

# OBAcht

MAGAZIN

Sommer 2026

## Ich fühl mich Disco

**OBEN OHNE**  
**Open Air**  
Festival, das  
mehr kann

**No Dj**  
**no Party**  
Inklusiver  
DJ-Workshop

**Barrierefrei**  
**Feiern**  
Worauf es  
ankommt

**Kalender**  
**Was geht ab?**  
Mai bis  
September



**Impressum**

Offene Behindertenarbeit  
 evangelisch in der Region München  
 Verantwortlich gemäß § 55 RStV  
 und § 5 TMG: Oliver Gründel

**Geschäfts-stelle:**  
 Blutenburgstr. 71, 80636 München  
 Telefon: 089 – 12 66 11 - 60  
 E-Mail: info.oba@elkb.de  
 www.oba-muenchen.de

**Redaktion:**  
 Kathrin Horn, Martina Matovinovic,  
 Oliver Gründel, Dr. Magdalena Lenker

**Gestaltung & Layout:**  
 Charlotte Frechen

**Druck:**  
 Druckerei Walch Augsburg

**Öffnungs-zeiten Café im Kult9**

**Dienstag und Mittwoch:**  
 17 – 19:30 Uhr

**Donnerstag:**  
 17 – 21 Uhr

**Freitags geöffnet im Rahmen der  
 Veranstaltungen.**

**Samstag bei OBA-Veranstaltungen  
 16 – 22 Uhr, im Rahmen von  
 Kult9-Veranstaltungen hat das Café  
 samstags von 16 – 19 Uhr geöffnet.**

Bildnachweise: Anush Tschachalyan: S. 39 | BZ MEDIA: S. 24 | CASA MUC: S. 13, 40, 57 | CC BY-SA 3.0: S. 42, 47 | Dguendel: S. 39 | Juli Eberle: S. 1, 34, 68, 69 | @faymax\_: S. 49 | Charlotte Frechen: S. 36, 37, U4 | Freepik: S. 7, 10, 16, 17, 21, 26, 27, 40, 41, 42, 43, 45, 47, 48, 51, 54, 55, 59, 63, U4 | GLL e.V.: S. 31 | ImproElche: S. 39 | Judith\_Buss\_2: S. 44 | keabartsch: S. 22 | Käthe deKoe: S. 8 | MilanoCortina2026: S. 30 | Barbara Muski: S. 53 | OBA: Umschlag, 5, 6, 7, 14, 20, 29, 32, 33, 34, 35, 41, 42, 45, 47, 48, 62, 67, 68, 69 | Rufus46: S. 42, 47 | tucker-joenz/Unsplash: S. 18, 19 | raphi\_rawr/Unsplash: S. 46 | Chris Vogel: S. 28 | ultramarinfo: S. 65

Dieses Projekt wird aus Mitteln des Bayerischen Staatsministeriums für Familie, Arbeit und Soziales, des Bezirks Oberbayern und der Landeshauptstadt München gefördert.

Unser Träger ist:



**Liebe  
 Leserinnen  
 und Leser,**

nun bin ich seit Januar die Leitung der OBA. Für die vielen guten Wünsche möchte ich mich herzlich bedanken. In diesem Heft beschäftigen wir uns mit einem schönen Thema: Feiern und Party machen. Und da sind wir Experten, wie sie beim Blättern im Heft schnell merken werden. Party, das bedeutet bei uns: gemeinsam Freude haben, das Leben feiern, besonders in Gemeinschaft mit Anderen. Jede\*r auf seine Art. „God is a DJ“ (Gott ist ein DJ) ist ein Lied von Faithless, einer britischen Musik-gruppe aus dem Jahr 1998. „This is my church. This is where I heal my hurts“ (Die Musik ist wie meine Kirche. Hier kann ich heilen.) heißt es weiter im Lied. Damit ist gemeint: Gottes Geschenk ist das Leben. Wir sollen es feiern. Beim gemeinsamen Party-machen gelingt das oft. Im besten Fall bringt uns die Musik zum Tanzen und wir fühlen uns mit



anderen verbunden. Das stärkt uns für die Zeit bis zur nächsten Party, um aufgetankt das Beste aus unserem Leben zu machen.

Ich wünsche Ihnen und euch viel Freude beim Lesen.

Herzliche Grüße,

**Oliver Gründel**

**Leitung der OBA**



ab Seite **8**  
**Barrierefrei Feiern –  
eine Initiative stellt  
sich vor**



ab Seite **12**  
**CASA-Fest –  
Gemeinsam  
laut für Inklusion**



Seite **28**  
**Klassen-ausflug  
in die Disco**



Seite **48**  
**Happy  
Birthday  
OBA**



Seite **36**  
**Aufwärmen  
für die Party**

# Inhalt

Vorwort ..... Seite 1

## IM BLICK

Wir feiern das Feiern ..... Seite 4

Party in Bildern ..... Seite 6

Barrierefrei Feiern ..... Seite 8

CASA-Fest – Gemeinsam  
laut für Inklusion ..... Seite 12

No DJ no Party ..... Seite 16

Immer mit der Ruhe ..... Seite 18

Mädels unterwegs ..... Seite 20

OBEN OHNE Open Air ..... Seite 22

Kultur barrierefrei  
München ..... Seite 26

Sicher nach Hause:  
Gutschein für Frauen ..... Seite 27

Klassen-ausflug  
in die Disco ..... Seite 28

2 von 10.000 ..... Seite 30

Kolumne: Juli sagt ..... Seite 31

## DABEI SEIN

10 Jahre Politische  
Bildung ..... Seite 32

Neues aus der OBA ..... Seite 34

Wir stellen unser  
FSJ-Team vor ..... Seite 35

## FIT BLEIBEN

Aufwärmen für die Party .. Seite 36

## VIEL GEBOTEN

Aktuelle  
Veranstaltungen ..... Seite 38

## IMMER WIEDER

Regel-mäßige Kurse ..... Seite 52



OBA-Arbeits-bereiche ..... Seite 64

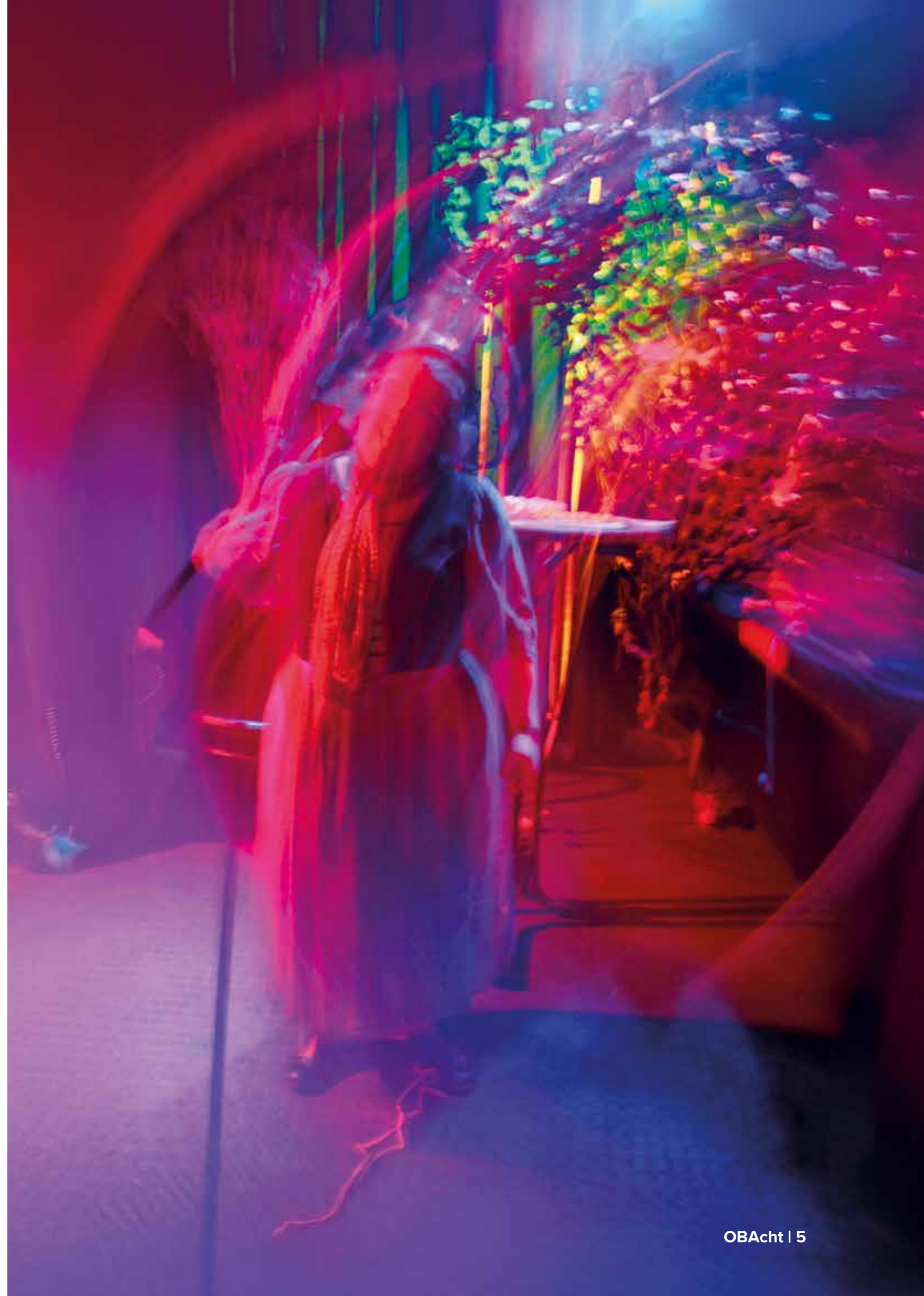
Das OBA-Team:  
So erreichen Sie uns ..... Seite 68

# Wir feiern das Feiern

**55 Jahre OBA! Was all diese Jahre verbindet sind Feste und Partys. Früher trafen wir uns in der Birkerstr. 19 (B19) der Evangelischen Jugend München (EJM) im großen Saal zur Monats-party. Oder rockten dort die legendären Faschings-partys, mit Bar und DJ-Pult.**

Stilvoll feierten wir die Nacht. Die Menschen kamen aus allen Ecken der Stadt. Und das ist auch heute noch so – 55 Jahre später. Unser Jubiläum feiern wir gemeinsam mit euch und widmen dieses Heft der magischen Welt der Party.

## 55 Jahre OBA





# Party



# Barrierefrei Feiern – eine Initiative stellt sich vor



**Denk an deinen letzten Besuch in einem Club oder auf einem Festival. Wie viele Menschen mit (sichtbarer) Behinderung waren Teil des Publikums? Standen auch DJs, Musiker\*innen oder Tänzer\*innen mit Behinderung auf der Bühne?**

Vermutlich lautet die Antwort in beiden Fällen: Wenige bis gar keine. Menschen mit Behinderung kommen in der Pop-kultur, also dort, wo gefeiert wird und wo Trends entstehen, eher wenig vor. Gründe dafür gibt es einige.

## **Da geht's schon los...**

Kann ich ein Ticket im Ticket-shop kaufen, wenn ich einen Rollstuhl-platz benötige? Wie komme ich an ein Ticket für meine Begleit-person? Und ist der Ticket-shop auch mit Screen-readern (das sind digitale Lese-hilfen) für blinde und seh-behinderte Menschen zugänglich?

