

MONATSPROGRAMM

Januar 2026

MO – 5. Jan.
14:00 Uhr



Neujahrsandacht mit Pfarrer Mahr

Start in das Neue Jahr 2026

Wir begrüßen das neue Jahr mit einer feierlichen Andacht in der **Mitterfelder Hauskapelle**. Josefine Amthor an der Orgel mit Liedern zum Mitsingen;) Danach (etwa 15 Uhr) gibt es einen Neujahrs-Glühwein oder Tee mit entsprechendem Gebäck.

MI – 7. Jan. | 10.30 Uhr

DO – 8. Jan. | 16:00 Uhr

OMY! YOGA FÜR ALLE 60PLUS IM KAPELLENVORRAUM

OMY! YOGA FÜR ALLE 60PLUS IM KAPELLENVORRAUM

MO - 12. Jan.
8:15 Uhr



Kulturzentrum LUISE
+++Taxiabfahrt+++

dreamers dance club Ein bewegter Start in den Tag, **eine Art Morgendisco** ohne Anleitung in Socken | begleitet von der Tanzlehrerin Lina Kukulis | 9 bis 9:30 Uhr dynamische Tanzimprovisation zu **elektronischer Musik** (bis Techno) | Alle bewegen sich nach Ihrer Fassung und Ihren Möglichkeiten+++ **wir bitten um Anmeldung+++**



MO - 12. Jan.
14:00 Uhr

Vorraum Kapelle

Montagscafé wie gewohnt mit Kaffee und Kuchen & Projektvorschlag zur „**Internationalen Woche gegen Rassismus**“ im März 2026 | Moderation: Nikolaus Schön



DI – 13. Jan. | 14:30 Uhr

MASCHE MIT HERZ IN DER GALERIE SPEISERESTAURANT

MI – 14. Jan.
16:00 Uhr

Kapellenvorraum

OMY! YOGA FÜR ALLE 60PLUS

Ein Angebot von YOGAHILFT, gefördert durch die **Heinrich und Maria Eleonora Leininger-Stiftung** bzw. **Münchner Stiftungsverwaltung**



DO – 15. Jan. | 16:00 Uhr

OMY! YOGA FÜR ALLE 60PLUS IM KAPELLENVORRAUM

DO – 15. Jan.
17:00 Uhr

Galerie Speiserestaurant

SMARTPHONE SPRECHSTUNDE

20-25 min. Termine mit jungen Engagierten

In Kooperation mit young caritas, München **+++Anmeldung erforderlich+++**



SO – 18. Jan.
15:00 Uhr



Pasing | Manzinger Weg 6
+++Eigenregie+++

Münchner Schäfflertanz in Pasing

Alle 7 Jahre tanzen in München die Schäffler - die Coronapandemie hat das etwas durcheinandergewirbelt! **Ein Tanz, der Hoffnung verbreiten soll, gegründet als Zeichen der Überwindung der Pest im Jahre 1517.** Eigentlich geht der Tanz der Fassbinder (Schäffler) einfach: einmal hoch das Bein, dann drei Zwischenschritte, dann hoch das andere Bein. **+++ ideal für selbstorganisierte MVV Mobile;) | Bus 57 bis Pasing Bahnhof | dann 5 min zum Bachbauernhof | Manzinger Weg 6 | 81241 München bildet eigene Gruppen+++**



MO - 19. Jan.
14:00 Uhr

Montagscafé Kaffee und Kuchen & Gesellschaftsspiele, heute in Galerie Speiserestaurant | Moderation: **Heidrun Feuerabend**

BERATUNG

Mitterfeldstraße 20 | 80689 MUC | Sprechzeiten: Mo, Mi, Do, Fr jeweils. 10 -12 Uhr | Rufen Sie an & vereinbaren Sie einen Termin | **DI KEINE Sprechstunde!**

MONATSPROGRAMM

Januar 2026

DI - 20. Jan.

