



OBAcht

MAGAZIN

Herbst 2024

IM BLICK

Lebens•wege

Unsere Ehemaligen erzählen

Early Bird Party

Feiern von 19:00 bis 23:00 Uhr

Silvester

2025, wir kommen!

Kalender

Was geht ab?

Oktober bis Dezember



Liebe Leserinnen
und Leser,

nach den Sommer•ferien fangen bei der OBA immer neue Freiwillige an – unser Orga-Team. Sie machen ihr Soziales Jahr und schnuppern ein Jahr lang in die OBA hinein. Die jungen Leute sammeln ihre ersten Erfahrungen im Arbeits•leben und in einem sozialen Arbeits•feld.



Diese Erfahrungen sind oft sehr prägend. Unsere „Ehemaligen“, sowohl die Zivil•dienst•leistenden als auch die Freiwilligen der vergangenen 40 Jahre, haben uns davon eindrücklich berichtet. Da gab es berufliche Weichen•stellungen, menschliche Grund•erfahrungen, Spaß und Widerstände oder die Liebe fürs Leben.

„Es sind auch viele Freundschaften entstanden. Manche auf Zeit, andere fürs Leben. Für all dies sind wir sehr dankbar.“

Wir haben auch diesmal wieder ein abwechslungs•reiches Programm zusammen•gestellt. Wir wünschen Ihnen viel Spaß beim Lesen.

Aber nicht nur die Freiwilligen wurden geprägt. Sie selbst haben auch die OBA mit•gestaltet, mit ihren unterschiedlichen Stärken und dem, was sie in all den Jahren eingebracht haben. Es sind auch viele Freundschaften entstanden. Manche auf Zeit, andere fürs Leben. Für all dies sind wir sehr dankbar.

Und kommen Sie doch einfach bei uns vorbei!

Herzlichst,
Tom Rausch
Leitung der OBA

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, Martina Matovic,
Tom Rausch, Juli Herrmann (GLL e.V.)

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

Druck: SAS Druck,
Fürstfeldbruck

Öffnungs•zeiten Café imKult9

Dienstag
17:00 – 19:30 Uhr

Mittwoch – Donnerstag
17:00 – 21:00 Uhr

Freitags geöffnet im Rahmen
der Veranstaltungen

Samstag bei OBA-Veranstaltungen
16:00 – 23:00 Uhr,
im Rahmen von Kult9-Veranstaltungen
hat das Café samstags
von 16:00 – 19:00 Uhr geöffnet.

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

Unser Träger ist:

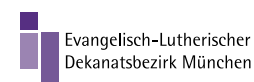


FOTO: OBA

Lebens•wege

Unsere Ehemaligen
erzählen



ab Seite

10

Vorwort.....Seite 1

IM BLICK

Lebenswege.....Seite 4

Wo alles begann.....Seite 6

7 ehemalige Zivis und
Freiwillige Soziale Helfer*innen
(FSH) erzählen.Seite 10

Kolumne: Juli sagt.....Seite 17

Moment•aufnahmen.....Seite 18

VIEL GEBOTEN

Aktuelle
Veranstaltungen.....Seite 20

Kult9 Live.....Seite 28

Konzert•erlebnis
im Kult9Seite 30

Gutschein OBA
und Kult9.....Seite 31

Öffnungs•zeiten
Kult9-Café.....Seite 31

FIT BLEIBEN

Vegane Küche.....Seite 32

Yoga zum mitmachenSeite 33

Inhalt

Juli sagt...



Kolumne Seite **17**

Manssbilder



Selbst•behauptungs•kurs Seite **23**

Heilig•abend



Gemeinsam feiern Seite **27**

DABEI SEIN

Personelles.....Seite 34

Online spenden.....Seite 35

FREIZEIT hoch2.....Seite 36

Info: Umsatzsteuer.....Seite 37

IMMER WIEDER

Regelmäßige Angebote.....Seite 38

Silvester



Party Seite **27**

KALENDER ab Seite **40**
Alle Veranstaltungen
von Oktober bis Dezember

OBA-Arbeits•bereiche.....Seite 48

Spendenaufruf.....Seite 51

Das OBA-Team.....Seite 52



Lebens•wege



Manche Wege sind
verschlungen.
Manche geradeaus.
Manche Wege enden schnell
oder fangen neu an.
Verzweigen sich oder kommen
wieder am Anfang an.

Lebens•wege: das ist der Titel
von unserem Magazin.
Darin zeigen wir Menschen,
die ganz unterschiedliche
Wege gegangen sind. Allen
gemeinsam ist: sie waren
Teil der OBA. Was haben sie
mit•genommen? Hat die OBA
Spuren hinterlassen?

**7 ehemalige Zivis und
Freiwillige Soziale
Helfer*innen (FSH) erzählen.**

113 | **68**
Zivis | **FSH**

1980er-Jahre bis heute

FOTO: OBA



Das Freiwillige Soziale Jahr:

Wo alles begann...

Vor 70 Jahren gab es einen Aufruf zur Mitarbeit in sozialen Einrichtungen.



Auch Kinderbetreuung hatte man 1954 im Blick, als junge Frauen zum Diakonischen Jahr eingeladen wurden.

Seit 70 Jahren schenken Menschen ein Jahr ihres Lebens, um anderen Menschen zu helfen. „Freiwilliges Soziales Jahr“ heißt der Dienst, den sie in Krankenhäusern, Pflegeheimen, Jugendeinrichtungen oder Wohnheimen für Menschen mit Behinderung leisten. Entstanden ist die Idee in Neuendettelsau. Heute leisten jedes Jahr bundesweit 100.000 Freiwillige ihren Dienst.

„Ich bitte die evangelische weibliche Jugend: Wagt ein Jahr eures Lebens für die Diakonie!“ hat Herrmann Dietzfelbinger in einer Predigt am 9. Mai 1954 aufgerufen. Dietzfelbinger war damals Rektor

„Ich bitte die evangelische weibliche Jugend: Wagt ein Jahr eures Lebens für die Diakonie!“

Herrmann
Dietzfelbinger

FOTO: Diakoneo

der Diakonie Neuendettelsau und wollte 2 Dinge erreichen: Er hoffte, über das Diakonische Jahr junge Menschen für die Arbeit im Sozialen Bereich zu begeistern. Den Freiwilligen wiederum sollte Bildung für ihr weiteres Leben vermittelt werden. „Dienen, Beten, Leiden und Mittragen“, hatte Dietzfelbinger ihnen als Lohn versprochen. Und rund 250 junge Frauen sind seinem Ruf im ersten Jahr gefolgt. Ihnen folgen zahllose junge Menschen.

Freiwillige der 1. Generation

Anna Stettinger war eine von ihnen. 1959 hat sie ihr Diakonisches Jahr in den Himmelkroner Heimen angetreten. „Zu meinen Aufgaben gehörte es, die Bewohner zu wecken, zu waschen und ihnen Essen zu machen, aber auch mit ihnen zu spielen und sie zu fördern“, erklärt die heute 87-Jährige. Während ihres Freiwilligen Jahres wuchs in ihr die Überzeugung,



Diakonisse zu werden. „Ich war stolz, dass ich bei der Arbeit etwas leisten konnte, und habe gemerkt, dass das für mich der richtige Weg ist“, so Schwester Anna. Außerdem ermöglichte die Entscheidung ihr, schon zur damaligen Zeit, einer eigenen Karriere nach•zu•gehen. Die Idee von Rektor Dietzfelbinger ist bei ihr voll auf•gegangen.