**Wir arbeiten als Expert\*innen in eigener Sache.**

Schon beim Ticket-kauf stoßen viele auf Barrieren, die Zeit und Energie rauben. Doch auch mit einem passenden Ticket bleibt man manchmal draußen. Denn an vielen Orten werden Menschen mit Behinderung gar nicht als Ziel-gruppe wahr-genommen. Das heißt, sie werden nicht mit-ge-dacht, es entstehen räumliche Barrieren oder es gibt überfordertes Personal. Das Ergebnis: Menschen mit Behinderung gewöhnen sich häufig daran, im kulturellen Leben nicht dabei zu sein.

## **Nichts über uns ohne uns**

Dabei wollen wir genau so feiern, Kultur genießen und künstlerisch aktiv sein wie Menschen ohne Behinderung. Teilhabe am kulturellen Leben ist schließlich ein Menschenrecht. Um dieses Recht sichtbar zu machen und durch-zu-setzen, haben sich 2019 Künstler\*innen, Musik-fans, Journalist\*innen mit Behinderung und ihre Verbündeten zur Initiative Barrierefrei Feiern (IBF) zusammen-geschlossen. Inzwischen sind wir über 50 Personen. Wir tauschen uns über unsere Erfahrungen aus. Lernen voneinander und sind laut für unsere Bedürfnisse. Unser Grundsatz lautet: „Nichts über uns ohne uns“. Es gibt auch eine →



Beratungs-agentur. Sie heißt Wir Kümern Uns (WKU). Wir beraten Veranstalter\*innen und bieten z.B. Team-workshops, Orts-begehungen, die Prüfung der digitalen Barriere-freiheit oder Service- und Awareness-teams vor Ort an. Natürlich sind auch hier geschulte Expert\*innen mit Behinderung nicht nur beteiligt, sondern feder-führend tätig.

**Es geht nicht um Perfektion**

Wir planen lang-fristig. Dafür müssen wir Strukturen verändern.

Wir arbeiten deshalb mit manchen Veranstalter\*innen sogar über mehrere Jahre zusammen. Dabei stoßen wir auf viel Offenheit, aber häufig auf begrenzte Budgets und fehlende Förderung. Doch uns ist wichtig zu betonen: Es geht nicht darum, alles perfekt zu machen. Es gibt Maßnahmen, die kein großes Budget, sondern Bewusst-sein brauchen. Barriere-freie Kommunikation kann jede Organisation umsetzen: Über die Barriere-freiheit vor Ort informieren, auch wenn

sie vielleicht an einigen Stellen noch fehlt. Bild-beschreibungen und Unter-titel ergänzen. Eine feste Ansprech-person für Menschen mit Behinderung bestimmen.

**Es gibt Maßnahmen, die kein großes Budget, sondern Bewusst-sein brauchen.**

Doch wir fragen auch: Warum sind nicht mehr Menschen mit Behinderung Teil eures Programms? Oder eures Teams? Im Ideal-fall braucht es irgendwann keine externe Beratung mehr, weil die Expert\*innen im eigenen Haus sitzen. Und wenn

Moderator\*innen, Performer\*innen und Musiker\*innen mit Behinderung regelmäßig auf der Bühne stehen, werden sie nicht mehr als Sonder-fall, sondern als selbst-verständlicher Teil künstlerischer Vielfalt betrachtet.

**Nicht nur der Sonder-fall im Publikum**

Gleich-zeitig geht es um mehr als Repräsentation. Talente mit Behinderung brauchen Räume, in denen sie nicht auf ein Merkmal reduziert werden. Wir setzen uns für faire Arbeits-bedingungen und Entwicklungs-möglichkeiten ein. Das gehört genauso zu einer inklusiven Kultur-landschaft wie abgesenkte Tresen und barriere-freie Toiletten.

Barriere-freiheit schafft Begegnung, Austausch und Perspektiven. Wird sie außen vor gelassen, bleiben es auch Menschen mit Behinderung. Aber kulturelle und soziale Räume sollten für alle da sein. Und alle sollten sie mit-gestalten dürfen.

Die Initiative Barrierefrei Feiern setzt sich genau dafür ein. Damit Menschen mit Behinderung vor, auf und hinter der Bühne ganz selbst-verständlich Platz haben.



www.barrierefrei-feiern.de

# CASA-Fest – Gemeinsam laut für Inklusion

**Langeweile am Samstag?  
Dann: runter von der Couch,  
rein ins Party-leben! Doch  
hier geht es um mehr als  
nur ums Feiern.**

Am 9. Mai steigt das große Fest, das man nicht verpassen sollte. Das CASA ist eine Skatehalle mit Garten, einem Basketball-platz und Platz für Spiele. Hier kann man an diesem Tag nicht nur feiern, sondern auch jede Menge Sachen ausprobieren, wie Tischtennis, Skateboard fahren, Basketball, Kunst machen und mehr... Und etwas zum Staunen gibt es auch: Eine Skateboard- und BMX-Rad-Show.

Tanzen und Feiern darf aber nicht zu kurz kommen. Deshalb spielen an diesem Abend 3 Konzerte auf einer Bühne und für jeden Musikgeschmack ist etwas dabei.

**Feiern und ein Zeichen setzen:  
Rechte gelten auch in politisch  
schwierigen Zeiten. Die  
Politik darf Geld nicht bei den  
Menschen·rechten sparen.**

## **Party und Politik?**

Das CASA-Fest ist auch besonders, weil es ein politisches Motto hat: Menschen·rechte sind nicht verhandel·bar!

**Jedes Jahr machen um den  
Europäischen Protest·tag am  
5. Mai herum Menschen mit  
Behinderung auf ihre Rechte  
aufmerksam. Zum Beispiel  
wollen sie:**

- wegen ihrer Behinderung nicht schlechter behandelt werden.
- dort arbeiten, wo alle anderen Menschen arbeiten.
- in ihrer Freizeit überall dabei sein können.

Feiern und ein Zeichen setzen:  
Rechte gelten auch in politisch  
schwierigen Zeiten. Die Politik darf  
Geld nicht bei den Menschen·rech-  
ten sparen. →

## Unser Tipp!

**Gemeinsam zum CASA-Fest,**  
Seite 40



# Inklusives Planer-Team



Eine gute  
Party macht  
sich nicht  
von allein.



Wer eine Party plant, sollte auch wissen, was gut ankommt. Da ist es nur logisch, Menschen mit Behinderung ins Planungs-Team zu holen, wenn es um ein inklusives Party-Format geht.

Genau das hat InPAKT erkannt. Das Inklusions-party-Kollektiv veranstaltet das CASA-Fest und auch die LUISE-Party. Der Name ist neu. Die Gruppe gibt es aber schon länger. Unsere OBA ist bei InPAKT dabei.

## Das inklusive Team überlegt gemeinsam:

- Welche Musik soll gespielt werden?
- Welche Getränke soll es geben?
- Wie sollen Einladungen und Plakate aus-schauen?
- Wen wollen wir einladen und vieles mehr.

Die Vorbereitung einer großen Party ist viel Arbeit, aber in einem guten Team unterstützt man sich gegenseitig und hat Spaß daran. Und wenn dann die Party steigt und alle Besucher\*innen einen tollen Abend erleben, weiß man: Die Mühe hat sich gelohnt.

## Lust eine Party zu planen?

Du feierst gern und hast auch Lust eine Party zu planen? Du hast Ideen, wie wir die Party verbessern können?

**Perfekt, denn: InPAKT sucht noch Menschen, die mitmachen wollen! Die nächste LUISE-Party findet im Herbst statt.**

Melde dich bei  
Hannah Fröhler

# No DJ no Party



**Jede\*r darf vorne stehen und für gute Stimmung sorgen. Das ist ein besonderes Gefühl.**

**Zu einer guten Party gehört Musik. Musik bringt Menschen zusammen. Man tanzt, singt mit oder hört einfach zu. Noch schöner ist es, wenn man die Musik selbst macht.**

An der Ludwig-Maximilians-Universität München (LMU) gibt es einen DJ-Workshop, er heißt Soundshop

LMU Kollektiv. Die Universität möchte mehr Angebote machen, in denen Menschen mit und ohne Behinderung gemeinsam lernen. Die Idee für den DJ-Workshop kam bei einer Tagung auf. Dort treffen sich Fachleute und sprechen über wichtige Themen. Am Abend haben auch sie Lust auf Party. Dafür braucht man natürlich Musik. Es kam die Frage auf: Warum machen wir die Musik nicht selbst? Warum legen wir nicht gemeinsam auf?

## **Das Handwerk zum DJ**

Im Workshop wird Schritt für Schritt gelernt, wie Auflegen geht. Wir arbeiten mit Laptop und Mischpult. Wir üben Übergänge zwischen Liedern. Und wir hören genau hin: Welche Musik passt gut zusammen? Alles wird in Ruhe erklärt und jede\*r hat Zeit zum Üben. Manche von uns standen vorher noch nie am DJ-Pult. Andere bringen schon Erfahrung mit. Das ist gut so. Wir lernen voneinander. Jede Person kann etwas beitragen. Pop, Rock, HipHop oder Techno: Alles ist erlaubt. Wichtig ist, dass es gut ankommt. Im Workshop geht es nicht um Perfektion. Es geht um Ausprobieren und um Spaß. Am Ende haben wir auch einen Auftritt. Da legen wir bei einer Tagung auf, immer zu zweit.

## **Einmal selbst DJ sein...**

Ab April startet eine neue Runde. Dann können wieder neue Personen mitmachen. Informationen dazu findest du bei der OBA. Vielleicht stehst du bald selbst hinter dem DJ-Pult, und machst die Musik, zu der alle tanzen!

Melde dich bei  
**Emma Eckert**

Wissenschaftliche Hilfskraft  
der LMU München  
[e.eckert@campus.lmu.de](mailto:e.eckert@campus.lmu.de)



# Immer mit der Ruhe

## Ausgehen als Autist\*in. Wie kann Nacht-leben für alle gelingen?

Autisten und Autistinnen sind Menschen unter uns, denen wir alle bestimmt schon einmal auf die eine oder andere Art und Weise begegnet sind. Vielleicht sind es Nachbarn, Arbeits-kolleg\*innen oder frühere Studien-freund\*innen. Oft wissen wir gar nichts von ihrem Autismus. Denn: Autismus ist von außen nicht sichtbar. Aber: Autismus macht das all-tägliche Leben für die Autist\*innen zum Teil sehr

schwer. Vor allem Party-machen ist nicht so einfach. Warum ist das so?

### Wo der Spaß aufhört

In den typischen Lokalen und Clubs sammeln sich meist sehr viele Menschen, die eng zusammen-stehen, sich berühren und laut sprechen. Im Hinter-grund läuft oft laute Musik. Dazu gibt es verschiedene Gerüche und intensive Licht-reize. Für Menschen mit Autismus eine schwierige Situation, da sie viel mehr wahrnehmen als andere. Der Austausch mit Fremden ist anstrengend.

Gesichts-ausdrücke und Mimik werden oft schlecht verstanden. Das bedeutet viel Stress und führt zu Anspannung. Daher sind Rück-zugs-räume mit Ruhe-inseln sehr wichtig für Menschen mit Autismus.

### Stille Disco macht's möglich

Menschen tanzen gemeinsam auf der Tanz-fläche. Und doch ist es leise. Denn jede\*r trägt Kopf-hörer und hört seine eigene Musik so laut wie er oder sie möchte. Dieses Konzept nennt man Silent Disco. Das bedeutet Stille Disco und ist eine Möglichkeit, Party zu machen

## Autismus ist von außen nicht sichtbar.

und andere Leute zu treffen ohne in Stress zu geraten.

