

OBAcht

MAGAZIN Herbst/Winter 2022

Licht•blicke

der Was geht!-
Redaktion

Leitungs• wechsel

bei den
Evangelischen
Diensten

Ich brauche Unterstützung:

Hilfreiche
Anlauf•stellen

OBA-Reisen 
2023

Gut leben!

So geht es besser
durch die Krise!

+
Veranstaltungen
Oktober -
Dezember
2022

IMPRESSUM



Offene Behindertenarbeit
evangelisch in der Region München

Verantwortlich gemäß § 55 RStV
und § 5 TMG: Tom Rausch

Geschäfts•stelle:
Blutenburgstr. 71, 80636 München
Telefon: 089 – 12 66 11-60
Telefax: 089 – 12 66 11-59
E-Mail: info.oba@elkb.de
Internet: www.oba-muenchen.de

Redaktion:
Kathrin Horn, Kristin Kockro,
Elke Schmidt, Tom Rausch

Gestaltung & Layout:
Gisela Knobel, Simone Brendle
www.sella-design.de

Druck: SAS Druck,
Fürstenfeldbruck

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



Bayerisches Staatsministerium für
Familie, Arbeit und Soziales



Unser Träger ist:



Inhalt

1	Vorwort
2	Die Armut der Ärmsten
6	Die Münchner Tafel
7	Wie erleben wir die extremen Preis•steigerungen?
8	Ich brauche Unterstützung!
10	Versorger im Viertel bleiben
11	Was geht!-Redaktion
14	Inflation im Kult ⁹
14	Themenwünsche?
15	Wir suchen Sie!
15	Praktikum gesucht?
16	Kirchen•rat Klaus Schmucker im wohlverdienten Ruhestand
17	Dr. Barbara Pühl wird neue Leiterin der Evangelischen Dienste
18	Neue Kolleginnen bei der OBA: Hannah, Magdalena und Carolin
20	Abschied vom Friseur•salon
20	Auf Wiedersehen Hanno!
21	Yoga mit Kathy
21	Wir sind auf Instagram
22	Mitbestimmung in der OBA
24	Die Arbeits•bereiche der OBA
27	Aktuelle Veranstaltungen
37	Wichtige Informationen
38	Veranstaltungs•kalender Oktober bis Dezember 2022
47	Wir brauchen Ihre Unterstützung!
48	Das OBA-Team
50	Spiritueller Impuls

Liebe Leserinnen und Leser,

unser aller Geld • beutel wird etwas dünner. Denn aus verschiedenen
Gründen werden viele Lebensmittel und Gebrauchs • mittel teurer.
Manche trifft es mehr als andere.

Gibt es Ideen, trotzdem gut über die Runden zu kommen? Wie gehen
andere mit dieser Situation um, zum Beispiel der Konditor Kahn aus
der Blutenburgstraße? Können wir uns gegenseitig helfen?
Gibt es Stellen, an die wir uns wenden können? Und Tipps und Hilfe
bekommen? Wir wollen ein paar dieser Fragen beantworten und
haben mit einigen Personen darüber gesprochen.

Und außerdem gibt es in der OBA einige Veränderungen: Endlich
haben wir eine Nachfolgerin für den Politik • bereich gefunden. Und
es gibt noch 2 neue Kolleginnen. Sie kümmern sich um Jugendliche
mit Behinderung in den Kirchen • gemeinden. Das ist toll und wir
freuen uns auf die Zusammenarbeit mit den 3 Neuen!

Unser Hausmeister geht in den verdienten Ruhestand. Und unsere
Friseurinnen hören leider mit ihrem Ehrenamt auf. Wir sagen herzlich
Danke!

Für unseren gut aufgestellten Sport • bereich suchen wir immer noch
eine neue Person! Kennen Sie jemanden?

Wir freuen uns auf eine
gemeinsame Zeit mit
wenig Corona • ausfällen!

Herzlichst,

**Conny Bliemel
und Tom Rausch**
Leitung der OBA



UMSCHLAGFOTO: Adobe Stock

FOTOS: OBA

Interview

Interview mit Isabel Schmidhuber vom Evangelischen Hilfswerk der Diakonie München und Oberbayern

Die Armut der Ärmsten

*Isabel Schmidhuber ist Bereichs-leitung für Wohnungslosen- und Straf-fälligen-hilfe beim Evangelischen Hilfswerk. Das Evangelische Hilfswerk kümmert sich um Menschen in persönlichen Notlagen und besonderen sozialen Schwierigkeiten. Diese Menschen sind, wie viele in München, von den stark steigenden Preisen der letzten Monate bedroht und betroffen. Den OBacht-Leser*innen gibt sie einen Einblick in die Lebens-situation von Menschen ohne Wohnung in München.*

OBacht: Was ist der Unterschied zwischen Obdachlosigkeit und Wohnungslosigkeit?

Obdachlose Menschen wohnen tatsächlich auf der Straße. Sie haben kein Obdach. Um sie kümmern wir uns mit Streetworkern. Die Kolleg*innen gehen auf die Leute zu und versuchen, sie zu motivieren, in eine Einrichtung zu gehen oder sich zumindest einen sicheren Schlafplatz zu suchen. Wir kümmern uns auch um wohnungslose Menschen: Frauen, Männer, Familien.

Wenn eine Frau bei uns zum Beispiel im Frauenobdach KARLA51 wohnt, ist sie nicht mehr obdachlos. Aber wohnungslos ist sie nach wie vor, weil es sich um eine vorübergehende Unterbringung handelt.

OBacht: Wie bekommen diese Menschen Geld für das tägliche Leben?

Viele Obdachlose verdienen sich durch Flaschensammeln oder Betteln Geld. Aber Semmeln, Brezen und Getränke sind teurer geworden. Wenn man nicht an eine Einrichtung angebunden ist, ist

„Aber Semmeln, Brezen und Getränke sind teurer geworden. Wenn man nicht an eine Einrichtung angebunden ist, ist es wahnsinnig schwer, sein tägliches Essen zu beschaffen.“

es wahnsinnig schwer, sein tägliches Essen zu beschaffen. Deshalb ist es deutlich härter geworden, das Geld für lebenswichtige Dinge zu verdienen. Kleidung ist weniger das Problem. In München bekommt man diese an unterschiedlichen Stellen kostenlos. Es gibt auch Menschen, die arbeiten

und trotzdem auf der Straße leben. Am Lohn hat sich bisher noch nichts getan. Der Mindestlohn soll ja angehoben werden. Meist sind es aber keine regulären Arbeitsverhältnisse mit Arbeitsvertrag, Tarif und Pausen. Meist sind es Tagelöhner*innen, die am Ende des Tages bezahlt werden. Sie werden



Isabell Schmidhuber vom Evangelischen Hilfswerk kämpft täglich gegen Armut und gibt uns Einblicke in ihre Arbeit mit obdach- und wohnungslosen Menschen in München.

Fotos: Evangelisches Hilfswerk



Interview

aber oft hereingelegt und bekommen gar nichts für ihre Arbeit. Nicht selten müssen sich Obdachlose auch prostituieren – Männer wie Frauen. Das bedeutet: um Geld zu verdienen, verkaufen sie eine sexuelle Leistung, zum Beispiel Geschlechtsverkehr. Weil sie nicht wissen, wie sie sonst Geld verdienen können.

OBacht: Wie gelingt es Ihnen, den Menschen wieder ein Dach über dem Kopf zu verschaffen?

In München gibt es zunächst den Münchner Übernachtungsschutz. Das sind Schlafsäle, in denen Obdachlose schlafen können. Manche mögen das nicht: weil sie nicht mit Fremden zusammen schlafen wollen. Oder weil sie dort schon beklaut wurden. Manchmal fehlt auch einfach der 1 Euro für ein Vorhängeschloss für einen Spind.

Die Einrichtung Schiller 25 versucht alles, damit Obdachlose staatliche Leistungen erhalten. Damit sie einen sicheren Job bekommen und für ihre Arbeit entlohnt werden. Und es gibt Beratung. Hier geht es ums reine Überleben.

OBacht: Bekommen die Menschen auch staatliche Unterstützung?

Ein Großteil der Wohnungslosen lebt von Hartz IV (=4). Der Satz, also die finanzielle Unterstützung, ist überall in Deutschland gleich. Aber der reicht im teuren München leider nicht. Und jetzt steigen die Kosten bei Lebensmitteln und Strom und das macht den Leuten richtig Angst. Familien, deren Kinder jetzt in die Schule kommen, bekommen zur Einschulung eine Pauschale von 70 Euro. Das reicht für das von der Schule geforderte Material nicht. Markensachen

können davon schon gar nicht gekauft werden. Gerade für Mütter ist diese Situation sehr schwierig. Und manchmal wird das Kind damit in der 1. Klasse bereits ausgegrenzt.

Allerdings ist das 9-Euro-Ticket gerade ein großer Segen, aber das gibt's ja leider nur bis August.

OBacht: Was haben die Corona-Krise und der Krieg in der Ukraine mit der Lebenssituation von Menschen in München ausgelöst?

Die Menschen haben große Zukunftsorgen: Kann ich meinen Kindern noch etwas zu Essen kaufen oder haben wir am 20. des Monats kein Geld mehr? Der seelische Druck ist momentan immens. Für Menschen, die knapp über dem Hartz IV-Satz leben und darauf auch stolz sind, dass sie keine staatliche Hilfe beziehen müssen, ist es besonders schwer. Sie können vom Förderprogramm Teilhabe und Bildung nicht profitieren, weil sie eben gerade mit ihrem Einkommen ein bisschen oben drüber sind. Betroffene Familien versuchen natürlich, auch Geld auf die Seite zu legen. Aber das funktioniert momentan überhaupt nicht mehr. Das Gehalt wird völlig aufgefressen von der Teuerung. Bei vielen alleinstehenden, wohnungslosen Menschen hat Corona, und parallel dazu der Krieg, heftige psychische Krisen ausgelöst.

Vor der Pandemie hatten sie eine Tagesstruktur. Da gab es feste Anlaufstellen für unterschiedliche Tage. Das fiel auf einen Schlag weg und konnte nicht gleich wieder aufgebaut werden.

Oft fielen die Betroffenen in ein Loch und dann kam gleich der Krieg mit allen Bedrohungen. Die Bilder in den Medien waren auch sehr mächtig. Gerade bei Frauen war das deutlich spürbar.

OBacht: Ab wann sollte man sich nach Ihrer Erfahrung Hilfe holen?

Ganz viele Menschen haben jetzt schon eine Mieterhöhung bekommen. Dann werden noch Strom und Heizung teurer. Irgendwann kommt dann der Punkt, wo die Menschen vor lauter Angst keine Post mehr aufmachen oder Hilfe anfordern. Es gibt schon Hilfsmöglichkeiten: Fachstellen zur Vermeidung von Wohnungslosigkeit in den Sozialbürgerhäusern zum Beispiel oder auch die Beratungsstelle im Evangelischen Hilfswerk können helfen. Ich kann nur jedem raten, sich rechtzeitig bei einer Beratungsstelle zu melden, damit es überhaupt nicht soweit kommt.

OBacht: Vielen Dank für's Gespräch.

Tom Rausch



Foto: Evangelisches Hilfswerk

Die Münchner Tafel -

Ein Segen für manch einen Besucher

„Mein Name ist Philipp, ich bin Besucher der OBA und gehe zur Münchner Tafel. Seit etwa 10 Jahren. Die Mitarbeiter*innen dort sind sehr nett und ich freue mich immer, die Leute dort zu treffen. Ich gehe jede Woche am Donnerstag zur Tafel im Hasenberg. Das ist mir nicht unangenehm. Ist halt so.“ So erzählt unser ehrenamtlicher Mitarbeiter in einem Gespräch.



Philipp Aumer beim Gespräch mit der OBA: Die Zahl der Nutzer*innen der Münchner Tafel ist aktuell gestiegen. Philipp geht schon lange dorthin.

Und was gibt es dort bei der Tafel?