Das haben auch andere kirchliche Träger schnell bemerkt. Nach wenigen Jahren hatten alle evangelischen Landes- und Freikirchen ähnliche Programme auf•gelegt. Es folgten katholische und nicht•konfessionelle Träger der Freien Wohlfahrts•pflege. 1964 verabschiedete der Bundes•tag schließlich ein Gesetz, dass die Rechte und Pflichten von Freiwilligen und Trägern regelte.

**„Ich war stolz,
dass ich bei der
Arbeit etwas
leisten konnte,
und habe gemerkt,
dass das für
mich der richtige
Weg ist.“**

Schwester Anna



Schwester Anna war eine Freiwillige der 1. Generation. Beim Anschauen der Fotos erinnert sie sich noch heute an diese besondere Zeit.

FOTO: Diakoneo

Ein Gewinn für alle

Das war inzwischen auch notwendig, weil immer mehr Menschen diesen Dienst absolvieren wollten. Sie merkten, dass der Dienst auch ihnen etwas bringt. Sie lernen neue Dinge kennen, entwickeln sich selbst weiter, lernen Menschen kennen, die denken wie sie. Dass sie sozial•versichert sind, ein Taschen•geld und Urlaub bekommen ist auch ein Argument, den Dienst als Zwischen•station ein•zu•schieben.

Sprung•brett ins (Berufs)leben

Die Einsatz•stellen haben dafür Hilfe bei ihrer Arbeit. Die Freiwilligen unterstützen im Alltag und bei Tätigkeiten, für die Mitarbeiter*innen keine Zeit haben. Gleichzeitig können die Erfahrungen in diesem Jahr dazu führen, dass Freiwillige im Anschluss eine Ausbildung im Sozialen Bereich beginnen. Und selbst wenn die

Freiwilligen das nicht tun: Sie werden nie vergessen, wo sie gearbeitet haben. Und sie vergessen nicht, was Menschen brauchen, die sie betreut haben. Das hilft, in der Gesellschaft Verständnis für Menschen, die Hilfe brauchen, zu schaffen. So ist das Diakonische Jahr, heute noch wie damals, ein Format, das junge Menschen stärkt, in ihrer Entwicklung unterstützt, Orientierung gibt und Menschen zusammenbringt.



Mehr über Diakoneo
Neuendettelsau erfahren
Sie hier





„In meinem Jahr bei der OBA bin ich richtig flügge geworden.“



Miriam Lederer

Freiwilliges Soziales Jahr
1999/2000

WAS VERBINDEST DU MIT DER OBA?

Wahnsinnig viel. Von zuhause ausziehen und in einer WG wohnen. Verantwortung übernehmen, für mich und für andere. Sogar kochen habe ich hier gelernt. Auf den Reisen war ich mit Willi unterwegs. Eines meiner tollsten Erlebnisse: Auf dem Amalienhof haben wir eine Burg aus Holz gebaut. Leider war sie als Spielgerät nicht geeignet.

WAS HAST DU FÜR DEINEN WEITEREN WEG MIT•GENOMMEN?

Dieser neue Blick auf bestimmte Dinge. Ich hätte mir zum Beispiel gewünscht, dass die Eltern ihre Kinder mal auf dieser Reise erlebt hätten. Sie waren ganz anders, als die Eltern uns das vorher beschrieben hatten. Auch für mein Studium und späteren Beruf war das Jahr in der OBA ausschlaggebend.

FOTO: OBA

FOTO: OBA

„Sei du selbst und kümmere dich nicht um die Meinung anderer.“



Andreas Fischbacher

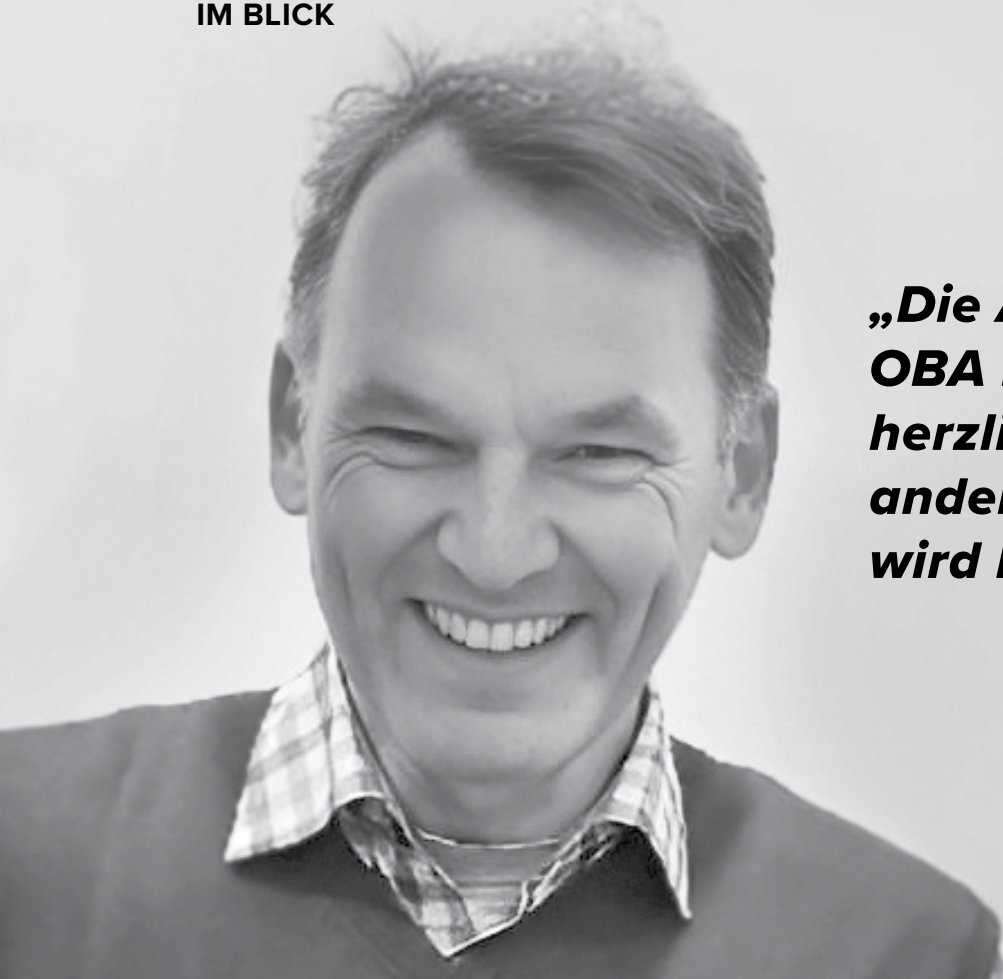
Zivi 1982/1983

WAS VERBINDEST DU MIT DER OBA?

Musikalität (für Insider: Bongobär und Elmar) und eine tiefe Gemeinschaft. 33 Jahre war ich nicht mehr im Löhe Haus. Wie sich das anfühlt? Wie Heimkommen!

WAS HAST DU FÜR DEINEN WEITEREN WEG MIT•GENOMMEN?

