

Neu

Kostenloses Angebot für
Brustkrebspatientinnen S. 3



Gemeinsam statt einsam

Neuer Treffpunkt für Senioren in der
Jesajakirche geplant Seite 3

Unterhaltsam

Kunst und Kultur in
Neuperlach erleben Seite 4

**BESSER FÜR
MÜNCHEN**

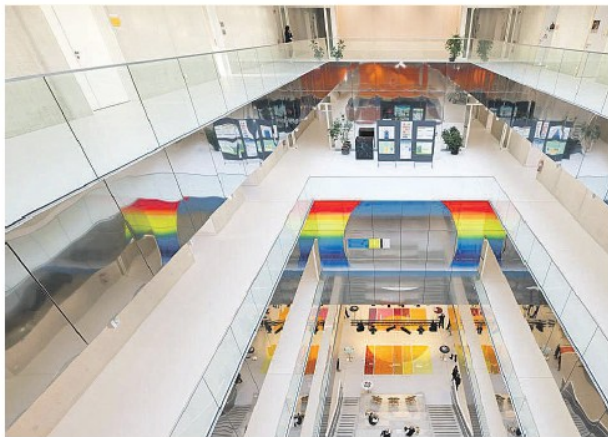
Wahlkampfzeitung
der **CSU**
München für
die Kommunalwahl
am 8. 3. 2026

Seite 7 – 18

Alle unter einem Dach

Einweihung des Schulzentrums für Farbe und Gestaltung

NEUPERLACH (red) · Über herausragende Bedingungen können sich die Münchner Farbe Schulen am neuen Schulstandort in Neuperlach freuen. Auf mehr als 11.000 Quadratmetern Nutzfläche bietet der fünfgeschossige Neubau erstmals die Möglichkeit, die dazugehörigen Fach-, Berufs- und Meisterschulen mit ihren 13 Aus- und Weiterbildungsgängen sowie die jeweiligen Spezialwerkstätten, integrierten Fachunterrichtsräumen (IFUs), Hallen und Ausstellungsflächen unter einem Dach zu vereinen. Traditionelle Handwerke wie die Kir-



Kürzlich wurde die Einweihung des Städtischen Beruflichen Schulzentrums für Farbe und Gestaltung in Neuperlach gefeiert.
Foto: Tobias Hase / LHM RBS

chenmaler*innen, Vergolder*innen und Wachsbildner*innen finden in dem tagesslichtdurchfluteten Gebäude von v-architekten (Köln) gleichermaßen ideale Voraussetzungen wie die mit modernstem Equipment arbeitenden Maler*innen und Lackierer*innen, Farb- und Lacktechniker*innen, Schilder- und Lichtreklamehersteller*innen und die Fahrzeuglackierer*innen.

Mitte Februar feierte die Schulfamilie gemeinsam mit Bürgermeisterin Verena Dietl, Stadtschulrat Florian Kraus und Baureferentin Dr.-Ing. Fortsetzung auf Seite 4

Unseren Prospekt
finden Sie aktuell
in einer Teilaufgabe
dieser
Zeitung!



**Sie suchen
professionelle
Hilfe für Haus
und Garten?**

Handwerks-
spezialisten
finden Sie
auf Seite 2



**Am
8. März**
ist Kommunal-
wahl!
Grüne wählen!

Oberbürgermeister
für München

Dominik Krause

Politische Werbung zur Kommunalwahl 2026 von BÜNDNIS 90/DIE GRÜNEN, Landesverband Bayern und den Untergliederungen

V.i.S.d.P.: Kobrian Werner, Birkdine 99/Die Grünen Kreisverband München, Franziskanerstraße 14, 81669 München

Weil mehr geht.



GOP

Hot Spot

Entertainment now!

15. Januar bis 12. April 2026

GOP. Variété-Theater
München

variete.de

Atmen, spüren, heilen

Kostenlose Yogakurse



Yoga tut Körper und Seele gleichermaßen gut – ein spezielles Angebot gibt es jetzt für Frauen, die an Brustkrebs erkrankt sind.

Foto: hw

HARLACHING (red) · Brustkrebs ist die häufigste Krebserkrankung bei Frauen: Jährlich erkranken ca. 75.000 Frauen in Deutschland neu an einem Mammakarzinom. Die Erkrankung ist eine schwere Belastung für die Patientin und deren Familie. Es gibt heute zahlreiche Daten, die den positiven Einfluss von regelmäßiger Bewegung bei Brustkrebspatientinnen und insbesondere positive Effekte von Yoga belegen. Auf Initiative der Harlachinger Kolleginnen Dr. Veronika Piger (Oberärztin Frauenklinik), Nora Habrecht (Breast Care Nurse) und Stephanie Curths (Qualitätsmanagerin) konnte zum Jahresanfang ein Yoga-Kurs für die Brustkrebspatientinnen der Harlachinger Frauenklinik neu etabliert werden. Die München Klinik dankt ausdrücklich der Marianne Strauß Stiftung, die das Angebot durch Spenden möglich macht und für ein Jahr im Voraus finanziert hat. Die München Klinik sammelt weiterhin Spenden, um das Angebot auch darüber hinaus zu etablieren. Die Yogastunden finden einmal wöchentlich in eigens dafür bereitgestellten Räumlichkeiten in der MÜK Harlaching statt. Patientinnen, die sich regelmäßig zur Therapie in der onkologischen Tagesklinik aufhalten, können direkt vor Ort am Bewegungsangebot teilnehmen – ohne zusätzliche Wege oder Termine einplanen zu müssen. Damit schafft die MÜK einen geschützten Raum, in dem Bewegung, Wohlbefinden und der Austausch mit anderen Patientinnen gleichermaßen

