55.
Ausgabe
Nov. - April
2026/2027

Maikäferblatt

Neues aus dem Nachbarschaftstreff







Sprechzeiten

Mittwoch:	09:00 - 13:00 Uhr
Donnerstag:	14:00 - 18:00 Uhr

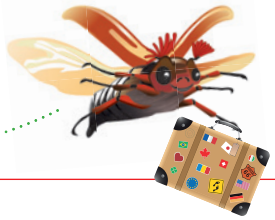
Telefon:	089 / 66 06 36 64
E-Mail:	maikaefertreff@mags-muenchen.de
Web:	www.maikäfertreff.de



MAGS
München Aktiv für Gesundheit e.V.

In eigener Sache...

Der Treff ist während den Weihnachtsferien vom 23.12.26 - 08.01.2027 und in den Osterferien vom 29.03. - 02.04.2027 geschlossen.





Offener Nachbarschaftsabend im Mai 2026

Inhaltsverzeichnis

AUSFLÜGE UND BESICHTIGUNGEN 04-07

BEWEGUNG UND GESUNDHEIT 08-10

Hockergymnastik 08

Lady's Bauchtanz 60+ 08

Modern Bellydance ab 12 Jahren 09

Brainwalking 09

Yoga 10

Wir gehen Kegeln! 10

OFFENE ANGEBOTE 11-14

Spielnachmittag mit Cafébetrieb 11

Handy- und Smartphone-Sprechstunde 11

Nähtreff - zu schade zum Wegwerfen 11

Weihnachtsfilmvorführung Mr. Bean 12

Film: Impressionen der Maikäfersiedlung (1987) 12

Sanierungsmanagement Öffnungszeiten 13

Miteinander im Quartier 14

MALT MITeinander-verschönert das Quartier! 15

Weihnachtscafé 16

Faschingstreiben für Erwachsene 17

FAMILIE UND KINDER 18-20

„Mama lernt Deutsch" 18

Deutschförderkurs für Kinder von 5-7 Jahren 18

Frauen-Café mit Kindern 19

Wichtelwerkstatt 19

Fasching Krapfen to Go 20

ANGEBOTE FÜR SENIOR*INNEN 21

Mittagstisch 21

Gartengruppe für Senior*innen 21

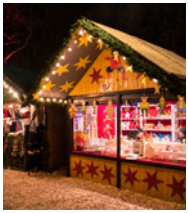
VORTRÄGE UND WORKSHOPS 22-25

STAMMTISCHE 26

BERATUNG UND SERVICE 27-29

WOCHENPLAN 30-31

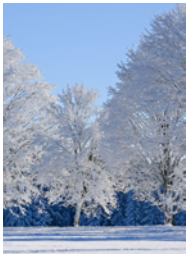
Christkindlmarkt Kempten



Donnerstag, 03.12.2026
Vor der Kulisse des Kemptener Rathauses lädt einer der schönsten Weihnachtsmärkte des Allgäus zum Bummeln und Staunen ein. Kunsthandwerker präsentieren ihre liebevoll gefertigten Schätze. Mit dem kostenlosen Weihnachtsbähnle entdecken wir die festlich geschmückte Innenstadt und erfahren Wissenswertes über ihre Sehenswürdigkeiten. Spenden kommen einem guten Zweck zugute. Rückkehr gegen 18:30 Uhr.

Treffpunkt:	09:15 Uhr | Ostbahnhof, DB Infopoint Untergeschoss
Kosten:	Deutschlandticket; Regio-Ticket Allgäu-Schwaben, 15,00 € - 25,00 €, je nach Anzahl der Mitfahrenden

Winterlicher Spaziergang ums Klosterareal Fürstenfeld

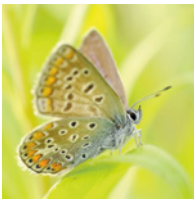


Montag, 25. Januar 2027
Winterlicher Spaziergang ums Klosterareal Fürstenfeld
Diese winterliche Route führt entlang der Amper zum Ampersee. Ein Blick in die ehemalige Klosterkirche Mariä Himmelfahrt und ein Rundgang um das Klosterareal schließt den Rundgang ab, bevor wir uns in einer Gaststätte in der Stadt stärken.
Bitte warme Getränke und Brotzeit mitnehmen, da wir erst nachmittags einkehren. Der ebenerdige Rundweg ist etwa 3 km.
Rückkehr gegen 16:30 Uhr.

Treffpunkt:	09:30 Uhr | Ostbahnhof, DB Infopoint Untergeschoss
Kosten:	MVV M-2 oder Deutschlandticket

Besuch im botanischen Garten

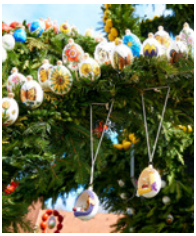
Mit Sonderausstellung „Exotische Falter hautnah"



Montag, 22. Februar 2027
Jeden Winter flattern Hunderte tropische Schmetterlinge aus Costa Rica und den Philippinen durch das Wasserpflanzenhaus. Im feuchtwarmen Klima schlüpfen sie aus Puppen und zeigen mit etwas Glück ihren faszinierenden Lebenszyklus – von der Raupe bis zum farbenprächtigen Schmetterling. Rückkehr gegen 14:00 Uhr.