Tomaten, gelbe Rüben, Zwiebeln und viel anderes Gemüse, sogar Auberginen. Die mag Philipp nicht so gerne. Lieber nimmt er manchmal Wurst mit. Fleisch gibt es nur selten. Und meistens kann man sich auch Brot und Mehl und Joghurt umsonst mitnehmen. Seit Neuestem gibt es sogar ab und an kleine Blumensträuße, die in einem Supermarkt übriggeblieben sind. Philipp hilft auch manchmal selbst mit: Er gibt Acht, dass die Blumen gerecht verteilt werden.

Wer darf denn zur Tafel?

Philipp sagt, dass man ein Einkommen unter 1.200 Euro haben muss. Er bekommt Grundsicherung, eine kleine Rente und seine Miete wird vom Staat bezahlt. Zusätzlich trägt er Zeitungen aus und spart etwa 250 Euro, weil er zur Tafel geht. Er bezeichnet sich nicht

als arm, er kommt gut über die Runden. Viele aus seiner Straße gehen zur Tafel, auch Jüngere.

Wer also weniger als 1.200 Euro Einkommen hat, der kann mittwochs zwischen 14:00 und 15:30 Uhr unter dieser Nummer anrufen: 089 292250. Dann wird erklärt: Wie bekomme ich bei der Tafel kostenfrei Lebensmittel.

Philipps Tipp: Selbst kochen spart Geld! Das kann man in Kursen oder mit Freund*innen lernen. Philipp kocht gerne und kauft keine Fertigprodukte!

Vielen Dank für das offene und ehrliche Gespräch!

Conny Bliemel



FOTO: OBA



Welche Auswirkungen hat der Krieg in der Ukraine auf die Menschen in Deutschland? Zum Beispiel: Viele Dinge wurden teurer. Das trifft nicht jede*n gleich hart. Menschen mit Behinderung gehören aber zu den stark Betroffenen, denn: Sie sind besonders oft von Armut bedroht¹.

Wir haben uns umgehört.

Person 1:

„Ich bemerke schon einen großen Unterschied, weil ich viel unterwegs bin. Zum Beispiel in Cafés. Das ist mir vor allem nach dem Lockdown im Frühjahr aufgefallen. Bei Rischart muss ich für Cappuccino und Kuchen jetzt mehr als 10 Euro bezahlen. Aber auch meine Lieblingszeitschrift ist sehr viel teurer geworden.“

Da ich gut mit meinem Geld umgehen kann, plane ich selbst immer wieder neu, was ich mir leisten kann. Je nachdem wie viel Geld ich gerade zur Verfügung habe.

Ich lebe auch in einer Wohngruppe. Da habe ich aber bisher keine Veränderungen bemerkt. Die Mitarbeiter*innen reden mit uns nicht über solche Geldfragen.

¹ vgl. 6. Armuts- und Reichtumsbericht

Person 2:

„Man merkt die hohen Preise sofort im Geldbeutel! – Unter 50 Euro für den Wochen-einkauf geht es nicht mehr.“

Mein Tipp: ich mache mir Einkaufslisten und kaufe nur das, was auf der Liste steht. Und ich schau besonders auf Angebote.



Ich will aber auch einen Brief an den Bundeskanzler schreiben. Dass ein Teil der Menschen in Deutschland Geld als Unterstützung bekommt und ein Teil nicht (Anmerkung der Redaktion: hier ist die Energiepauschale von 300 Euro für Beschäftigte gemeint), obwohl alle unter den hohen Preisen für Heizung und Strom leiden, das geht nicht! Da müssen wir alle Druck machen!“

Hannah Fröhler

FOTO: Adobe Stock

Ich brauche Unterstützung!

Wir haben verschiedene

Adressen und Beratungsstellen

gesammelt, die in diesen Zeiten hilfreich sein können:



Nahrungsmittel

Münchner Tafel

mittwochs zwischen 14:00 und 15:30 Uhr anrufen unter: 089 - 29 22-50

Nachbarschafts-treff Giesing

Pöllat • pavillon, Neuschwanstein • platz

Überdachter Schrank mit guten, kostenlosen Lebensmitteln

EineWeltHaus, Schwanthalerstr. 80: Kühlschränke mit Lebensmitteln zum Mitnehmen:

9:00 – 21:00 Uhr geöffnet.

Er steht im 1. Stock des Hauses.

Bitte nur kleine Mengen mitnehmen, damit für alle etwas bleibt.

Gebrauchsgegenstände:

Kaufhaus diakonia secondhand

Dachauerstr. 192, 80992 München, Telefon: 089 - 12 15 95 15:

Geschirr, Möbel, Kleidung, Elektrogeräte und vieles mehr.

Weißer Rabe

Landsberger Str. 146, 80339 München, Telefon: 089 - 88 94 93-0:

Geschirr, Möbel und sehr günstige und gut erhaltene Kleidung (das wurde erst vor kurzem getestet.)

Wenn Sie Fragen zu den einzelnen Bereichen haben, können Sie gerne zunächst in der Beratung der OBA anrufen!

FOTOS: Adobe Stock

Energiekosten:

Die Kosten für Strom und Gas steigen: Wer alleine wohnt und wenig Geld hat, kann eine kostenlose Energieberatung und energiesparende Hilfsmittel erhalten:

Zum Beispiel bei:

Caritas München Stromspar-Check

Lüdersstr. 10, 81737 München

Telefon: 089 - 67 82 02-70

E-Mail: stromspar-check@caritasmuenchen.de

In München gibt es aktuell einen **Stromkosten-zuschuss für Personen mit wenig Einkommen (beim zuständigen Sozialbürgerhaus).**

Kultur

Der Verein **Kultur-Raum** vergibt Karten für **Theater, Konzerte, Kino und Museum**. Für Menschen mit wenig Einkommen sind diese Karten meist kostenfrei. Eine Anmeldung als Kultur-Gast ist notwendig:

Telefon: 089 - 55 26 71-83

www.kulturraum-muenchen.de/leichte-sprache

Weitere Tipps zum Sparen stehen in dem Heft **Günstiger leben in München.**

Dieses Heft gibt es in der Beratung der OBA. Darin gibt es auch viele weitere Adressen für Essensausgaben, Kleidung und vieles mehr!

Geld und Schulden, Rente

Evangelisches Hilfswerk Schuldnerberatung

im Osten Münchens,

Telefon: 089 - 18 90 47 66-0

Rotes Kreuz Schuldnerberatung -

Auskünfte darüber erhalten Sie unter:

Telefon: 089 - 23 73-343

Ersttermin in der Allgemeinen Sozialen Beratung in einem Caritas-Zentrum in Wohnortnähe.

Telefon: 089 - 23 11 49-30

Eine telefonische Kurzberatung ist ohne Termin jederzeit möglich.

Verbraucherzentrale:

nahe Goetheplatz, Beratung zu verschiedenen Themen.

Telefon: 089 - 55 27 94-0

Versicherungsamt der Stadt München:

Dort kann man sich über die Rente beraten lassen.

Kreisverwaltungsreferat

Rupperstraße 11

Telefon: 089 - 23 34 41-57



Versorger im Viertel bleiben

Sehr oft radel ich in der Blütenburgstraße an der Konditorei/Bäckerei Kahn vorbei. Und frage mich, wie lange die Breze noch 85 Cent kosten kann?

Darauf und auf andere Fragen habe ich von den Konditoren Johann und Maximilian Kahn Antworten bekommen:

Momentan ist die Situation schwierig. Denn alle Rohstoffe sind teurer geworden: Das Mehl zum Backen, die Früchte für die Kuchen, die Butter und der Käse für die Butterbrezn und die Käsesemmel. Die Löhne für die Angestellten sind gestiegen: Das ist wichtig für diese Leute, aber muss von der Familie Kahn auch erwirtschaftet werden.

Gleichzeitig finden sie nur noch ganz schwer Mitarbeiter*innen. Dabei sind die Arbeitszeiten gut: von 6:00 Uhr bis 15:00 Uhr.

Und der größte Posten sind die Energiekosten: Pro Monat wird die Konditorei/Bäckerei (nach jetzigem Stand) über 6.000 Euro aufbringen müssen! Das ist wirklich sehr, sehr viel Geld für den Ofen und die Kühlung.



Johann und Maximilian Kahn in ihrer Bäckerei/Konditorei in der Blütenburgstraße in München. Unterkriegen lassen sie sich nicht. Sie wollen auch in Zukunft gute Backwaren für ihre Kund*innen verkaufen.

Deshalb ist es sehr verständlich, wenn die Brezn bald nochmal teurer wird. Und vielleicht bald mehr als 1 Euro kosten muss. Damit es sich rentiert für eine kleine Konditorei und Bäckerei.

Maximilian Kahn (der Jüngere) hat schon Pläne geschmiedet für die Zukunft. Er sagt, **„Es geht immer weiter, wenn auch vielleicht anders als gedacht!“ Und er fügt hinzu, dass Probleme für ihn da sind, um gelöst zu werden.**

Johann Kahn (der Ältere) erklärt, dass die Zeiten schon schwierig sind, auch weil die Banken kleinen Betrieben nicht sehr gerne Geld leihen. Aber gleichzeitig hofft er drauf, dass das Ganze etwas Gutes hat: **„Vielleicht werden die Leut etwas demütiger und schätzen den Wert einer guten Brezn wieder mehr.“**

Conny Bliemel

FOTO: OBA

WAS GEHT?

*In Zeiten wie diesen, in denen viel passiert. Sich vieles verändert. Menschen mit schwierigen Situationen zu kämpfen haben. Selbst dann gibt es kreative Licht•blicke: Ideen, sich das Leben ein klein wenig leichter zu machen. Die Redakteur*innen der Was geht!-Redaktion haben für Sie einige Licht•blicke gesammelt.*



Nachts im Zug

Ich heiße **Alex G.** und ich gebe Ihnen heute einen tollen **Reisetipp**. Die Reise kostet nicht viel und ist ein Abenteuer.

Ich bin mit dem Zug in die Niederlande gefahren – in die Hauptstadt **Amsterdam**. Der Zug fährt abends um 22:50 Uhr in München los und man ist morgens um 9:00 Uhr in Amsterdam. Das Coole – in dem Zug gibt es Betten, in denen man während der Nacht schlafen kann. In der Früh gibt es noch ein kleines Frühstück im Zug.

Ich kann diese Reise auf jeden Fall sehr empfehlen.



FOTO: Kathrin Hettich

Einfach mal helfen und freundlich sein

Hallo, ich bin **Alex E.** Ich wohne in Giesing und stehe immer sehr früh auf. Unter meiner Wohnung ist ein **Café**. Ich kenne die Leute dort gut. Jeden Morgen stelle ich für die nette Verkäuferin alle Tische und Stühle vor dem Café auf. Dafür macht sie mir einen **leckeren und großen Kaffee**. Für alle eine gute Sache. Ich freue mich jeden Morgen auf ein **nettes Gespräch**, gebraucht zu werden und auf den heißen Kaffee. **Helfen auch Sie!**

Kunterbunt, wie die Was-geht!-Redaktion ist die Wand, vor der die 3 Redaktions•mitglieder posieren.



In Gedenken an unseren verstorbenen Freund Alex E. Auf dem Foto: rechts



Kathrin tauscht Kleidung und Gegenstände. Das schont nicht nur die Umwelt, sondern auch den Geld•beutel. Und das macht richtig gute Laune.

Tausch Dich glücklich

Mein Name ist **Kathrin** und ich gebe Ihnen den ultimativen Tipp weiter - **Klamotten-Tausch•parties**.

Sie laden Freund*innen ein und alle bringen mindestens 3 Kleidungs•stücke mit, die sie oder er nicht mehr anzieht. Auch Gegenstände sind erlaubt. Was hier nicht mehr gefällt, findet als neues **Lieblings•stück** vielleicht ein anderes Zuhause.

FOTOS: Kathrin Hettich, Adobe Stock

Nix geht ohne Couscous

Mein Name ist **Juli** und ich bin die Chef•redakteurin von Was geht!. Mein bester Tipp ist **Couscous** in allen Varianten. 500g kosten ca. 1 Euro. Couscous in eine Schüssel geben und mit heißem Wasser übergießen. Warm, kalt, mit Karotten, Zucchini, Gurke, Tomaten, Paprika, Kürbis, Kicher•erbsen, mit Joghurt•soße, scharf oder mild, mit Kräutern, mit Butter oder Olivenöl ... **alles ist möglich**. Ich bewahre den fertigen Couscous in Gläsern mit Schraub•verschluss auf. **Auf jeden Fall lecker und kostet wenig.**



Leckere Couscous•gerichte in Gläsern. Praktisch fürs Büro, zum Mitnehmen oder das nächste Picknick.