Es ist ok, wenn die Chemie nicht stimmt. Auch wenn die Person eine Behinderung hat. Und andersherum genauso. Freundschaften sind hier entstanden. Später, als ich Vater wurde, haben mich die Erfahrungen in der OBA weiter begleitet: Der Wert eines jeden Lebens ist mir durch die Arbeit hier bewusster geworden. Was noch? Mit mehr Gelassenheit Dinge anpacken.



„Die Atmosphäre der OBA ist unglaublich herzlich. Offenheit anderen gegenüber wird hier gelebt.“



„Als ich in die OBA kam, war das ein Sprung ins kalte Wasser. Jetzt studiere ich Sonderpädagogik.“

Marcus Menzl

Zivi 1988/1989

WAS VERBINDEST DU MIT DER OBA?

Die Reisen waren besonders spannend. Ich hatte einen Zimmer-nachbarn. Er musste nachts alle 2 Stunden gedreht werden. Ein anderer Teilnehmer war Autist. Er ließ nachts den Wasser-hahn laufen und beobachtete das Wasser. Natürlich habe ich mich darüber gewundert. Aber das waren intensive Erfahrungen, die ich nicht missen möchte. Man begreift, was eine Beeinträchtigung im Alltag bedeuten kann.

WAS HAST DU FÜR DEINEN WEITEREN WEG MIT•GENOMMEN?

Vor meinem Zivil-dienst hatte ich mit Menschen mit Behinderung nichts zu tun. Danach hat mich das Thema beruflich und privat immer wieder beschäftigt. Ich habe zum Beispiel eine Frau mit Behinderung begleitet.

Anne Schoberl

Freiwilliges Soziales Jahr
2019/2020

WAS VERBINDEST DU MIT DER OBA?

Einen Friedhofs-besuch. Gruselig. Zuerst fühlte es sich komisch an, aber dann war es wirklich schön. Weniger gruselig, dafür aber umso toller sind mir die Oldtimer-Ausfahrten in Erinnerung geblieben. Und wie sich eine Teilnehmerin zum Sonnen auf einen Tisch gelegt hat. So einfach geht gute Laune.

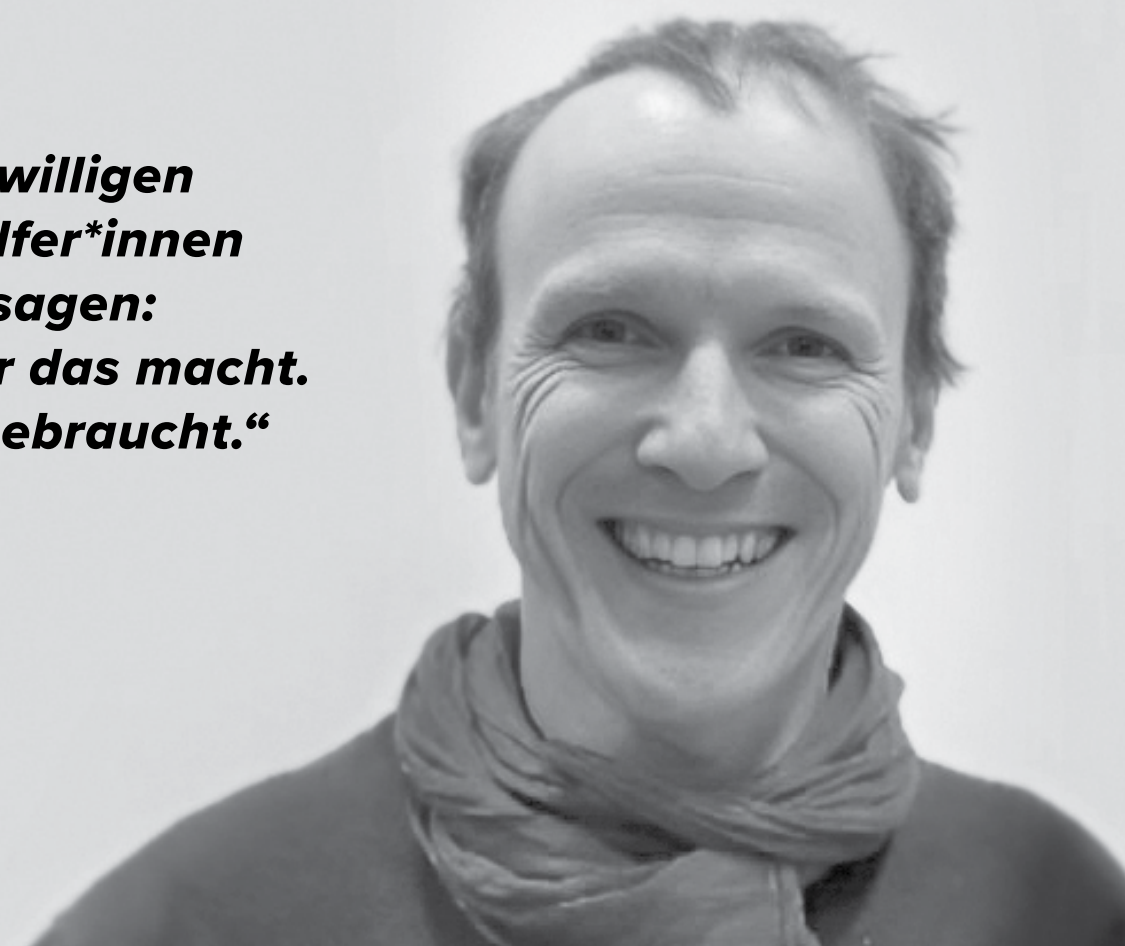
WAS HAST DU FÜR DEINEN WEITEREN WEG MIT•GENOMMEN?

Menschen mit Behinderung waren in meinem Leben vor der OBA nicht präsent. Die Entscheidung für meinen beruflichen Weg nach der OBA in die Sonderpädagogik macht mich glücklich.



**„Ein Freiwilliges
Soziales Jahr kann
anstrengend sein,
aber es lohnt sich.“**

**„An die Freiwilligen
Sozialen Helfer*innen
möchte ich sagen:
Toll, dass ihr das macht.
Ihr werdet gebraucht.“**



Anja Batur

Freiwilliges Soziales Jahr
2015/2016

WAS VERBINDEST DU MIT DER OBA?

Nervenkitzel pur beim Sport. Auf dem Weg nach Nürnberg zu einem Basketballturnier hatte der Zug mehrere Stunden Verspätung. Dank dem Zusammenspiel glücklicher Zufälle hat es das Team doch noch rechtzeitig zum Turnier geschafft. Die Nerven lagen blank. 1. Spiel verloren. Aber dann die unerwartete Wendung: Das Turnier hat die OBA-Mannschaft gewonnen! Da sind Freudenstränen geflossen.

WAS HAST DU FÜR DEINEN WEITEREN WEG MIT•GENOMMEN?

Es gibt viele verschiedene Arten miteinander zu kommunizieren. Es ist wichtig, zu versuchen, sich gegenseitig zu verstehen.

FOTO: OBA

Jürgen Weigert

Zivi 1988/1989

WAS VERBINDEST DU MIT DER OBA?

Offenheit. Gleich zu Beginn meines Zivildienstes musste ich auf eine Winterfreizeit nachreisen. In meinem Zimmer lag ein Teilnehmer nackt auf dem Bett und begrüßte mich mit den Worten: „Dich kenn ich!“. Was natürlich nicht sein konnte. Im Nachhinein war das ein schönes Erlebnis, so unbedarft und unvoreingenommen empfangen zu werden.