Treffpunkt:	10:00 Uhr | Ostbahnhof, Innsbrucker Ring, Zwischengeschoss am Kiosk
Kosten:	4,50 € (Eintritt); MVV M-2 oder Deutschlandticket

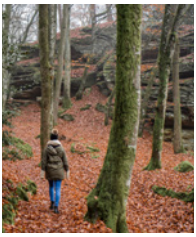
Osterbrunnen in Utting



Montag, 22. März 2027
In Utting am Ammersee wird der Dorfbrunnen jedes Jahr festlich mit bunten Eiern und Frühlingsblumen zum Osterbrunnen geschmückt. Von dort wandern wir am See entlang zur Künstlervilla Gasteiger. Ferdinand Gasteiger schuf unter anderem das bekannte „Brunnenbuberl", das heute am Stachus zu bewundern ist. Rückkehr gegen 17:00 Uhr.

Treffpunkt:	08:50 Uhr | Ostbahnhof, DB Infopoint Untergeschoss
Kosten:	MVV M-6 oder Deutschlandticket

Spaziergang im Weltwald Freising



Montag, 26. April 2027
Auf verschiedenen Themenpfaden durch die Kontinente können wir zahlreiche Baum- und Straucharten bewundern. Neben Mammutbäumen, Sumpfzypressen oder japanischen Schirmtannen treffen wir auf reizvolle Ausblicke und Skulpturen. Streckenlänge: ca. 6 km. Rückkehr gegen 15:30 Uhr.
Bitte Brotzeit und Getränk mitbringen!

Treffpunkt:	09:15 Uhr | Ostbahnhof, DB Infopoint Untergeschoss
Kosten:	MVV M-4 oder Deutschlandticket

Museumsbesuche im Rahmen des Programms „Kultursalon+“

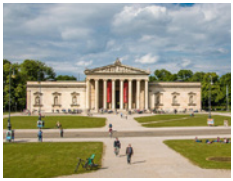
Nur mit Anmeldung

Kultursalon+, gefördert durch die Beisheim Stiftung, ist ein kostenloses museumspädagogische Programm das Senioren kulturelle Teilnahme und einen kreativen Austausch bietet. Im kleinen Kreis bis zu 10 -12 Personen werden ausgewählte Kunstwerke betrachtet und besprochen.
Für die Kurzführung und den anschließenden Austausch bei Kaffee und Kuchen sind insgesamt ca. 1,5 Stunden angesetzt.

Anmeldung und Auskunft zu diesen Veranstaltungen:
Mittwoch: 14:00 – 15:00 Uhr telefonisch oder persönlich im Maikäfertreff.

Glyptothek

Freitag, 13. November 2026
Münchens ältestes öffentliches Museum, die Glyptothek, ist das einzige auf der Welt, das sich allein antiker Skulptur widmet. Nach der Führung lockt eines der schönsten Cafés Münchens zum gemeinsamen Austausch.
Die Führung vor Ort beginnt um 11:00 Uhr.



Treffpunkt:	10:00 Uhr | Maikäfertreff
Kosten:	MVV M oder Deutschlandticket

Lenbachhaus

Freitag, 20. November 2026
Das Lenbachhaus, das Kunstmuseum in München mit der weltweit größten Sammlung an Werken des Blauen Reiter.
Die Führung vor Ort beginnt um 14:00 Uhr.



Treffpunkt:	13:00 Uhr | Maikäfertreff
Kosten:	MVV M oder Deutschlandticket

Bayerisches Nationalmuseum

Mittwoch, 25. November 2026
Es zählt zu den größten Museen in Deutschland und präsentiert herausragende Kunst von der Spätantike bis zum Jugendstil. Diese Führung widmet sich der sehr bekannten Krippenausstellung und beginnt vor Ort um 14:00 Uhr.



Treffpunkt:	13:15 Uhr | Maikäfertreff
Kosten:	MVV M oder Deutschlandticket

Archäologische Staatssammlung

Donnerstag, 26. November 2026
Die Archäologische Staatssammlung zählt zu den zentralen und großen Sammlungen prähistorischer und historisch-materieller Kultur Europas. Sie erforscht und präsentiert Bodenfunde von der Urgeschichte Bayerns bis in die jüngere Vergangenheit. Die Führung vor Ort beginnt um 14:00 Uhr.



Treffpunkt:	13:15 Uhr | Maikäfertreff
Kosten:	MVV M oder Deutschlandticket

Pinakothek der Moderne

Dienstag, 15. Dezember 2026
Mittwoch, 13. Januar 2027
Vier Museen unter einem Dach präsentieren Ausstellungen und Sammlungen wegweisender internationaler Architekten, Designer und Künstler von höchster Qualität – die Moderne stets im Fokus. Die Führung vor Ort beginnt um 14:00 Uhr.



Treffpunkt:	13:15 Uhr | Maikäfertreff
Kosten:	MVV M oder Deutschlandticket

Hockergymnastik

KOSTEN FREI



Hockergymnastik ist für alle Senior*innen, die Spaß an der Bewegung in der Gemeinschaft haben. Sie ist ein schonendes effektives Ganzkörpertraining, das die Alltagsmotorik, die Koordination und das Gleichgewicht nachhaltig verbessert. Bequeme Kleidung erforderlich!

Anmeldung im Treff.