Dorothee Schlosser  
Diplom-Kauf-frau, Erfahrungen mit Autismus in der Familie

## Unser Tipp!

**Silent Disco im Flux,  
Pinakothek der Moderne**





# Mädels unterwegs

**Junge Frauen bleiben auch mal gerne unter sich. Dabei geht es nicht nur um's Ratschen. Sie wollen etwas erleben und ziehen los...**

Ab Freitagabend ist viel los in der Stadt. Viele Leute müssen am Wochenende nicht zur Arbeit und können am nächsten Tag

aus-schlafen. Der perfekte Abend, um auszugehen, findet auch die junge Frauen-treff! Sie treffen sich einen Freitag im Monat und ziehen gemeinsam um die Häuser.

## Unser Tipp!

**Junge Frauen-treff,**  
Seite 54



# OBEN OHNE Open Air – ein Festival, das mehr kann

**Dieses Festival hat nicht nur einen besonderen Namen, sondern auch ein besonderes Ziel: Barriere-freiheit und Inklusion. Alle jungen Menschen soll die Teil-habe am Festival möglich sein. Das ist nicht nur ein Gewinn für Menschen mit Behinderung.**



## **So erfahren junge Menschen ganz beiläufig Inklusion und erkennen: Feiern geht ohne Probleme gemeinsam.**

Wenn man auf ein Festival geht, will man mit vielen anderen eine gute Zeit haben und feiern. Auf dem OBEN OHNE begegnen sich junge Menschen mit und ohne Behinderung, tauschen sich vielleicht sogar aus. So erfahren junge Menschen ganz beiläufig Inklusion und erkennen: Feiern geht ohne Probleme gemeinsam. Man lernt Respekt, Rücksicht zu nehmen und ein Miteinander ohne Diskriminierung. Das OBEN OHNE Open Air ist mehr als ein Musik-festival: Es ist ein großer inklusiver Raum, in dem sich alle Menschen sicher und willkommen fühlen sollen.

### **Was es dazu braucht**

Natürlich müssen manche Dinge ein bisschen anders sein, damit das funktioniert. Wichtig ist dabei der direkte Austausch mit Menschen mit Behinderung, um gemeinsam Lösungen zu finden. Bereits bei der Homepage und

dem Ticket-verkauf beginnt Barriere-freiheit. Informationen stehen in einfacher Sprache zur Verfügung. So auch Hinweise zum Awareness-Konzept und zur Inklusion. Es gibt spezielle Tickets und Möglichkeiten, sich begleiten zu lassen. Z.B. können Menschen mit Seh-beeinträchtigung vorab einen Begleit-service für das Festival anfragen.

Auf dem Festival-gelände gibt es für Rollstuhl-fahrer\*innen ein erhöhtes Podest, barriere-freie Toiletten sowie spezielle Bord-stein-rampen. Es gibt auch einen Ruhe-bereich. Dort kann sich jede\*r zurück-ziehen, wenn er oder sie einmal eine Pause braucht. Es steht außerdem allen Besucher\*innen ein Info-Stand und ein Team zur Verfügung, falls man Hilfe braucht oder es einem nicht gut geht. Man erkennt die Helfer\*innen sofort an ihren lila Westen.

### **Stumme Musik**

Für Menschen mit Hör-be-einträchtigung werden in Zusammen-arbeit mit dem Verein Bämm! Konzerte durch Deaf Performer\*innen und Gebärden-sprach-dolmetscher\*innen erleb-bar gemacht. Deaf Performer\*in ist Englisch und bedeutet Darsteller\*in für Gehörlose. →



Deaf Performer\*in

### Nicht nur Halligalli

Neben Getränken und Essen präsentieren Unternehmen Ausbildungs- und Praktikums-möglichkeiten auf dem sogenannten Future-Park. Das ist Englisch und bedeutet: Zukunfts-park. Junge Menschen können hier 2 Fliegen mit einer Klappe schlagen: Spaß haben und Ideen für ihren beruflichen Weg bekommen.



Du hast eine Behinderung und möchtest bei einem Festival teilnehmen? Du brauchst eine Begleit-person? Oder du hast Fragen rund um das Thema Inklusion und Barriere-freiheit? Die Fach-stelle Inklusion des Kreisjugendring München-Stadt hilft dir weiter:

**fachstelleinklusion@kjr-m.de**

Weitere Informationen zum Thema Barriere-freiheit auf dem OBEN OHNE Open Air:



### OBEN OHNE Open Air

seit

# 1998

für junge Menschen  
zwischen 12 und 27 Jahren.

# 2

Bühnen

# 24.000

junge Besucher\*innen  
im Jahr 2025

## Was sagen jungen Leute zum OBEN OHNE

”

**Egal, ob Sonnenschein oder strömender Regen: Wir hatten immer viel Spaß, haben viel getanzt und gesungen.**

Lena, leitete die  
OBA-Jugend-gruppe

”

**Die vielen Stände und der Trubel drumherum gefallen mir sehr gut auf dem OBEN OHNE. Man kann bei Sachen mitmachen und auch Kleinkram ab-greifen.**

Lea, Teilnehmerin in der  
OBA-Jugend-gruppe

”

**Festivals sind voll mein Ding, wie z.B. das Superbloom. Ich gehe auch gerne auf Kult9-Konzerte. Ich mag die Musik und dazu lerne ich oft neue Leute kennen. Um mich zurecht-zu-finden, habe ich immer eine Begleitung dabei. Auf dem OBEN OHNE war ich noch nie. Vielleicht gucke ich mir das diesen Sommer einmal an.**

Robert, DJ

# Kultur barrierefrei München

München ist ein Paradies für Kultur-interessierte. Doch nicht alle Orte sind für alle Menschen leicht zugänglich. Deshalb gibt es Kultur barrierefrei München.

Auf der Homepage findet ihr hilf-reiche Informationen, die euch den Besuch von Kultur-angeboten erleichtern sollen. So könnt ihr eure Freizeit besser planen und Frust vermeiden.

## Die Angebote richten sich an Menschen:

- im Rollstuhl
- mit Seh- oder Hör-behinderungen
- mit Geh-behinderung
- mit seelischen Behinderungen
- mit Lern-schwierigkeiten

Ein Beispiel ist das Kult9. Das Stadt-teil-zentrum Kult9 in Neu-hausen ist für all diese Gruppen



barriere-frei. Dort gibt es keine oder nur sehr wenige Hindernisse. Gut finden wir: Die Informationen auf der Homepage von Kultur barrierefrei München sind in einfacher Sprache geschrieben und werden regelmä-ßig geprüft. So bleiben sie immer auf dem neuesten Stand. Kultur ist wichtig für die Gesellschaft. Kultur verbindet und bildet Menschen. Für ein selbst-bestimmtes Leben muss man auch an Kultur teil-haben können.



Kultur  
barrierefrei  
München

# Sicher nach Hause: Gutscheine für Frauen

Die Party ist zu Ende, du möchtest nach Hause. Es ist dunkel und spät am Abend. Du wärst am liebsten jetzt schon daheim, denn so richtig sicher fühlst du dich nicht auf dem Heimweg.

In diesem Fall haben wir einen Tipp für Frauen: die Nacht-taxi-Gutscheine der Stadt München. Die Gutscheine haben einen Wert von 10 Euro pro Fahrt. Sie können von 22 bis 6 Uhr genutzt werden. Du kannst damit an eine Wohnadresse fahren.

## Für wen ist der Gutschein?

- Frauen\*, auch trans-Frauen und Personen, die sich keinem Geschlecht (non-binär, divers) zuordnen
- Schülerinnen, Studentinnen, Azubis, Rentnerinnen
- Frauen mit Schwerbehinder-ten-ausweis
- Frauen mit München-Pass

Du bekommst gegen Vorlage von deinem Nachweis einen Gut-schein in den Bürgerbüros von München. Spaß beim Feiern, da-nach sicher nach Hause fahren – wir finden das eine super Sache.





**Bock  
auf Party  
mit deiner  
Klasse?**

# Klassen-ausflug in die Disco

Junge Leute machen gerne Party. Zumindest die meisten. Und wenn es dann auch noch heißt: Feiern statt Unterricht, kann das eigentlich nur gut ankommen.

## **Du kennst eine Klasse, für die das genau das Richtige wäre?**

Du bist Lehrkraft, Elternteil oder selbst Schüler\*in und kannst dir so einen Ausflug gut für deine Klasse vorstellen?

Melde dich bei  
Laura Brantl

## **Und so läuft's ab**

Die OBA-Schüler\*innenparty richtet sich an Schüler und Schülerinnen mit Behinderung aus berufsvorbereitenden Klassen. Die Party findet an einem Vormittag statt. Die Schüler\*innen kommen von verschiedenen Schulen ins Stadtteilzentrum in Neuhausen. Wir starten mit einem kurzen Spiel zum Kennenlernen. So können die Jugendlichen sehen, ob jemand die gleichen Interessen und Hobbys hat. Dann geht die Party los. Musikwünsche sind willkommen. Getränke können sich die Schüler\*innen an der Theke kaufen. Braucht jemand eine Pause zwischen dem Tanzen, dann gibt es viele Plätze zum Sitzen und Ausruhen.

## **Feiern und Kontakte knüpfen**

Um dem Sich-Kennenlernen einen kleinen Stups zu geben, liegen auf einem Tisch kleine Zettel. Darauf

können die Schüler\*innen ihren Namen und eine Nachricht schreiben und ihn einer Person geben, die sie gerne besser kennen-lernen möchten. So können sich die Jugendlichen z.B. in ihrer Freizeit verabreden.

## **Ein Boost für die Selbstbestimmung**

Ein wichtiger pädagogischer Gedanke steckt hinter diesem Party-Format. Die Schüler\*innen mit Behinderung lernen einen Ort kennen, an dem sie ihre Freizeit gestalten können. Auch der Austausch zwischen Lehrkräften und pädagogischen Mitarbeiter\*innen aus der OBA-Jugendarbeit ist wertvoll.

## **Unser Tipp!**

**Schüler\*innen-Party,**  
Mittwoch, 20. Mai





Peter Müller  
Christian Kiesl








## Was bleibt?

Ohne Peter hätte Christian nie die Chance auf eine Teilnahme bekommen und Peter ohne Christian nicht. Es geht nicht darum, wie schnell man läuft, sondern gemeinsam zu laufen.



## 2 von 10.000

**Der Olympische Gedanke: Sportliche Fairness, ein friedliches Miteinander und zeigen, was man kann.**

-  Wir kennen uns seit 1987 aus den Fußball-zeiten bei der OBA.
-  Über Instagram sucht Peter einen Tandem-Partner. Sein großer Traum: Dabei sein bei einem großen Sport-Event.
-  Die Paralympischen Spiele suchen Fackel-läufer für das Olympische Feuer. Wäre das was für uns?
-  Aus über **10.000** Bewerbungen wurden **500** Menschen ausgewählt – wir waren **2** davon.
-  März 2026: Wir stehen in Verona zwischen Menschen mit den unterschiedlichsten Lebens-geschichten, aus verschiedenen Ländern.

