MONATSPROGRAMM November 2026

MO – 2. Nov. 14 Uhr

WIR GEDENKEN DER MITTERFELDER VERSTORBENEN

Ein Gedenkgottesdienst mit **Pfarrer Gregor Mahr** für die im letzten Jahr gestorbenen Gäste, Kunden, ehemalige Mitarbeitende aus dem Mitterfelder Umfeld im Münchner Westen. **Anschließend Montagscafé**.
Alle Gäste des Nachmittags sind herzlich eingeladen, sich bei Kaffee und Kuchen zusammenzusitzen und ins Gespräch zu kommen. +++ Keine Reservierung+++Plätze sind begrenzt+++wir bitten um rechtzeitiges Erscheinen+++



Mitterfelder Hauskapelle

DI – 3. Nov. | 14:30 Uhr **MASCHE MIT HERZ IN DER GALERIE SPEISERESTAURANT**

Mi + Do | 4. + 5. Nov. **EINZEL-INTERVIEWS** nach Terminabsprache mit Sigrid Ottensmann mit dem Wissenschaftsteam der **FOM, Siegen** | Projekt **Ehrenamtsaufbau im SenQ**

FR – 6. Nov. 2026 **KEIN QUARTIERSPROGRAMM/ SPRECHSTUNDE /KEIN SOZIALER MITTAGSTISCH** → JUBILÄMSSYMPOSIUM IN MITTERFELDSTRASSE 20

MO – 9. Nov.| 14:00 Uhr **MONTAGSCAFÉ** mit **„Die 5 Sinne und ihre Organe“ |** Mod.: Heidrun Feuerabend

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

DI – 10. Nov. | 14:30 Uhr **MALFREU(N)DE IN DER GALERIE SPEISERESTAURANT**

MI – 11. Nov. 13:30 Uhr

TEA-TIME im Seehaus

… mit Botschafter*innen von **RETLA e.V** und Live-Musik | Seehaus am Englischen Garten | Tee und Gebäck vor Ort | Beginn vor Ort: 14:30 Uhr.
+++Taxitransfer inklusive +++Plätze sind begrenzt+++
wir bitten um rechtzeitige Anmeldung+++


+++Taxi-Abfahrt+++

MI – 11. Nov.| 14:00 Uhr **FUSSPFLEGE | TERMINE NUR NACH ANMELDUNG!**

DO – 12. Nov.| 16:00 Uhr **OMY! YOGA FÜR ALLE 60PLUS IM KAPELLENVORRAUM**

FR – 13. Nov. | 11:00 Uhr **HANDREFLEXZONENMASSAGE** +++nur mit Anmeldung+++

FR – 13. Nov. | 15:00 Uhr **SICHER & STARK für Menschen 60plus** +++Achtung Warteliste+++

MO – 16. Nov.| 14:00 Uhr **MONTAGSCAFE mit Impuls zum „Weiter denken…“ -** Vollmacht, Betreuungsverfügung und Patientenverfügung von **Anna Maria Krug | Betreuungsverein München – Bay. Gesellschaft für psychische Gesundheit** | Kaffee und Kuchen wie gewohnt 😉

DI – 17. Nov. | 10:00 Uhr **FRIDA & KURT MITSINGEN IN DER LUISE, WIE GEWOHNT!**

DI – 17. Nov. | 14:30 Uhr **MASCHE MIT HERZ IN DER GALERIE SPEISERESTAURANT**

BERATUNG

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

Gefördert durch die Landeshauptstadt München

Das Mitterfelder **Seni**orengerechte **Q**uartier
Mobil: 0152 32 166 155 Tel.: 089 / 580 91-26
quartiermitterfeldstr@die-mitterfelder.de

MONATSPROGRAMM November 2026

DO – 19. Nov. 13:30 Uhr

FÜHRUNG IM HAUS DER KUNST



+++Taxi-Abfahrt+++

Spezielle Führung durch die **Ausstellung Tomás Saraceno in collaboration. Verwobene Welten**, organisiert von der **Abteilung Bildung & Teilhabe** des Hauses. Prinzregentenstraße | Führung mit allen Sinnen | Beginn vor Ort: 14:30 Uhr**.** Spezielle Einladung an *Milk_In Schreib.Salon Gruppe* und weitere Personen aus dem Quartier +++Taxitransfer inklusive +++Plätze sind begrenzt+++wir bitten um rechtzeitige Anmeldung+++

