

MONATSPROGRAMM September & Oktober 2026

FR – 25. Sept
13:00 Uhr



+Treffpunkt: 12:45 Uhr+

Der Pinguin meines Lebens

Kinonachmittag für Senioren

Spielfilm, GB/Spanien 2024, 110 Min. Ein Lehrer findet am Strand einen verwaisten und överschmutzten Pinguin. +++Anmeldung erforderlich – 25 Tickets kostenfrei, finanziert von **Bäckerei Hoffmann am Willibaldplatz+++**
Treffpunkt und Ticketvergabe vor Ort im KINO REX+++

FR – 25. Sept | 15:00 Uhr

SICHER & STARK für Menschen 60plus +++Achtung Warteliste+++

MO – 28. Sept | 14:00 Uhr

MONTAGSCAFÉ | 150 JAHRE TRAM | MODERATION: H. FEUERABEND

DI – 29. Sept | 14:30 Uhr

MALFREU(N)DE IN DER GALERIE SPEISERESTAURANT

MI – 30. Sept | 13:30 Uhr

FUSSPFLEGE! Wir bitten um Anmeldung! +++Achtung Warteliste+++

MI – 30. Sept
14:00 Uhr



Mitterfelder Kapelle

TANZ IN DEN HERBST - AM NACHMITTAG

Sarah Moser und Balázs Dolfin

präsentieren mit **Violincello** klassische Tanzlieder u.a. von Béla Bartók (1881–1945) mit dem Spottlied, Mücken- und Hochzeitstanz oder "Der Schwan" aus dem "Karneval der Tiere" von Camille Saint-Saëns.

Stets in Kooperation mit **Live Music Now München** +++Keine Anmeldung erforderlich+++Eintritt frei+++Wir bitten um rechtzeitiges Erscheinen+++

DO – 1. Okt | 13:45 Uhr

MICHAELA DIETL & MUSIKALISCHE ERINNERUNGEN | für Tagespflegegäste, Quartiersbewohnende und den Topolinos

DO – 1. Okt | 16:00 Uhr

OMY! YOGA FÜR ALLE 60PLUS IM KAPELLENVORRAUM

DO – 1. Okt | 17:00 Uhr
Kapellenvorraum

MiLK_in Schreibsalon | Nachbesprechung zur „Mahlers 5. Sinfonie“ im Herkulesaal und Wahl des nächsten Kulturausflugziels mit der Literaturwissenschaftlerin Yuliya Ivanochko +++nur mit Anmeldung+++

FR – 2. Okt | 11:00 Uhr

HANDREFLEXZONENMASSAGE +++nur mit Anmeldung+++

FR – 2. Okt | 15:00 Uhr

SICHER & STARK für Menschen 60plus +++Achtung Warteliste+++

MO – 5. Okt | 14:00 Uhr



Mitterfelder Kapelle

Erntedank! Kath. Messe mit Pfarrer Gregor Mahr

Wir feiern die Ernte von Getreide, Obst und Gemüse!

Im Anschluss gibt es wie gewohnt Kaffee & Kuchen im Kapellenvorraum

+++Keine Anmeldung erforderlich+++Wir bitten um rechtzeitiges Erscheinen+++

DI – 6. Okt | 10:00 Uhr

FRIDA & KURT MITSINGEN IN DER LUISE, WIE GEWOHNT!

DI – 6. Okt | 14:30 Uhr

MASCHE MIT HERZ IN DER GALERIE SPEISERESTAURANT

MI – 7. Okt
10:30 Uhr

OMY! YOGA FÜR ALLE 60PLUS

Ein Angebot von YOGA HILFT e.V. Neustart der Mittwochs-Gruppe nach der Septemberpause. Heute im Kapellenvorraum.



