

MONATSPROGRAMM

März 2026

MO - 2. März

14:00 Uhr

Vorraum Kapelle

DI - 3. März | 10:00 Uhr

DI - 3. März | 14:30 Uhr

MI - 4. März | 10:30 Uhr

MI - 4. März | 14:30 Uhr

DO - 5. März | 16:00 Uhr

MO - 9. März

8:15 Uhr



Kulturzentrum LUISE
+++Taxiabfahrt+++

MO - 9. März

14:00 Uhr

Galerie Speiserestaurant

DI - 10. März | 14:30 Uhr

MI - 11. März | 10:30 Uhr

DO - 12. März | 16:00 Uhr

Do - 12. März

14:00 Uhr

Vorraum Kapelle

MO - 16. März

14:00 Uhr



Vorraum Kapelle

DI - 17. März | 10:00 Uhr

DI - 17. März | 14:30 Uhr

MI - 18. März | 10:30 Uhr

DO - 19. März | 16:00 Uhr

Montagscafé „Ihr Wochenenderlebnis“,
erzählen Sie davon bei Kaffee & Kuchen

Moderation: Sigrid Ottensmann & Lisa Malik

FRIDA & KURT MITSINGEN IN DER LUISE, WIE GEWOHNT!

MALFREU(N)DE IN DER GALERIE SPEISERESTAURANT

OMY! YOGA FÜR ALLE 60PLUS IN GALERIE SPEISERESTAURANT

Med. Fußpflege | Nur mit Voranmeldung!

OMY! YOGA FÜR ALLE 60PLUS TRIFFT SICH, WIE GEWOHNT!

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+++**



Montagscafé

Rituelles Räuchern Teil II Referentin: Martina Eichmann | bei schönem Wetter auch im Freien im Pavillon

MASCHE MIT HERZ IN DER GALERIE SPEISERESTAURANT

OMY! YOGA FÜR ALLE 60PLUS FÄLLT HEUTE AUS!!!

OMY! YOGA FÜR ALLE 60PLUS TRIFFT SICH, WIE GEWOHNT!

SMARTPHONE SPRECHSTUNDE

20-25 min. Termine mit jungen Engagierten

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



Montagscafé

„Gesten & Grüße aus aller Welt“

Wie begrüßt man sich eigentlich – und was sagt das über Respekt und Zugehörigkeit aus? Eine offene Mitmach-Veranstaltung für Jung und Alt im Rahmen der Internationalen Wochen gegen Rassismus. Moderation: Nikolaus Schön | Hosts: Sigrid Ottensmann & Heidrun Feuerabend

BERATUNG

Mitterfeldstraße 20 | 80689 München | Sprechzeiten: Mo, Mi, Do, Fr jeweils 11 bis 13 Uhr | Rufen Sie gerne an und vereinbaren einen Termin | dienstags KEINE Sprechstunde!



MO - 23. März
14:00 Uhr



Galerie Speiserestaurant

Montagscafé & Besuch des Seniorenbeirats

Besuch des Facharbeitskreises des Münchner Seniorenbeirats "Migration und Integration", mit seinem Vorsitzenden Dr. Baukhage. Dr. Bauer, Vorsitzender des Seniorenbeirats wird ebenfalls anwesend sein. Der Arbeitskreis stellt seine Themen kurz vor und freut sich auf gemeinsame Gespräche und persönlichem Austausch. Moderation: Heidrun Feuerabend & Sigrid Ottensmann

DI – 24. März | 14:30 Uhr

MASCHE MIT HERZ IN DER GALERIE SPEISERESTAURANT

MI – 18. März | 10.30 Uhr

OMY! YOGA FÜR ALLE 60PLUS IM KAPELLENVORRAUM

MI - 25. März
14:00 Uhr



+++Taxi Abfahrt+++

Kino mit „Freddie und die Melodie der Nacht“

Eine Einladung von Silberfilm - ein Filmnachmittag für Älterwerdende.

Spielfilm, Deutschland, 1961, 93 Minuten

Tauchen Sie ein in das nächtliche Berlin der frühen 1960er-Jahre und erleben Sie Musik, Spannung und zeittypisches Flair u.a. mit Freddy Quinn | Kino Neues Maxim | Beginn der Vorstellung: 15 Uhr | Rückkunft: ca. 17:15 Uhr

+++Bitte anmelden, Plätze sind begrenzt+++

MI – 25. März
18:00 Uhr



Mitterfelder Hauskapelle

KLANGBILDANDACHT

„Schläft ein Lied in allen Dingen“

Das **Veeh-Harfen Ensemble die „Herbst(Sait)losen“** gestaltet eine musikalische Andacht. Das etwa dreißigminütige Klangbild lädt zu einer kurzen meditativen Auszeit ein. +++Einlass 17:45 Uhr+++Beginn: 18

Uhr+++Keine Reservierung möglich+++Plätze sind begrenzt; wir bitten um rechtzeitiges Erscheinen+++ Eintritt frei+++

DO – 26. März | 16:00 Uhr

OMY! YOGA FÜR ALLE 60PLUS TRIFFT SICH, WIE GEWOHNT!

FR – 27. März
13:00 Uhr



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

Kino-Nachmittag für Senioren

„Der letzte Takt“

Seniorenkino in Abstimmung mit den Seniorenbeirat München Laim, die Tickets spendet die Bäckerei Hoffmann | Spielfilm (Satire), Island, 2024, 92 Minuten Ein Kammerorchester in Reykjavík steht vor dem aus, Rettung verspricht ein isländischer Star-Cellist, dessen Ankunft jedoch für unvorhergesehene Probleme sorgt. +++Anmeldung erforderlich | **Treffpunkt und Ticketvergabe vor Ort**+++

MO - 30. März
14:00 Uhr



Mitterfelder Hauskapelle

Andacht vor Ostern!

Wir feiern eine Andacht, gleich nach dem Palmsonntag und vor dem Osterwochenende mit **Pfarrer Gregor Mahr** und **Ursula Ammel** am Klavier in der Mitterfelder Hauskapelle. Ein besonderer Dank geht an diesem Tag an **Josefine Anthor** für Ihre langjährige Musikbegleitung in unserem Haus. Danach gibt es, wie gewohnt, das Montagscafé ab ca. 14:45 Uhr mit Kaffee und Kuchen.

+++Wir freuen uns auf Ihren Besuch+++

BERATUNG

Mitterfeldstraße 20 | 80689 München | **Sprechzeiten: Mo, Mi, Do, Fr jeweils. 11 bis 13 Uhr | Rufen Sie gerne an und vereinbaren einen Termin | dienstags KEINE Sprechstunde!**