FOTO: OBA

WAS HAST DU FÜR DEINEN WEITEREN WEG MIT•GENOMMEN?

Nach meinem Zivildienst entschied ich mich für ein Studium der Elektrotechnik. Schnell merkte ich: Das ist nichts für mich. Dann führte mein Weg in die Soziale Arbeit.



„In der OBA habe ich meine Frau kennen•gelernt.“

Matthias Roll-Stolle

Zivi 1994/1996

WAS VERBINDEST DU MIT DER OBA?

Während meines Zivil•dienstes haben wir, die Zivis, eine Reise geplant. Wir waren für alles verantwortlich, was bei der Planung für eine Gruppen•reise so anfällt: die Fahrten, alles rund um die Teilnehmer*innen, was gibt es zu essen? Das war eine neue Erfahrung.

WAS HAST DU FÜR DEINEN WEITEREN WEG MIT•GENOMMEN?

Ich hatte schon einen Beruf gelernt, als ich bei der OBA als Zivi angefangen habe. Ich bin Vermessungs•techniker. Seit der Zeit meines Zivil•dienstes denke ich anders über die sozialen Aspekte der Gesellschaft. Und wir haben einen Sohn mit Behinderung bekommen.

Juli sagt...



„NICHTS VERSCHEUCHT BÖSE TRÄUME SCHNELLER ALS DAS RASCHELN VON BEDRUCKTEM PAPIER.“

Cornelia Funke
in „Tintenherz“

Mein Weg ins OBAcht-Magazin

Ich habe schon immer gerne gelesen. In meinem letzten Schuljahr arbeitete ich in der Schüler•zeitung. Als Kind wollte ich Deutsch•lehrerin werden oder Bücher schreiben. Daraus wurde nichts. Viele Jahre später hatte ich dann eine Zeitungs•redaktion. Die Zeitung wurde von Menschen mit Behinderung gemacht.

Schreiben ist Freiheit.

Ich werde Gedanken los, die mich beschäftigen. Davon bekomme ich einen klaren Kopf.

Schreiben ist Austausch mit anderen.

Es macht gute Gespräche.

Schreiben ist Fantasie und Wirklichkeit.

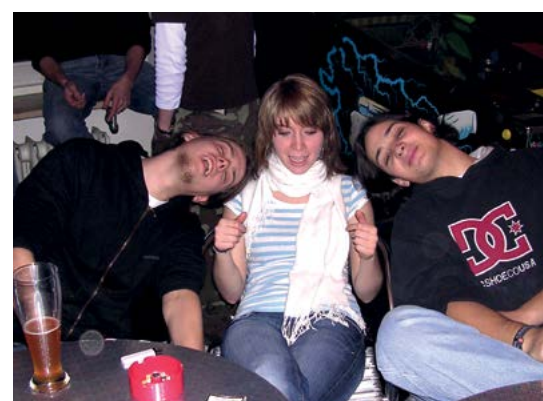
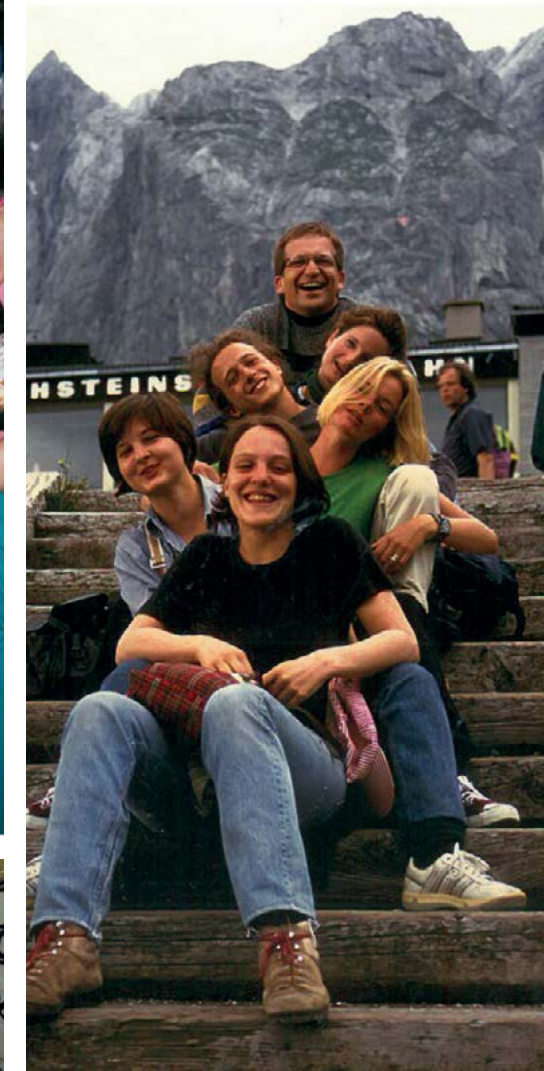
Ich schreibe, weil ich gerne lese. Wenn ich lese, geht es mir gut. Dann vergesse ich alles um mich herum.

Jetzt schreibe ich regelmäßig hier im OBAcht-Magazin.

FOTO: OBA

FOTO: GLL e.V.





FOTOS: OBA



MITTWOCH, 27. NOVEMBER

Film•abend: Selbst•bestimmte Sexualität

● 18:00 – 20:30 Uhr

Jens Fülle, Hannah Fröhler

Welchen Film wir schauen, steht noch nicht fest. Den Film geben wir recht•zeitig bekannt. Eines ist aber sicher: Wir schauen einen Film über selbst•bestimmte Sexualität. Das soll uns zum Nach•denken bringen. Im Anschluss wollen wir uns unter•einander aus•tauschen.

Der Film•abend ist für alle, die sich mit Sex und Nähe auseinander•setzen möchten.

Bitte anmelden!

Mit dabei:

Peer-Berater
Daniel Neugebauer
089-189 129 46
daniel.neugebauer
@cbf-muenchen.de

Wo?

Club•raum, Kult9

SAMSTAG, 12. OKTOBER

Oldtimer-Rausfahrt

● 9:30 – 17:00 Uhr **Andrea Strobl**

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

Begrenzte Plätze. Wer keinen Platz hat, wird informiert. Der Teilnehmer•beitrag wird bei Nicht•erscheinen trotzdem fällig.

Ausflugs•telefon: 0151 - 280 580 44

Bitte anmelden bis 1. Oktober!

Wieviel?

25 EUR für Fahrt und Verpflegung
Treff•punkt:
9:30 Uhr Löhe Haus
oder 10:00 Uhr
Schloss
Nymphenburg –
bitte Bescheid
geben, zu welchem
Treff•punkt Sie
kommen!
Rück•kehr:
ca. 17:00 Uhr
Löhe Haus

FOTOS: freepik, OBA

DIENSTAG

Musik•gottesdienst

● 19:30 Uhr **Tom Rausch**

Wir laden ein zum Gottes•dienst mit Gospel- und Pop•musik, Songs zum Mit•singen, Kurz-Impulsen und einem außergewöhnlichen Feier•abendmahl – mit besonderer Atmosphäre.

Termine:

24.9., 22.10., 26.11.

Wo?

