

**MO - 3. März**  
**14:00 Uhr**



Vorraum Kapelle

### Rosen-Montagscafé

Wir erwarten mindestens lustige Kopfbedeckung und bieten Faschingskrapfen und anschließende **Stehaufwagerl- & Hackelstecka-Polonaise** 😊. Die Krapfen werden dieses Jahr von einem Geburtstagskind aus unserer Runde gespendet.

+++ Plätze sind begrenzt | dennoch KEINE Anmeldung erforderlich | Wir bitten um rechtzeitiges Erscheinen & finden für Alle einen Platz+++

**DI – 4. März. | 10:00 Uhr**

**FRIDA & KURT MITSINGEN IN DER LUISE, WIE GEWOHNT!**

**DI – 4. März. | 14:30 Uhr**

**MALFREU(N)DE IN DER GALERIE SPEISERESTAURANT**

**DO – 6. Mär. | 16:00 Uhr**

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

**DO – 6. März**  
**16:30 Uhr**



Galerie Speiserestaurant

### Digital im Alter: Ihre Meinung ist gefragt!

Nehmen Sie an einer wissenschaftlichen Befragung teil und tragen Sie dazu bei, die digitale Unterstützung durch Sozialpädagogen zu verbessern. Erste Informationen zur **Studie von Andrea Glodek**, Doktorandin an der Katholischen Universität Eichstätt und der Katholischen Stiftungshochschule München.

**Do – 6. März**  
**14:00 Uhr**

Vorraum Kapelle

### SMARTPHONE SPRECHSTUNDE

20-25 min. Termine mit jungen Engagierten

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



**MO - 10. März**  
**14:00 Uhr**

Vorraum Kapelle

### Montagscafé

„BINGO – wir spielen gemeinsam!“

Moderation: Heidrun Feuerabend

**DI – 11. März | 14:30 Uhr**

**MASCHE MIT HERZ IN DER GALERIE SPEISERESTAURANT**

**MI - 12. März.**  
**13:30 Uhr**



Vorraum Kapelle

### Mein Jakobsweg von Porto nach Santiago

Zu Fuß durch Portugal und Galicien – ein Weg voller landschaftlicher Schönheit, interessanter Begegnungen und unvergesslicher Momente. Der Reisevortrag führt uns auf den Camino Central und teilt Erlebnisse und Fotos, die den Jakobsweg so besonders machen. **Mona Moldovan**, Mitarbeiterin bei den Mitterfeldern und erfahrene Reisebegleiterin.

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

**DO – 13. März | 16:00 Uhr**

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

**FR - 14. März**  
**13:00 Uhr**

Galerie Speiserestaurant!

### MÄNNERTAG Heute mal nur unter Männern

...reden über vergangene Zeiten, Musik & Filme ...und zum Abschluss „Stadt, Land, Fluss“ in der Laim-Pasinger Variante | Moderation Nikolaus Schön

### 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 - 17. März

14:00 Uhr

Vorraum Kapelle

### Montagscafé & Andacht zur Fastenzeit

Wir starten mit einer Andacht in der Hauskapelle zum Thema Fastenzeit... Zeit der Hoffnung. Mit **Pfarrer Mahr** und musikalischer Begleitung durch **Josefine Anthor**. Moderation Montagscafé im Anschluss: Sigrid Ottensmann

DI - 18. März. | 10:00 Uhr **FRIDA & KURT MITSINGEN IN DER LUISE, WIE GEWOHNT!**

DI - 18. März. | 14:30 Uhr **MASCHE MIT HERZ IN DER GALERIE SPEISERESTAURANT**

MI - 19. März.

14:00 Uhr



+++Taxi Abfahrt+++

### Kultfilm „HEIDI“ im Rio Filmpalast

Eine Einladung von Silberfilm - ein Filmnachmittag für Älter werdende. Spielfilm, Österreich, 1965, 91 Minuten  
Mitwirkende: Eva Maria Singhammer, Michaela May u.a.  
Freuen Sie sich auf die Begegnung mit Ehrengast Michaela May nach der Filmvorstellung.  
+++Bitte anmelden, Plätze sind begrenzt+++

DO - 20. März | 16:00 Uhr **OMY! YOGA FÜR ALLE 60PLUS TRIFFT SICH, WIE GEWOHNT!**

Do - 20. März.

11:00 Uhr

Vorraum Kapelle

**Schwerbehindertenausweis** Antragstellung, Nachteilsausgleich etc. Vortrag von **Florian Schütze**, Ergänzende unabh. Teilhabeberatung (**EUTB**) ++Bitte anmelden++



MO - 24. März

11 bis 13 Uhr

Vorraum Kapelle

### MITTERFELDER KLEIDER BAZAR

Schauen – Auswählen – Mitnehmen – 10 Teile kostenlos  
+++Keine Anmeldung erforderlich+++

MO - 24. März

14:00 Uhr

Vorraum Kapelle

### Montagscafé

„Den Frühling mit allen Sinnen genießen!“  
Moderation: Heidrun Feuerabend

DI - 25. März. | 14:30 Uhr **MALFREU(N)DE IN DER GALERIE SPEISERESTAURANT**

DO - 27. März.

14:15 Uhr

+++Taxi Abfahrt+++

### Historische Musikinstrumente

Führung im Deutschen Museum Führung speziell für ältere Menschen +++Bitte anmelden, Plätze sind begrenzt+++

DO - 27. März | 16:00 Uhr **OMY! YOGA FÜR ALLE 60PLUS TRIFFT SICH, WIE GEWOHNT!**

FR - 28. März

13:00 Uhr



+Treff Kino Rex: 12:45 h+

### Kinonachmittag im Neuen Rex

**FÜR IMMER - DIE GESCHICHTE EINER LIEBE** | Dokumentarfilm, D 2023, 87 Min. | Evas und Dieters Leben als Paar war von Liebe, Zusammenhalt und gemeinsamen Erfahrungen geprägt... +++Anmeldung erforderlich – 25 Tickets kostenfrei | Personenbeförderung mit Mitterfelder Bus für mobilitätseingeschränkte Personen vorgesehen | Ansonsten **Treffpunkt und Ticketvergabe vor Ort**+++

### 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!**