Dienstags:	10:45 - 11:30 Uhr	***Nicht in den Schulferien!***

Lady's Bauchtanz 60+

KOSTEN FREI



Es geht um Gesundheit, Bewegung, Wohlbefinden, Weiblichkeit und Selbstbewusstsein, denn Bauchtanz ist eine Wohltat für Körper und Seele. Wir beginnen mit leichten Übungen und freuen uns jederzeit über Anfängerinnen, erlernen kleine Choreografien und haben viel Spaß bei vielfältiger Musik. So wird ganz entspannt die Beweglichkeit und die Konzentration gefördert – wie geschaffen für Seniorinnen!
Auch jüngere Damen sind herzlich willkommen.
Bitte leichte Trainingssachen mitbringen.

Dienstags:	15:30 - 17:30 Uhr
Leitung:	Margarete

Anmeldung und weitere Infos: Tel.: 0178 93 26 629, E-Mail: margarete.barba@web.de

Bauchtanz: Modern Bellydance

Ich freue mich auf neue Bellydancer, gerne auch schon ab 12 Jahren, vom Teenager bis Best-Ager können alle Bauchtanz erlernen. Wir beginnen den Kurs mit reinen Grundlagen und Technik-Training für das keine Vorkenntnisse nötig sind, die Stunden bauen aufeinander auf. Außerdem erarbeiten wir eine moderne Pop-Choreo im Laufe des Kurses.
Bitte leichte Trainingssachen und etwas zu trinken mitbringen.

Dienstags:	18:30 - 19:45 Uhr	***Einstieg jederzeit möglich!***
Leitung:	Lisa „Bellyni“	
Kursgebühr:	80,00 Euro fürs Halbjahr	***Ermäßigung möglich!***

Anmeldung und weitere Infos bei Lisa: E-mail: Trautmann.Lisa@gmx.de

Denken in Bewegung - Brainwalking



Bei einem lockeren Spaziergang durch den Michaeli-Anger verbinden wir Fitness für die Füße mit Fitness für den Kopf. Gleichzeitig trainieren wir das Herz-Kreislauf-System, sorgen für viel frischen Sauerstoff für die Gehirnzellen und haben obendrein noch eine Menge Spaß.
Bitte ein Getränk mitnehmen.

Anmeldung im Treff.

Mittwochs:	10:30 - 12:00 Uhr

In Kooperation mit: Armut lindern • Hilfe leisten • Jeden Tag! Lichtblick Seniorenhilfe e.V.

Yoga

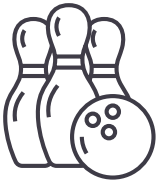


Fehlt dir im Alltag die Zeit, um auf dich selbst zu schauen? Mach mit uns Yoga! Die Hatha-Yogahaltungen sowie Atem- und Entspannungsübungen helfen dir dabei, deine Energien wieder zu aktivieren, achtsam und bewusst zu sein. Du dehnst und kräftigst den Körper und in jeder Stunde erwartet dich eine wohltuende Tiefenentspannung. Geeignet für Anfänger und Übende bis Level 2. Ich freu mich auf dich!

Donnerstags:	18:30 - 20:00 Uhr	***Anschluss-Kurs beginnt am 14.01.27***
Leitung:	Sabine Köstler	***Einstieg jederzeit möglich!***
Kosten:	11 Abende 55,00 Euro	***Ermäßigung möglich!***

Anmeldung und Infos unter folgender E-mail: s.koestler@web.de

Wir gehen zum Kegeln!



Haben Sie auch Lust auf gesellige Kegelabende? Jeden zweiten Donnerstag im Monat ab 18:00 Uhr im Pfarrheim St. Pius.
Ob Anfänger oder Profi – Jung und Alt sind herzlich willkommen!
Für gute Stimmung und jede Menge Spaß ist gesorgt.
Wir freuen uns auf viele fröhliche Runden und nette Gespräche!

Anmeldung im Treff!

Donnerstags:	12.11.26 | 10.12.26 | 14.01.27 | 11.02.27 11.03.27 | 08.04.27	***jeden 2. Donnerstag im Monat***

Spielnachmittag mit Cafébetrieb



Zuerst gibt es eine gute Tasse Kaffee, leckeren selbstgebackenen Kuchen und anschließend wird gespielt. Ob nun Brett-, Schafkopfspiel, oder auch das beliebte Rummikub auf dem Programm stehen – Freude und Spaß sind garantiert!

Mittwochs:	14:30 - 17:00 Uhr

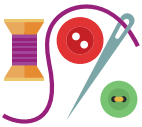
Handy- und Smartphone-Sprechstunde



Gibt es ein Problem mit einer App auf dem Smartphone? Wie wird vom Smartphone aus ein Foto verschickt – oder gibt es eine Frage zu einer Anwendung? Hier können alle Fragen rund um das Handy (Smartphone) gestellt werden. Jeden 2. und 4. Mittwoch im Monat.

Mittwochs:	11.11.26 | 25.11.26 | 09.12.26 | 13.01.27 | 27.01.27 | 10.02.27 24.02.27 |10.03.27 | 24.03.27 | 14.04.27 | 28.04.27
Uhrzeit:	14:30 - 15:30 Uhr

Nähtreff - zu schade zum Wegwerfen!