Was geht bei Ihnen?

Machen Sie mit bei Was geht!

Wir brauchen:

- Fotograf*innen
- Welt•versther*innen
- Kreative Köpfe
- Schreiberlinge und Maler*innen
- Models

Haben auch Sie was zu sagen?

Melden Sie sich bei unserer Chef•redakteurin **Juli** j.herrmann@gll-muenchen.de oder unter **089 - 890 55 98 - 15**.

Wir treffen uns 1 mal im Monat im Büro von Gemeinsam Leben Lernen e. V. (GLL).



Juli Herrmann, die Chef•redakteurin von Was geht!

FOTOS: Kathrin Hettich, Adobe Stock

Inflation und das Kult9



Lebensmittel-preise sind extrem gestiegen, zum Beispiel Gemüse und Salat um 35 %, Fleisch um 50 %. Unser Hauswirtschafter Sun muss jetzt sehr genau planen, um preiswerte und gute Lebensmittel ein-zu-kaufen. Auch Getränke wurden teurer und jetzt muss auch die Lieferung an sich bezahlt werden.

Das bedeutet: wir müssen viel rechnen: Denn, bei den Speisen ist es nicht mehr möglich, die Kosten durch den Verkauf zu decken. Das muss über Getränke-verkauf und höhere Preise bei Kult9-Veranstaltungen ausgeglichen werden.

Höhere Besucher-zahlen und damit mehr Verkauf von Speisen würden helfen, das lässt sich aber schwer planen. Aber, der Zuschuss der Stadt München reicht leider nicht mehr, um langfristig die niedrigen Preise zu halten.

Trotzdem bleiben die Kult9-Preise im Café wie sie sind. Solange es geht.

Oliver Gründel

Getränke-tafel im Café vom Kult9. Hier sind und bleiben die Preise noch günstig. So lange es geht.

ALKOHOL-FREI		
Wasser	0,5l	1,00 €
Poulaner Spezi	0,5l	1,50 €
Limonade Orange / Zitrone	0,5l	1,50 €
Coca Cola	0,33l	1,50 €
Coke Zero	0,33l	1,50 €
Wolfra Saft Apfel/Orange/Maracuja/kirsche/Traube	0,2l	1,00 €
Saft-Schorle	0,4l	1,50 €

Vielleicht haben Sie auch ein Thema, das Sie gerne im OBacht lesen möchten?

Dann melden Sie sich bei Kathrin Horn:
k.horn@oba-muenchen.de oder **089 - 12 66 11- 52**



Wir suchen Sie! Sie sind

**Sozial-pädagog*in
Verwaltungs-fach-kraft
Hausmeister*in**

**Werden Sie Teil unseres
Teams mitten in München!**

Alle Details zu den
Stellenausschreibungen
finden Sie auf
www.oba-muenchen.de.



Beg Spo OBA

**Praktikum
gesucht?
Praktikum
bei der OBA
für Menschen
mit und ohne
Behinderung**

Wir bieten verschiedene Formen von Praktikums-plätzen an: im Rahmen einer Schul-ausbildung, vom Studium oder einer ähnlichen. Der Zeit-raum kann 1 Woche sein oder auch 1 Jahr – je nach Bedarf.

**Haben Sie Fragen zum Praktikum?
Kommen Sie aus einem anderen Fach-bereich und interessieren sich für ein Praktikum?**

Dann wenden Sie sich an Kristin Kockro unter k.kockro@oba-muenchen.de oder informieren sich auf www.oba-muenchen.de.



FOTOS: Adobe Stock, OBA, privat

FOTOS: OBA, Adobe Stock

Kirchen•rat Klaus Schmucker im wohlverdienten Ruhestand



Nach 22 Jahren gibt es einen Leitungs•wechsel bei den Evangelischen Diensten München. Seit 1995 ist die OBA eine eigenständige Einrichtung der evangelischen Kirche in München. Seit 1999 ist sie eine von 23 sozialen Einrichtungen der Kirche, die innerhalb der Evangelischen Dienste München zusammen•gefasst sind. Der Leiter dieser Dienste war seither Kirchen•rat Klaus Schmucker. Zum 31. Mai 2022 verabschiedete er sich in den Ruhestand.

Mit christlicher Haltung Teil der Münchner Stadt•gesellschaft und der Land•kreise drum herum sein, so leitete er seine Dienste.

Hinsehen, was die Menschen brauchen, was in schwierigen Lebens•situationen nötig ist und dabei den Kreis nie zu klein ziehen. Das war und ist sein Anspruch. Wir haben Kirchen•rat Schmucker in der OBA auch immer wieder erlebt.

Es gab gemeinsame Gottesdienste, manchmal auch verbunden mit Einführungen und Verabschiedungen von Mitarbeiter*innen. Zuletzt hat er einen Vortrag zum Umgang mit der eigenen Lebens•zeit im Kult9 gehalten.

Wir danken Klaus Schmucker für alle Unterstützung und die gute Zusammenarbeit und wünschen ihm Gottes Segen für den Ruhestand.

FOTOS: Evang.-Luth. Dekanatsbezirk Muenchen



Dr. Barbara Pühl wird neue Leiterin der Evangelischen Dienste

Am 1. Juli 2022 trat Kirchen•rätin Dr. Barbara Pühl ihr neues Amt an. „Ich freue mich über das in mich gesetzte Vertrauen und auf mein neues Aufgaben•gebiet. Die unterschiedlichen Einrichtungen der Evangelischen Dienste München bilden ein breites Spektrum kirchlicher Arbeit ab, das mir persönlich sehr am Herzen liegt“, sagte sie zu Dienst•beginn.

Seit 2017 hatte die ordinierte Pfarrerin die Stelle für Chancen•gerechtigkeit bei der Bayerischen Landeskirche inne. Zudem leitete sie die Fach•stelle für den Umgang mit sexualisierter Gewalt.

Davor war sie Religions•lehrerin am SchulCentrum Augustinum in München und bis 2015 wissenschaftliche Mitarbeiterin an der Evangelisch-Theologischen Fakultät am Lehrstuhl Religions•pädagogik der Ludwig-Maximilians-Universität.

Ab 1996 führte sie das Studium der Evangelischen Theologie nach Neuen-dettelsau, Marburg, Wien und Berlin. Ihr Vikariat machte die Pfarrerin in den fränkischen Gemeinden Bad Staffelstein und Herreth.

Wir freuen uns auf die Zusammen•arbeit und wünschen Frau Dr. Pühl Gottes gutes Geleit beim Start in die neue Tätigkeit.

Tom Rausch

Die Politik-wissenschaftlerin
Hannah Fröhler verstärkt
seit 15. Mai 2022 den Bereich
Politische Bildung der OBA.



Hannah

Ich mache seit Mitte Mai 2022 die Politische Bildung in der OBA. Dabei arbeite ich mit Kathrin Horn zusammen.

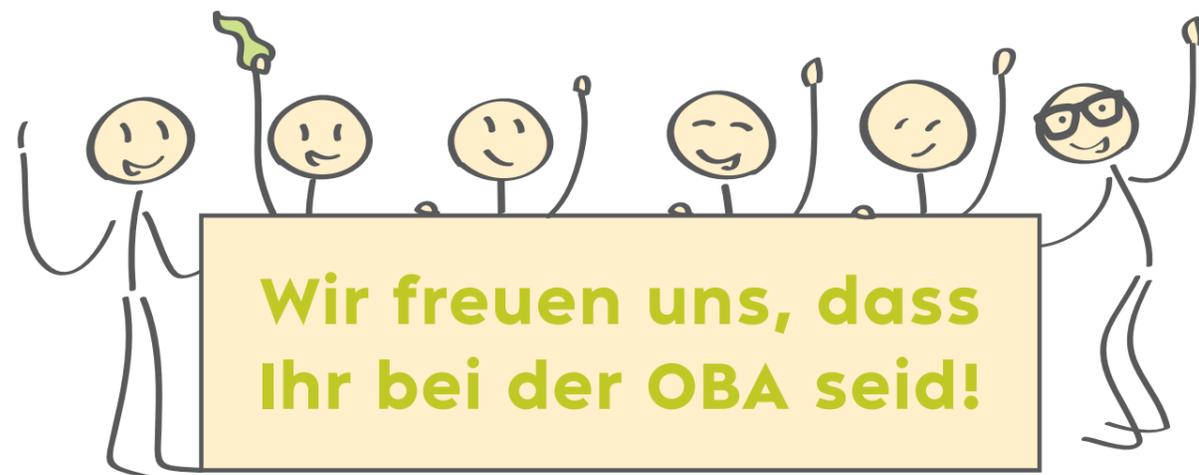
Ich habe Politik-wissenschaft studiert. Mit dem Studium bin ich dieses Jahr fertig geworden. Dabei habe ich immer wieder zu Politik mit und für Menschen mit Behinderungen geforscht. Ich habe zum Beispiel untersucht, was die Bundes-regierung gemacht hat, um Frauen mit Behinderung vor Gewalt zu schützen. In meiner Abschluss-arbeit wollte ich herausfinden, welche Hindernisse der politischen Mitbestimmung von Menschen mit Lern-schwierigkeiten im Weg stehen. Bei der Forschung habe ich mit Menschen mit Behinderung zusammen-gearbeitet.

Bei der Abschluss-arbeit war mir wichtig, dass Menschen mit Behinderung mitbestimmen, in welche Richtung die Forschung geht.

Mitbestimmung ist mir auch bei der Politischen Bildung wichtig: Ich will gern von den politischen Themen und Ideen, die Menschen mit Behinderung mitbringen, lernen. Dabei versuche ich, die Meinungs-bildung und Interessens-vertretung mit meinen Fähigkeiten zu unterstützen.

Themen, die mich gerade besonders interessieren: Arbeit, politische Mitbestimmung und Geschlechts-identität.

Ich freue mich darauf, viele von Ihnen beim politischen Bildungs-angebot zu treffen!



Magdalena Lenker und
Carolyn Lehmann sind für den
neuen Bereich Evangelische
Jugend-arbeit zuständig.



Magdalena

Grüß Euch Gott, alle miteinander, ich heiße Magdalena Lenker und bin seit dem 1. Juli 2022 für inklusive evangelische Jugend-arbeit zuständig. Das mache ich gemeinsam mit Caro Lehmann.

2008 bin ich nach München gezogen, um zu studieren und um meine Doktor-arbeit zu schreiben. Meine Schwester hat eine Behinderung und ich habe mich für Andere, die auch Geschwister mit Behinderung haben, engagiert. Ich habe auch verschiedene Veranstaltungen organisiert. Zum Beispiel Science Slams und das Festival StuStaCulum in der Studenten-stadt. Dort habe ich auch gewohnt. Und meinen Ehemann kennengelernt. Wir haben mittlerweile eine kleine Tochter. Aktuell engagiere ich mich in unserer Kirchen-gemeinde und gestalte unter anderem Familien-gottes-dienste. Zuletzt habe ich in der Bildungs- und Erholungs-stätte Langau gearbeitet. Ich war für den Teilhabebereich zuständig und habe Freizeiten für Menschen mit Behinderung und ihre Angehörigen begleitet.

Nun freue ich mich sehr für die OBA arbeiten zu dürfen und bin gespannt auf die neuen Herausforderungen.

Carolyn

Ich heiße Carolyn Lehmann (26 Jahre jung) und bin seit dem 1. Juli 2022 in der OBA angestellt. Zusammen mit Magdalena Lenker bin ich für die inklusive evangelische Jugend-arbeit zuständig.

