

Beachten Sie beim Einkauf die **ANGEBOTE** unserer Inserenten!

**REDDY KÜCHEN ERDING**  
**NEUERÖFFNUNG**  
**25% RABATT + GESCHIRRSPÜLER GESCHENKT**  
Wir freuen uns auf Ihren Besuch  
Rennweg 33, 85435 Erding  
Tel. 0 81 22/9 99 88 9-0  
www.erding.reddy.de

**5. Gesundheitsmesse**  
**erding** bleibt fit!  
DIE REGIONALE GESUNDHEITSMESSE  
**7. + 8. März 2020**  
**JETZT STAND BUCHEN!**  
in der Stadthalle Erding  
Info: Tel. 081 22/9 09 91-0

Weiterbildung gem. BKrFQG Berufskraftfahrer Richtlinien  
**Termine:**  
16.11.2019 Modul 1  
23.11.2019 Modul 2  
30.11.2019 Modul 3  
07.12.2019 Modul 4  
21.12.2019 Modul 5  
Telefonische Anmeldung ist erforderlich!  
**081 22/9 23 33**  
fahrerschule@englberger.eu  
**FSSE ENGLBERGER**  
02.12.-06.12.2019  
5-Tages-Kurs

**Das Ehrenamt im Landkreis – Bärbel Körner vom Schwungrad Ebersberg**

Ebersberg – „Geboren wurde ich vor 76 Jahren in Frankfurt, aufgewachsen bin ich in Essen, mitten im Kohlenpott. Von Beruf bin ich Sozialarbeiterin. Mit und für den Menschen zu arbeiten, ist mir wichtig. Im Jahr 1979 hat es mich mit meinem Mann und unseren drei Kindern nach verschiedenen Zwischenstationen nach Bayern, genauer gesagt nach Zorneding verschlagen. Inzwischen sind fünf Enkel dazu gekommen. Dort war ich bis zu meinem Wohnortwechsel ehrenamtlich im Verein „Das Alter erleben in Zorneding“ tätig. Mit Beendigung meiner Berufstätigkeit als gesetzliche Betreuerin bin ich dann vor 11 Jahren nach Ebersberg gezogen. Auch hier habe ich schnell Freunde gefunden, insbesondere auch durch mein Ehrenamt.

Im Jahr 2009 wurde ein Kurs angeboten „EFL -Erfahrungswissen für Initiativen“, den ich besucht habe. Nach erfolgreichem Kursabschluss im Jahr 2009 stellte sich mir und den fünf anderen Teilnehmern die Frage: Was machen wir nun mit unserem Wissen? Wir kamen schnell auf die Idee, eine Freiwilligenagentur für Ebersberg zu gründen, denn so eine Anlaufstelle gab es bislang noch nicht. Unsere Aufgabe besteht also darin, Menschen, die ehrenamtlich tätig sein wollen an die richtigen Stellen zu vermitteln. Von Anfang an wurden



**Die Chemie muss stimmen**

wir von der Stadt Ebersberg tatkräftig unterstützt. Für den Start bekamen wir sogar ein eigenes Büro im Rathaus, zogen dann aber in die von-Feury-Straße 10 ins Familienzentrum um. Inzwischen hatten wir unsere Gruppe auch in „Schwungrad Ebersberg“ umbenannt und als gemeinnützigen Verein eintragen lassen, denn unser Ziel war es auch, Schwung ins Ehrenamt zu bringen, am Ehrenamt Interessierte mit Institutionen, die Unterstützung brauchen, zu verbinden.

Da wir mit der Vermittlung Ehrenamtlicher noch nicht ganz ausgelastet waren, übernahmen wir im Juli 2016 von der „Seniorenkarte Grafing“ die Betreuung der Ebersberger Senioren, die noch selbstständig zu Hause leben, aber in manchen Dingen Unterstützung brauchen, seien es Fahrten zum Arzt oder zum Einkaufen, Begleitung bei Spaziergängen, Gartenarbeiten oder kleine Haushaltshilfen. Von Beginn an

übernahm ich die Vermittlung der Helfer an die Senioren. Um beide Seiten kennenzulernen, besuche ich vorab sowohl die Helfer wie auch die Hilfesuchenden, da die „Chemie“ bei diesen doch sehr persönlichen Einsätzen stimmen muss.

Inzwischen hat Schwungrad e.V. etwas mehr als 100 Mitglieder und 24 aktive Helfer. Mir macht diese Arbeit viel Freude, vor allem wenn ich sehe, dass es mal wieder mit der Vermittlung geklappt hat und der Senior dankbar ist für die Hilfe. Und dass auch die Einkaufsbegleitung zufrieden ist mit der Aufgabe, die wir vermitteln konnten. Ich achte auch darauf, dass möglichst wenig Wechsel in der Begleitung stattfindet, damit recht bald ein gutes Vertrauensverhältnis entsteht, so dass die Senioren mit ihren Helfern dann auch ihre Termine eigenständig organisieren können.