10:00 Uhr

Kulturzentrum LUISE

+++Taxi Abfahrt+++

Frida & Kurt – Mitsingen mit Philip Lipsky,
gefördert vom **Kulturreferat/ Abteilung Volkskultur** | Singstunde
beginnt um 10:30 Uhr | Rückfahrt mit Taxi um 11:45 Uhr
+++Bitte anmelden, Plätze sind begrenzt+++



DI - 20. Jan.

14:30 Uhr

Galerie Speiserestaurant

MALFREU(N)DE mit der Kunsttherapeutin
Claudia Probst gefördert durch die **Gabi und Dr. Erhart Stägmeyer-Stiftung** bzw. **Münchner Stiftungsverwaltung**

MI -21. Jan. | 10:30 Uhr

OMY! YOGA FÜR ALLE 60PLUS IN GALERIE SPEISERESTAURANT

MI -21. Jan | 15:00 Uhr

MEDIZINISCHE FUSSPFLEGE | NUR MIT ANMELDUNG!

DO -22. Jan. | 16:00 Uhr

OMY! YOGA FÜR ALLE 60PLUS TRIFFT IM KAPELLENVORRAUM

FR – 23. Jan.

17:00 Uhr



Gasteig HP 8

+++Taxiabfahrt+++

KONZERT DER SCHLAGZEUGKLASSE

Studierende der **Hochschule für Musik, Schlagzeugklasse** von Prof. Christian R. Wissel, präsentieren sich einem oft erstaunten Publikum und sammeln Liveerfahrung auf der Bühne | Konzertbeginn: 18 Uhr | **Saal X im Gasteig HP8** | Rückkunft ca. 20:30 Uhr

+++Plätze sind wg. Konzerttransfer begrenzt | Anmeldung erforderlich | vor Ort gilt: Eintritt frei+++

MO – 26. Jan.

14:00 Uhr



Kapellenvorraum

Faschingspolonaise im Montagscafé

Wir feiern mit **Michaela Dietl und die Quetschenweiber** zum Fasching 2026. Es darf gerne schrill werden: **wilde Hüte, knallbunte Blusen und auffällige Hemden** sowie **gute Laune** sind gefordert! Dann ist es bis zur Polonaise nicht mehr weit! Kaffee & Kuchen gibt es zu Beginn, danach brauchen wir etwas Freiraum – im **Mitterfelder Fasching** wird geklatscht, gewippt, geschunkelt oder getanzt! **+++keine Anmeldung erforderlich – einfach vorbeikommen!!!+++**

DI -27. Jan. | 14:30 Uhr

MASCHE MIT HERZ IN DER GALERIE SPEISERESTAURANT

MI -28. Jan. | 10:30 Uhr

OMY! YOGA FÜR ALLE 60PLUS IN GALERIE SPEISERESTAURANT

DO – 29. Jan.

16:00 Uhr

Kapellenvorraum

OMY! YOGA FÜR ALLE 60PLUS

Ein Angebot von **YOGAHILFT**, gefördert durch die **Heinrich und Maria Eleonora Leininger-Stiftung** bzw. **Münchner Stiftungsverwaltung**



FR – 30. Jan

13:00 Uhr



+Treffpunkt **Kino Rex** um 12:45 Uhr+

Kinonachmittag für Senioren

„Was will der Lama mit dem Gewehr?“

Wir bekommen im Jahr 2026 erneut je 25 Tickets für Seniorenvorstellungen im Kino Rex von der **Bäckerei Hoffmann am Willibaldplatz** finanziert.

Im Januar wird ein Spielfilm aus Bhutan gezeigt, der tiefe Einblicke in die buddhistische Tradition und in die Landschaft des Himalaya-Gebirges verspricht. Laut NDR „**eine kleine Perle**“ und 2023 für den Oscar nominiert.

+++Anmeldung erforderlich | Transfer für mobilitätseingeschränkte Personen vorgesehen | Ansonsten **Treffpunkt und Ticketvergabe vor Ort**+++