St. Markus•kirche,
Gabelsbergerstr. 6,
Tram 27/28 bis
Pinakothek oder
U3/U6 bis
Odeons•platz
Treff•punkt:
18:30 Uhr Kult9
oder 19:30 Uhr
St. Markus



MITTWOCH, 2. OKTOBER

Golden Age Disco

● 18:00 – 21:00 Uhr **Kristin Kockro**

Eine Disco für das goldene Alter! Tanzen für die Generation 60+ mit Hits aus den 50ern, 60ern und den 70er-Jahren.

Bitte anmelden!



Wieviel?

Eintritt frei!

Wo?

Kultur im Trafo
Treff•punkt:
17:30 Uhr
Löhe Haus



SAMSTAG, AB 12. OKTOBER

Standard-Tanz•kurs für Anfänger*innen

● 18:15 – 20:00 Uhr **Andrea Strobl**

Wir lernen Walzer, Fox•trott, Disco•fox, Tango sowie Line•dance. Zum Abschluss feiern wir mit Freund*innen und Familie mit einer Vorführung. Wichtig: Wer keinen Platz bekommt, wird benachrichtigt.

Bitte anmelden bis 30. September!

Termine: 12.+19.10.; 9.+16.11.; 7.+14.12.;
11.+25.1.; 8.+22.2., 8.3.

Wieviel?

40 EUR

Wo?

OBA,
Besprechungs•raum
im 2. Stock



LIVE
Yehudi
MUSIC
Menuhin
NOW



DONNERSTAG, 17. OKTOBER

**Yehudi Menuhin
Konzert**

● 19:00 Uhr (Einlass 18:30 Uhr)

Andrea Strobl

Der Yehudi Menuhin e.V. ist seit vielen Jahren Konzert-partner der OBA. Junge Musiker*innen zeigen ihr Können.

Wieviel?
Eintritt frei!

FREITAG, 8. NOVEMBER

Early Bird Party

● 19:00 – 23:00 Uhr Kathy Mörth

Feiern – (fast) wie früher! Und tatsächlich früher. Spät nachts ausgehen? Das ist vielen frühen Vögeln zu spät. Die Early Bird Party richtet sich an Mamas, Papas und alle anderen, die am nächsten Morgen frühzeitig aufstehen müssen.

Tickets an der Abend-kasse
Wieviel? 8 EUR
Wo? Kult9

SAMSTAG, 9. NOVEMBER

**Party mit den
Impro-Elchen**

● 19:00 – 23:00 Uhr Kathy Mörth

Die Impro-Elche treten auf! Wir freuen uns auf Impro-Theater. Hier macht das Publikum mit: Jede*r kann einen Vorschlag machen. Die Schauspieler*innen greifen diesen auf und spielen spontan eine Szene auf der Bühne.

Wieviel? 2 EUR
Wo? Kult9

SAMSTAG, 26. OKTOBER

**Politischer
Bildungs-ausflug
zum Kloster Irsee**

● 9:00 – 18:00 Uhr

Hannah Fröhler, Kathrin Horn

Wir lernen etwas über die Geschichte vom Kloster Irsee. Das Kloster war früher ein Heim für psychisch kranke und behinderte Menschen. Während der NS-Zeit wurden dort Menschen getötet. Heute ist das Kloster auch eine Gedenk-stätte. Nach einem Rund-gang essen wir zusammen Mittag. Zum Schluss machen wir eine Gesprächs-runde.

Bitte anmelden bis 16. Oktober!

Wieviel? 15 EUR
inkl. Mittag-essen
Treff-punkt: Kult9

SAMSTAG/SONNTAG, 16., 17. NOVEMBER

**„Mannsbilder“
Selbst-behauptungs-
training für Männer**

● jeweils 10:00 – 16:00 Uhr

Andrea Strobl

Was gefällt mir? Was mag ich nicht? Im Training lernen wir, wie wir uns selbst behaupten und wie wir mit schwierigen Situationen umgehen. Wir sprechen über Liebe und Freundschaft.

Wichtig: Die Teilnahme-gebühr wird nach Anmelde-schluss fällig! Wer keinen Platz bekommt, wird benachrichtigt.

Bitte anmelden bis 4. November!

Leitung:
Bernd Drägestein,
www.mannigfaltig-
sued.de
Wieviel? 30 EUR
inkl. Verpflegung
Wo? Kult9



FOTOS: freepik, privat

FOTOS: DALIBIR, wikimedia.org, Adobe Stock



FREITAG, 15. NOVEMBER

Konzert mit den Seelords

● 16:00 – 18:00 Uhr **Kristin Kockro**

Die Seelords laden zum Konzert mit Seemanns•liedern ein. Wer möchte, kann ein Foto mit dem Chor in Seemanns•uniform machen.

Bitte anmelden!

Ko•operations•veranstaltung mit dem Kultur im Trafo. Gefördert vom Kultur•referat der LH München.



Wieviel? Eintritt frei!
Geld für Essen und Trinken mit•bringen
Wo? Kultur im Trafo
Treff•punkt:
16:00 Uhr Löhe Haus



SAMSTAG, 23. NOVEMBER

Ehemaligen-Party

● 19:00 – 23:00 Uhr **Kathy Mörth**

Ehemalige Ehrenamtliche, Besucher*innen, Mitarbeiter*innen, Zivis, FSHler*innen oder Angehörige, Sie sind alle herzlich willkommen. Café geöffnet ab 16:00 Uhr: Kaffee•trinken, Kicker•spielen, Foto-Show. Ab 19:00 Uhr: Disco mit Hits aus alten OBA-Partys.

Wieviel?
2 EUR
Wo? Kult9

SONNTAG, 24. NOVEMBER

Gottes•dienst für Trauernde

● 10:00 – 13:00 Uhr

Jens Fülle, Tom Rausch

Im Gottes•dienst denken wir an die Menschen, die in diesem Jahr verstorben sind. Wir hören besinnliche Texte, singen und beten gemeinsam. Im Anschluss: Weißwurst und Brezn im Café.

Wieviel? Geld für Essen und Getränke mitbringen
Wo? Kult9



Ausflüge

SAMSTAG, 26. OKTOBER

Museum Werdenfels

● 9:00 – 17:00 Uhr **Andrea Strobl**

Wir gehen ins Museum Werdenfels (Heimat•museum) in Garmisch-Partenkirchen. Im Anschluss besuchen wir ein Café.

Bitte anmelden bis 10. Oktober!

SAMSTAG, 7. DEZEMBER

Christ•kindl•markt

● 12:00 – 16:00 Uhr **Andrea Strobl**

Ausflug auf einen Christ•kindl•markt in München oder in der Umgebung.

Bitte anmelden bis 18. November!

Wichtig für alle Ausflüge:

wetter•feste Kleidung, bequeme Schuhe, Behinderten•ausweis und Wert•marke für die Fahrt – im Original!
Etwas Brotzeit mit Getränk.

Begrenzte Plätze. Wer keinen Platz hat, wird benachrichtigt! Wenn Sie nicht 1 Woche vor dem Ausflug absagen oder am Ausflugs•tag nicht erscheinen, müssen Sie den Teilnahme•beitrag trotzdem bezahlen.