**Wir sind Teil von Olympia. Für uns ein Grund zu feiern.**

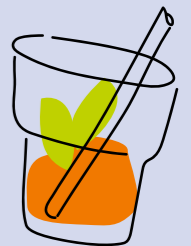


## Juli sagt...



**Ipanema, der alkohol-freie Caipirinha:**

Rezept für 1 Glas



**So können alle feiern: Party verbinden viele mit Alkohol. Aber nicht jede\*r kann und will so feiern.**

Viele Menschen mit Behinderung müssen regelmäßig Medikamente nehmen. Oft darf man die nicht mit Alkohol kombinieren. Sonst hilft das Medikament nicht. Oder bewirkt sogar das Gegenteil. Aber auch Leute ohne Behinderung wollen oder müssen manchmal auf Alkohol verzichten.

Deswegen gibt es inzwischen einige alkohol-freie Party-getränke. Manchmal sind sie auf einer anderen Karte. Traut euch gerne nach-zufragen.

- 1 Limette
- 2 TL brauner Rohr-zucker
- 1 Maracuja
- 1 Zweig Minze
- 4 cl Maracuja-saft
- 150 ml Ginger Ale
- Eiswürfel

### Zubereitung:

Limette vierteln und zusammen mit dem Zucker in ein Longdrink-glas geben. Maracuja halbieren und die Kerne in das Glas kratzen. Minz-blätter hinzufügen. Mit einem Stößel alles gut zerdrücken. Drink mit Maracuja-saft und Ginger Ale auf-füllen. Mit Eis-würfeln servieren

In diesem Sinne: Prost!

# 10 Jahre Politische Bildung



**2015**

Inklusions-fackel-lauf



**2017**

Politisches Sofa



**2016**

NS-Dokuzentrum



**2018**

Bildungs-reise Berlin



**2019**

Ich & Europa



**2020**

Vorbereitung  
Kommunal-wahl



**2022**

Politik-runde Thema  
Freizeit-assistenz



**2023**

Lern- und Gedenk-ort  
Schloss Hartheim/  
Euthanasie



**2024**

Politik-runde Thema  
Arbeiten



**2025**

KZ-Gedenk-stätte  
Dachau



**2025**

Natur- und  
Erlebnis-zentrum Burg  
Schwaneck/Umwelt-  
bildung



**2026**

Politik-Tram/  
Kommunal-wahl

# Hallo miteinander

**Ich heiße Benyam und bin seit Dezember 2026 in der Hauswirtschaft vom Kult9 dabei.**



Ich habe viele Jahre als Koch in einer Kantine gearbeitet. Mir hat immer gefallen, wenn am Ende alles passt und die Menschen zufrieden sind. An meiner neuen Aufgabe mag ich besonders den Umgang mit Menschen. Ich packe gern mit an und mir ist wichtig, dass sich alle wohlfühlen. Wenn ich mit meiner Arbeit dazu beitragen kann, dass der All-tag leichter wird und ich jemandem eine kleine Freude bereite, dann ist das für mich das Schönste. Ich freue mich sehr auf die neue Tätigkeit und darauf, euch kennen-zu-lernen.

# Auf Wiedersehen Lena

Unsere Jugend-gruppen-leiterin Lena zieht weiter. Seit einigen Jahren gestaltete sie die Jugend-gruppe und schaffte so viele schöne Erinnerungen. Danke dir, Lena! Alles Gute für das neue Kapitel, das jetzt bei dir startet.



# Wir stellen unser FSJ-Team vor



**Elisa**

**Kommt aus:** Maracaibo, Venezuela  
**Mag:** Lesen, Tanzen, Basteln  
**Mission:** Deutsch lernen, neue Erfahrungen sammeln, während ich tolle neue Menschen kennen-lerne.  
**FSJ-Power:** Gute Laune verbreiten und anderen wirklich helfen.



**Armin**

**Kommt aus:** Tann, Niederbayern  
**Mag:** Lesen, Musik, Video-spiele  
**Mission:** Soziales Engagement, schöne Erinnerungen mit Kolleg\*innen und Besucher\*innen sammeln.  
**FSJ-Power:** Zuhören und anpacken, wo Hilfe gebraucht wird.



**Eva**

**Kommt aus:** Offenbach am Main  
**Mag:** Sport, Musik, Lesen,  
**Mission:** Erfahrungen sammeln und ein tolles Jahr mit den Menschen hier haben.  
**FSJ-Power:** Probleme lösen und Teil von Gruppen-aktivitäten sein.



**Rubén**

**Kommt aus:** Cali, Kolumbien  
**Mag:** Tanzen, Reisen, Basteln, Drag Queens und Musicals  
**Mission:** Deutsch verbessern, lernen und anderen helfen.  
**FSJ-Power:** Zeit mit Senior\*innen verbringen, helfen, kreativ sein.

# Aufwärmen für die Party

**Man will auf einer Party Spaß haben, vielleicht neue Leute kennen-lernen und gut rü-ber-kommen. Es schadet nicht, sich ein bisschen vor-zu-bereiten.**

**Mach dich innen stark:**  
Stell dich vor den Spiegel und sag zu dir selbst: „Du bist der Hammer!“

**Sei du selbst. Denn nur so fühlst du dich wohl. Und wenn du dich wohl-fühlst, lächelst du. Ein Lächeln bringt andere zum Lächeln. Die Stimmung ist gut und das zählt auf jeder Party mehr als alles andere.**

**Mach dich sexy:**  
Kreise mit den Hüften. Wackle mit dem Po. Kreise mit den Schultern.

**Mach dich außen stark:**  
Hebe eine gefüllte Wasserflasche so oft du kannst. Vergiss nicht den anderen Arm. Mach ein paar Knie-beugen. Damit du auf der Tanz-fläche nicht schlapp machst.

**Mach dich schick:**  
Wichtig ist, dass du deinem Stil treu bleibst. Aber trau dich ruhig auch etwas Neues aus-zu-probieren.

**Schoko-Bananen-Shake:**  
Mach deinen eigenen Protein-Shake – das ist Futter für deine Muskeln und macht gute Laune.

1 Banane,  
170 g Magerquark,  
400 ml Milch,  
1 EL Kakaopulver,  
2 EL Mandeln



# Freizeit gestalten. Menschen begegnen. Hier ist VIEL GEBOTEN.

## Wichtig für alle Ausflüge:

Wer **keinen** Platz hat, wird benachrichtigt!

Die Zahl der Teilnehmer\*innen ist begrenzt. Melde dich bitte recht-zeitig ab, wenn du nicht mitkommst.

Bei Nicht-erscheinen oder Absage 10 Tage vor dem Ausflug wird der Teilnahme-beitrag fällig!

Ausflugs-telefon: 0151 280 580 44

Der Rucksack bedeutet:  
**Checkliste beachten!**



- ✓ wetter-feste Kleidung
- ✓ bequeme Schuhe
- ✓ Behinderten-ausweis und Wert-marke für die Fahrt und Eintritt – im Original!
- ✓ Brotzeit mit Getränk

DONNERSTAG, 30. APRIL

## Ein Abend mit den ImproElchen

● 19 – 20:30 Uhr **Andrea Strobl**

Du hast eine gute Idee für die Bühne? Dann komm ins Kult9. Die ImproElche sind eine Laien-theater-gruppe. Sie bauen die Ideen und Zurufe vom Publikum in ihr Schauspiel ein. So bleibt es spannend.

**Wieviel?**  
Eintritt frei  
**Wo?**  
Kult9



FREITAG, 8. MAI

## Frühlings-fest für Senior\*innen

● 15 – 18 Uhr **Kristin Kockro**

Gemeinsam mit dem Armenisch-Deutschen Anush Tanz und Kultur-treff feiern wir den Frühling mit buntem Programm. Für das leibliche Wohl ist gesorgt.

**Wieviel?**  
Eintritt frei  
**Wo?**  
Kult9



SAMSTAG, 9. MAI

## Ausflug ins Alte Schloss Oberschleißheim

● 9 – 17 Uhr **Andrea Strobl**

Wir fahren gemeinsam öffentlich nach Oberschleißheim und besuchen das Museum Altes Schloss und ein Café.

**Bitte anmelden bis 24. April.**

**Leitung:**  
Team aus Ehrenamtlichen  
**Wieviel?**  
7 EUR Teilnahme,  
30 EUR für Café-besuch und Eintritt  
**Treffpunkt:**  
9 Uhr,  
Löhe Haus  
**Rückkehr:**  
17 Uhr,  
Löhe Haus





**SAMSTAG, 9. MAI**

## Gemeinsam zum CASA-Fest

● 15 – 22 Uhr **Hannah Fröhler**

Gemeinsam laut für Inklusion! Wir feiern den Protest-tag von Menschen mit Behinderung. (Mehr dazu auf Seite 12) Wir fahren öffentlich zusammen zum CASA-Fest nach Pasing.

**Bitte anmelden bis 1. Mai.**

**Wieviel?**

Eintritt frei.  
Ca. 15 EUR für Essen und Getränke.

**Wo?**

CASA, Angela-von-den-Driesch-Weg 9

**Treffpunkt:**

16 Uhr,  
Löhe Haus

**Rückkehr:**

22:30 Uhr,  
Löhe Haus

**MITTWOCH, 13. MAI**

## Film-abend: Selbst-bestimmte Sexualität

● 18 – 20 Uhr

**Hannah Fröhler**

Wir schauen einen Spiel-film. Und eine ausgedachte Geschichte. Das Thema des Films ist Selbst-bestimmung und Sexualität. Im Anschluss reden wir über den Film. Der Film-abend ist für alle, die sich mit Sex und Nähe auseinandersetzen möchten. Man kann auch noch spontan dazu-kommen.

**Bitte anmelden bis 6. Mai.**

**Peer-beratung:**

Daniel  
Neugebauer

**Wieviel?**

Eintritt frei

**Wo?**

Kult9



**SAMSTAG, 9. MAI UND SONNTAG, 10. MAI**

## Mannsbilder: Selbst-beauptung für Männer

● 10 – 16 Uhr **Andrea Strobl**

Selbst-beauptung – ein Thema auch für Männer? Was gefällt mir und was mag ich nicht? Wir befassen uns mit Körper-arbeit, mit dem Thema Liebe und Freundschaft. Die volle Teilnahme-gebühr wird nach Anmeldung fällig.

**Bitte anmelden bis 30. April.**



**Leitung:**

Bernd Drägestein  
mannigfaltig-sued.de;  
Durch-führung  
Wildwasser e.V.

**Wieviel?**

30 EUR

**Wo?**

Kult9

**SAMSTAG, 16. MAI**

## Würmtaler Staffel-lauf

● 11 – 16:30 Uhr **Martina Eller**

Wir fahren gemeinsam nach Planegg. Dort treffen wir uns mit anderen Läufer\*innen. Nach Ab-sprache kann die Strecke auch verkürzt oder ein\*e Begleiter\*in gestellt werden. Jede\*r kann mitmachen! Im Start-paket gibt es große und kleine Überraschungen.

**Bitte anmelden bis 1. April.**

**Leitung:**

Team aus  
Ehrenamtlichen

**Wieviel?**

Geld für Essen  
und Getränke

**Wo?**

Planegg/Krailing

**Treffpunkt:**

11 Uhr,  
Donnersberger  
Brücke

**Rückkehr:**

16:30 Uhr,  
Donnersberger  
Brücke





**SONNTAG, 17. MAI**

## Tour durch die Allianz Arena

● **10:30 – 16 Uhr** **Martina Eller**

Wir machen gemeinsam mit ehrenamtlichen Fußball-spielern eine Tour durch die Allianz Arena. Wir besuchen den VIP-Bereich, den Spieler-Tunnel, den Spiel-feld-rand und entdecken Neues. Begrenzte Teilnehmer-zahl! Junge Fußball-spieler des SV Planegg begleiten uns.