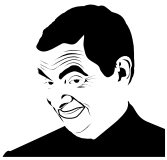
Beim Nähtreff wird gemütlich getratscht und zugleich werden alte Kleidungsstücke einem neuen Zweck zugeführt - der Umwelt zuliebe. Eure „Das-müsste-ich-mal-Reparieren-Kiste“ quillt über? Du kommst mit deinem Nähprojekt nicht weiter? Kommt mit euren Hosen oder T-Shirts vorbei und stopft, repariert und tauscht euch aus. Wir unterstützen euch & helfen mit Erfahrung & Nähmaschine.

Anmeldung im Treff!

Sonntags:	22.11.26 | 24.01.27 | 14.03.27 von 15:00 - 18:00 Uhr
Unkostenbeitrag:	3,00 Euro je Nachmittag

Weihnachtsfilmvorführung:

Fröhliche Weihnachten, Mr. Bean, Komödie



Montag, 21. Dezember 2026
Bei seinen Festvorbereitungen stiftet Mr. Bean zuerst reichlich Unordnung in einem Warenhaus... auf der Suche nach Geschenken, einem Tannenbaum und einem Truthahn. Letztendlich erlebt er einen tollen Heiligen Abend mit seiner Freundin, für die er eine höchst unerfreuliche Bescherung vorbereitet hat.
Ab 14:00 Uhr gibt es Café und Kuchen.

Termine: Montag | 14:30 Uhr im Maikäfertreff

Filmvorführung:

Impressionen aus der Maikäfersiedlung (1987)



Mittwoch, 21. April 2027
Gedreht hat den Film vor 35 Jahren eine Videogruppe, die Rita Strothjohann in den 1980er Jahren leitete. Das Video bebildert die ursprüngliche Siedlung und schildert den Versuch der Mieterinteressengemeinschaft (MIG), die Siedlung vor dem Abriss zu retten.

Termine: Mittwoch | 17:30 Uhr im Maikäfertreff

Quartiersbüro St.-Michael-Straße

Landeshauptstadt München
Referat für Stadtplanung und Bauordnung

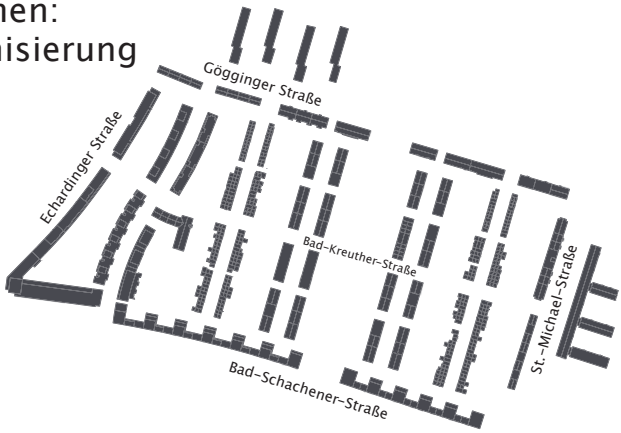
Sanierungsmangament für das Quartier St.-Michael-Straße

Öffnungszeiten:
Dienstag 14:00 Uhr bis 17:00
Sowie nach persönlicher Vereinbarung

An alle aus dem Quartier St.-Michael-Straße

Wir beraten und informieren alle Quartiersbewohner*innen kostenlos zu den Themen:

- Energetische Modernisierung
- Soziale Freiräume
- Klimaanpassung
- Artenschutz
- Mobilität
- Digitalisierung



Weitere Informationen finden Sie auf unserer Webseite unter
www.rethink-muenchen.de/quartiere/stmichael

Kommen Sie gerne vorbei!

im Auftrag von:
Landeshauptstadt München

Sanierungsmanagement:
MGS
Münchner Gesellschaft für Stadterneuerung mbH

Landeshauptstadt
München
Referat für Stadtplanung und Bauordnung

Quartier St.-Michael-Straße

Miteinander im Quartier

Beteiligung zum Platz an der Bad-Schachener-Str. 65-69

Der Platz vor den Gebäuden der Münchner Wohnen wird von vielen Anwohner*innen täglich genutzt. Von September bis November 2026 wollen wir gemeinsam mit Ihnen ausprobieren, wie der Platz freundlicher, attraktiver und besser nutzbar gestaltet werden kann. Was gefällt Ihnen an dem Platz? Was wünschen Sie sich?

Ihre Meinung ist gefragt! Wir sind für Sie vor Ort:

Donnerstag, 17.9., 14 bis 17 Uhr
Dienstag, 29.9., 16 bis 19 Uhr
Samstag, 17.10., 11 bis 14 Uhr
Donnerstag, 22.10., 8 bis 11 Uhr
Dienstag, 3.11., 12 bis 15 Uhr
Mittwoch, 4.11., 12 bis 15 Uhr
Donnerstag, 5.11., 12 bis 15 Uhr
Freitag, 27.11., 15 bis 18 Uhr

Mehr Informationen:

REGSAM

MGS
Münchner Gesellschaft für Stadterneuerung mbH

münchner wohnen

MALT MITeinander - verschönert das Quartier!