Leitung:

Team aus Ehrenamtlichen
Wieviel? 5 EUR, sowie ca. 25 EUR Taschen•geld
Treff•punkt:
am Löhe Haus
Rück•kehr:
am Löhe Haus
Ausflugs•telefon:
0151 - 280 580 44





SAMSTAG, 30. NOVEMBER

Tanz-party der OBAs

● 17:00 – 22:00 Uhr **Hannah Fröhler**

Wir gehen in die 3. Runde!
Unter dem Motto: „LUISE tanzt!“ gibt es auch dieses Jahr wieder DIE große Tanz-party der OBAs aus München und Umland! Die Gewinner*innen von unserem DJ-Wett-bewerb werden auflegen und für gute Stimmung sorgen.
Keine Anmeldung notwendig!

Wieviel? 5 EUR, Geld für Essen und Getränke mitbringen
Wo? Kultur-zentrum LUISE, Ruppert-straße 5



DONNERSTAG, 5. DEZEMBER

Nikolaus-feier für Senior*innen

● 14:00 – 17:00 Uhr **Kristin Kockro**

Herzliche Einladung an alle Senior*innen! Alle Jahre wieder kommt der Nikolaus. Wir lassen uns überraschen und feiern mit Punsch, Stollen und Plätzchen.

Wichtig: Wichtel-geschenk (Wert 3 EUR) mitbringen
Wieviel? Keine Kosten
Wo? Kult9, Club-raum



SAMSTAG, 7. DEZEMBER

Weihnachts-Party

● 19:00 – 23:00 Uhr **Kathy Mörth**

Hohoho...
Einen Tag nach Nikolaus lassen wir die Glöckchen klingeln und rocken um den Christ-baum. Neben weihnachtlichen Hits sorgen wechselnde DJs für Stimmung. Wer mag, kommt im Weihnachts-pullover oder mit Nikolaus-mütze.

Wieviel? 2 EUR, Tickets gibt es an der Abend-kasse
Wo? Kult9

FOTOS: Adobe Stock, OBA, freepik

DONNERSTAG, 19. DEZEMBER

Advents-feier

● 18:00 – 21:00 Uhr

Kathrin Horn, Tom Rausch

Wir laden herzlich zur Advents-feier ein mit Programm und Musik. Bei einer Foto-show erinnern wir uns an schöne Momente im vergangenen Jahr. Und bei Plätzchen und Glüh-wein haben wir Zeit für Gespräche.

Wieviel? Keine Kosten
Wo? Kult9



DIENSTAG, 24. DEZEMBER

Gemeinsam Heilig-abend feiern

● **Jens Fülle**

Die Natur-freunde München gestalten jedes Jahr ein tolles Fest-mahl mit vielen Gästen. Auch wir sind eingeladen. Begrenzte Plätze.
Bitte anmelden bis 13. Dezember!

Wieviel? keine Kosten
Wo? Boots-haus Natur-freunde München
Treff-punkt: Löhe Haus oder nach Absprache
Infos zur Uhrzeit folgen.



DIENSTAG, 31. DEZEMBER

Silvester-Party

● 18:30 – 1:30 Uhr

Hannah Fröhler, Jens Fülle

Knallende Korken, Feuer-werk am Himmel, gutes Essen und fetzige Musik – seid dabei! Für Musik, Unterhaltung, Essen und Getränke sorgen wir. Für die gute Stimmung sind die Gäste zuständig.
Dann kann das Jahr 2025 kommen!

Wichtig: Karten ab 112. im Café im Kult9 und an der Abend-kasse. Bitte das Taxi für die Heimfahrt vorbestellen!
Wieviel? 15 EUR
Wo? Kult9



FOTOS: OBA, freepik

Kult9 Live

September

12.9. 20:00 Uhr **James Hersey**
Ermäßigter Eintritt

Oktober

11.10. 20:00 Uhr **The Sonic Brewery**
Ermäßigter Eintritt

12.10. 20:00 Uhr **Easy Easy**
Ermäßigter Eintritt

18.10. 20:00 Uhr **Pat Burgener**
Ermäßigter Eintritt

26.10. 20:00 Uhr **Federnelken und Freunde**
Ermäßigter Eintritt

31.10. 20:00 Uhr **JPson**
Ermäßigter Eintritt

November

2.11. 20:00 Uhr **Guacayo**
Ermäßigter Eintritt

14.11. 19:00 Uhr **Musik & Kleinkunst
Dinner•konzert**
Eintritt frei bei freier Platzwahl

15.11. 20:00 Uhr **Tangente**
Ermäßigter Eintritt

16.11. 20:00 Uhr **Midge's Pocket**
Ermäßigter Eintritt

27.11. 20:00 Uhr **Sinu**
Ermäßigter Eintritt

28.11. 20:00 Uhr **The Komets**
Ermäßigter Eintritt

29.11. 20:00 Uhr **Turn2Ten**
Ermäßigter Eintritt

30.11. 20:00 Uhr **Stand up Stacy**
Ermäßigter Eintritt

Dezember

12.12. 19:00 Uhr **Musik & Kleinkunst
Dinner•konzert**
Eintritt frei bei freier Platzwahl

13.12. 20:00 Uhr **DADGAD**
Ermäßigter Eintritt

14.12. 20:00 Uhr **humming people**
Ermäßigter Eintritt



Sie finden alle Termine bis Ende Dezember 2024 auch in unserem **Kult9-Programmheft Neuhausen Live**. Das Heft liegt im Kult9 aus. Viel Spaß beim Blättern!

Oder Sie klicken sich durch unsere Homepage www.kult9.de. Schauen Sie mal rein!



Yoga zum Mit•machen Yoga hält fit – körperlich und geistig

Die Übungen im Yoga nennen sich Asanas. Das ist alt•indisch. Die folgenden Übungen sind auch für Menschen mit körperlichen Behinderungen geeignet. Auch für Menschen im Rollstuhl.



Das Dreieck

Setzen Sie sich auf einen Stuhl. Stellen Sie einen 2. Stuhl rechts neben sich. Ungefähr eine Hand•länge entfernt. Neigen Sie sich nach rechts. Stützen Sie Ihre rechte Hand auf dem Stuhl neben sich ab. Den linken Arm ziehen Sie über den Kopf. Und zwar schräg nach rechts oben. Der linke Arm liegt dicht am Ohr. Danach wechseln Sie zur linken Seite. Dabei stellen Sie den 2. Stuhl links neben sich.

Die Kobra

Setzen Sie sich auf die vordere Kante eines Stuhls. Heben Sie die Hände vor die Schultern. Die Hand•flächen zeigen dabei nach vorne. Die Ellen•bogen liegen nahe am Ober•körper.

Ziehen Sie die Schulter•blätter zusammen. Dann neigen Sie sich langsam nach vorne. Der Rücken bleibt dabei gerade.



Viel Spaß
beim Yoga!
Namaste!

Vegane Küche

Gefüllter Hokkaido-Kürbis

Zutaten für 4 Personen:

4 kleine Hokkaido-Kürbisse, 1 große Zwiebel, 1 Karotte, 1 Knolle Fenchel, 1 Stange Stangen•sellerie, 1 rote Paprika, 1 Birne (Williams Christ), 1 Tasse Hirse, 1 Handvoll getrocknete Tomaten, 8 getrocknete Pflaumen, 10 getrocknete Aprikosen, 1 Handvoll Cashew•nüsse, 1 Knoblauch•zehe, 1 TL Garam Masala*, 1 Prise Salz, etwas Pfeffer, 1 Prise Zimt, 1 Prise Zucker, 1 Prise Ingwer•pulver, 2 Tassen Salz•wasser

TL = Teelöffel 1 Prise = Espressolöffel
*Gewürz•mischung der indischen Küche

Zubereitung:

1. Die Kürbisse waschen, die Deckel abschneiden und diese zur Seite legen. Dann die Kürbisse aushöhlen und die Kerne entfernen. Vom Boden der Kürbisse ein kleines flaches Stück wegschneiden, damit die Kürbisse stehen können. Den Backofen auf 225 Grad vorheizen.