**Bitte anmelden bis 20. April.**

**Wieviel?**

5 EUR

**Treffpunkt:**

10:30 Uhr,  
Donnersberger  
Brücke

**Rückkehr:**

16:30 Uhr,  
Donnersberger  
Brücke



**SAMSTAG, 13. JUNI**

## Ausflug nach Dießen am Ammer-see

● **9 – 17 Uhr** **Andrea Strobl**

Wir fahren mit den öffentlichen Verkehrs-mitteln nach Dießen am Ammer-see und schauen uns den Ort an. Anschließend gehen wir in ein Café.

**Bitte anmelden bis 24. April.**

**Wieviel?**

7 EUR Teilnah-me, 30 EUR für Cafe-besuch und Eintritt

**Treffpunkt:**

9 Uhr,  
Löhe Haus

**Rückkehr:**

17 Uhr,  
Löhe Haus



**SAMSTAG, 13. JUNI**

## Wochenende der Inklusion

● **ab 11:30 Uhr** **Jens Fülle**

Viel Programm am Kupfer-haus Planegg: Kultur, Sport, Mit-machen und Grillen. Infos gibt es bald auf unserer Homepage. Für die gemeinsame Hin-fahrt bitte anmelden.

**Bitte anmelden bis 24. April.**

**Wieviel?**

Eintritt frei

**Wo?**

Feodor-Lynen-Straße 5, Planegg

**Treffpunkt:**

11:30 Uhr,  
Löhe Haus

**Rückkehr:**

selbst-bestimmt

**SAMSTAG, 13. JUNI**

## Work-shop: Mach deine eigene Schlag-zeile

● **10:30 – 14 Uhr** **Kathrin Horn**

Gestalte mit uns einen Beitrag für das nächste OBAcht Magazin. Wir überlegen gemeinsam ein Thema. Wir beschäftigen uns mit Wörtern, Texten und Bildern. Du musst nicht lesen und schreiben können. Es gibt Brotzeit und Getränke.

**Bitte anmelden bis 10. Juni.**

**Wieviel?**

Eintritt frei

**Wo?**

Kult9



## VIEL GEBOTEN

FREITAG, 19. JUNI

### Was für ein Theater!

● 18:30 – 21:30 Uhr **Hannah Fröhler**

Wir schauen Tristan (und Isolde). Darum geht es: Tristan und Isolde lieben sich. Sie dürfen aber nur heimlich zusammen sein. Durch einen Liebes-trank wird ihre Liebe stärker. Doch für ihre Liebe gibt es viele Hindernisse. Du bist neugierig und mutig? Du bist gerne abends unterwegs? Dann komm mit uns ins Theater! (Wir fahren öffentlich.)

**Bitte anmelden bis 8. Juni.**

**Wieviel?**

10 EUR

**Wo?**

Theater  
Kammerspiele,  
Maximilianstr. 26

**Treffpunkt:**

18:30 Uhr,  
Löhe Haus

**Rückkehr:**

21:30 Uhr,  
Löhe Haus

MITTWOCH, 24. JUNI,  
16. SEPTEMBER

### Gesprächs-kreis für Männer mit Handicap

● 18 – 20 Uhr **Hannah Fröhler**

Wir sprechen über Bedürfnisse und Schwierig-keiten im Bereich der Sexuali-tät von Männern mit Behinderung. Wie lebe ich meine Sexualität selbst-be-stimmt? Was sind meine Grenzen? Welche Grenzen hat mein Gegenüber? Im Gesprächs-kreis sind Männer mit Behinderung unter sich. Man kann auch noch spontan dazu-kommen.

**Bitte anmelden bis 17. Juni.**

**Leitung:**

Daniel  
Neugebauer

**Wo?**

Kult9



SAMSTAG, 27. JUNI

### Gespannt-sein auf's Gespann-fahren

● 9 – 17 Uhr **Andrea Strobl**

Tages-ausfahrt mit Motor-rädern und Motor-rad-gespannen in die Münchner Umgebung. Eine gemeinsame Veranstaltung mit den Gespann-fahrern Bayern, den MC Bavarian Bulls e.V. in Glonn, den MC Weiß-blaue Elefanten e.V. und anderen.

**Bitte anmelden bis 3. Juni.**

**Wieviel?**

30 EUR für Fahrt,  
Verpflegung und  
T-Shirt

**Treffpunkt:**

9 Uhr,  
Löhe Haus

**Rückkehr:**

17 Uhr,  
Löhe Haus



## VIEL GEBOTEN

SAMSTAG, 27. JUNI

### Zusammen zum CSD

● 12 – 17 Uhr **Hannah Fröhler**

Wir sind beim Christopher Street Day (CSD) Umzug dabei. Beim CSD feiern wir, dass es queere Menschen gibt. Sie verstecken sich nicht. Sie sind laut, selbstbewusst und kämpferisch für ihre Freiheit und Selbstbestimmung. Bevor es losgeht, essen wir gemeinsam im Kult9. Wer möchte, kann sich dabei noch stylen. Komm gern in auffälliger, bunter, knapper Kleidung. Dass du dich wohlfühlst ist am wichtigsten. Zieh gerne einen Hut oder eine Kappe an als Sonnenschutz.

**Bitte anmelden bis 12. Juni.**



**Leitung:**  
In Kooperation mit: Raphaela Utz von Herzblitz

**Wieviel?**  
Ca. 20 EUR für Essen und Getränke

**Wo?**  
Münchner Innenstadt

**Treffpunkt:**  
12 Uhr, Löhe Haus

**Rückkehr:**  
17 Uhr, Löhe Haus

SAMSTAG, 11. JULI

### Ausflug zum Kloster Schäftlarn

● 9 – 17 Uhr **Andrea Strobl**

Wir fahren gemeinsam öffentlich nach Schäftlarn. Wir wandern von der S-Bahnstation gemütlich zum Kloster und besichtigen es von innen. Anschließend gehen wir in ein Café.

**Bitte anmelden bis 24. April.**

**Wieviel?**  
7 EUR Teilnahme, 30 EUR für Cafébesuch und Eintritt

**Treffpunkt:**  
9 Uhr, Löhe Haus

**Rückkehr:**  
17 Uhr, Löhe Haus



SAMSTAG, 11. JULI

### Fitness Fest

● 19 – 23 Uhr **Hannah Fröhler**

Party und Sport passt nicht zusammen? Klar passt das! Während sich in der Disco alle fit tanzen, kannst du Spiele zu Geschick und Bewegung testen. Du musst nicht sportlich sein. Es geht um Ausprobieren und Spaß haben.



**Wieviel?**  
2 EUR, Sportstationen sind kostenlos

**Wo?**  
Kult9



FREITAG, 3. JULI

### OBA Sommerfest

● 16 – 21 Uhr **Martina Matovinovic**

Endlich Sommer, endlich Dolce Vita! Wir lassen es uns unter freiem Himmel gut gehen mit Musik, Schmackofatz und vielen OBA-lern und allen, die dabei sein wollen. (Bei schlechtem Wetter gehen wir ins Kult9.)

**Wo?**  
Hof vom Kult9





SAMSTAG, 25. JULI

## 100 Jahre TSV Gräfenlohe

● 11:30 Uhr **Jens Fülle**

Unser Ko-operations-partner feiert seinen 100. Geburtstag – und wir feiern mit! Wir fahren gemeinsam zum großen Fest mit sportlichen Mit-mach-angeboten, Kaffee, Kuchen und Grill. Das ganze Programm gibt es auf unserer Home-page. Für die gemeinsame Hinfahrt bitte anmelden!

**Bitte anmelden bis 18. Juli.**

**Wieviel?**

5 EUR

**Wieviel?**

Bitte Geld für Verpflegung mitbringen

**Wo?**

Hubert-Reißner-Straße 42, Gräfenlohe

**Treffpunkt:**

11:30 Uhr, Löhe Haus

**Rückkehr:**

selbst-bestimmt



SAMSTAG, 25. JULI

## FSH-Abschieds-party

● 18:30 – 23 Uhr **Hannah Fröhler**

1 Jahr mit Elisa, Eva, Rubén und Armin: Wir möchten uns verabschieden und dabei auf das Jahr zurück-blicken. Natürlich gibt es lustige Aufgaben für unsere FSH. Danach machen wir zusammen Party!

**Wieviel?**

Eintritt frei

**Wo?**

Kult9



SAMSTAG, 12. SEPTEMBER

## Happy Birthday Party

● 19 – 23 Uhr **Hannah Fröhler**

OBA, du wirst 55 Jahre alt und wir feiern mit dir! Seit Jahr-zehnten Party, Feiern und schwingende Füße auf der Tanz-fläche. Darauf stoßen wir an.

**Wieviel?**

2 EUR

**Wo?**

Kult9

SAMSTAG, 25. JULI

## OBEN OHNE – Open Air Festival

● 13 – 22 Uhr **Hannah Fröhler**

Es ist wieder soweit: OBEN OHNE am Königsplatz. Ihr wisst, was los ist... HipHop und Pop-musik, Essen, Feiern unter freiem Himmel. Dieses Jahr begleiten euch unsere Werk-studentinnen Cilia und Paula.

**Bitte anmelden bis 11. Juli.**

**Wieviel?**

6 EUR Eintritt und ca. 15 – 30 EUR für Essen und Getränke

**Wo?**

Königsplatz

**Treffpunkt:**

13 Uhr, Kult9



# Live·erlebnis im Kult9



## Du willst gerne ein Konzert im Kult9 besuchen?

Sprich uns an. Du kannst ermäßigte Kartenpreise anfragen. Reserviere mindestens 2 Wochen vor dem Konzert die Karte. Wenn du nicht zur Veranstaltung kommst, musst du die Karte trotzdem bezahlen!

Übrigens: Auf unserer Homepage kannst du Karten auch online kaufen (ohne Ermäßigung).

[www.kult9.de](http://www.kult9.de)



Du findest alle Termine von Januar bis Juli 2026 auch in unserem Kult9-Programmheft Neuhausen Live.

Das Heft liegt im Kult9 aus. Viel Spaß beim Blättern! Oder schaue auf unsere Homepage [www.kult9.de](http://www.kult9.de)

## Mai

7.5.	20 Uhr	The Sonic Brewery & Perfumed Garden
8.5.	20 Uhr	Maidenhead vs. Wiped Out
9.5.	20 Uhr	Maidenhead vs. The Full Bug
21.5.	20 Uhr	Musik & Kleinkunst
22.5.	20 Uhr	Edwin Raphael

IMMER WIEDER

# Neues lernen. Körper und Geist trainieren. IMMER WIEDER.

Hier finden regel-mäßige Kurse in Gruppen statt. Alle Kurse sind offen für Menschen mit und ohne Behinderung. Für alle Kurse ist eine Anmeldung notwendig. Manche Kurse finden hybrid statt, das bedeutet: Du kannst vor Ort oder von zuhause am PC (online) teilnehmen.



MITTWOCH

## Entspannen mit Ausmal-bildern

● 17:30 – 19 Uhr **Andrea Strobl**

Gemeinsam Bilder ausmalen entspannt und macht Spaß! Man kann auch ein eigenes Bild malen. Wir malen mit Filz- und Buntstiften. Vorlagen mit Tieren, Blumen, für Geburtstage und Mandalas stehen bereit. Manchmal läuft im Hintergrund entspannte Musik. Das Material bringt die Kursleitung mit. Auch für Menschen mit Arm-/Handeinschränkungen geeignet.