Platz haben. Die Yogastunden gibt die erfahrene Yoga-Lehrerin Barbara Fergg, die den Schwerpunkt auf ein sanftes, achtsames Yoga setzt, das für Patientinnen in dieser Phase wichtig ist. Übungen zur Selbstregulation, sanfte Körperübungen, Atem- und Entspannungsübungen sind Teil des Programms. »Ein zentraler Gedanke ist die Selbstfürsorge: Durch die achtsame Praxis lernen die Frauen, ihre eigenen Bedürfnisse und Grenzen zu spüren und zu respektieren – zunächst auf der Yogamatte und nach und nach auch im Alltag«, so Barbara Fergg. »Wir wissen, welche positiven Effekte Yoga auf die körperliche Fitness, die Körperwahrnehmung, das Erleben von Selbstwirksamkeit, die Linderung von Nebenwirkungen sowie den Austausch mit anderen Betroffenen hat. Deshalb bieten wir Yogakurse an, um den Patientinnen ein leicht zugängliches Angebot in einem geschützten Raum zu geben«, sagt Dr. Veronika Piger, Oberärztin Frauenklinik München Klinik Harlaching. Yoga kann Studien zufolge unmittelbar zu einer spürbaren Reduktion von Erschöpfung beitragen – sowohl, wenn diese durch die Erkrankung selbst als auch durch die Therapie verursacht ist. Daher empfiehlt auch die aktuelle medizinische Leitlinie Yoga während und nach einer Krebstherapie, um diese sogenannte Fatigue wirksam zu lindern.

Weitere Informationen zu den Spendenprojekten der München Klinik: <https://www.muenchen-klinik.de/spende/>

Gemeinsam statt einsam

Neuer Seniorentreff – Eintritt kostenlos

FASANGARTEN (red) · Gemeinsam statt einsam – neuer offener Treff für Seniorinnen und Senioren startet am 27. Februar ab 14.30 Uhr in den Räumlichkeiten der Jesajakirche in der Balanstr. 361. Organisatoren sind Foodsaving & More e.V. in Kooperation mit der Jesajakirche. Unter dem Motto »Gemeinsam statt einsam« entsteht ein Ort, an dem Menschen zusammenkommen, sich austauschen und Gemeinschaft erleben können. Ziel des Angebots ist es, Einsamkeit entgegenzuwirken, echte Gespräche zu ermöglichen und ein Gefühl von Zu-

gehörigkeit zu schaffen. Der Treff ist offen für alle, ohne Anmeldung und ohne Verpflichtungen. Die Treffen finden zunächst einmal im Monat statt; eine spätere Ausweitung ist geplant. Was erwartet die Besucherinnen und Besucher? Eine offene, herzliche Runde – Zeit für Begegnung, Gespräche und neue Kontakte Kaffee, Tee, ein nachhaltiger Snack aus getretenen Lebensmitteln und eine gemütliche Atmosphäre. Ein niedrigschwelliger, barrierearmer Treffpunkt für alle älteren Menschen im Stadtteil. Der Seniorentreff richtet sich besonders an Menschen, die

sich mehr Kontakte wünschen, neu zugezogen sind, allein leben oder von Einsamkeit betroffen sind. Auch Seniorinnen und Senioren mit geringerem Einkommen oder körperlichen Einschränkungen finden hier einen gut erreichbaren, kostenfreien Treffpunkt. Darüber hinaus verbindet das Projekt soziale Teilhabe mit Nachhaltigkeit: Durch die Nutzung und Verarbeitung geretteter Lebensmittel wird ein achtsamer Umgang mit Ressourcen gefördert. Der Treff möchte langfristig ein fester Bestandteil des sozialen Netzes im Viertel werden.

ASMO KÜCHEN HAUSMESSE-AKTIONSWOCHE
Jetzt Messe-Meterpreise für perfekt geplante Markenküchen

LATE NIGHT SHOPPING
bis 21:00 Uhr

im Gewerbepark Unterhaching am Donnerstag,
26.02.2026 extralang bis 21:00 Uhr geöffnet
und mit exklusiver Steinmetz-Beratung!

LEICHT.
DIE ARCHITEKTURKÜCHE

AEG
SaphirMatt® Induktionskochfeld mit integriertem Dunstabzug
Elegantes Design, überragender Schutz vor Kratzern und pflegeleichte Oberflächentextur.

ASMO KÜCHEN
Ihr Spezialist für Einbauküchen in Bayern seit 1974

ASMO KÜCHEN
HAUSMESSE-AKTIONSWOCHE

AEG LIVE-Kochevent am Samstag, 28.02.2026 von 10-16 Uhr
» Quooker und thermomix live am Samstag von 10-16 Uhr
» Schausonntag am 01.03.2026 von 11-16 Uhr
» Festpreisgarantie und 0% Finanzkauf
» „Liefertreue“ - wir halten, was wir versprechen!

Beratungstermine: via QR-Code oder Tel. 089 / 612 90 60
Grünwalder Weg 23, 82008 Unterhaching, mail: unterhaching@asmo.de