2017 begann mein Studium der Sozialen Arbeit an der Hochschule München (Pasing). Mein Vor-praktikum habe ich in der OBA gemacht. Hier habe ich auch im Offenen Betrieb mit-gearbeitet und durfte auf Reisen mit-fahren. Nach meinem Studium habe ich 1 Jahr im stationären Bereich mit Kindern und Jugendlichen zwischen 5 und 15 Jahren gearbeitet. Als ich Konfirmandin war, habe ich mit ehrenamtlicher Arbeit in meiner Gemeinde angefangen. Seit meinem Grund-kurs 2014 bin ich ehrenamtlich in der Evangelischen Jugend München (EJM), Region Nord, tätig. Mit meiner neuen Stelle hier kann ich meine bisherigen Erfahrungen in der OBA mit der evangelischen Jugend-arbeit verbinden. Unser Ziel ist es, die Angebote der EJM noch inklusiver und offener zu gestalten. Ich bin freudig gespannt darauf, wie wir den Weg bis zum Ziel gestalten und entwickeln.

Ich freue mich auf viele neue Erfahrungen, Bekanntschaften, gemeinsame Treffen und Aktivitäten!



Abschied vom Friseur•salon

Seit 2008 war Gerty Rosenstatter bei der OBA tätig. Sie ist Friseur•meisterin mit eigenem Salon in München. Vor der Corona-Pandemie hat sie alle 2 Monate im OBA-Friseur•salon Menschen mit Behinderung kostenfrei die Haare geschnitten. Gerty wurde dabei tatkräftig von Claudia Hedewig unterstützt. Leider haben beide im Juni ihr Ehrenamt beendet.

Wir bedanken uns ganz herzlich für eure Unterstützung, liebe Gerty und Claudia!



Gerty Rosenstatter sagt Auf Wiedersehen – nach 24 Jahren ehrenamtlichem Engagement in der OBA! Da gibt es Abschieds•blumen von der stellvertretenden Leitung Conny Bliemel.

Wir sagen Servus! Unser Hausmeister Hanno verabschiedet sich in den wohlverdienten Ruhestand.



Auf Wiedersehen Hanno!

Hanno Dingerkus war seit Dezember 2019 der Hausmeister der OBA. Seit Juli ist er im verdienten Ruhestand.

Als Schreiner•meister hat er sehr fachmännisch und ideenreich einen wichtigen Beitrag für ein schönes und gut funktionierendes Kult9 und intakte Fahrzeuge geleistet.

Wir danken Hanno dafür und wünschen ihm für seinen neuen Lebens•abschnitt viel Freude, Gesundheit und Gottes Segen.



FOTOS: OBA, privat, Instagram Kanal Screenshot, Adobe Stock



Dringen oder draußen an der frischen Luft. Yoga ist für Geist und Körper immer gut.



Kathy Mörth arbeitet bei der OBA. In ihrer Freizeit gibt sie Yoga•kurse. Vielleicht auch für Sie?

Anfragen unter: Kathy Mörth,
089 - 12 66 11-55
k.moerth@oba-muenchen.de
Kosten: keine

„Man kann den Wert von Yoga nicht beschreiben, man muss ihn erfahren“

So sagte der Yoga•lehrer B.K.S. Iyengar.

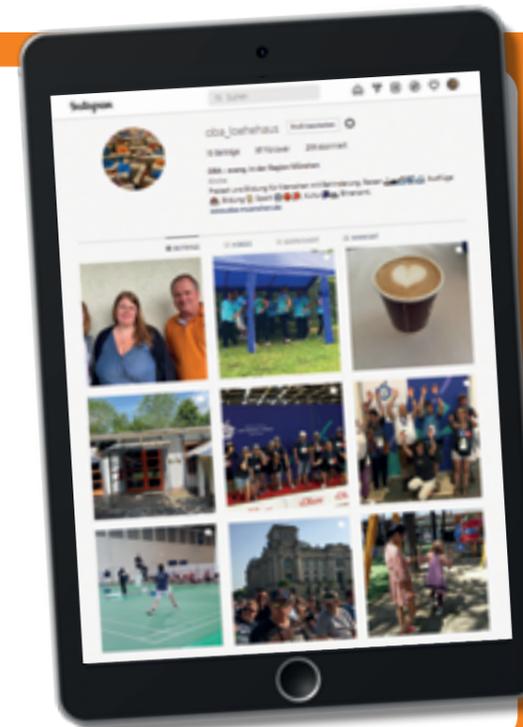
Sie denken bei Yoga an Dehn•übungen und Verrenkungen? Yoga ist viel mehr. Wir üben sogenannte Asanas (Körper•haltungen) und trainieren den Atem. Das beruhigt die Gedanken und fördert Achtsamkeit und Gesundheit. Anfang 2022 habe ich die Ausbildung zur Yoga•lehrerin am Yoga•institut München gemacht. Nun bin ich im 2. Ausbildungs•jahr. Und: Jede*r kann Yoga. Der Sport passt sich den Menschen an, zum Beispiel durch Asanas im Sitzen. **Möchten Sie Yoga erfahren? Ich komme gerne in Ihre Gruppe, Club, ...**



oba_loehehaus

Facebook, YouTube ... Instagram. Ende Mai 2022 war es endlich soweit: Die OBA hat ihren Instagram-Kanal gestartet. Hier geben wir Einblicke in unsere Arbeit für und mit Menschen mit Behinderung. Unsere Themen sind Inklusion, Freizeit, Reisen, Sport, Ehrenamt, Vielfalt, Unterschiede und Gemeinsamkeiten und vieles mehr.

Wir freuen uns, wenn Sie unseren Instagram-Kanal abonnieren. Und unsere Beiträge fleißig liken 👍, uns verlinken und unsere Beiträge weiter•verbreiten ❤️ und uns sichtbar machen.



Mitbestimmung in der OBA

Die Mitbestimmung hat in der OBA eine lange Tradition. Zunächst waren es Ehrenamtliche und Angehörige. Bereits seit Mitte der 90er Jahre sind auch Menschen mit Behinderung in unseren Gremien vertreten. Gott sei Dank!

In den Beiräten geht es um konzeptionelle Fragen und die Ausrichtungen der OBA, der Clubs sowie unseres Stadt•teil•zentrums Kult9.

Die Anliegen aller Beteiligten sollen eingebracht und gehört werden. Gleichzeitig findet eine Weiterentwicklung unserer Angebote statt. Daran beteiligen sich Besucher*innen, Ehrenamtliche, Angehörige sowie Hauptberufliche.

Alle 4 Jahre werden die Beiräte neu gewählt.
Vom 17.1.2023 bis 11.2.2023 kann wieder gewählt werden.



Am
11.2.2023 findet
eine Wahl•party im
Kult9 statt. Wir geben
die Ergebnisse
bekannt und stoßen
gemeinsam an.

? Wie werden die Beiräte gewählt?

- Die Mitglieder für Kult9- und OBA-Beirat werden im Kult9 gewählt.
- Die Mitglieder für den Beirat Clubs werden in den Clubs gewählt.
- Die Termine werden rechtzeitig bekannt•gegeben.
- Die Vertreter*innen der Ehrenamtlichen werden per Briefwahl gewählt.
- Die der Angehörigen werden vom OBA-Beirat nach der 1. Sitzung berufen. Die Haupt•beruflichen entsenden 1 Person aus ihrer Mitte.

FOTOS: Adobe Stock

Beirat OBA Im OBA-Beirat geht es um die Einrichtung als Ganzes. Die Mitglieder werden über alle Entwicklungen der verschiedenen Bereiche informiert. Es findet ein Austausch zu wichtigen Fragen statt und die Ergebnisse werden in die Tat umgesetzt.

Mit der neuen Wahl•periode 2023-2027 gibt es eine Neuerung: Der Beirat wird um je 1 Mitglied aus den Beiräten Clubs und Kult9 sowie einem aus dem Sport-Vorstand der OBA-Sportgemeinschaft erweitert. Dann können unsere Besucher*innen und Teilnehmer*innen noch mehr mit•entscheiden und mit•gestalten.

Beirat Clubs 3-4 mal im Jahr treffen sich die Mitglieder zum Austausch und um Ideen für das Programm zu sammeln. Es wird über Aktuelles aus der OBA berichtet und abgestimmt.

Die Wahl wird von den Freiwilligen Sozialen Helfer*innen (FSH) im jeweiligen Club unterstützt. Für 2023 wird es eine neue Zusammensetzung im Beirat geben. Im September werden die Teilnehmer*innen bei der Sitzung informiert und können abstimmen.

Beirat Kult9 Der Beirat Kult9 ist ein Beratungs- und Arbeits•gremium. Er stellt sicher, dass Besucher*innen und Teilnehmer*innen der Angebote an der Gestaltung der Inhalte und an den Entwicklungen des Stadt•teil•zentrums unmittelbar beteiligt sind.

Wir suchen Sie!

- Von September bis November 2022 werden Kandidat*innen gesucht. Sowohl Teilnehmer*innen, Ehrenamtliche und Angehörige.
- Bitte überlegen Sie selbst – oder fragen Sie Menschen, die Sie für geeignet halten.

Ich bestimme mit!



Der **Familien•treff** ist 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.

Ansprech•personen: **Brigitte Troßmann, Kathy Mörth**



Die **Kinder- und Jugend•arbeit** bietet ein vielseitiges und attraktives Freizeit•programm für junge Leute mit und ohne Behinderung: Jugend•gruppe, After-Work-Treff, Disco, Wochen•end•fahrten und Reisen. Kinder 7 – 12, Jugendliche 13 – 17, junge Erwachsene 18 – 25

Ansprech•person: **Simon Dettweiler**



In den **Senioren•treffs** gestalten Menschen mit Behinderung ab 50 Jahren, die nicht mehr oder in Teilzeit arbeiten, ihre Freizeit gemeinsam. In allen Senioren•angeboten sind wieder Plätze frei! Bei Interesse bitte anmelden!

Ansprech•person: **Kristin Kockro**



Die **OBA-Clubs** sind abendliche Freizeit•treffs für Erwachsene mit und ohne Behinderung. Sie finden wöchentlich in Kirchengemeinden des Evang.-Luth. Dekanats•bezirks München statt.

Ansprech•person: **Kathy Mörth**

Perlacher Club: Dienstag, 18:00 – 20:00 Uhr, Theodor-Heuss-Platz 5

Mittwochs•club: Mittwoch, 18:00 – 20:00 Uhr, Helene-Mayer-Ring 25

Fürstenrieder Club: Mittwoch, 18:30 – 20:30 Uhr, Walliser Straße 11

Pullach-Sollner-Club: Donnerstag, 18:00 – 20:00 Uhr, Jakobusplatz 1

Neuaubinger Club: Donnerstag, 18:30 – 20:30, Limesstraße 85a



Der **Kultur•bereich** bietet Kunst, Musik, Theater, Tanz oder Ausflüge: Ein vielseitiges und abwechslungs•reiches Angebot für Menschen mit und ohne Behinderung.

Ansprech•person: **Andrea Strobl**



Der **Bildungs•bereich** bietet kulturelle und musische Bildungs•veranstaltungen und -kurse für Menschen mit und ohne Behinderung. Gemeinsames Lernen mit Spaß und mit allen Sinnen steht dabei im Vordergrund.

Ansprech•person: **Andrea Strobl**



Politische Bildungs•arbeit 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 Behinderen•beirat der Stadt München oder im Rahmen von Veranstaltungen.

Ansprech•personen: **Hannah Fröhler, Kathrin Horn**



Der Bereich **Begegnung** ermöglicht Freizeit•gestaltung, Kontakte und Freundschaften zwischen Menschen mit und ohne Behinderung.

Ansprech•person: **Kathy Mörth**



Beratung unterstützt Menschen mit Behinderung und deren Angehörige in schwierigen Lebens•phasen. Bei der persönlichen Lebens•planung. Bei der Lösung von Konflikten. Bei der Beantragung von Leistungen und Beschaffung von Informationen.

Ansprech•personen: **Conny Bliemel, Jens Fülle**



Sport macht Spaß und hält fit! Es gibt regelmäßige Sportangebote in verschiedenen Sportarten und Tagesveranstaltungen, z.B. Ausflüge und Turniere. Für Kinder, Jugendliche und Erwachsene mit und ohne Behinderung.