**Bitte anmelden bis 20. April.**

**Mit wem?** Barbara Muski

**Wann?** 29.4. – 15.7.

**Wieviel?** 10 Abende: 50 EUR

**Wo?** Kult9



Für Frauen bis 40 Jahre

Dein ganz besonderer Freitag · abend

# Junger Frauen treff

 ein Freitag im Monat  ab 17 Uhr  Treff · punkt: im Kult9 

Und dann ziehen wir los:



- in ein Restaurant.
- zum Shoppen.
- zum Tanzen.
- ins Kino.

Oder...

**Wir bleiben im Kult9 und:**

- essen entspannt zusammen.
- spielen, ratschen und basteln.

Was wir machen,  
entscheiden wir zusammen.

Du hast Lust mit · zu · machen? Dann melde dich an bei:  
**Hannah Fröhler**  089 - 12 66 11 -68  hannah.froehler@elkb.de

IMMER WIEDER



**DIENSTAG** hybrid

## Rücken·fit·kurs

● 18:30 – 20 Uhr **Andrea Strobl**

Verspannungen lösen durch einfache Übungen. Rücken-muskeln aufbauen. Beweglichkeit verbessern. Gleich-gewicht trainieren. Spaß haben an Bewegung in der Gruppe. Du brauchst keine Vor-kennt-nisse. Bitte bequeme Kleidung anziehen. Es gibt noch freie Plätze für eine Teilnahme vor Ort.

**Bitte anmelden.**

**Mit wem?** Marzia Dallolio

**Wieviel?** 10 Abende: 35 EUR Ehrenamtliche im Kult9, 40 EUR Teilnehmer\*innen mit Behinderung, 80 EUR alle anderen

**Wo?** Kult9 oder online am eigenen PC

**DIENSTAG**

## Musik·projekt

● 18:30 – 20 Uhr **Andrea Strobl**

Für Menschen mit und ohne Behinderung. Für alle, die musikalisch sind. Für alle, die gerne in der Gruppe Musik machen. Neue Interessierte sind herzlich willkommen!

**Bitte anmelden.**

**Mit wem?** Markus Adam, Musik-pädagoge

**Wann?** 24.4. – 23.6. und 30.6. – 13.9., nicht in den bayerischen Schul-ferien.

**Wieviel?** 10 Abende: 40 EUR

**Wo?** Kult9



Die Farben stehen für unsere Arbeits-bereiche:

- Jugend, Familie
- Senioren
- Clubs
- Kultur
- Bildung, Politische Bildung
- Begegnung
- Beratung
- Sport
- Ehrenamt
- Kult9

**Öffnungszeiten Café im Kult9**

Dienstag und Mittwoch:  
17 – 19:30 Uhr

Donnerstag:  
17 – 21 Uhr

Freitags geöffnet im Rahmen  
der Veranstaltungen

Samstag bei OBA-Party:  
16 – 22 Uhr

Samstag bei Kult9-Veranstaltungen:  
16 – 19 Uhr

# Mai

**Freitag, 1. Mai** »Café im Kult9 geschlossen

**Montag, 4. Mai**

- 17:15 – 18:45 Fußball Süd
- 18:30 – 20 Fußball Nord

**Dienstag, 5. Mai**

- 14 – 17 ☆ Dienstags-treff
- 17 – 20 Kult-Dienstag
- 18 – 19:30 Perlacher und Fürstenerieder Club (PeFü)
- 18 – 20 Kegeln
- 18:30 – 20 ☆ Musik-projekt
- 18:30 – 20 ☆ Rücken-fit-kurs

**Mittwoch, 6. Mai**

- 17:30 – 19 ☆ Entspannen mit Ausmal-bildern
- 18 – 20 Mittwochs-club
- 18:30 – 19:30 ☆ Englisch-kurs – First Steps
- 18:30 – 20 Spiel und Sport Gräfelfing
- 20 – 21 Badminton Gräfelfing

**Donnerstag, 7. Mai**

- 18 – 20 Pullach-Sollner Club
- 18 – 19:30 Tischtennis
- 18:30 – 20 ☆ Frauen-treff
- 18:30 – 20:30 Neuaubinger Club
- 20 – 00 The Sonic Brewery + Perfumed Garden

**Freitag, 8. Mai** »Café im Kult9 geschlossen

- 15 – 18 ☆ Frühlings-fest für Senior\*innen
- 18 – 19:30 Spiel und Sport
- 18 – 19:30 Basketball
- 20 – 00 Live-Konzert

**Samstag, 9. Mai**

- 09 – 17 ☆ Ausflug: Museum „Altes Schloss“
- 10 – 16 ☆ Manns-bilder: Selbst-behauptungs-kurs
- 16 – 18 OBA Black Hats »Gruppe voll
- 15 – 22 ☆ CASA-Fest
- 20 – 00 Live-Konzert

**Sonntag, 10. Mai**

- 10 – 16 ☆ Manns-bilder: Selbst-behauptungs-kurs

**Montag, 11. Mai**

- 17:15 – 18:45 Fußball Süd
- 18:30 – 20 Fußball Nord

**Dienstag, 12. Mai**

- 14 – 17 ☆ Dienstags-treff
- 18:30 – 20 ☆ Musik-projekt
- 18:30 – 20 ☆ Rücken-fit-kurs



## Unser Tipp!

### SAMSTAG, 9. MAI Gemeinsam zum CASA-Fest

Gemeinsam laut für Inklusion!  
Seite 40

**Mittwoch, 13. Mai**

- 14 – 17 ☆ Mittwochs-treff
- 17:30 – 19 ☆ Entspannen mit Ausmal-bildern
- 18 – 20 Mittwochs-club
- 18 – 20:30 ☆ Selbst-bestimmte Sexualität: Film und Austausch
- 18:30 – 19:30 ☆ Englisch-kurs – First Steps
- 18:30 – 20 Spiel und Sport Gräfelfing
- 20 – 21 Badminton Gräfelfing

**Donnerstag, 14. – Sonntag, 17. Mai**

- ☆ Begegnungs-Wochenende PSC

**Freitag, 15. Mai** »Café im Kult9 geschlossen

- ab 17 ☆ Junger Frauen-treff
- 18 – 19:30 Spiel und Sport
- 18 – 19:30 Basketball

**Samstag, 16. Mai**

- 12 – 16:30 ☆ Würmtaler Staffel-lauf
- 16 – 18 ☆ OBA Black Hats »Gruppe voll
- 16 – 22 Café im Kult9
- 19 – 23 ESC-Party

**Sonntag, 17. Mai**

- 10:30 – 16:30 ☆ Allianz Arena Privat-Tour

**Montag, 18. Mai**

- 17:15 – 18:45 Fußball Süd
- 18:30 – 20 Fußball Nord

Der Stern bedeutet:  
Bitte anmelden!



**Dienstag, 19. Mai**

- 14 – 17 ☆ **Dienstags-treff**
- 17 – 20 **Kult-Dienstag**
- 18 – 19:30 **Perlacher und Fürstenrieder Club (PeFü)**
- 18 – 20 ☆ **Politik-runde**
- 18:30 – 20 ☆ **Musik-projekt**
- 🏠 18:30 – 20 ☆ **Rücken-fit-kurs**

**Mittwoch, 20. Mai**

- 14 – 17 ☆ **Mittwochs-treff**
- 🏠 17:30 – 19 ☆ **Entspannen mit Ausmal-bildern**
- 18 – 20 **Mittwochs-club**
- 18:30 – 19:30 ☆ **Englisch-kurs – First Steps**
- 18:30 – 20 **Spiel und Sport Gräfelfing**
- 20 – 21 **Badminton Gräfelfing**

**Donnerstag, 21. Mai**

- 14 – 17 ☆ **Donnerstags-treff**
- 18 – 20 **Pullach-Sollner Club**
- 18 – 19:30 **Tischtennis**
- 18:30 – 20 ☆ **Frauen-treff**
- 18:30 – 20:30 **Neuaußinger Club**
- 🏠 20 – 00 **Musik und Kleinkunst**

**Freitag, 22. Mai – Samstag, 6. Juni**  
» Café im Kult9 geschlossen

**Freitag, 22. Mai** » Café im Kult9 geschlossen

- 18 – 19:30 **Spiel und Sport**
- 18 – 19:30 **Basketball**
- 🏠 20 – 00 **Live-Konzert**

☆ **Der Stern bedeutet:  
Bitte anmelden!**

# Juni

**Dienstag, 2. Juni**

- 18 – 20 **Kegeln**

**Montag, 8. Juni**

- 17:15 – 18:45 **Fußball Süd**
- 18:30 – 20 **Fußball Nord**

**Dienstag, 9. Juni**

- 14 – 17 ☆ **Dienstags-treff**
- 18 – 20 ☆ **Politik-runde**
- 18:30 – 20 ☆ **Musik-projekt**
- 🏠 18:30 – 20 ☆ **Rücken-fit-kurs**

**Mittwoch, 10. Juni**

- 14 – 17 ☆ **Mittwochs-treff**
- 🏠 17:30 – 19 ☆ **Entspannen mit Ausmal-bildern**
- 18 – 20 **Mittwochs-club**
- 18:30 – 20 **Spiel und Sport Gräfelfing**
- 20 – 21 **Badminton Gräfelfing**

**Donnerstag, 11. Juni**

- 14 – 17 ☆ **Donnerstags-treff**
- 18 – 20 **Pullach-Sollner Club**
- 18 – 19:30 **Tischtennis**
- 18:30 – 20 ☆ **Frauen-treff**
- 18:30 – 20:30 **Neuaußinger Club**
- 19 – 20 **Yehudi Menuhin e.V. LIVE MUSIC NOW**

**Freitag, 12. Juni** » Café im Kult9 geschlossen

- ab 17 ☆ **Junger Frauen-treff**
- 18 – 19:30 **Spiel und Sport**
- 18 – 19:30 **Basketball**



## Unser Tipp!

### SAMSTAG, 13. JUNI Mach deine eigene Schlagzeile

Workshop  
Seite 43

**Samstag, 13. Juni**

- 9 – 17 ☆ **Ausflug: Ammersee**
- 11:30 – 17 ☆ **Wochen-ende der Inklusion**
- 10:30 – 14 ☆ **Work-shop: Mach deine eigene Schlag-zeile**
- 16 – 18 **OBA Black Hats »Gruppe voll**
- 16 – 22 **Café im Kult9**
- 19 – 23 ☆ **Party**

**Montag, 15. Juni**

- 17:15 – 18:45 **Fußball Süd**
- 18:30 – 20 **Fußball Nord**

**Dienstag, 16. Juni**

- 14 – 17 ☆ **Dienstags-treff**
- 17 – 20 **Kult-Dienstag**
- 18 – 19:30 **Perlacher und Fürstenrieder Club (PeFü)**
- 18:30 – 20 ☆ **Musik-projekt**
- 🏠 18:30 – 20 ☆ **Rücken-fit-kurs**

**Mittwoch, 17. Juni**

- 14 – 17 ☆ **Mittwochs-treff**
- 🏠 17:30 – 19 ☆ **Entspannen mit Ausmal-bildern**
- 18 – 20 **Mittwochs-club**
- 18:30 – 20 **Spiel und Sport Gräfelfing**
- 20 – 21 **Badminton Gräfelfing**

