

# MONATSPROGRAMM

## April 2026

MI – 1. April | 10.30 Uhr

DO – 2. April | 16:00 Uhr

FR – 3. April

13:00 Uhr

+++Taxiabfahrt+++

Gasteig HP8

DI – 7. April. | 14:30 Uhr

MI – 8. April | 10.30 Uhr

DO – 9. April | 11:00 Uhr

Galerie Speiserestaurant

MO – 13. April

14:00 Uhr



Kapellenvorraum

DI – 14. April | 14:30 Uhr

MI – 15. April

14:00 – 16:00 Uhr



MI – 15. April

18:15 Uhr



+++Taxiabfahrt+++

DO – 16. April | 16:00 Uhr

DO – 16. APRIL 17 UHR

Galerie Speiserestaurant

SO – 19. April



+Taxiabfahrt 13:30 Uhr+

OMY! YOGA FÜR ALLE 60PLUS IM KAPELLENVORRAUM

OMY! YOGA FÜR ALLE 60PLUS IM KAPELLENVORRAUM

**Matthäuspassion BWV 244 von J.S. Bach** präsentiert von der Josef und Luise Kraft-Stiftung und Münchner für Münchner e.V. | Konzertbeginn 14 Uhr | Rückkunft im Quartier: 17:30 Uhr +++Bitte anmelden, Plätze sind begrenzt+++

MASCHE MIT HERZ IN DER GALERIE SPEISERESTAURANT

OMY! YOGA FÜR ALLE 60PLUS IM KAPELLENVORRAUM

**BAY. WEISSWURSTESSEN** & Neue Münchner Volksmusik im Hintergrund +++keine Anmeldung+++einfach Vorbeischauen++kleine Spende freut uns+++

Montagscafé mit

„Frühjahrsputz für das Konto“ – Nach Kaffee und Kuchen erwartet uns (ab etwa 14:30 Uhr) ein Impulsvortrag von Frau **Elvira Eisen-Walser**, Schuldenpräventionskoordinatorin im Auftrag der Landeshauptstadt München, mit anschließender Fragerunde und der Möglichkeit persönliche Termine zu vereinbaren | Moderation: Sigrid Ottensmann +++Keine Anmeldung erforderlich+++

MASCHE MIT HERZ IN DER GALERIE SPEISERESTAURANT

**Origami Mobile Kreationen**

Wir falten unter Anleitung Origami Kraniche aus Papier, die zu einem schönen Mobile zusammengesetzt werden - als Dekoration für zuhause oder auch als Geschenk. Ein intergenerationelle Angebot der **youngcaritas: junge Menschen falten mit und helfen gerne weiter.** Keine Vorerfahrung notwendig. +++Anmeldung erforderlich+++



**THEATER MIT „DER ABSCHIEDSBRIEF“**

Liebeskomödie der Autorin Audrey Schebat

u.a. mit **Michaela May** und **Sigmar Solbach** in den Hauptrollen. Kurzinhalt: Alles hinter sich lassen, Schluss machen, einfach verschwinden, ohne einen Abschiedsbrief zu schreiben? Genau das hatte Julien vor... eine Paar-Beziehung voller Wut, Streitlust und Liebe!

Beginn vor Ort: 19:30 Uhr. Komödie im Bay. Hof | Rückkunft etwa 22 Uhr

+++Wir bitten um Voranmeldung+++Plätze sind begrenzt

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

**SMARTPHONE SPRECHSTUNDE** In Kooperation mit youngcaritas, München +++Anmeldung erforderlich



**SWINGING SENIORS**

Für tanzbegeisterte Menschen 60+ | organisiert von **OLL INKLUSIV** bzw. Mitra Kassai (Hamburg) im 25hours Hotel | Bahnhofplatz 1 | München | Eintritt frei! +++Wir treffen uns vor Ort | keine

Anmeldung erforderlich | Taxi für Mobilitätseingeschränkte vorgesehen+++Beginn vor Ort: 14 Uhr +++ Rückfahrt ca. 17 Uhr+++