Bei Neuanmeldungen mache ich nach wie vor einen Haus-

besuch und dies sind oft sehr berührende Momente, wenn ein ganzes Leben vor mir ausgebreitet wird. Oft stelle ich dann fest, dass allein durch mein Zuhören es dem Anderen schon besser geht.

Die Mund-zu-Mund-Propaganda hat sich für die Ebersberger und Steinhöringer Senioren als beste Werbung erwiesen, so dass die Seniorendienste weiter wachsen. Auch der Helferkreis könnte noch erweitert werden. Deshalb würden wir uns freuen, wenn wir Ihr Interesse an der Serviceleistung oder an der Unterstützungstätigkeit geweckt hätten. Bitte rufen Sie uns an, Tel. (0 80 92) 3 06 99 97 oder besuchen Sie die Homepage www.schwungrad-ebersberg.de.

Auf der Ehrenamtsmesse am 6. Oktober im Alten Speicher in Ebersberg können Sie uns beim Stand vom „Schwungrad e.V.“ persönlich kennenlernen und weitere Informationen erhalten.“

Bärbel Körner

**Die Polster Profis**  
Ihre Polsterwerkstatt für Raum Moosburg und Umgebung  
Antike Möbelrestaurationen • Stühle Sessel • Eckbänke • Sofas • Hocker Kissen • Tagungs- und Gastronomiebereiche • 10.000 Stoffe zur Auswahl (Muster)  
• Schreinerarbeiten, Sattlerarbeiten  
• Klein- und Großreparaturen fachmännisch, kompetent  
• ausführliche Stoffberatung (unverbindlich und kostenlos)  
• Kostenfreier Hol- und Bringservice von 8 bis 19 Uhr nach Vereinbarung im Umkreis von 100 km  
• 100,- € Gutschein für Neubezug einer Couch, Sessels, Eckbank oder 6 Stühlen, gültig bis 07.10.2019  
Vereinbaren Sie jetzt Ihren kostenlosen Beratungstermin!

**HERBSTAKTION 30% RABATT auf Leder und Stoffe (bis 14.10.2019)**  
**100% Zufriedenheitsgarantie**

Sascha Kowac  
Banatstraße 3  
85368 Moosburg  
**08761/33 03 75**

**25 Jahre Erfahrung**  
**BIO Handwäsche**  
**Teppichwäscherei Moosburg**  
Die Spezialisten für Wäscherei und Reparatur  
**HERBSTAKTION 25% RABATT auf jede Teppichreparatur (bis 14.10.2019)**  
**50,- € Gutschein ab 6 m² Teppichwäsche gültig bis 07.10.2019**  
Kostenfreier Hol- und Bringservice von 8 bis 19 Uhr nach Vereinbarung im Umkreis bis 100 km. Kostenfreie Beratung bei Ihnen zu Hause.  
Wir bieten an:  
• Alt-persische Handwäsche  
• Fransen und Kanten erneuern  
• Entmotten und Entmilben  
• Abgetretene Stellen erneuern  
• Teppich verschmälern u. verkürzen  
• Geruch neutralisieren  
• Rückfettung und Imprägnierung  
• Desinfizieren  
• Reparaturen aller Art  
• Ankauf von Teppichen

Sascha Kowac  
Banatstraße 3  
85368 Moosburg  
**08761/33 03 75**

## KATHARINAS GHANA-TAGEBUCH

## Angekommen

Die Grafingerin Katharina Otten wird für ein Jahr in einem Waisenhaus in Ghana arbeiten. Bei uns schreibt die 20-Jährige über Ihre Erlebnisse, ihre Gefühle und ihre Arbeit

**3. September - Morgens**

Halb sechs Uhr, ein Dienstag, der Wecker klingelt – ich schäle mich mit klopfendem Herzen aus meinem Schlafanzug, während in meinem Kopf nur ein Gedanke seine Kreise zieht: Heute geht es los! In nur wenigen Stunden sitze ich im Flugzeug Richtung Accra, Ghana. Und: Heute ist es das vorerst letzte Mal, dass ich zusammen mit meiner Familie in der Küche frühstücke, dass ich von meinem Fenster aus den vertrauten Garten sehe. Während meine Koffer in den Kofferraum unseres Autos gehievt werden, schweift mein Blick ein letztes Mal durch mein Zimmer – dann schließe ich die Tür. Auf geht's! Obwohl mir vor Aufregung leicht schlecht ist und sich in meinem Kopf 1000 Gedanken formen und

wieder verschwinden, vergeht die Autofahrt wie im Flug. Am Terminal angekommen, wartet schon meine beste Freundin auf mich. Sie begleitet uns zum Check-In und der Sicherheitskontrolle. Ich gehe hindurch, natürlich piept es, drehe mich ein letztes Mal um und winke. Bis bald!

**3. September - Mittags**

Nachdem ich den ersten Abschnitt des Fluges von München nach Istanbul gut überstanden habe, treffe ich am Gate 13Fb die weiteren Mitglieder der Gruppe, die als weltwärts-Freiwillige soziale Einrichtungen in Ghana unterstützen. Die meisten von ihnen kenne ich schon aus dem Vorbereitungsseminar. Wir steigen in den Flieger, der von Istanbul nach Accra fliegt.