**Donnerstag, 18. Juni**

- 14 – 17 ☆ **Donnerstags-treff**
- 18 – 20 **Pullach-Sollner Club**
- 18 – 19:30 **Tischtennis**
- 18:30 – 20 ☆ **Frauen-treff**
- 18:30 – 20:30 **Neuaußinger Club**

**Freitag, 19. Juni** » Café im Kult9 geschlossen

- 18 – 19:30 **Spiel und Sport**
- 18:30 – 21:30 ☆ **Was für ein Theater!**

**Samstag, 20. Juni** » Café im Kult9 geschlossen

- 16 – 18 **OBA Black Hats »Gruppe voll**

**Montag, 22. Juni**

- 17:15 – 18:45 **Fußball Süd**
- 18:30 – 20 **Fußball Nord**

**Dienstag, 23. Juni**

- 14 – 17 ☆ **Dienstags-treff**
- 18 – 20 ☆ **Politik-runde**
- 18:30 – 20 ☆ **Musik-projekt**
- 🏠 18:30 – 20 ☆ **Rücken-fit-kurs**

**Mittwoch, 24. Juni**

- 14 – 17 ☆ **Mittwochs-treff**
- 🏠 17:30 – 19 ☆ **Entspannen mit Ausmal-bildern**
- 18 – 20 ☆ **Gesprächskreis für Männer mit Handicap**
- 18 – 20 **Mittwochs-club**
- 18:30 – 20 **Spiel und Sport Gräfelfing**
- 20 – 21 **Badminton Gräfelfing**

**Donnerstag, 25. Juni**

- 14 – 17 ☆ Donnerstags-treff
- 18 – 20 Pullach-Sollner Club
- 18 – 19:30 Tischtennis
- 18:30 – 20 ☆ Frauen-treff
- 18:30 – 20:30 Neuaubinger Club

**Freitag, 26. Juni** » Café im Kult9 geschlossen

- 18 – 19:30 Spiel und Sport
- 18 – 19:30 Basketball

**Samstag, 27. Juni**

- 9 – 17 ☆ Ausflug: Motorrad- und Gespann-ausfahrt
- 12 – 17 ☆ Zusammen zum CSD
- 16 – 22 Café im Kult9
- 19 – 23 ☆ CSD-Party

**Montag, 29. Juni**

- 17:15 – 18:45 Fußball Süd
- 18:30 – 20 Fußball Nord

**Dienstag, 30. Juni**

- 17 – 20 Kult-Dienstag
- 17:30 – 19:30 Politik-Sprech-stunde
- 18 – 19:30 PeFü Club
- 18:30 – 20 ☆ Musik-projekt
- 18:30 – 20 ☆ Rücken-fit-kurs

# Juli

**Mittwoch, 1. Juli**

- 17:30 – 19 ☆ Entspannen mit Ausmal-bildern
- 18 – 20 Mittwochs-club
- 18:30 – 20 Spiel und Sport Gräfelfing
- 20 – 21 Badminton Gräfelfing

**Donnerstag, 2. Juli**

- 18 – 20 Pullach-Sollner Club
- 18 – 19:30 Tischtennis
- 18:30 – 20 ☆ Frauen-treff
- 18:30 – 20:30 Neuaubinger Club

**Freitag, 3. Juli** » Café im Kult9 geschlossen

- 16 – 21 OBA Sommerfest

**Montag, 6. Juli**

- 17:15 – 18:45 Fußball Süd
- 18:30 – 20 Fußball Nord

**Dienstag, 7. Juli**

- 14 – 17 ☆ Dienstags-treff
- 18 – 20 Kegeln
- 18 – 20 ☆ Politik-runde
- 18:30 – 20 ☆ Musik-projekt
- 18:30 – 20 ☆ Rücken-fit-kurs

**Mittwoch, 8. Juli**

- 14 – 17 ☆ Mittwochs-treff
- 17:30 – 19 ☆ Entspannen mit Ausmal-bildern
- 18 – 20 Mittwochs-club
- 18:30 – 20 Spiel und Sport Gräfelfing
- 20 – 21 Badminton Gräfelfing

**Donnerstag, 9. Juli**

- 14 – 17 ☆ Donnerstags-treff
- 18 – 20 Pullach-Sollner Club
- 18 – 19:30 Tischtennis
- 18:30 – 20 ☆ Frauen-treff
- 18:30 – 20:30 Neuaubinger Club

**Freitag, 10. Juli** » Café im Kult9 geschlossen

- 18 – 19:30 Spiel und Sport
- 18 – 19:30 Basketball

**Samstag, 11. Juli**

- 9 – 17 ☆ Ausflug: Kloster Schäftlarn
- 16 – 18 OBA Black Hats » Gruppe voll
- 16 – 22 Café im Kult9
- 19 – 23 ☆ Fitness-fest

**Montag, 13. Juli**

- 17:15 – 18:45 Fußball Süd
- 18:30 – 20 Fußball Nord

**Dienstag, 14. Juli**

- 14 – 17 ☆ Dienstags-treff
- 18 – 19:30 PeFü Club
- 18:30 – 20 ☆ Musik-projekt
- 18:30 – 20 ☆ Rücken-fit-kurs

**Mittwoch, 15. Juli**

- 14 – 17 ☆ Mittwochs-treff
- 17:30 – 19 ☆ Entspannen+Ausmalen
- 18 – 20 Mittwochs-club
- 18:30 – 20 Spiel und Sport Gräfelfing
- 20 – 21 Badminton Gräfelfing

**Donnerstag, 16. Juli**

- 14 – 17 ☆ Donnerstags-treff
- 18 – 20 Pullach-Sollner Club
- 18 – 19:30 Tischtennis
- 18:30 – 20 ☆ Frauen-treff
- 18:30 – 20:30 Neuaubinger Club

**Freitag, 17. Juli** » Café im Kult9 geschlossen

- 18 – 19:30 Spiel und Sport
- 18 – 19:30 Basketball

**Montag, 20. Juli**

- 17:15 – 18:45 Fußball Süd
- 18:30 – 20 Fußball Nord

**Dienstag, 21. Juli**

- 14 – 17 ☆ Dienstags-treff
- 18 – 20 ☆ Politik-runde
- 18:30 – 20 ☆ Musik-projekt
- 18:30 – 20 ☆ Rücken-fit-kurs

**Mittwoch, 22. Juli**

- 14 – 17 ☆ Mittwochs-treff
- 17:30 – 19 ☆ Entspannen mit Ausmal-bildern
- 18 – 20 Mittwochs-club
- 18:30 – 20 Spiel und Sport Gräfelfing
- 20 – 21 Badminton Gräfelfing

**Donnerstag, 23. Juli**

- 14 – 17 ☆ Donnerstags-treff
- 18 – 20 Pullach-Sollner Club
- 18 – 19:30 Tischtennis
- 18:30 – 20 ☆ Frauen-treff
- 18:30 – 20:30 Neuaubinger Club

**Freitag, 24. Juli** » Café im Kult9 geschlossen

- 18 – 19:30 Spiel und Sport
- 18 – 19:30 Basketball



## Unser Tipp!

**FREITAG, 3. JULI**

**OBA Sommerfest**

Seite 47

Der Stern bedeutet:  
Bitte anmelden!





## Unser Tipp!

**SAMSTAG, 25. JULI**

**FSH-Abschieds-party**

Seite 48

### Samstag, 25. Juli

- ab 11:30 ☆ 100 Jahre TSV Gräfelfing
- 13 – 22 ☆ OBEN OHNE-Festival
- 16 – 18 OBA Black Hats »Gruppe voll
- 16 – 22 Café im Kult9
- 19 – 23 FSH-Abschieds-party

### Montag, 27. Juli

- 17:15 – 18:45 Fußball Süd
- 18:30 – 20 Fußball Nord

### Dienstag, 28. Juli

- 14 – 17 ☆ Dienstags-treff
- 17 – 20 Kult-Dienstag
- 18 – 19:30 PeFü Club
- 18:30 – 20 ☆ Musik-projekt
- 18:30 – 20 ☆ Rücken-fit-kurs

### Mittwoch, 29. Juli

- 14 – 17 ☆ Mittwochs-treff
- 17:30 – 19 ☆ Entspannen+Ausmalen
- 18 – 20 Mittwochs-club
- 18:30 – 20 Spiel und Sport Gräfelfing
- 20 – 21 Badminton Gräfelfing

### Donnerstag, 30. Juli

- 14 – 17 ☆ Donnerstags-treff
- 18 – 20 Pullach-Sollner Club
- 18 – 19:30 Tischtennis
- 18:30 – 20 ☆ Frauen-treff
- 18:30 – 20:30 Neuaubinger Club

### Freitag, 31. Juli – Samstag, 5. September

» Café im Kult9 geschlossen

### Freitag, 31. Juli » Café im Kult9 geschlossen

- 18 – 19:30 Spiel und Sport
- 18 – 19:30 Basketball

# September

### Dienstag, 8. September

- 18 – 20 Kegeln
- 18:30 – 20 ☆ Rücken-fit-kurs

### Freitag, 11. September » Café im Kult9 geschlossen

### Samstag, 12. September

- 16 – 18 OBA Black Hats »Gruppe voll
- 16 – 22 Café im Kult9
- 19 – 23 Happy Birthday Party

### Dienstag, 15. September

- 18:30 – 20 ☆ Musik-projekt
- 18:30 – 20 ☆ Rücken-fit-kurs

### Mittwoch, 16. September

- 17:30 – 19 ☆ Entspannen mit Ausmal-bildern
- 18 – 20 ☆ Gesprächskreis für Männer mit Handicap
- 18 – 20 Mittwochs-club
- 18:30 – 20 Spiel und Sport Gräfelfing
- 20 – 21 Badminton Gräfelfing

### Donnerstag, 17. September

- 18 – 20 Pullach-Sollner Club
- 18 – 19:30 Tischtennis
- 18:30 – 20 ☆ Frauen-treff
- 18:30 – 20:30 Neuaubinger Club

### Freitag, 18. September » Café im Kult9 geschlossen

- 18 – 19:30 Spiel und Sport
- 18 – 19:30 Basketball

### Montag, 21. September

- 17:15 – 18:45 Fußball Süd
- 18:30 – 20 Fußball Nord

### Dienstag, 22. September

- 14 – 17 ☆ Dienstags-treff
- 17 – 20 Kult-Dienstag
- 18 – 19:30 PeFü Club
- 18 – 20 ☆ Politik-runde
- 18:30 – 20 ☆ Musik-projekt
- 18:30 – 20 ☆ Rücken-fit-kurs

### Mittwoch, 23. September

- 14 – 17 ☆ Mittwochs-treff
- 17:30 – 19 ☆ Entspannen mit Ausmal-bildern
- 18 – 20 Mittwochs-club
- 18:30 – 20 Spiel und Sport Gräfelfing
- 20 – 21 Badminton Gräfelfing

### Donnerstag, 24. September

- 14 – 17 ☆ Donnerstags-treff
- 18 – 20 Pullach-Sollner Club
- 18 – 19:30 Tischtennis
- 18:30 – 20 ☆ Frauen-treff
- 18:30 – 20:30 Neuaubinger Club

Der Stern bedeutet:  
Bitte anmelden!