Ansprechperson: **Jens Fülle**

Fußball West: Mittwoch, 17:30 – 19:00 Uhr, Kinderzentrum München, Heiglhofstraße 65

Fußball Süd: Montag, 17:15 – 19:00 Uhr, Kinderzentrum München, Heiglhofstraße 65

Spiel und Sport: Freitag, 18:00 – 19:00 Uhr, Mittelschule Toni-Pfülf-Straße 30

Spiel und Sport Gräfelfing: Mittwoch, 18:30 – 20:00 Uhr, Grundschule

Schulstraße 2, 82116 Gräfelfing

Tischtennis: Donnerstag, 18:00 – 19:45 Uhr, Sportraum im Löhe Haus

Basketball: Freitag, 18:00 – 19:30 Uhr, Kinderzentrum München, Heiglhofstraße 65

Badminton: Mittwoch, 20:00 – 21:00 Uhr, Grundschule Schulstraße 2, 82116 Gräfelfing

Kegeln: Dienstag, 19:00 – 21:00 Uhr, Kegelbahn Café Westend, Ganghoferstraße 50

Tennis: Unser Kooperationspartner TSV Gräfelfing bietet 1 Mal pro Woche ein

Tennis-training an. Im Sommer und im Winter findet jeweils 1 Kurs statt.



Sport verein(t) arbeitet eng mit Sportvereinen aus der Region München zusammen. So entstehen neue Sportangebote für

Sportler*innen mit und ohne Behinderung. Sport verein(t) vermittelt Sportler*innen mit Behinderung in die Sportangebote der Vereine vor Ort.

Ansprechperson: **Jens Fülle**



Seit Gründung der OBA engagieren sich hier ehrenamtliche Mitarbeiter*innen mit und ohne Behinderung. Die Vielfalt und Vielzahl der Angebote ist nur durch dieses Engagement möglich. Ehrenamtliche Mitarbeiter*innen werden von pädagogischen Fachkräften begleitet, nehmen an Fortbildungen teil und können mitgestalten.

Ansprechperson: **Brigitte Troßmann**

Unser aktuelles Fortbildungsprogramm finden Sie im Download-Bereich unserer Website. Das neue Programm für 2023 ist im Lauf des Dezembers als PDF verfügbar.



Oldtimer-Rausfahrt

Samstag, 8. Oktober,

9:30 – 17:00 Uhr

Diese Rausfahrt geht mit Oldtimern und Youngtimern in die Münchner Umgebung. Der Ausflug findet bei jedem Wetter statt.

Bitte anmelden bis

28. September!

Wichtige Hinweise: Nur begrenzte Teilnehmerzahl möglich! Wer keinen Platz hat, wird informiert.

Ansprechperson und Leitung:

Andrea Strobl

089 - 12 66 11- 45

Kosten 25 EUR für Fahrt und Verpflegung

Treffpunkt: Kult9 im Löhe Haus um 9:30 Uhr

Rückkehr: ca. 17:00 Uhr am Löhe Haus



Rückenfitkurs

Dienstag, 19:00 – 20:30 Uhr

Verspannungen lösen durch einfache Übungen. Rückenmuskeln aufbauen. Beweglichkeit verbessern. Gleichgewicht trainieren.

Bitte anmelden!

Wichtige Hinweise: Sie brauchen keine Vorkenntnisse. Bitte bequeme Kleidung anziehen.

Ort: Kult9 im Löhe Haus

Ansprechperson: Andrea Strobl

089 - 12 66 11- 45

Leitung: Barbara Muski

Kosten: für 10 Abende 80 EUR, Ehrenamtliche im Kult9: 35 EUR, Teilnehmer*innen mit Behinderung: 40 EUR

Besuch der Burg Schwaneck (Pullach): Kaffee, Zucker, Kolonialismus



Samstag, 22. Oktober, 10:00 Uhr – ca. 15:00 Uhr

Wir besuchen die Burg Schwaneck in Pullach. Dieser Ort hat eine lange und interessante Geschichte. In der heutigen Zeit ist die Burg eine Jugend • bildungs • stätte vom Kreisjugendring München Land. Eine Referentin führt uns durch die Burg und erzählt uns von Menschen, deren Weg sie früher auf die Burg geführt hat. Und sie erklärt uns, was dieser Ort mit den Themen Kaffee, Zucker und Kolonialismus zu tun hat. Es wird auf jeden Fall spannend. Wir werden gemeinsam auf der Burg mittagessen.

Der Besuch vor Ort dauert ca. von 11:00 Uhr bis 14:00 Uhr.



Bitte anmelden!
Wer möchte, kann eigenständig zur Burg fahren. Bitte bei der Anmeldung ansprechen.

Ansprech • person: Kathrin Horn
089 - 12 66 11-52

Kosten: keine

Treff • punkt: 10:00 Uhr vor dem Löhe Haus; bitte Fahrkarte mitnehmen.

Rück • kehr: ca. 15:00 Uhr vor dem Löhe Haus

FOTO: KJR-Land_Burg Schwaneck

FOTO: Adobe Stock

LIVE	Donnerstag, 13. Oktober, 19:00 Uhr (Einlass 18:30 Uhr)
Yehudi	Der Yehudi Menuhin e. V. ist seit vielen Jahren
MUSIC	Konzert • partner der OBA.
Menuhin	Eintritt frei!
NOW	Ort: Kult9 im Löhe Haus, Club • räume



First Steps – Englisch für Anfänger mit Vor • kenntnissen

Mittwoch, 18:30 – 19:30 Uhr

Sie lernen Englisch in einer kleinen Gruppe. In langsamem Tempo – mit Spaß und ohne Druck. Lesen und Schreiben fällt Ihnen schwer? Kein Problem, im Kurs wird viel gesprochen. Der Kurs findet in Zusammenarbeit mit der Münchner Volks • hochschule VHS statt.

Bitte anmelden!

Ansprech • person: Andrea Strobl 089 - 12 66 11-45

Leitung: noch offen

Kosten: 36 EUR für 12 Termine

Ort: VHS Neuhausen-Nymphenburg/Trafo





Inklusion im Würmtal

8. Oktober – 18. November

Die Veranstaltungsreihe „Inklusion im Würmtal“ bietet sportliche, literarische und musikalische Angebote für Menschen mit und ohne Behinderung an.

Viele verschiedene Organisationen, Vereine und Einrichtungen wirken mit.

Auch die OBA ist mit folgendem Programm dabei:

Samstag 8. Oktober, 10:00 – 14:00 Uhr

Klettern, Kurven, Kreatives.

Feierliche Auftaktveranstaltung

Mittwoch 12. Oktober, 18:30 – 20:00 Uhr

Spiel & Sport Gräfelfing

Mittwoch 12. Oktober, 20:00 – 21:00 Uhr

Badminton inklusiv

Samstag 15. Oktober, ab 9:30 Uhr

Soccer Turnier für alle ab 12 Jahren

Mittwoch 26. Oktober, 13:30 – 17:00 Uhr

Internationales Liedersingen für Jung und Alt

Donnerstag 27. Oktober, 14:00 – 17:30 Uhr

**Musikalischer Nachmittag
mit den Schlage(r)nden Herzen**

Freitag 28. Oktober, 17:30 – 19:30 Uhr

Auch wir haben sexuelle Bedürfnisse

Samstag 30. Oktober, 11:00 – 15:00 Uhr

Inklusives Tisch-Tennis-Turnier

Samstag 12. November, 11:00 – 17:00 Uhr

Inklusives Tennis-Turnier

**Bitte informieren Sie sich selbst im Programmheft der
Veranstaltungs-reihe. Dort finden Sie ausführliche Informationen
zur Anmeldung, der richtigen Ansprech-person und Näheres zur
Veranstaltung. Das Programmheft finden Sie hier:
www.oba-muenchen.de/downloads**

Ansprech-personen bei der OBA

Verena Runte: 089 - 12 66 11-56 oder info.oba@elkb.de

Brigitte Troßmann: 089 - 12 66 11-64 oder b.trossmann@oba-muenchen.de

Jens Fülle: 089 - 12 66 11-67 oder j.fuelle@oba-muenchen.de

Kristin Kockro: 089 - 12 66 11-65 oder k.kockro@oba-muenchen.de

Senioren Advents • basar und Konzert

Freitag, 11. November,
13:00 – 16:30 Uhr

Es gibt Geschenke, Weihnachts • dekorationen,
Woll • sachen und vieles mehr zu kaufen.
Für das leibliche Wohl ist gesorgt.

Im Rahmen vom Basar findet um
15:00 Uhr ein Konzert statt.

Bitte anmelden bis 26. Oktober!

Ansprech • person: Kristin Kockro

Kosten: Geld für Speis und Trank

Ort: Seniorentreff Neuhausen e. V., Leonrodstr. 14b

Treff • punkt: 13:00 Uhr vor dem Löhe Haus

Rück • kehr: 16:30 Uhr vor dem Löhe Haus



Sen

Senioren • nikolaus • feier

Donnerstag,
1. Dezember, 14:00 – 17:00 Uhr

Herzliche Einladung an alle Senior*innen –
gemeinsam wollen wir dieses Jahr wieder
feiern mit Punsch, Stollen und Plätzchen.

**Bitte ein Wichtel • geschenk im
Wert von 3 Euro mitbringen!**

Ort: Kult9 im Löhe Haus, Club • raum



Tango für Alle

Montag, 19:00 – 20:00 Uhr

Mach mit!

In unserem Projekt Tango für Alle tanzen wir alle mit allen. Wir lassen die Musik auf uns wirken und setzen sie in Bewegung um.

Wir lernen Grund•elemente des argentinischen Tangos. Wir können aber auch eigene Tanz•schritte erfinden. Mit•tanzen kann jeder, der sich und seinen Körper tanzen lassen will.

Wichtig: Bitte anmelden und zu den angegebenen Terminen kommen. Sonst bringt's nix!

Termine: 12.9., 10.10., 17.10., 14.11., 21.11., 5.12., 12.12., 19.12.

Ansprech•person: Andrea Strobl

089 – 12 66 11-45

Leitung: Dr. Eleni Doulianaki

Kosten: pro Abend 5 EUR

Ort: Kult9 im Löhe Haus, Palmen•zimmer

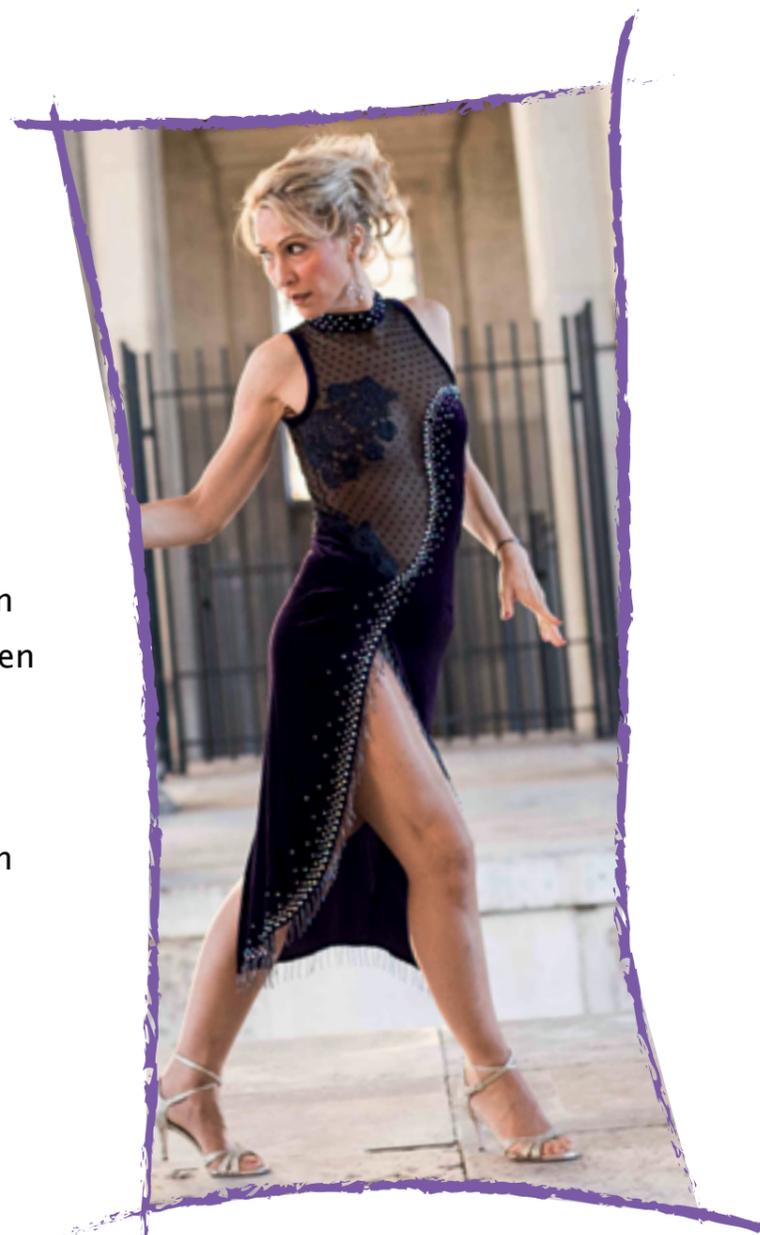


FOTO: Eleni Doulianaki

FOTO: Adobe Stock



„LUISE tanzt“ – Tanz•party der OBAs

in und um München

Samstag, 19. November, 17:00 – 22:00 Uhr

Unter dem Motto: „Luise tanzt“ gibt es wieder eine große Tanz•party der OBAs! Bands und DJ's sorgen für fetzige Musik und coole Party•stimmung.