DO – 19. Nov.| 16:00 Uhr **OMY! YOGA FÜR ALLE 60PLUS IM KAPELLENVORRAUM**

FR – 20. Nov. | 15:00 Uhr SICHER & STARK für Menschen 60plus +++Achtung Warteliste+++

MO – 23. Nov.| 14:00 Uhr **MONTAGSCAFÉ** mit Impuls und Führung zur Bauzaun-Fotoausstellung am Platz der Flötenspielerin **„Demenz neu sehen“ mit Nelli Hennig, desideria care** | Moderation Heidrun Feuerabend

DI – 24. Nov. | 14:30 Uhr **MALFREU(N)DE IN DER GALERIE SPEISERESTAURANT**

MI – 25. Nov. | 10.30 Uhr **OMY! YOGA FÜR ALLE 60PLUS IM KAPELLENVORRAUM**

MI – 25. Nov. 16:00 Uhr

KLANGBILDANDACHT



Mitterfelder Hauskapelle

Das **Veeh-Harfen Ensemble die „Herbst(Sait)losen**“ gestaltet eine musikalische Andacht.
Das etwa dreißigminütige Klangbild lädt zu einer kurzen meditativen Auszeit ein. Rechtzeitig gibt es vorweihnachtliche sphärische Musik!
Seniorinnen aus der Umgebung spielen unter Leitung von Angelika Keber.
+++Einlass 15:45 Uhr | Keine Reservierung. Plätze sind begrenzt; wir bitten um rechtzeitiges Erscheinen+++ **Eintritt frei+++**

DO – 26. Nov.| 16:00 Uhr **OMY! YOGA FÜR ALLE 60PLUS IM KAPELLENVORRAUM**

FR – 27. Nov. 13 Uhr

EIN KLEINES STÜCK VOM KUCHEN | Seniorenkino im Neuen Rex



Kino Rex, Laim

Romantik-Komödie, IRAN/F/GER 2024, 97 Min | Die 70-jährige alte Mahin wohnt allein in Teheran. Ihr Ehemann ist nicht mehr am Leben und ihre Tochter ist nach Europa ausgewandert. Eines Tages trifft sie sich mit Kollegen zu einer Teerunde… der Beginn eines neuen Liebeslebens | **Tickets werden finanziert über eine Spende der Bäckerei Hoffmann, Willibaldplatz**
+++Anmeldung erforderlich+++**Treffen vor Ort um 12:45 Uhr** erwünscht+++

FR – 27. Nov. | 11:00 Uhr **HANDREFLEXZONENMASSAGE** +++nur mit Anmeldung+++

FR – 27. Nov. | 15:00 Uhr **SICHER & STARK für Menschen 60plus** +++Achtung Warteliste+++

Mo – 30. Nov. 13:30 Uhr

Montagscafé on Tour: MÄRCHENBAZAR



+++Taxiabfahrt+++
Sommer-Tollwood-Gelände

Ausflug u.a. zu **Martina Eichmann – unserer Kräuterfrau aus dem Allgäu** - und dem Rituellen Räuchern | vielleicht schauen wir auch beim Workshop **Kerzenziehen** im Märchenzelt vorbei | Kaffee oder Tee vor Ort, ein kleiner Bummel über den Markt und eine gute, gemeinsame Zeit in vorweihnachtlicher Stimmung | Der Märchenbazar ist ein Projekt von Wannda e.V.
+++Taxitransfer inklusive +++Plätze sind begrenzt+++wir bitten um rechtzeitige Anmeldung+++

Gefördert durch die Landeshauptstadt München

Das Mitterfelder **Seni**orengerechte **Q**uartier
Mobil: 0152 32 166 155 Tel.: 089 / 580 91-26
quartiermitterfeldstr@die-mitterfelder.de