# MONATSPROGRAMM

## April 2026

**MO –20. April | 14:00 Uhr** **MONTAGSCAFÉ: DAS GRÜNE BAND ALS SYMBOL | H. FEUERABEND**

**DI – 21. April | 10:00 Uhr** **FRIDA & KURT MITSINGEN IN DER LUISE, WIE GEWOHNT!**

**DI – 21. April | 14:30 Uhr** **MALFREU(N)DE in der Galerie Speiserestaurant**

**MI –22. April | 10:30 Uhr** **OMY! YOGA FÜR ALLE 60PLUS IM KAPELLENVORRAUM**

**MI –22. April | 12:40 Uhr** **SKYLIFT TOUR IM OLYMPIAPARK +++Plätze sind begrenzt+++**

**MI –22. April | 13:00 Uhr** **MEDIZINISCHE FUSSPFLEGE | nur mit Anmeldung!**

**DO -23. April | 16:00 Uhr** **OMY! YOGA FÜR ALLE 60PLUS TRIFFT SICH, WIE GEWOHNT!**

**FR – 24. April**  
**18:15 Uhr**



**MÜNCHNER SCHIENE**

**+++ Taxiabfahrt+++** Nymphenburg Manufaktur

**IN DER MANUFAKTUR LIVE MIT DANIEL GRAZIADEI, CAROLA GRUBER, JAKOB**

**HAAS** Literatur ist Kopfarbeit und Handwerk zugleich. An diesem Abend lassen sie sich beim Schreiben auf die Finger schauen. Die beiden Autoren nehmen in den Raum gerufene Wörter und Themenwünsche auf und laden ein, zu musikalischen Improvisationen des Cellisten Jakob Haas die Verfertigung ihrer Sätze zu verfolgen. **+++Bitte anmelden, Plätze sind begrenzt+++**

21.-30.4.2026

**Lite**  
**ratur**  
**fest**  
MÜNCHEN

**MO - 27. April**  
**11:00 Uhr**



Sozialbürgerhaus Pasing | BSA 60+ | Landsberger Str. 474

**WENN DAS ALTER BLÜTEN TREIBT...**

**MALFREU(N)DE im Sozialbürgerhaus Pasing**

Eröffnung der kleinen Werkschau | Ausstellung bis 13. November 2026 | Öffnungszeiten des Sozialbürgerhauses | Die Künstlerinnen und Künstler aus dem Mitterfelder Seniorengerechten Quartier (SenQ) stellen verschiedene Impressionen zum Thema Blumen und Blüten vor. Aquarelle & Acrylmalerei von Mitgliedern der Künstlergruppe MALFREU(N)DE

**MO –27. April | 14:00 Uhr** **MONTAGSCAFÉ: DIE GESCHICHTE DER GLOCKE | H. FEUERABEND**

**DI – 28. April | 14:30 Uhr** **MASCHE MIT HERZ IN DER GALERIE SPEISERESTAURANT**

**MI –29. April | 10:30 Uhr** **OMY! YOGA FÜR ALLE 60PLUS IM KAPELLENVORRAUM**

**MI – 29. April**  
**14:00 Uhr**



Mitterfelder Hauskapelle

**Freiheit & Lebenslust | KATJA MADERER – Gesang | FIRIMIAN DROST – Klavier**

Erfrischendes Nachmittagskonzert für Sopran und Piano & erbaulichen Tee mit Gesprächen im Anschluss! **Eintritt frei!**

Kooperation mit Live Music Now München **+++Einlaß 13:45 Uhr | Keine Reservierung möglich. Plätze sind begrenzt; wir bitten um rechtzeitiges Erscheinen+++**

**MI – 29. April**  
**18:00 Uhr**

Mitterfelder Hauskapelle

**Klangbild-Andacht „Herztöne“**

Das Veeh-Harfen-Ensemble „**Die Herbst(sait)losen**“ mit Liebesgedichten und -musiken in den Frühsommer, Leitung: Angelika Keber | Heute im Rahmen des Programms **TAG GEGEN LÄRM | Gesundheitsladen München** **+++Einlaß 17:45 Uhr | Keine Reservierung. Plätze sind begrenzt+++**

**DO -30. April | 16:00 Uhr** **OMY! YOGA FÜR ALLE 60PLUS TRIFFT SICH, WIE GEWOHNT!**

## BERATUNG

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