Kommt vorbei und malt mit

Wann:
3. bis 5. November 2026,
täglich 12 bis 16 Uhr
Wo:
Bad-Schachener-Straße 65 - 69



In den **Herbstferien** laden wir euch – alle Kinder, Jugendliche, Familien und Nachbar*innen zu einem kreativen **Mitmach-MALWORKSHOP** ein.

Zusammen mit den Künstler*innen **Beastiestylez** und **Johannes Brechter** gestaltet ihr euer Quartier bunt, freundlich und lebendig.

Ein **lebenswertes Quartier** entsteht nur dann, wenn **Menschen gemeinsam aktiv** werden.

Wir freuen uns auf euch!

Kontakt:
Susanne Schulze | 0162 2475632
susanne.schulze@muenchner-wohnen.de

münchner wohnen · REGSAM · MGS Münchner Gesellschaft für Stadterneuerung mbH · MAGS Münchner Aktiv für Gesundheit e.V. · Landeshauptstadt München Referat für Stadtplanung und Bauordnung



Einladung zum Weihnachtscafè

Mittwoch, den 16.12.2026
14:30 – 17:00 Uhr

Kurz vor dem Weihnachtsfest laden wir recht herzlich zu einer kleinen weihnachtlichen Feier ein. Bei Kaffee, Punsch und Gebäck werden wir bekannte Lieder singen, kurze Geschichten hören und uns über Weihnachtsbräuche austauschen.

Faschingstreiben für Erwachsene im Maikäfertreff

Mittwoch,
03.02.27
14:30-17:00 Uhr
Lustige Spiele

Faschingsdienstag
09.02.27
11:30 Uhr
Weißwurstessen, mit Anmeldung bis zum 05.02.27 im Treff



„Mama lernt Deutsch"



Untereinander Kontakt pflegen und miteinander Spaß am Erlernen der deutschen Sprache haben. Es geht um das Sprechen, Lesen und Schreiben. Alle Mütter sind herzlich willkommen. Kleinkinder können gerne mitgebracht werden.

Montags:	9:00 - 11:00 Uhr	***Nicht in den Schulferien!***
Mittwochs:	9:00 - 11:00 Uhr	

Eine Kooperationsveranstaltung mit:
Verein für Fraueninteressen e.V.

VEREIN FÜR FRAUENINTERESSEN E.V.

Deutschförderkurs für Kinder von 5-7 Jahren



Dieser Deutschförderkurs richtet sich ausschließlich an Vorschulkinder im letzten Kindergartenjahr und unterstützt sie gezielt bei der Vorbereitung auf den Schuleintritt.
Die Kinder werden altersgerecht und spielerisch an die deutsche Sprache herangeführt. Durch Geschichten, Sprachspiele und Gespräche erweitern sie ihren Wortschatz, üben einfache Satzstrukturen und gewinnen Sicherheit im Sprechen und Verstehen. Gleichzeitig werden wichtige Voraussetzungen für die Schule gefördert, wie Konzentration, Zuhören, Sprachverständnis sowie erste Begegnungen mit Buchstaben und Lauten.

Anmeldung im Treff!

Donnerstags:	15:30 - 17:00 Uhr	***Ermäßigung möglich!***
Kosten:	30,00 Euro für 10 Einheiten	

Frauen-Café mit Kindern

KOSTEN FREI



Das Café ist ein Treffpunkt für Frauen aller Nationen, Kulturen und Altersgruppen. Es bietet Raum für Begegnung und Austausch. Frauen kommen miteinander ins Gespräch, neue Bekanntschaften und Freundschaften können entstehen und gegenseitige Unterstützung ist möglich. Kinder dürfen gerne mitgebracht werden, es gibt eine kleine Spielecke.
Über einen kleinen Essensbeitrag für das Café freuen wir uns.

Freitags:	09:30 - 11:30 Uhr	***Nicht in den Schulferien!***

WICHTELWERKSTATT

Für 6 bis 12 jährige

Am Samstag, den 5. Dezember 2026, öffnet unsere Wichtelwerkstatt von 10:00 bis 12:30 Uhr ihre Türen.

Wir freuen uns darauf, mit euch gemeinsam kreativ zu werden und eine schöne, vorweihnachtliche Zeit zu verbringen!

Kosten: 2,00 € pro Treffen.
Bitte meldet euch direkt im Treff an.

Wir freuen uns auf euch!



Krapfen To Go im Maikäfertreff

Am Donnerstag den 04.02.2027

Von 15:00 - 17:00 Uhr ...

... gibt es wieder unseren Krapfen-Drive-In Schalter am Fenster für verkleidete Kinder



Mittagstisch für Senior*innen

Jeden Dienstag um **12:00 Uhr**
können Sie in geselliger Runde mittagessen.
Für einen Unkostenbeitrag von **5,00 Euro** erhalten Sie ein frisch gekochtes, gesundes Menü.

Mittagstisch

Nur mit Anmeldung!

Dienstags:	Ab 12:00 Uhr	***Ermäßigung möglich!***

In Kooperation mit: Armut lindern • Hilfe leisten • Jeden Tag! Lichtblick Seniorenhilfe e.V.

Gartengruppe für Senior*innen



Der kleine Garten beim Gartenzimmer in der Echardinger Straße 49 ist mit Hochbeeten ausgestattet. Einige Senior*innen haben sich zu einer Gartengruppe zusammengefunden. Ab dem Frühjahr können noch einige Gärtner*innen dazu kommen.