Bitte aktuelle Änderungen auf unserer Homepage, Facebook oder Aushängen beachten – denn, wenn es nicht möglich sein sollte die Party in der LUISE zu feiern, dann findet sie wieder „online“ statt. Den Link dazu findet ihr dann auf diesen Seiten.!!

Ansprech•person: Andrea Strobl

Kosten: Eintritt 5 EUR, Essen und Getränke kosten extra

Ort: Stadt•teil•zentrum LUISE – Engagement & Kultur am Alten Südbahnhof, Ruppert•straße 5, 80337 München

Verkehrs•anbindung: U-Bahn (U3/U6) Pocci•straße, Impler•straße, Goethe•platz oder mit dem Bus 62, der durch die ganze Stadt fährt und direkt vor der LUISE barrierefrei hält.

Wichtiger Hinweis:
Es gelten die aktuellen Regeln für Groß- und Tanz•veranstaltungen an diesem Tag.
Zu finden sind sie auf www.oba-muenchen.de.



OBA-Advents • feier und Jahres • rückblick

Mittwoch, 21. Dezember, 19:00 Uhr

Wir laden Sie herzlich zu unserer Advents • feier ein! Weihnachtliche Musik und verschiedene Beiträge bereiten uns einen stimmungs • vollen Abend. Bei einer Foto • show erinnern wir uns an schöne Momente im vergangenen Jahr.

Ansprech • person: Conny Bliemel 089 - 12 66 11-66

Kathrin Horn 089 - 126611-52

Ort: Kult9 im Löhe Haus



Beg

OBA-Silvester-Gala

Samstag, 31. Dezember, ab 18:30 Uhr

Knallende Korken, Feuerwerk am Himmel, gutes Essen, fetzige Musik und gesellige Gäste. Wir feiern am 31. Dezember rein ins neue Jahr und laden euch herzlich dazu ein dabei zu sein. Für Musik, Unterhaltung, Essen und Getränke sorgen wir. Für die gute Stimmung sind die Gäste zuständig. Dann kann das Jahr 2023 kommen!

Wichtige Hinweise:

- Karten gibt es ab 1. Dezember während der Öffnungs • zeiten im Kult9 und an der Abend • kasse (so lange der Vorrat reicht) und
- Bitte das Taxi für die Heimfahrt vorbestellen!!!

Ansprech • person: Simon Dettweiler 089 - 12 66 11-63 und

Andrea Strobl 089 - 12 66 11-45

Kosten: 15 EUR pro Karte

Ort: Kult9 im Löhe Haus

Die OBA und ihr Kult9

Das Stadt • teil • zentrum Kult9 wird bei den Besucher*innen und Künstler*innen des Stadt • teils immer beliebter. Es bietet genauso gute Veranstaltungen, wie andere Orte in München, mit Unterstützung für die, die das möchten.

Im Kult9 können Menschen mit einer Behinderung zum Beispiel tolle Konzerte erleben und sich mit der Unterstützung der Mitarbeiter*innen auch fit machen für das übrige Kultur • leben Münchens. Nutzen Sie das!

So kommen Sie an Karten:

Sie können direkt über den Veranstaltungs • hinweis auf www.kult9.de Karten kaufen oder reservieren.

Wer das über das Internet nicht schafft, kann unter 089 - 12 66 11-60 oder per E-Mail an ticket@kult9.de reservieren. Das Kult9 bietet ermäßigte Karten • preise, die Sie bei der Anfrage erfahren.

Reservierungen sind verbindlich!

Die Karten müssen trotzdem bezahlt werden, auch wenn:

- Sie nicht zur Veranstaltung kommen.
- Sie Ihre Reservierung 6 Tage oder weniger vor dem Veranstaltungs • termin stornieren.

Öffnungs • zeiten im Kult9:

Dienstag – Donnerstag, 17:00 – 21:00 Uhr

Samstag, 16:00 – 23:00 Uhr, an Kult9-Veranstaltungen 16:00 – 19:00 Uhr

Für alle Veranstaltungen im Kult9 gelten die jeweils aktuellen Hygieneschutz • vorschriften. Diese finden Sie auf

www.oba-muenchen.de

Das Kult9
freut sich auf
Ihr Kommen!

In Corona • zeiten ist es schwierig, länger • fristig zu planen.

Daher finden Sie alle Termine tagesaktuell auf www.oba-muenchen.de/termine
089 - 12 66 11-60

Feste Gruppen und Kreise werden von den Referent*innen informiert.

Die Kontakt • daten unseres Teams finden Sie auf der letzten Seite dieses Heftes.

Kalender

Die Farben im Kalender stehen für unsere Arbeitsbereiche:

-  **Kinder, Jugend und Familie**
-  **Senioren**
-  **Clubs**
-  **Kultur**
-  **Bildung, Politische Bildung**
-  **Begegnung**
-  **Beratung**
-  **Sport**
-  **Ehrenamt**
-  **Inklusion im Würmtal**
-  **Kult9**

Dieses Zeichen bedeutet: Für die Veranstaltung ist eine **Anmeldung erforderlich!**



Oktober

Samstag, 1. Oktober

 16:00 – 23:00 OBA Disco

Dienstag, 4. Oktober

-   14:00 – 17:00 Dienstags • treff
-  18:30 – 20:00 Musik • projekt
-  19:00 – 21:00 Kegeln
-   19:00 – 20:30 Rücken • fit • kurs

Mittwoch, 5. Oktober

-   14:00 – 17:00 Mittwochs • treff
-  17:30 – 19:00 Fußball-West
-  18:00 – 20:00 Mittwochs • club
-  18:30 – 19:30 First Steps – Englisch für Anfänger mit Vorkenntnissen
-  18:30 – 20:00 Spiel und Sport Gräfelfing
-  20:00 – 21:00 Badminton Gräfelfing

Donnerstag, 6. Oktober

-   17:00 – 19:00 Offene Beratung
-  17:45 – 19:15 Musik • unterricht mit Instrumenten
-  18:00 – 20:00 Pullach-Sollner-Club
-  18:00 – 19:45 Tischtennis
-  18:30 – 20:00 Frauen • treff
-  18:30 – 20:30 Neuaubinger Club
-  19:15 – 20:15 Gemeinsame Musik • probe

Freitag, 7. Oktober

-  18:00 – 19:30 Basketball
-  18:00 – 19:30 Spiel und Sport
-  20:00 – 24:00 Live-Konzert



Samstag, 8. Oktober

-  09:00 – 14:00 Familien • treff
-  09:30 – 17:00 Oldtimer-Rausfahrt
-  10:00 – 14:00 Klettern, Kurven, Kreatives. Feierliche Auftakt • veranstaltung
-  20:00 – 24:00 Live-Konzert

Montag, 10. Oktober

-   17:15 – 19:00 Fußball-Süd
-  19:00 – 20:00 Tango für Alle

Dienstag, 11. Oktober

-   14:00 – 17:00 Dienstags • treff
-  18:00 – 20:00 Politik • runde
-  18:30 – 20:00 Musik • projekt
-   19:00 – 20:30 Rücken • fit • kurs

Mittwoch, 12. Oktober

-   14:00 – 17:00 Mittwochs • treff
-  17:30 – 19:00 Fußball-West
-  18:00 – 20:00 Mittwochs • club
-   18:30 – 19:30 First Steps – Englisch für Anfänger mit Vorkenntnissen
-  18:30 – 20:30 Fürstenrieder Club
-  18:30 – 20:00 Spiel und Sport Gräfelfing
-  20:00 – 21:00 Badminton inklusiv

FOTO: Bob Eberl

Oktober

Donnerstag, 13. Oktober

-   14:00 – 17:00 Donnerstags • treff
-   17:45 – 19:15 Musik • unterricht mit Instrumenten
-  18:00 – 20:00 Pullach-Sollner-Club
-  18:00 – 19:45 Tischtennis
-  18:30 – 20:00 Frauen • treff
-  18:30 – 20:30 Neuaubinger Club
-  19:00 – 20:00 Yehudi Menuhin e.V. LIVE MUSIC NOW

Freitag, 14. Oktober

-   17:30 – 19:30 Jugendgruppe
-  18:00 – 19:30 Basketball
-  18:00 – 19:30 Spiel und Sport

Samstag, 15. Oktober

-  09:30 – 16:00 Soccer-Turnier für alle ab 12 Jahre
-  14:30 – 16:00 Tanz • café
-  16:00 – 23:00 OBA Disco
-  16:00 – 18:00 OBA Black Hats – Disco • tanz • gruppe *Keine Neu • aufnahme mehr möglich*

Montag, 17. Oktober

-  17:15 – 19:00 Fußball-Süd
-   19:00 – 20:00 Tango für Alle

Für die Veranstaltung ist eine **Anmeldung erforderlich!**



Dienstag, 18. Oktober

- 14:00 – 17:00 Dienstags • treff
- 17:00 – 19:00 Offene Beratung
- 18:30 – 20:00 Musik • projekt
- 19:00 – 20:30 Rücken • fit • kurs

Mittwoch, 19. Oktober

- 14:00 – 17:00 Mittwochs • treff
- 17:30 – 19:00 Fußball-West
- 18:00 – 20:00 Mittwochs • club
- 18:30 – 19:30 First Steps – Englisch für Anfänger mit Vorkenntnissen
- 18:30 – 20:00 Spiel und Sport Gräfelfing
- 20:00 – 21:00 Badminton Gräfelfing

Donnerstag, 20. Oktober

- 14:00 – 17:00 Donnerstags • treff
- 17:45 – 19:15 Musik • unterricht mit Instrumenten
- 18:00 – 20:00 Pullach-Sollner-Club
- 18:00 – 19:45 Tischtennis
- 18:30 – 20:00 Frauen • treff
- 18:30 – 20:30 Neuaubinger Club
- 19:15 – 20:15 Gemeinsame Musik • probe
- 20:00 – 22:00 Musik & Kleinkunst

Freitag, 21. Oktober

- 18:00 – 19:30 Basketball
- 18:00 – 19:30 Spiel und Sport
- 20:00 – 24:00 Stand Up Stacy

Samstag, 22. Oktober

- 09:00 – 17:00 Ausflug nach Benediktbeuern
- 10:00 – 15:00 Besuch der Burg Schwaneck
- 16:00 – 20:00 Café-Betrieb
- 16:00 – 18:00 OBA Black Hats – Disco • tanz • gruppe *Keine Neu • aufnahme mehr möglich*
- 20:00 – 24:00 Live-Konzert

Montag, 24. Oktober

- 17:15 – 19:00 Fußball-Süd

Dienstag, 25. Oktober

- 14:00 – 17:00 Dienstags • treff
- 18:00 – 20:00 Perlacher Club
- 18:30 – 20:00 Musik • projekt