2. Die ausgehöhlten Kürbisse innen und außen mit Olivenöl einpinseln. In den Ofen schieben und 25 Minuten backen.

3. Für die Füllung alle Zutaten außer dem Dörr•obst, den Tomaten und der Birne fein hacken und nacheinander scharf in Olivenöl anbraten.

4. In der Zwischen•zeit die Hirse mit 2 Tassen leicht gesalzenem Wasser 7 bis 8 Minuten lang kochen.

5. Die Hirse mit den angebratenen Zutaten vermischen. Das Dörr•obst, die Tomaten und die Birne fein hacken. Mit der Füllung vermischen und mit Salz, Pfeffer, 1 Prise Zimt und Zucker, 1 Prise Ingwer•pulver und Garam Masala abschmecken.

6. Die ausgehöhlten Kürbisse füllen, den Deckel auflegen und weitere 20 Minuten backen. Dazu passt Kräuter•quark!

Guten Appetit!

FOTO: Adobe Stock

FOTOS: OBA



Neu bei uns!

Ich bin **Jemma Grigoryan**.
 Seit Mai 2018 lebe ich in Deutschland.
 In meinem Heimatland Armenien habe ich Wirtschafts-wissenschaft, Finanzen und Kredit studiert. Ich habe als Bank-kauf-frau in einer Bank gearbeitet und war auch selbst-ständig.
 Bei der OBA bin ich für Zuschüsse und Finanzen zuständig. Seit 12 Jahren bin ich verheiratet und habe 2 Töchter.
 Ich freue mich auf die Arbeit in der OBA.



Jetzt auch online spenden!

Wir erhalten immer wieder Spenden. Dadurch sind manche Angebote erst möglich. In vielen Fällen bewirken diese Spenden, dass unsere Angebote nicht teuer sind. Oder, dass wir Menschen einen Preis-nachlass geben können, die sich sonst die Teilnahme nicht leisten könnten, zum Beispiel bei einer Reise. Wir sind allen Spender*innen sehr dankbar dafür.

Manche Personen spenden eine kleine Summe, manche spenden mehrere hundert Euro. Und wir haben auch Spender*innen, die ganz regelmäßig spenden, z.B. jeden Monat.

Seit einiger Zeit können Sie endlich auch **online spenden**, also direkt vom Computer oder Handy aus. Über unsere Homepage können Sie für verschiedene Projekte gezielt oder für die OBA an sich spenden.

Sie haben jetzt die Möglichkeit, Ihre Spende über **Kredit-karte, PayPal, Lastschrift** oder **Online-Überweisung** zu tätigen. Der bisherige Weg per Überweisungs-vordruck funktioniert auch weiterhin.

Schauen Sie doch mal auf unserer Homepage vorbei. Jeder Euro kommt unseren Teilnehmer*innen zugute.

Wir sagen allen herzlich Danke!



Wir suchen ...

... **eine Fachbereichs-leitung Offene Angebote.**



... **eine*n Referent*in für inklusive evangelische Jugend-arbeit.**



Werden Sie Teil unseres Teams
 mitten in München!

FOTOS: OBA, iStock.com/SolStock

FOTO: www.freepik.de; OBA



FREIZEIT hoch2

ziemlich beste Begleitung

Das Projekt FREIZEIT hoch2 steht für selbstbestimmte Freizeit mit einem oder einer Freizeitassistent*in. Es bringt Menschen mit Behinderung mit einer passenden Assistenz für Freizeitaktivitäten zusammen. Die OBA ist ein Projektpartner.

FREIZEIT hoch2 boomt auf OBA-Instagram

Auf unserem Instagram-Kanal zeigen wir interessante und witzige Videos von OBA-Besucher*innen, uns als Team und den Alltag im Löhe Haus. Das kommt richtig gut an: Viele Menschen haben sich die Videos angeschaut, Kommentare geschrieben oder wollen sich engagieren. Vielen Dank dafür! Wir bleiben weiter dran.

Infos, Einblicke und Spaß. Folgen Sie uns!



Umsatzsteuer lässt Preise steigen

Ab 1. Januar 2025 gilt für alle Körperschaften des öffentlichen Rechts die Umsatzsteuerpflicht.

Das betrifft leider auch die OBA als Einrichtung der Evang.-Luth. Kirche. Grund dafür ist eine Änderung im Steuergesetz. Für alle Leistungen und Dienstleistungen muss dann eine Steuer gezahlt werden. Zu unseren Preisen kommt ab Januar 2025 also noch ein zusätzlicher Betrag hinzu.

Das bedeutet:

Alles, was die OBA verkauft, wird ein bisschen teurer, zum Beispiel Speisen und Getränke, Eintrittskarten oder Reisen. Frei von Umsatzsteuer sind Maßnahmen für Kinder und Jugendliche bis 27 Jahren.

Wir arbeiten sehr intensiv daran zu klären, was das für die OBA und ihre Besucher*innen genau heißt. Wir wollen unsere Preise möglichst stabil niedrig halten. Wir hoffen, dass wir die Preise nur um 10 Prozent erhöhen müssen.

Dazu einige Beispiele:

Ein **Getränk** für **2 Euro** wird ab Januar **2,20 Euro** kosten.

Ein **Essen** für **3,50 Euro** wird dann **4,20 Euro** kosten.

Eine **Reise** für **850 Euro** wird dann **1.010 Euro** kosten.

Unsere Angebote werden also teurer, weil das Finanzamt den Anteil der Steuer bekommt. Bei dem Getränk sind das die 0,20 Euro, die Sie dafür mehr bezahlen müssen.

Wir bitten um Ihr Verständnis.

Wir möchten trotzdem weiter gemeinsam essen, tanzen, feiern, verreisen und einfach Spaß haben.

IMMER WIEDER

DIENSTAG

Musik•projekt

● 18:30 – 20:00 Uhr **Andrea Strobl**

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

Bitte anmelden!

- Wer?** Markus Adam, Musik•pädagoge
- Wann?** 10. September bis 19. November 2024 und 26. November 2024 bis 11. Februar 2025.
Findet nicht in den Schul•ferien statt.
- Wieviel?** 40 Euro für 10 Abende
Formulare für SEPA-Lastschriften werden zum Kurs•beginn am 10. September verschickt.
- Wo?** Kult9