Neugierig geworden?
Informationen und Anmeldung im Treff.

Oxymel

Heilende Kräfte – ein Geschenk für liebe Mitmenschen!



Dienstag, 24. November 2026
Die kalte Jahreszeit bringt nicht nur gemütliche Stunden zu Hause, sondern auch die Gelegenheit, sich wieder auf das Wesentliche zu besinnen: natürliche Mittel, um den Körper zu stärken und sich rundum wohlzufühlen.
Oxymel vereint die Kräfte von Honig und Apfelessig mit wertvollen Kräutern und Gewürzen. Die Auswahl der Kräuterzusammensetzung entscheidet ihr selbst – je nach eurem Bedarf und euren Bedürfnissen.
Bitte mitbringen: 3 Gläser à 200 ml mit Schraubverschluss. Nach Möglichkeit vorher auskochen.

Termin:	Dienstag | 18:00 - 20:30 Uhr im Gartenzimmer
Unkostenbeitrag:	10,00 Euro

Anmeldung bis 19.11.2026 im Maikäfertreff erforderlich. (Begrenzte Teilnehmerzahl)

KOSTEN FREI

Heizkosten sparen-ohne Schimmel und Frieren

Mittwoch, 09. Dezember 2026
Wie kann man Heizkosten sparen, ohne Schimmel und ohne zu frieren? Jakob Lauser vom Sanierungsmanagement im Quartier St.-Michael-Straße wird in seinem Vortrag Tipps und Tricks zum Reduzieren der Heizkosten vorstellen. Egal ob bei Eigentümer*innen oder Mieter*innen – zahlreiche Maßnahmen rund um Heizung, Wohnverhalten und Raumklima können helfen, den Energiebedarf zu senken und die Heizkosten dauerhaft zu verringern.

MGS
Münchner Gesellschaft für Stadterneuerung mbH

Vortragsbeginn:	18:00 bis 19:30 Uhr

Quartiersspaziergang

Von der Geothermieanlage in den Heizungskeller

KOSTEN FREI

Mittwoch, 25. November 2026

Wie kommt die Wärme aus der Geothermie zu den Häusern im Quartier? Gemeinsam Vertreter*innen der SWM und der Münchner Wohnen veranstaltet das Sanierungsmanagement einen Spaziergang von der Baustelle der Geothermieanlage Michaelibad durch das Quartier St. Michael-Straße bis in den Heizungskeller eines Mehrfamilienhauses der Münchner Wohnen. Dabei erfahren Sie mehr über den Bau der Geothermieanlage, den Fernwärmenetzausbau und die nötigen Arbeiten im Heizungskeller, die Arbeiten im Heizungskeller.
Der Spaziergang ist für alle öffentlich zugänglich.
Wir bitten um eine Anmeldung per Mail an klimaquartier.st-michael@mgs-muenchen.de.

MGS
Münchner Gesellschaft für Stadterneuerung mbH

Vortragsbeginn:	16:00 bis 17:30 Uhr
Treffpunkt:	Geothermieanlage Michaelibad, Heinrich-Wieland-Straße 16

Steigende Energiepreise

Was man dagegen tun kann

KOSTEN FREI

Mittwoch, 20 Januar 2027

Steigende Energiepreise spüren wir alle – beim Heizen und im Alltag. Doch was sind die Gründe dafür, wie geht es weiter und was können wir dagegen tun? Jakob Lauser vom Sanierungsmanagement im Quartier St.-Michael-Straße wird in seinem Vortrag praktische Möglichkeiten erläutern, wo die größten Einsparpotenziale in Ihren vier Wänden schlummern und wie Sie nachhaltig bares Geld sparen.

MGS
Münchner Gesellschaft für Stadterneuerung mbH

Vortragsbeginn:	18:00 bis 19:30 Uhr

Die Kraft der Knospen

Für unsere Gesundheit und zum Genuss



Dienstag, 16. Februar 2027
Es begeistert immer wieder, wie Gehölze es schaffen, ihre empfindlichen Organe wie Blüten, Blättchen und junge Triebspitzen auf kleinstem Raum einzummeln, um sie vor Regen, Schnee, Kälte, Wind und Schädlingen zu schützen. Knospen enthalten eine hohe Konzentration an Nährstoffen und sekundären Pflanzenstoffen. Diese kleinen Kraftpakete sind sowohl in der Heilkunde als auch in der Küche sehr wertvoll. Wir beschäftigen uns mit der Bestimmung, der Ernte und den vielfältigen Verwendungsmöglichkeiten. Dabei werden wir einige Köstlichkeiten zubereiten und gemeinsam genießen.

Termin:	Dienstag | 18:00 - 20:30 Uhr im Gartenzimmer
Unkostenbeitrag:	10,00 Euro

Anmeldung bis 10.02.2027 im Maikäfertreff erforderlich. (Begrenzte Teilnehmerzahl)

KOSTEN FREI

Pflanzen vorziehen auf der Fensterbank



Mittwoch, 17. Februar 2027
Torsten Mertz und Volker Eidems vom Projekt Gemeinschaftsgarten „Blühende und gedeihende Nachbarschaft“ (Münchner Wohnen) in der Echardinger Straße zeigt euch, wie ihr schon im Winter eine reiche Ernte planen könnt. Unsere Themen sind unter anderem: Welche Pflanzen sollte man wann auf der Fensterbank vorziehen? Was eignet sich gut als Pflanzgefäß, das ihr nicht kaufen müsst? Wie plant ihr ein Beet effizient, damit ihr viel gesundes Obst / Gemüse ernten könnt? Außerdem bietet das Treffen Gelegenheit, sich in der Nachbarschaft besser kennenzulernen, Pflanzentauschbörsen zu organisieren und ins Gespräch zu kommen.