MI – 7. Okt | 13:45 Uhr

ANDREAS PEGLER & MUSIKALISCHE ERINNERUNGEN in der Tagespflege

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 September & Oktober 2026

DO – 8. Okt | 16:00 Uhr

**DO – 8. Okt
17:00 Uhr**

Galerie Speiserestaurant

FR – 9. Okt. | 8:45 Uhr

FR – 9. Okt | 15:00 Uhr

MO – 12. Okt | 14:00 Uhr
Kapellenvorraum

DI – 13. Okt | 14:30 Uhr

MI – 14. Okt | 10:30 Uhr

DO – 15. Okt | 16:00 Uhr

~~FR – 16. Okt | 11:00 Uhr~~

MO – 19. Okt | 14:00 Uhr

**DI – 20. Okt
10:00 Uhr**

+++Taxi Abfahrt+++

DI – 20. Okt | 14:30 Uhr

MI – 21. Okt | 10:30 Uhr

DO – 22. Okt | 16:00 Uhr

MO – 26. Okt | 14:00 Uhr

DI – 27. Okt | 14:30 Uhr

MI – 28. Okt | 10:30 Uhr

**MI – 28. Okt
14:00 Uhr**



Mitterfelder Kapelle

**MI – 28. Okt
17:00 Uhr**

Mitterfelder Hauskapelle

DO – 29. Okt | 16:00 Uhr

FR – 30. Okt | 11:00 Uhr

FR – 30. Okt | 15:00 Uhr

OMY! YOGA FÜR ALLE 60PLUS IM KAPELLENVORRAUM

SMARTPHONE SPRECHSTUNDE

20-25 min. Termine mit jungen Engagierten | in Kooperation mit
youngcaritas München +++Anmeldung erforderlich+++



Dampferfahrt am Ammersee – 15 Plätze für a' 60€ mit MF Tagespflegen!

SICHER & STARK für Menschen 60plus +++Achtung Warteliste+++

MONTAGSCAFÉ: BAY. PRÄVENTIONSTAG: IMPULS ZUM THEMA
ERNÄHRUNG VON NENA SUSA

MALFREU(N)DE IN DER GALERIE SPEISERESTaurant

OMY! YOGA FÜR ALLE 60PLUS IM KAPELLENVORRAUM

OMY! YOGA FÜR ALLE 60PLUS IM KAPELLENVORRAUM

HANDREFLEXZONENMASSAGE +++fällt an diesem Tag aus+++

MONTAGSCAFÉ: FASZINATION VOGELFLUG | MOD.: H. FEUERABEND

Frida & Kurt – Mitsingen im

Kulturzentrum LUISE Gefördert vom Kulturreferat/
Abt. Volkskultur +++Bitte anmelden, Plätze sind begrenzt+++



MASCHE MIT HERZ IN DER GALERIE SPEISERESTaurant

OMY! YOGA FÜR ALLE 60PLUS IM KAPELLENVORRAUM

OMY! YOGA FÜR ALLE 60PLUS IM KAPELLENVORRAUM

MONTAGSCAFÉ: BINGO - VIEL GLÜCK | MOD. H. FEUERABEND

MALFREU(N)DE IN DER GALERIE SPEISERESTaurant

OMY! YOGA FÜR ALLE 60PLUS IM KAPELLENVORRAUM

Trompetenkoncert, solo Konosuke Nakashima

Meisterschüler der Hochschule für Musik und Theater präsentieren klassische Musik im Mitterfelder SenQ. Ein abwechslungsreiches Trompetenprogramm, von festlichen Fanfaren bis zu gefühlvollen Melodien.

Stets in Kooperation mit Live Music Now München

+++Keine Anmeldung erforderlich+++Eintritt frei+++

Klangbild-Andacht von „Die Herbst(sait)losen“

Das Veeh-Harfen-Ensemble mit Gedichten und Musik für den Herbst | Leitung:
Angelika Keber

+++Einlaß 16:45 Uhr | Keine Reservierung. Plätze sind begrenzt+++

OMY! YOGA FÜR ALLE 60PLUS IM KAPELLENVORRAUM

HANDREFLEXZONENMASSAGE +++nur mit Anmeldung+++

SICHER & STARK für Menschen 60plus +++Achtung Warteliste+++