### Freitag, 25. September » Café im Kult9 geschlossen

- ab 17 ☆ Junger Frauen-treff
- 18 – 19:30 Spiel und Sport
- 18 – 19:30 Basketball

### Samstag, 26. September

- 16 – 18 OBA Black Hats »Gruppe voll
- 16 – 22 Café im Kult9
- 19 – 23 Wiesn-Party

### Montag, 28. September

- 17:15 – 18:45 Fußball Süd
- 18:30 – 20 Fußball Nord

### Dienstag, 29. September

- 14 – 17 ☆ Dienstags-treff
- 17:30 – 19:30 Politik-Sprech-stunde
- 18:30 – 20 ☆ Musik-projekt
- 18:30 – 20 ☆ Rücken-fit-kurs

### Mittwoch, 30. September

- 14 – 17 ☆ Mittwochs-treff
- 17:30 – 19 ☆ Entspannen mit Ausmal-bildern
- 18 – 20 Mittwochs-club
- 18:30 – 20 Spiel und Sport Gräfelfing
- 20 – 21 Badminton Gräfelfing



## Unser Tipp!

**SAMSTAG, 12. SEPTEMBER**

**Happy Birthday Party**

Wir feiern 55 Jahre OBA.

## ARBEITS-BEREICHE

**Die OBA ist in mehrere Arbeits-bereiche gegliedert. Ihre Ansprech-personen finden Sie hier:**

### Der Bereich Begegnung

ermöglicht Freizeit-gestaltung, Kontakte und Freundschaften zwischen Menschen mit und ohne Behinderung.

**Hannah Fröhler**

### Unsere Beratung

unterstützt Menschen mit Behinderung und deren Angehörige in schwierigen Lebens-phasen. Bei der persönlichen Lebens-planung. Bei der Lösung von Kon-flikten. Bei der Beantragung von Leistun-gen und Beschaffung von Informationen.

**Jens Fülle, Magdalena Lenker**

### Ehrenamt

In der OBA engagieren sich ehren-amtliche Mitarbeiter\*innen mit und ohne Behinderung. Das große und bunte Angebot ist nur durch dieses Engagement möglich. Sie werden von pädagogischen Fach-kräften begleitet, nehmen an Fort-bildungen teil und können mit-gestalten.

**Brigitte Troßmann**

**Sie finden viele interessante Fort-bildungen in unserem Programm für das Jahr 2026.**

### Der Bildungs-bereich

bietet ein kulturelles und musikalisches Bildungs-angebot für Menschen mit und ohne Behinderung. Gemeinsames Lernen mit Spaß und mit allen Sinnen steht dabei im Vordergrund.

**Andrea Strobl**

### Politische Bildung

bedeutet, sich eine eigene Meinung zu bilden und diese ein-zu-bringen. Diskutiert werden politische Themen und soziale Fragen: In der OBA-Politik-gruppe, im Behinderten-beirat der Stadt München oder im Rahmen von Veranstaltungen.

**Hannah Fröhler, Kathrin Horn**

### Das Projekt **POLITIK & ich**

unterstützt Menschen mit Behinderung, die sich politisch engagieren wollen. Es vermittelt ehrenamtliche Assistent\*innen und wirkt in politische Strukturen hinein. Das Ziel ist es, Menschen mit Behinderung an politischen Prozessen zu beteiligen.

**Antonie Hutter**

### Der Kultur-bereich

bietet Kunst, Musik, Theater, Tanz und Ausflüge: Ein viel-seitiges und abwechslungs-reiches Angebot für Menschen mit und ohne Behinderung.

**Andrea Strobl**

### Der Sport-bereich

Sport macht Spaß und hält fit! Es gibt regel-mäßige Sport-angebote in verschiedenen Sport-arten und Tages-veranstaltungen, z.B. Ausflüge und Turniere. Für Kinder, Jugendliche und Erwachsene mit und ohne Behinderung.

**Martina Eller**

#### Fußball Nord

Montag, 18:30 – 20 Uhr  
Sonderpädagogisches Förderzentrum (SFZ)  
Heinrich-Braun-Weg 11,  
80933 München

#### Fußball Süd

Montag, 17:15 – 18:45 Uhr,  
Montessori Schule,  
Heiglhofstraße 65

#### Spiel und Sport

Freitag, 18 – 19:30 Uhr,  
Mittelschule Toni-Pfülf-Straße 30

#### Spiel und Sport Gräfelfing

Mittwoch, 18:30 – 20 Uhr,  
Grundschule,  
Schulstraße 2, 82116 Gräfelfing

#### Tischtennis

Donnerstag, 18 – 19:30 Uhr,  
Sport-raum im Löhe Haus

#### Basketball

Freitag, 18 – 19:30 Uhr,  
Montessori Schule,  
Heiglhofstraße 65

#### Badminton



Montag, 20 – 21 Uhr,  
Sonderpädagogisches Förderzentrum (SFZ),  
Heinrich-Braun-Weg 11, 80933 München

#### Badminton Gräfelfing

Mittwoch, 20 – 21 Uhr,  
Grundschule,  
Schulstraße 2, 82116 Gräfelfing

#### Kegeln

Dienstag, 18 – 20 Uhr,  
Kegelbahn Café Westend,  
Ganghoferstraße 50

#### Tennis

Unser Ko-operations-partner  
TSV Gräfelfing bietet 1 Mal pro Woche  
ein Tennis-training an.

#### Sport verein(t)

arbeitet eng mit Sport-vereinen aus  
der Region München zusammen.  
So entstehen neue Sport-angebote  
für Sportler\*innen mit und ohne  
Behinderung. Sport verein(t) vermittelt  
Sportler\*innen mit Behinderung in die  
Sport-angebote der Vereine vor Ort.

**Jens Fülle**

## ARBEITS-BEREICHE

### Der Bereich Reisen

ermöglicht Menschen mit Behinderung Erholung und neue Erlebnisse. Es gibt mehr-tägige Gruppen-reisen und individuell gestaltete Reisen. Qualifizierte Mitarbeiter\*innen begleiten die Reisenden.

**Brigitte Troßmann**

### Die Familien-arbeit

Wir sind ein Ort der Begegnung für Familien mit Kindern und Jugendlichen mit Behinderung und deren Geschwister. Es gibt die Möglichkeit zum Austausch und für gemeinsame Unternehmungen.

**Brigitte Troßmann**

### Die Jugend-arbeit

bietet ein attraktives Freizeit-programm für Leute im Alter von 16 bis 25 Jahren mit und ohne Behinderung.

**Laura Brantl**

### Die inklusive evang. Jugend-arbeit

ist eine Ko-operation mit der EJM und unterstützt Jugendliche mit Behinderung bei der Teilnahme an Zelt-lagern, Konfi-Kursen, Freizeiten und mehr. Wir beraten und suchen auch nach einer Assistenz.

**Laura Brantl**

### Senior\*innen

Menschen mit Behinderung ab 50 Jahren, die nicht mehr oder in Teilzeit arbeiten, gestalten gemeinsam ihre Freizeit. Wir arbeiten eng mit Ko-operations-partnern zusammen.

**Kristin Kockro**

### Die OBA-Clubs

sind abendliche Freizeit-treffs für Erwachsene mit und ohne Behinderung. Sie finden wöchentlich in Kirchen-gemeinden des Evang.-Luth. Dekanats-bezirks München statt.

**Kristin Kockro**

#### Perlacher und Fürstenrieder Club

jeden zweiten Dienstag, 18 – 19:30 Uhr, PEP Haupt-eingang, Thomas-Dehler-Str. 10

#### Mittwochs-club

Mittwoch, 18 – 20 Uhr, Helene-Mayer-Ring 25

#### Pullach-Sollner-Club

Donnerstag, 18 – 20 Uhr, Jakobusplatz 1

#### Neuaubinger Club

Donnerstag, 18:30 – 20:30 Uhr, Limesstraße 85a



# Spenden Sie Chancen

Jeder  
Euro hilft!

Ihre Spende ermöglicht Menschen mit Behinderung gleich-berechtigt und selbst-bestimmt an der Gesellschaft teil-zu-haben.

Auf unserer Homepage können Sie einfach Ihren Wunschbetrag **online** spenden:

[www.oba-muenchen.de/spenden](http://www.oba-muenchen.de/spenden)



Sie möchten Ihren Wunschbetrag lieber **überweisen**?

### Spendenkonto

Bankverbindung: Evangelische Bank  
IBAN: DE93 5206 0410 0501 4018 07  
BIC: GENODEF1EK1

## TEAM

### Leitung




**Oliver Gründel**  
Diakon, Leitung OBA

 **Tel: 089 - 12 66 11 -61**  
oliver.gruendel@elkb.de



**Dr. Magdalena Lenker**  
Fachbereichs-leitung OBA,  
Beratung

 **Mobil: 0151 - 23 13 85 51**  
**Tel: 089 - 12 66 11 -66**  
magdalena.lenker@elkb.de

### Verwaltung



**Beate Daum**  
Finanzen, Zuschüsse  
**Tel: 089 - 12 66 11 -51**  
beate.daum@elkb.de



**Jemma Grigoryan**  
Finanzen, Zuschüsse  
**Tel: 089 - 12 66 11 -30**  
jemma.grigoryan@elkb.de



**Verena Runte**  
Büro-organisation, Amalienhof  
**Tel: 089 - 12 66 11 -56**  
verena.runte@elkb.de

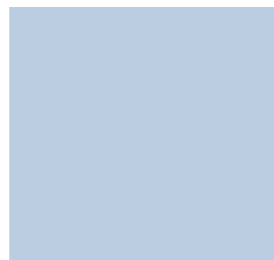
### Fachbereich Kult9




**Simon Dettweiler**  
Kult9  
 **Tel: 089 - 12 66 11 -63**  
simon.dettweiler@elkb.de



**Andrea Strobl**  
Kult9, Bildung, Kultur  
   **Tel: 089 - 12 66 11 -45**  
andrea.strobl@elkb.de



**N. N.**  
Leitung Kult9  


### Fachbereich OBA



**Laura Brantl**  
Inklusive evangelische  
Jugend-arbeit  
 **Tel: 0151 - 27 06 26 13**  
laura.brantl@elkb.de





**Dr. Martina Eller**  
Sport  
 **Tel: 089 - 12 66 11 -22**  
martina.eller@elkb.de



**Hannah Fröhler**  
Politische Bildung,  
Begegnung  
  **Tel: 089 - 12 66 11 -68**  
hannah.froehler@elkb.de



**N. N.**  
Begegnung, Sport,  
Freiwilligendienst  
 



**Jens Fülle**  
Beratung,  
Sport verein(t)  
  **Tel: 089 - 12 66 11 -67**  
jens.fuelle@elkb.de



**Antonie Hutter**  
Politik & ich  
 **Tel: 0151 - 62 75 29 20**  
antonie.hutter@elkb.de



**Kristin Kockro**  
Senior\*innen  
 **Tel: 089 - 12 66 11 -65**  
kristin.kockro@elkb.de



**Brigitte Troßmann**  
Reisen, Ehrenamt,  
Familie  
   **Tel: 089 - 12 66 11 -64**  
brigitte.trossmann@elkb.de

### Öffentlichkeits-arbeit



**Kathrin Horn**  
Öffentlichkeits-arbeit,  
Politische Bildung  
 **Tel: 089 - 12 66 11 -52**  
kathrin.horn@elkb.de



**Martina Matovinovic**  
Öffentlichkeits-arbeit  
**Tel: 089 - 12 66 11 -62**  
martina.matovinovic@elkb.de

# Good Vibes Manager\*in gesucht?

Good Vibes sind dein  
Kompass? Wir suchen  
eine\*n Referent\*in  
für Begegnung und  
Sport.

Dann guck  
mal rein.