Vortragsbeginn:	18:00 - 20:00 Uhr

Männergesundheit

Sind Männer wirklich das starke Geschlecht?

KOSTEN FREI

Mittwoch, 10. März 2027
Impulse und Fakten für die Gesundheit des Mannes.
Herr Dr. med. Marco Scelsi vom GesundheitsTreff Neuperlach spricht über Unterschiede und Besonderheiten rund um das Thema Männergesundheit – denn Vorsorge ist in jedem Alter wichtig.



Keine Anmeldung nötig!

Vortragsbeginn:	18:00 bis 19:30 Uhr

Wildkräuterspaziergang

Für unsere Gesundheit und zum Genuss

Dienstag, 13. April 2027
Im Frühjahr sind die Wildpflanzen besonders wertvoll: Sie stecken voller Vitamine und Mineralstoffe und können unseren Körper und unser Immunsystem auf natürliche Weise unterstützen. Gemeinsam gehen wir durch den Michaelianger und entdecken die jungen Wildkräuter. Dabei besprechen wir, wie wir sie sicher erkennen und vielseitig verwenden können. Nach etwa einer Stunde lassen wir den gemeinsamen Spaziergang gemütlich ausklingen. Es erwartet euch eine kleine Auswahl an Köstlichkeiten aus Wildkräutern – zum Essen und Trinken. Bitte mitbringen: Teller; Besteck; Becher; große Gefriertüte; kleine Schere; Lupe, wenn vorhanden
Treffpunkt:
Bei trockenem Wetter: Piratenspielplatz
Bei Regen: Gartenzimmer



Termin:	Dienstag | 18:00 - 20:30 Uhr
Unkostenbeitrag:	10,00 Euro

Anmeldung bis 07.04.2027 im Maikäfertreff erforderlich. (Begrenzte Teilnehmerzahl)

Frauenstammtisch

Jeden dritten Donnerstag im Monat treffen wir uns ab **17:00 Uhr** in der **Echardinger Gartenlaube** (Echardinger Str. 10).

Die Gestaltung der Treffen ist offen und ist sicher eine gute Gelegenheit, einen schönen Abend zu verbringen, neue Frauen kennen zu lernen, Kontakte zu knüpfen oder sich auszutauschen.



Donnerstags:	19.11.26 | 17.12.26 | 21.01.27 | 18.02.27 | 18.03.27 | 15.04.27
Leitung:	Melissa | Tel.: 0179 11 90 360

Männerstammtisch

Jeden letzten Donnerstag im Monat treffen wir uns ab **17:00 Uhr** im **Isareck Stüberl** (Dornbergstraße 17).
Ein Angebot für Männer jeden Alters, die Freude an Gemeinschaft und Gesprächen unter Männern haben. Jeder Mann ist herzlich willkommen!



Donnerstags:	26.11.26 | 28.01.27 | 25.02.27 | 25.03.27 | 29.04.27
Leitung:	Sepp | Tel.: 089 / 49 57 38

Versichertenberatung der Deutschen Rentenversicherung



- Auskunft zu Fragen der gesetzlichen Rentenversicherung
- Kontenklärung
- Rentenanträge/Formulare

Dieser Service ist kostenlos!

Vereinbaren Sie telefonisch mit Frau Reindl einen Termin: Tel: 089 / 150 12 58

Treffen der AA Gruppe und der Al-Anon-Gruppe

Anonyme Alkoholiker ®

Die Anonymen Alkoholiker (AA) sind eine zwanglose, weltweite Gemeinschaft von Männern und Frauen aus allen Berufs- und Gesellschaftsschichten, die sich regelmäßig treffen, um nüchtern zu werden und ihre Nüchternheit zu erhalten. Die einzige Voraussetzung für die Zugehörigkeit zur Gemeinschaft ist der Wunsch, mit dem Trinken aufzuhören. Es gibt keine Gebühren oder Mitgliedsbeiträge.

Al-Anon Familiengruppen

Die Al-Anon Familiengruppen sind eine Gemeinschaft von Angehörigen und Freunden von Alkoholikern, die ihre **Erfahrung, Kraft und Hoffnung** miteinander teilen, um ihre gemeinsamen Probleme zu lösen.

Montags:	19:30 - 21:00 Uhr
Kontakt:	Achim | Tel.: 0176 56 76 01 80

Beratungsangebote

Die Beratungsangebote sind kostenlos, vertraulich und unabhängig von Weltanschauung und Religion.

Soziale Beratung

Soziale Beratung bietet Unterstützung für Menschen in schwierigen sozialen, wirtschaftlichen und persönlichen Lebenslagen.