FOTO: Julian Ovidiu

Mittwoch, 26. Oktober

- 13:30 – 17:00 Internationales Liedersingen für Jung und Alt
- 17:30 – 19:00 Fußball-West
- 18:00 – 20:00 Mittwochs • club
- 18:30 – 19:30 First Steps – Englisch für Anfänger mit Vorkenntnissen
- 18:30 – 20:30 Fürstenrieder Club
- 18:30 – 20:00 Spiel und Sport Gräfelfing
- 20:00 – 21:00 Badminton Gräfelfing

Donnerstag, 27. Oktober

- 14:00 – 17:30 Musikalischer Nachmittag mit den Schläge(r)nden Herzen
- 17:45 – 19:15 Musik • unterricht mit Instrumenten
- 18:00 – 20:00 Pullach-Sollner-Club
- 18:00 – 19:45 Tischtennis
- 18:30 – 20:00 Frauen • treff
- 18:30 – 20:30 Neuaubinger Club
- 19:15 – 20:15 Gemeinsame Musik • probe

Freitag, 28. Oktober

- » **Kult9 geschlossen**
- 17:30 – 19:30 Auch wir haben sexuelle Bedürfnisse
- 17:30 – 19:30 Jugendgruppe
- 18:00 – 19:30 Basketball
- 18:00 – 19:30 Spiel und Sport

Samstag, 29. Oktober

- 14:30 – 16:00 Tanz • café
- 16:00 – 23:00 OBA Disco
- 16:00 – 18:00 OBA Black Hats – Disco • tanz • gruppe *Keine Neu • aufnahme mehr möglich*

Sonntag, 30. Oktober

- 11:00 – 15:00 Inklusives Tisch-Tennis-Tunier

Dienstag, 1. November

» **Kult9 geschlossen**

Mittwoch, 2. November

- 18:30 – 19:30 First Steps – Englisch für Anfänger mit Vorkenntnissen

Freitag, 4. November

- 20:00 – 24:00 Live-Konzert

Samstag, 5. November

- 20:00 – 24:00 Live-Konzert

Montag, 7. November

- 17:15 – 19:00 Fußball-Süd

Dienstag, 8. November

- 14:00 – 17:00 Dienstags • treff
- 18:00 – 20:00 Perlacher Club
- 18:30 – 20:00 Musik • projekt
- 19:00 – 21:00 Kegeln
- 19:00 – 20:30 Rücken • fit • kurs

Mittwoch, 9. November

-  ● 14:00 – 17:00 Mittwochs · treff
- 17:30 – 19:00 Fußball-West
- 18:00 – 20:00 Mittwochs · club
-  ● 18:30 – 19:30 First Steps – Englisch für Anfänger mit Vorkenntnissen
- 18:30 – 20:30 Fürstenrieder Club
- 18:30 – 20:00 Spiel und Sport Gräfelfing
- 20:00 – 21:00 Badminton Gräfelfing

Donnerstag, 10. November

-  ● 14:00 – 17:00 Donnerstags · treff
-  ● 17:45 – 19:15 Musik · unterricht mit Instrumenten
- 17:00 – 19:00 Offene Beratung
- 18:00 – 20:00 Pullach-Sollner-Club
- 18:00 – 19:45 Tischtennis
- 18:30 – 20:00 Frauen · treff
- 18:30 – 20:30 Neuaubinger Club
- 19:15 – 20:15 Gemeinsame Musik · probe

Freitag, 11. November

» Kult9 geschlossen

-  ● 13:00 – 16:30 Senioren Advents · basar und Konzert
-  ● 17:30 – 19:30 Jugendgruppe
- 18:00 – 19:30 Basketball
- 18:00 – 19:30 Spiel und Sport

Samstag, 12. November

- Basketballturnier Nürnberg
- 11:00 – 17:00 Inklusives Tennis-Tunier
- 14:30 – 16:00 Tanz · café
- 16:00 – 23:00 OBA Disco
- 16:00 – 18:00 OBA Black Hats – Disco · tanz · gruppe
Keine Neu · aufnahme mehr möglich

Montag, 14. November

- 17:15 – 19:00 Fußball-Süd
-  ● 19:00 – 20:00 Tango für Alle

Dienstag, 15. November

-  ● 14:00 – 17:00 Dienstags · treff
- 18:00 – 20:00 Politik · runde
- 18:30 – 20:00 Musik · projekt
-  ● 19:00 – 20:30 Rücken · fit · kurs

Mittwoch, 16. November

» Kult9 geschlossen

-  ● 14:00 – 17:00 Mittwochs · treff
- 18:00 – 20:00 Mittwochs · club
-  ● 18:30 – 19:30 First Steps – Englisch für Anfänger mit Vorkenntnissen
- 18:30 – 20:00 Spiel und Sport Gräfelfing
- 20:00 – 21:00 Badminton Gräfelfing

Donnerstag, 17. November

-  ● 14:00 – 17:00 Donnerstags · treff
-  ● 17:45 – 19:15 Musik · unterricht mit Instrumenten
- 18:00 – 20:00 Pullach-Sollner-Club
- 18:00 – 19:45 Tischtennis
- 18:30 – 20:00 Frauen · treff
- 18:30 – 20:30 Neuaubinger Club
- 19:15 – 20:15 Gemeinsame Musik · probe
- 20:00 – 22:00 Musik & Kleinkunst

Freitag, 18. November

- 18:00 – 19:30 Basketball
- 18:00 – 19:30 Spiel und Sport
- 20:00 – 24:00 Live-Konzert

18. November – 20. November

- Familienwochenende Amalienhof

Samstag, 19. November

- 16:00 – 20:00 Café-Betrieb
- 17:00 – 22:00 Tanz · party der OBAs
- 20:00 – 24:00 Live-Konzert

Montag, 21. November

- 17:00 – 20:00 Koch · kurs
- 17:15 – 19:00 Fußball-Süd
-  ● 19:00 – 20:00 Tango für Alle

Dienstag, 22. November

-  ● 14:00 – 17:00 Dienstags · treff
- 18:00 – 20:00 Perlacher Club
- 18:30 – 20:00 Musik · projekt
-  ● 19:00 – 20:30 Rücken · fit · kurs

Mittwoch, 23. November

-  ● 14:00 – 17:00 Mittwochs · treff
- 17:30 – 19:00 Fußball-West
- 18:00 – 20:00 Mittwochs · club
-  ● 18:30 – 19:30 First Steps – Englisch für Anfänger mit Vorkenntnissen
- 18:30 – 20:30 Fürstenrieder Club
- 18:30 – 20:00 Spiel und Sport Gräfelfing
- 20:00 – 21:00 Badminton Gräfelfing

Donnerstag, 24. November

-  ● 14:00 – 17:00 Donnerstags · treff
-  ● 17:45 – 19:15 Musik · unterricht mit Instrumenten
- 18:00 – 20:00 Pullach-Sollner-Club
- 18:00 – 19:45 Tischtennis
- 18:30 – 20:00 Frauen · treff
- 18:30 – 20:30 Neuaubinger Club
- 19:15 – 20:15 Gemeinsame Musik · probe

Für die Veranstaltung ist eine **Anmeldung erforderlich!**



Freitag, 25. November

» Kult9 geschlossen

-  ● 17:30 – 19:30 Jugendgruppe
- 18:00 – 19:30 Basketball
- 18:00 – 19:30 Spiel und Sport

Samstag, 26. November

- 14:30 – 16:00 Tanz · café
- 16:00 – 23:00 OBA Disco
- 16:00 – 18:00 OBA Black Hats – Disco · tanz · gruppe
Keine Neu · aufnahme mehr möglich

Montag, 28. November

- 17:15 – 19:00 Fußball-Süd

Dienstag, 29. November

-  ● 14:00 – 17:00 Dienstags · treff
- 17:00 – 19:00 Offene Beratung
- 18:00 – 20:00 Politik · runde
- 18:30 – 20:00 Musik · projekt
-  ● 19:00 – 20:30 Rücken · fit · kurs

Mittwoch, 30. November

-  ● 14:00 – 17:00 Mittwochs · treff
- 17:30 – 19:00 Fußball-West
- 18:00 – 20:00 Mittwochs · club
-  ● 18:30 – 19:30 First Steps – Englisch für Anfänger mit Vorkenntnissen
- 18:30 – 20:00 Spiel und Sport Gräfelfing
- 20:00 – 21:00 Badminton Gräfelfing

Donnerstag, 1. Dezember

-  ● 14:00 – 17:00 Donnerstags · treff
-  ● 17:45 – 19:15 Musik · unterricht mit Instrumenten
- 18:00 – 20:00 Pullach-Sollner-Club
- 18:00 – 19:45 Tischtennis
- 18:30 – 20:00 Frauen · treff
- 18:30 – 20:30 Neuaubinger Club
- 19:15 – 20:15 Gemeinsame Musik · probe

Freitag, 2. Dezember

- 18:00 – 19:30 Basketball
- 18:00 – 19:30 Spiel und Sport
- 📅 20:00 – 24:00 Live-Konzert

Samstag, 3. Dezember

- 09:00 – 17:00 Ausflug nach Augsburg
- 📅 16:00 – 20:00 Café-Betrieb
- 📅 20:00 – 24:00 Live-Konzert

Montag, 5. Dezember

- 17:15 – 19:00 Fußball-Süd
-  ● 19:00 – 20:00 Tango für Alle

Dienstag, 6. Dezember

-  ● 14:00 – 17:00 Dienstags · treff
- 18:00 – 20:00 Perlacher Club
- 18:00 – 20:00 Politik · runde
- 18:30 – 20:00 Musik · projekt
- 19:00 – 21:00 Kegeln
-  ● 19:00 – 20:30 Rücken · fit · kurs

Mittwoch, 7. Dezember

-  ● 14:00 – 17:00 Mittwochs · treff
- 17:30 – 19:00 Fußball-West
- 18:00 – 20:00 Mittwochs · club
-  ● 18:30 – 19:30 First Steps – Englisch für Anfänger mit Vorkenntnissen
- 18:30 – 20:30 Fürstenrieder Club
- 18:30 – 20:00 Spiel und Sport Gräfelfing
- 20:00 – 21:00 Badminton Gräfelfing

Donnerstag, 8. Dezember

-  ● 14:00 – 17:00 Donnerstags · treff
-  ● 17:45 – 19:15 Musik · unterricht mit Instrumenten
- 18:00 – 20:00 Pullach-Sollner-Club
- 18:00 – 19:45 Tischtennis
- 18:30 – 20:00 Frauen · treff
- 18:30 – 20:30 Neuaubinger Club
- 19:15 – 20:15 Gemeinsame Musik · probe

Freitag, 9. Dezember

» Kult9 geschlossen

-  ● 13:00 – 17:00 Christuskirche Seniorencafé
- 17:30 – 19:30 Jugendgruppe
- 18:00 – 21:00 OBA-SG Weihnachts · feier

Samstag, 10. Dezember

- 14:30 – 16:00 Tanz · café
- 16:00 – 23:00 OBA Disco
- 16:00 – 18:00 OBA Black Hats – Disco · tanz · gruppe
Keine Neu · aufnahme mehr möglich

Montag, 12. Dezember

- 17:15 – 19:00 Fußball-Süd
-  ● 19:00 – 20:00 Tango für Alle

Dienstag, 13. Dezember

-  ● 14:00 – 17:00 Dienstags · treff
- 18:30 – 20:00 Musik · projekt
-  ● 19:00 – 20:30 Rücken · fit · kurs

Mittwoch, 14. Dezember

-  ● 14:00 – 17:00 Mittwochs · treff
- 17:30 – 19:00 Fußball-West
- 18:00 – 20:00 Mittwochs · club
-  ● 18:30 – 19:30 First Steps – Englisch für Anfänger mit Vorkenntnissen
- 18:30 – 20:00 Spiel und Sport Gräfelfing
- 20:00 – 21:00 Badminton Gräfelfing



November / Dezember

Donnerstag, 15. Dezember

-  ● 14:00 – 17:00 Donnerstags · treff
- 17:00 – 19:00 Offene Beratung
-  ● 17:45 – 19:15 Musik · unterricht mit Instrumenten
- 18:00 – 20:00 Pullach-Sollner-Club 
- 18:00 – 19:45 Tischtennis
- 18:30 – 20:00 Frauen · treff
- 18:30 – 20:30 Neuaubinger Club
- 19:15 – 20:15 Gemeinsame Musik · probe
-  ● 20:00 – 21:00 Musik & Kleinkunst

