein Gesamtergebnis im Büro der Nachbarschaftshilfe im Seehäusl (info@nbh-wessling.de) melden. Die erlesenen Zentimeter werden dann gesammelt auf der Homepage der Büchertürme gemeldet.

Wie lange wird es dauern, bis der gemeinsame Bücherstapel so hoch ist wie unser alter Kirchturm? Also – mach mit und motiviere auch deine Freundinnen und Freunde, damit es ein ordentlicher Bücherturm wird!

Und wenn du es genauer wissen willst, kannst du dich noch unter www.buechertuerme.de oder www.bayern-liest.de informieren.

Viel Spaß beim Lesen und Buchrücken messen wünscht

Eva Dellinger
im Namen der Kulturgruppe und der Nachbarschaftshilfe Weßling

Diverses

Herbstausflug an den Bodensee

Es gibt noch ein paar freie Plätze in unserem Bus zum Zeppelin-Museum und zur Meersburg am 01.10.2019.

Bei Interesse melden Sie sich bitte bei uns im Seehäusl unter 08153/3700 an.

Vorankündigung:

Seniorenachmittag 24. Oktober 2019

Jetzt schon Termin vormerken!

Sprechzeiten, Beratung und Büro

im Seehäusl:

Mo. – Fr. 9:00 – 12:00 Uhr

Tel. 3700

Pflegedienstleitung: Tel. 908 78 88

Hand in Hand: Tel. 887 18 83

Spendenkonto:

VR-Bank Starnberg-Herrsching-Landsberg eG.

IBAN: DE33 7009 3200 0103 5614 10

BIC: GENODEF1STH

Oberlausitz



Görlitz – Zgorzelec – Bautzen

27. April – 1. Mai 2020

Die Oberlausitz ist eine Region, die größtenteils zu Sachsen sowie zu kleineren Teilen zu Polen und Brandenburg gehört. Die alte Hauptstadt der Oberlausitz ist Bautzen, jedoch die größte Stadt der Region ist das zwischen Deutschland und Polen geteilte Görlitz-Zgorzelec. Um 1410 wurde der Name *Lausitz* auch für das Land Budissin übernommen und beheimatet das westslawische Volk der Sorben, deren Tradition heute noch weiterlebt.

1. Tag: Anreise über Plauen nach Görlitz

Früh am Morgen geht's über die Autobahn vorbei an München, Regensburg und Hof nach Plauen im Vogtland, das wir zur Mittagszeit erreichen werden. Nach einer Mittagspause lernen wir bei einem geführten Rundgang die Stadt der Spitzen kennen. Anschließend fahren wir weiter, vorbei an Chemnitz, Dresden und Bautzen nach Görlitz, dort werden wir im Parkhotel, einem 4-Sterne-Hotel an der Uferstraße gegenüber der polnischen Seite erwartet.

Abendessen und Übernachtung im Hotel

2. Tag: Görlitz

Gut ausgeschlafen und gestärkt am Frühstücksbuffet lernen wir in Begleitung des Stadtführers alles über Görlitz (z.B. spätgotische Frauenkirche, Reichenbacher Turm, Rathaus, Peterskirche) kennen. Der Nachmittag steht uns zu freier Verfügung (z.B. Heiliges Grab, Schlesisches Museum, **Bibliothek der Wissenschaften**). Es finden sich sicher kleine Gruppen zusammen, die gemeinsam die Stadt erkunden.

Abendessen und Übernachtung im Hotel. Wir bemühen uns Karten für einen Theater- oder Konzertbesuch zu organisieren.

3. Tag: Zgorzelec (polnisch Görlitz)

Heute lernen wir nach dem Frühstück den heut polnischen Teil von Görlitz während einer Stadtführung kennen (z.B. Jakob-Böhme-Haus, Oberlausitzer Gedenkhalle, Dreiradspeicher). Am Nachmittag erleben wir während einer Kutschfahrt (ca. $\frac{3}{4}$ Std) den Fürst-Pückler-Park, der als romantischer Landschaftspark den größtmöglichen Kontrast zur barocken Geometrie höfischer Gartenkunst darstellt. Nach einer Café-Pause fahren wir zurück.

Abendessen und Übernachtung im Hotel

4. Tag: Bautzen

Nach dem Frühstück fahren wir über Obercunnersdorf, dem Dorf der Umgebendehäuser, zur Stadtführung nach Bautzen, die Stadt der Türme und Hauptstadt der Sorben, einer slawischen Minderheit. Nach dem Mittagessen können Sie ein Café aufsuchen oder einen kleinen Rundgang machen bevor wir um 16:00 Uhr über Land zurückfahren.

Abendessen und Übernachtung im Hotel

5. Tag: Freiberg - Heimreise

Heute nehmen wir nach dem Frühstück Abschied und fahren nach Freiberg, wo wir zu einer Stadtführung erwartet werden (z.B. Obermarkt, Fortuna Brunnen, Schloß Freudenstein, Dom). Nach einer Mittagspause treten wir mit vielen neuen Eindrücken die Heimreise an.

Leistungen: Fahrt im Reisebus
4 x Übernachtungen/Halbpension im Parkhotel Görlitz
Stadtführung in Plauen
Stadtführung in Freiberg
Stadtführung in Görlitz
Stadtführung in Zgorzelec
1 x Tagesausflug laut Programm mit Reiseleitung
Busfahrt zum Fürst-Pückler-Park
Kutschfahrt durch den Fürst-Pückler-Park

Teilnehmer: mind. 25 Teilnehmer

Gesamtpreis: pro Person
im DZ **540,00 €**
im EZ-Zuschlag **100,00 €**

Verbindliche ANMELDUNG zur Reise

„Oberlausitz“ der NBH vom 27. April bis 1. Mai 2020

Görlitz – Zgorzelec - Bautzen

Anmeldeschluss: 31. Dezember 2019

1. Teilnehmer:
(Name) (Vorname) (geb.)

2. Teilnehmer:
(Name) (Vorname) (geb.)

.....
(Wohnort) (Straße) (Telefon)

.....
(E-Mail-Adresse)

.....
(Einsteigstelle) (Unterschrift)

Einzelzimmer Doppelzimmer Reiserücktrittsversicherung (13 €)

Reisekosten

€ 540,- pro Person/DZ + evtl. 13 € Reiserücktrittsversicherung

€ 640,- pro Person/EZ + evtl. 13 € Reiserücktrittsversicherung

Hinweise

- Ihre schriftliche Anmeldung reichen Sie bitte bei der NBH Weißling ein.
- Alle angebotenen Reisen der NBH werden in fremdem Namen und auf fremde Rechnung durchgeführt.
- Reiseveranstalter: Traubinger Reiseservice; es gelten dessen Allgemeine Geschäftsbedingungen
- Die Reiseteilnehmer erhalten nach der Anmeldung direkt von Traubinger Reiseservice eine Rechnung (zusammen mit den Allgemeinen Geschäftsbedingungen).