Unser Angebot

- Sozialpädagogische Beratung
- Hilfe bei Behördenangelegenheiten
- Weitervermittlung an andere soziale Einrichtungen
- Stärkung der sozialen Netze im Stadtviertel

Sprechzeiten: Mittwoch | 9:30 - 12:00 Uhr

Beratung für Senior*innen

In Kooperation mit:

Armut lindern • Hilfe leisten • Jeden Tag!
Lichtblick Seniorenhilfe e.V.

Unser Angebot

- Beratung über die Versorgungsmöglichkeiten
- Dienstleistungen und Angebote der Altenhilfe
- Informationen über Kostenträger und Leistungen z. B. Kranken- und Pflegekassen
- Informationen zur Grundsicherung
- Unterstützung bei der Antragsstellung und im Umgang mit Behörden

Sprechzeiten: Dienstag | 11:00 - 12:00 Uhr | Mittwoch | 14:00 - 15:00 Uhr

Serviceangebote

Tageszeitungen lesen

Süddeutsche Zeitung



Büchertauschecke

Spannende Krimis und Romane sowie Kinder- und Jugendbücher stehen im Bücherregal und können getauscht und ausgeliehen werden.



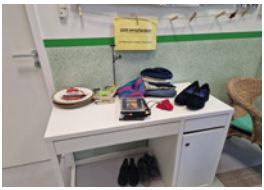
Büroservice

Kurzberatung bei Behördenschriftwechsel und kopieren von Unterlagen.
Zu den allgemeinen Sprechzeiten.



Verschenktisch

Ob Haushaltswaren, Kinderklamotten oder Spielsachen – was noch nutzbar ist, kann in kleinen Mengen auf dem Verschenktisch im Foyer genommen werden.



WOCHENPLAN regel

Montag	Dienstag	Mittwoch
Mama lernt Deutsch 9:00 – 11:00 **Ausflüge und Besichtigungen**	**Hockergymnastik** 10:45 – 11:30 **Seniorenberatung** 11:00 – 12:00	**Sprechzeit** 9:00 – 13:00 **Mama lernt Deutsch** 9:00 – 11:00 **Brainwalking** 10:30 – 12:00
Vorträge/ Workshops 14:00 – 17:00	**Mittagstisch** 12:00 – 13:30 **Quartiersbüro Sanierungsmanagement Sprechstunde** **14:00 – 17:00** **Bauchtanz Lady´s 60+** 15:30 – 17:30	**Senior*Innenberatung** 14:00 – 15:00 **Spielenachmittag mit Cafébetrieb** 14:30 – 17:00 **Smartphone-Sprechstunde** 14:30 – 15:30 2x mtl.
AA Gruppe 19:30 – 21:00 **Al-Anon Gruppe** 19:30 – 21:00	**Kräuterworkshops** 18:00 – 20:00 1x mtl. **Bellydance** 18:15 – 19:45	**Vorträge/ Workshops** 18:00 – 19:30

GZ – Gartenzimmer Echardinger Str. 49 **Veranstaltungen finden nicht im**

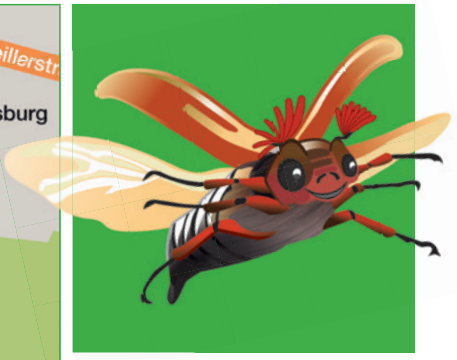
mäßige Veranstaltungen

Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
	Frauen-Café mit Kindern 9:30 – 11:30	**Workshop** 10:00 – 12:30 1x mtl.	**Nähtreff** 15:00 – 18:00
Sprechzeit 14:00 – 18:00 **Deutschförderkurs f. Vorschulkinder** 15:30 – 17:00	**Französische Spiel- und Lerngruppe** 15:00 – 18:00 **Französische Spiel- und Lerngruppe** 15:00 – 18:00		
Frauenstammtisch 17:00 – 19:00 1x mtl. **Männerstammtisch** 17:00 – 21:00 1x mtl. **Yoga** 18:30 – 20:00 **Kegeln** 18:00 – 21:00 1x mtl.			

Maikäfertreff statt!

Der Maikäfertreff ist ein Treffpunkt und Begegnungsort für alle unabhängig von Alter, Geschlecht und Herkunft. Wir unterstützen Sie in der Umsetzung Ihrer eigenen Ideen, setzen uns für die Belange der Bürger*innen in der Siedlung ein, fördern Eigeninitiative und gegenseitige Hilfe untereinander.





Maikäfertreff
Bad-Schachener-Str. 69
81671 München
Tel: 089 / 66 06 36 64
maikaefertreff@mags-muenchen.de

www.maikäfertreff.de
www.mags-muenchen.de

Adresse Gartenzimmer:
Echardinger Str. 49
Eingang über Bad-Kreuther-Straße (Fußweg Garteneingang)

Träger:

MAGS
München Aktiv für Gesundheit e.V.

Der Treff wird gefördert von:

Landeshauptstadt
München
Sozialreferat

Quartierbezogene Bewohnerarbeit

Impressum:
Verantwortlich: Lena-Maria Hopf
Maikäfertreff | Bad-Schachener-Str. 69 | 81671 München | Leitung: Lena-Maria Hopf