Freitag, 16. Dezember

- 18:00 – 19:30 Basketball
- 18:00 – 19:30 Spiel und Sport
-  ● 20:00 – 24:00 Live-Konzert

Samstag, 17. Dezember

-  ● 16:00 – 20:00 Café-Betrieb
- 16:00 – 18:00 OBA Black Hats – Disco · tanz · gruppe
Keine Neu · aufnahme mehr möglich
-  ● 20:00 – 24:00 Live-Konzert

Montag, 19. Dezember

- 17:15 – 19:00 Fußball-Süd
-  ● 19:00 – 20:00 Tango für Alle

Dienstag, 20. Dezember

-  ● 14:00 – 17:00 Dienstags · treff
- 18:00 – 20:00 Perlacher Club
-  ● 19:00 – 20:30 Rücken · fit · kurs

Mittwoch, 21. Dezember

-  ● 14:00 – 17:00 Mittwochs · treff
- 17:30 – 19:00 Fußball-West
- 18:00 – 20:00 Mittwochs · club
-  ● 18:30 – 19:30 First Steps – Englisch für Anfänger mit Vorkenntnissen
- 18:30 – 20:30 Fürstenrieder Club
- 18:30 – 20:00 Spiel und Sport Gräfelfing
- 19:00 – 21:00 OBA-Advents · feier mit Jahres · rückblick
- 20:00 – 21:00 Badminton Gräfelfing

Donnerstag, 22. Dezember

-  ● 14:00 – 17:00 Donnerstags · treff
-  ● 17:45 – 19:15 Musik · unterricht mit Instrumenten
- 18:00 – 20:00 Pullach-Sollner-Club
- 18:00 – 19:45 Tischtennis
- 18:30 – 20:00 Frauen · treff
- 18:30 – 20:30 Neuaubinger Club
- 19:15 – 20:15 Gemeinsame Musik · probe

24. Dezember – 7. Januar

» Kult9 geschlossen

Samstag, 31. Dezember

- 18:30 – 01:30 OBA-Silvester-Party
Ticket · verkauf ab 1. Dezember 2022



Für die Veranstaltung ist eine **Anmeldung erforderlich!**

Wir brauchen Ihre Unterstützung!

Seit Juli 2021 findet dienstags die Sturz · prävention – **Gesund & aktiv älter werden** – statt. Eine Stunde trainieren die Senior*innen, um das Risiko eines Sturzes zu vermindern, das Gang · bild zu verbessern und die Bein · muskulatur zu stärken. Dabei werden auch psychische Faktoren berücksichtigt, wie die Erhaltung der Konzentrations · fähigkeit, die Angstminderung und das Erlangen von Sicherheit und Selbst · vertrauen.

Das Angebot richtet sich an Senior*innen mit kognitiven Einschränkungen (für Menschen mit Lern · schwierigkeiten oder auch Demenz · erkrankungen).

Bitte unterstützen Sie den Kurs mit Ihrer Spende, damit dieser auch weiterhin stattfinden kann.



SEPA-Überweisung

Für Überweisungen in Deutschland, in andere EU-/EWR-Staaten und in die Schweiz in Euro. Eine Meldepflicht gemäß Außenwirtschaftsordnung beachten!

Angaben zum Zahlungsempfänger: Name, Vorname/Firma (max. 27 Stellen, bei maschineller Beschriftung max. 35 Stellen)
Ev. + Luth. Dekanatsbezirk München

IBAN DE93520604100501401807

BIC des Kreditinstituts/Zahlungsdienstleisters (8 oder 11 Stellen)
GENODEF1EK1

SEPA-Überweisung € Betrag: Euro, Cent

Kunden-Referenznummer - Verwendungszweck, ggf. Name und Anschrift des Zahlers - (nur für Zahlungsempfänger)
noch Verwendungszweck (insgesamt max. 2 Zeilen à 27 Stellen, bei maschineller Beschriftung max. 2 Zeilen à 35 Stellen)

Angaben zum Kontoinhaber: Name, Vorname/Firma, Ort (max. 27 Stellen, keine Straßen- oder Postfachangaben)
IBAN D I E

Datum Unterschrift(en) 16

Auf unserer Website www.oba-muenchen.de/spenden/ können Sie unkompliziert Ihren Wunschbeitrag spenden! Jeder Euro hilft! Wir danken von Herzen für Ihre Unterstützung!



Unterstützen Sie jetzt die Arbeit der Offenen Behindertenarbeit – evangelisch in der Region München



<http://twn.gl/oba>

FOTO: OBA

Das OBA-Team

Leitung



Tom Rausch
Diakon, Leitung und
Geschäfts-führung
Telefon: 089 - 12 66 11-61
t.rausch@oba-muenchen.de

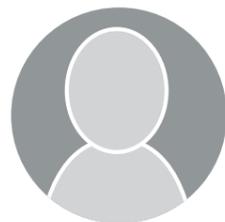


Conny Bliemel
Dipl. Sozial-pädagogin (FH)
Stellvertretende Leitung,
Fachbereichs-leitung Offene
Behindertenarbeit, Beratung
Telefon: 089 - 12 66 11-66
c.bliemel@oba-muenchen.de



Oliver Gründel
Diakon
Fachbereichs-leitung Kult9
Telefon: 089 - 12 66 11-69
o.gruendel@kult9.de

Fachbereich Offene Behindertenarbeit



Brigitte Troßmann
Dipl. Sozial-pädagogin (FH)
Reisen, Ehrenamt, Familie
Telefon: 089 - 12 66 11-64
b.trossmann@oba-muenchen.de



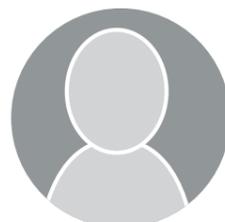
Hannah Fröhler
Politik-wissenschaftlerin M.A.
Politische Bildung
Telefon: 089 - 12 66 11-68
hannah.froehler@elkb.de



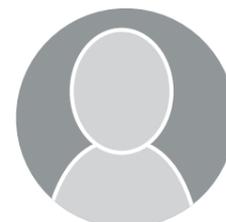
Dr. Magdalena Lenker
Pädagogin
Evangelische Jugend-arbeit
Telefon: 0151 - 23 13 85 51
magdalena.lenker@elkb.de



Carolin Lehmann
Sozial-arbeiterin (FH)
Evangelische Jugend-arbeit
Telefon: 0151 - 15 58 28 94
carolin.lehmann@elkb.de



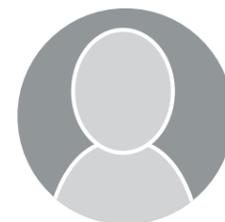
Kathy Mörth
Dipl. Sozial-pädagogin (FH)
Clubs, Familie, Begegnung
Telefon: 089 - 12 66 11-55
k.moerth@oba-muenchen.de



Kristin Kockro
Dipl. Sozial-arbeiterin (FH)
Senioren, Öffentlichkeits-arbeit
Telefon: 089 - 12 66 11-65
k.kockro@oba-muenchen.de



Jens Fülle
Sonder-pädagoge M.A.
Beratung, Sport
Telefon: 089 - 12 66 11-67
j.fuelle@oba-muenchen.de



N. N.
Sport & Begegnung

Verwaltung und Öffentlichkeits-arbeit



Meta Pilhofer
Verwaltung, Finanzen
Telefon: 089 - 12 66 11-30
m.pilhofer@oba-muenchen.de



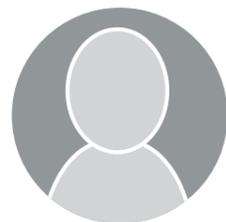
Verena Runte
Verwaltung, Verwaltung Amalienhof
Telefon: : 089 - 12 66 11-56
v.runte@oba-muenchen.de



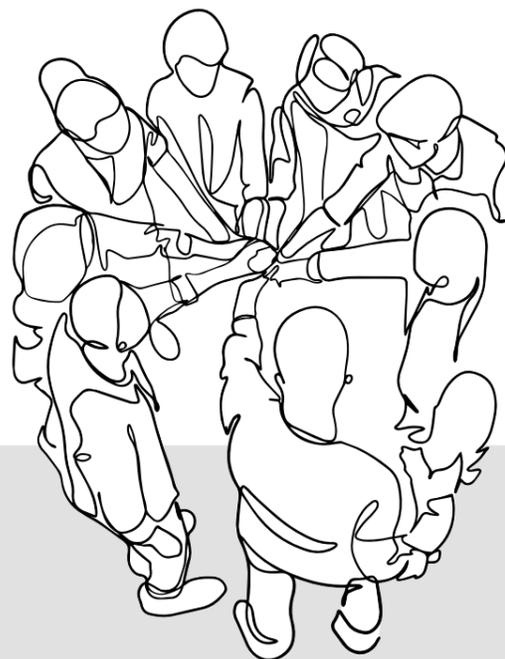
Elke Schmidt
Öffentlichkeits-arbeit, Verwaltung
Telefon: 089 - 12 66 11-62
e.schmidt@oba-muenchen.de



Kathrin Horn
M.A., Master of European Studies,
Öffentlichkeits-arbeit,
Politische Bildung
Telefon: 089 - 12 66 11-52
k.horn@oba-muenchen.de

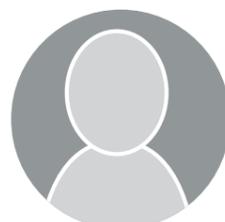


N. N.
Verwaltung



FOTOS: OBA, Adobe Stock

Fachbereich Kult9



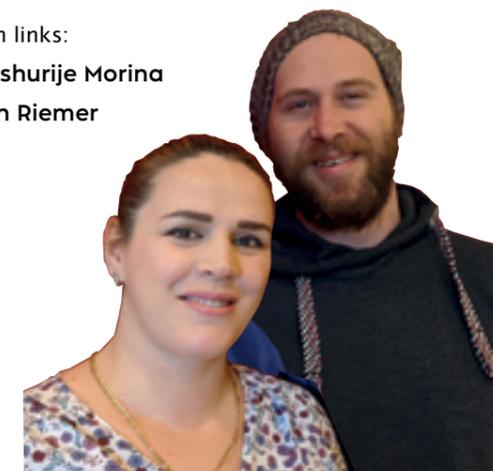
Andrea Strobl
Dipl. Sozial-pädagogin (FH)
Kult9, Bildung, Kultur
Telefon: 089 - 12 66 11-45
a.strobl@oba-muenchen.de



Simon Dettweiler
Dipl. Sozial-pädagoge (FH)
Kult9, Kinder- und Jugend-arbeit
Telefon: 089 - 12 66 11-63
s.dettweiler@oba-muenchen.de

Haus-service Kult9

Von links:
Dashurije Morina
Sun Riemer



+ Unsere freiwilligen Helfer*innen

orga-team@oba-muenchen.de

SELIG!



Jesus sprach:

Selig sind, die da geistlich arm sind;
denn ihrer ist das Himmelreich.

Selig sind, die da Leid tragen;
denn sie sollen getröstet werden.

Selig sind die Sanftmütigen;
denn sie werden das Erdreich besitzen.

Selig sind, die da hungert und
dürstet nach der Gerechtigkeit;
denn sie sollen satt werden.

Selig sind die Barmherzigen;
denn sie werden Barmherzigkeit erlangen.

Selig sind, die reinen Herzens sind;
denn sie werden Gott schauen.

Selig sind, die Frieden stiften;
denn sie werden Gottes Kinder heißen.

Selig sind, die um der Gerechtigkeit
willen verfolgt werden;
denn ihrer ist das Himmelreich.

Selig seid ihr, wenn euch die Menschen
um meinetwillen schmähen
und verfolgen und allerlei Böses
gegen euch reden und dabei lügen.

Seid fröhlich und jubelt; es wird euch
im Himmel reichlich belohnt werden.

Denn ebenso haben sie verfolgt
die Propheten, die vor euch gewesen sind.

(Lukas 6)