Gegen halb sieben Ortszeit landet das Flugzeug und wir machen uns auf, unsere Koffer einzusammeln. Nach dem Zoll laufen nach draußen und – gegen eine Wand. Die hohe Luftfeuchtigkeit raubt uns den Atem und schlägt uns warm und feucht Luft entgegen. Da unsere große Gruppe mit den dicken Koffern kaum zu übersehen ist, werden wir schon bald von unseren Mentoren der Partnerorganisation ARA freudig begrüßt.

**3. September - Abends**

Wie benommen von der Umgebung steigen wir alle in einen kleinen Bus und fahren durch Accras Straßen in Richtung des ARA-Hauses, unserer gemeinsamen Unterkunft für die nächsten Tage. Uns umgibt pulsierendes Leben, eine unge-

wohnt wilde Straßenführung mit hektischen und hupenden Autofahrern, laute rhythmische Musik an jeder Straßenecke und Massen von Menschen, die ihren Handel auf den Straßen treiben und den Abend genießen. Obst, Gemüse, Farben, Stoffe, Menschen, Worte, die wir nicht verstehen – alles zieht an uns vorbei.

Überall gibt es etwas zu sehen und trotz der aufkommenden Müdigkeit kann man sich nicht satt sehen an diesem so neuen und aufregenden An-



blick. Angekommen am ARA-Haus stellen wir mit Freuden fest, dass es unweit vom Strand liegt. Nachdem wir unsere Zimmer bezogen haben, gibt es für uns noch ein spätes Abendessen auf dem Dach einer Bar. Wir werden herzlich und freundlich von den Leitern und Mentoren der Partnerorganisation begrüßt und es wird kurz der Plan für die nächsten Tage angesprochen. Dann können wir todmüde und mit einem schwirrenden Kopf voller Eindrücke ins Bett fallen. Ich weiß jetzt schon, dass meine Entscheidung, einen Freiwilligendienst zu machen, die Richtige war. Katharina Otten

ANZEIGE

## Alles für die Gesundheit aus einer Hand.

**Grafing** – Anfang Oktober eröffnet ein neues Orthopädie & Sanitätshaus in Grafing – das Sanitätshaus Held. Florian Held und seine Frau Katrin sind beide mit Leidenschaft für die Gesundheit ihrer

Kunden da. Katrin Held hat sogar eine zusätzliche Schulung belegt, um Kompressionsstrümpfe sozusagen richtig anzulegen. Denn es braucht dazu eine bestimmte Tageszeit zum Messen, also

spricht wie das Bein, der Fuß im Laufe des Tages zunimmt, hinsichtlich der Wassereinlagerung. Ob für Schwangere, Flugreisende oder Diabetiker, für jeden gibt es den richtigen Strumpf. Letztgenannte finden im Hause Held auch alles, um ihre Erkrankung gut und erfolgreich zu begleiten. Florian Held ist Orthopädie-Schuhmachermeister, hat seine Lehre damals als Kammermeister abgeschlossen und die letzten sechs Jahre als Betriebsleiter eines Münchner Sanitätshauses gearbeitet. Da war der Weg zur eigenen Selbständigkeit nicht mehr weit und die Verbindung Orthopädie- und Sanitätshaus bot sich förmlich an. Wer also Einlagen oder orthopädische Schuhe benötigt, dem baut Held, bei dem passenden Fußsyndrom, einen handgefertigten Schuh oder eben passende Einlagen. Aber

auch Orthesen gibt es, das sind gelenkführende Hilfsmittel oder jegliche Bandagen, sei es für Knie, Handgelenke oder Ellbogen. Des Weiteren bietet das Sortiment alles für die Gymnastik oder Massage, Mamma und Kind Produkte, wie Bäumleinkissen oder spezielle Babykopfkissen sind vor Ort, aber auch für die ältere Generation ist alles vorhanden: Blutdruckmessgerät, Gehstock, Rollator oder

der Badewanneneinsatz. Hervorzuheben ist vor allem die persönliche Betreuung, welche konstant und langfristig nur im Familienbetrieb stattfinden kann. So findet der Kunde immer dieselben Ansprechpartner vor: alles aus einer Hand für die Zufriedenheit der Kunden. Eröffnet wird am 07. Oktober in der Kellerstraße 8 und die ersten hundert Kunden bekommen eine kleine Überraschung.



**HELD ORTHOPÄDIE & SANITÄTSHAUS**  
FLORIAN HELD | Inhaber

📍 Kellerstraße 8 | D-85567 Grafing b. München  
☎ 08092 75 90  
✉ info@sanitaetshaus-held.de

Öffnungszeiten: Mo. - Do. 8:30 - 13:00 / 14:00 - 18:00 Uhr  
Fr. 8:30 - 13:00 Uhr / 14:00 - 16:00 Uhr und nach Vereinbarung