IMMER WIEDER

MITTWOCH

Tango für Alle

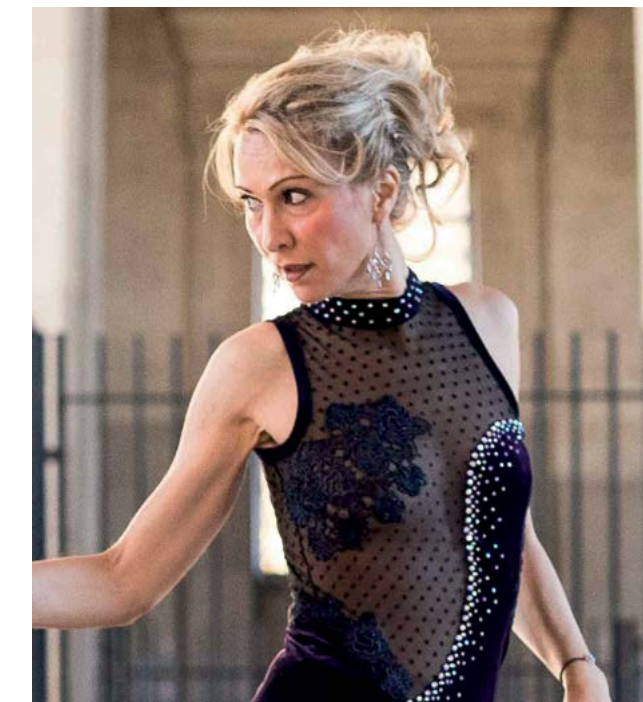
● 18:15 – 19:15 Uhr

Andrea Strobl

Tango-Argentino ist ein Tanz, der Menschen zusammen•führt und glücklich macht. Im Kurs werden die Grund•schritte vom Tango erlernt. Die Kurs•teilnehmer*innen verbessern ihre Beweglichkeit, die Konzentrations- und Reaktions•fähigkeit, sowie die eigene Körper•wahrnehmung. Teilnahme als Einzel•person ist möglich. Sie brauchen keine Vor•kenntnisse. Ein Einstieg ist jederzeit möglich.

Bitte anmelden bis 7. Oktober!

- Wer?** Eleni Doulianaki
- Wann?** 16. und 30. Oktober, 13. und 27. November, 11. und 18. Dezember 2024
- Wieviel?** 10 EUR pro Abend
- Wo?** Kult9, 1. Stock, Clubräume



MITTWOCH

Englisch – First Steps

● 18:30 – 19:30 Uhr **Andrea Strobl**

Sie lernen Englisch in einer kleinen Gruppe von 6 Personen.
In langsamem Tempo – mit Spaß und ohne Druck.
Lesen und schreiben fällt Ihnen schwer?
Kein Problem, im Kurs wird viel gesprochen.
Für Anfänger*innen mit Vor•kenntnissen.
Der Kurs findet in Zusammen•arbeit mit der Münchner Volks•hochschule **VHS** statt.

Bitte anmelden!

- Wer?** Nicole Neratzoulis
- Wann?** Kurs•beginn am 2. Oktober 2024
- Wieviel?** 55 Euro für 15 Termine
- Wo?** VHS Neuhausen-Nymphenburg/Trafo, barriere•frei erreichbar

MITTWOCH

Inklusives Badminton-Training

● 20:00 – 21:00 Uhr **Martina Eller**

Anfänger*innen und Expert*innen willkommen!
Wir spielen in der Turnhalle.
Mehrere Spiel•plätze mit Netz, Schläger und Feder•bällen sind vorhanden.
Kommt zum Schnuppern vorbei.
Sport•kleidung, Hallen•schuhe und Getränk bitte mit•bringen!

Bitte anmelden!

- Wann?** Jeden Mittwoch außer in den Schul•ferien!
- Wieviel?** nach Absprache mit dem TSV Gräfelfing
- Wo?** Gräfelfing

DIENSTAG **hybrid**

Rücken•fit•kurs

● 19:00 – 20:30 Uhr **Andrea Strobl**

Verspannungen lösen durch einfache Übungen.
Rücken•muskeln aufbauen.
Beweglichkeit verbessern.
Gleich•gewicht trainieren.
Spaß haben an Bewegung in der Gruppe.
Sie brauchen keine Vor•kenntnisse.
Bitte bequeme Kleidung anziehen.

Bitte anmelden! Aktuell nur noch freie Plätze für eine Online-Teilnahme

- Wer?** noch offen
- Wieviel?** Kosten für 10 Abende
35 Euro | Ehrenamtliche im Kult9
40 Euro | Teilnehmer*innen mit Behinderung
80 Euro | alle anderen
- Wo?** Kult9 oder online am eigenen PC

FOTOS: Adobe Stock

FOTO: Eleni Doulianaki

Oktober


Die Farben
stehen für unsere
Arbeitsbereiche:

 **Kinder, Jugend
und Familie**

 **Senioren**

 **Clubs**


 **Kultur**

 **Bildung,
Politische Bildung**

 **Begegnung**

 **Beratung**

 **Sport**

 **Ehrenamt**

 **Kult9**

**Dieses Zeichen
bedeutet:**



**Bitte
anmelden!**

Dienstag, 1. Oktober

-  14:00 - 17:00  Dienstags•treff
-  17:00 - 19:30 Kult-Dienstag
-  18:00 - 20:00 Perlacher Club
-  18:30 - 20:00  Musik•projekt
-  19:00 - 20:30  Rücken•fit•kurs

Mittwoch, 2. Oktober

-  14:00 - 17:00  Mittwochs•treff
-  17:30 - 19:00 Fußball West
-  18:00 - 21:00 Golden Age Disco –
Tanzen für die
Generation 60+
-  18:00 - 20:00 Mittwochs•club
-  17:00 - 22:00  Lange Nacht der
Demokratie
-  18:30 - 19:30  Englisch – First Steps
-  18:30 - 20:00 Spiel und Sport
Gräfelfing
-  20:00 - 21:00 Badminton Gräfelfing

Donnerstag, 3. Oktober » Café Kult9 zu!

Freitag, 4. Oktober

-  18:00 - 19:30 Basketball
-  18:00 - 19:30 Spiel und Sport

Montag, 7. Oktober

-  17:15 - 19:00 Fußball Süd

Dienstag, 8. Oktober

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


Mittwoch, 9. Oktober

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

Donnerstag, 10. Oktober

-  14:00 - 17:00  Donnerstags•treff
-  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


Freitag, 11. Oktober » Café Kult9 zu!

-  18:00 - 19:30 Basketball
-  18:00 - 19:30 Spiel und Sport
-  20:00 - 00:00 Live Konzert:
The Sonic Brewery

Samstag, 12. Oktober

-  09:30 - 17:00  Oldtimer-Rausfahrt
-  16:00 - 20:00 Café im Kult9
-  16:00 - 18:00 OBA Black Hats -
Disco•tanz•gruppe
» Gruppe ist voll
-  18:15 - 20:00 „Darf ich bitten“ –
Standard-Tanz•kurs
-  20:00 - 00:00 Live Konzert:
Easy Easy

Montag, 14. Oktober

-  17:15 - 19:00 Fußball Süd

Dienstag, 15. Oktober

-  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, 16. Oktober

-  14:00 - 17:00  Mittwochs•treff
-  17:30 - 19:00 Fußball West
-  18:00 - 20:00 Mittwochs•club
-  18:30 - 19:30  Englisch – First Steps
-  18:30 - 20:00 Spiel und Sport
Gräfelfing
-  18:15 - 19:15 Tango für Alle
-  20:00 - 21:00 Badminton Gräfelfing

Donnerstag, 17. Oktober

-  14:00 - 17:00  Donnerstags•treff
-  18:00 - 20:00 Politik•runde
-  18:00 - 20:00 Pullach-Sollner Club
-  18:00 - 19:45 Tischtennis
-  18:00 - 22:00  Erste Hilfe Kurs
-  18:30 - 20:00 Frauen•treff
-  18:30 - 20:30 Neuaubinger Club
-  19:00 - 20:00 Yehudi Menuhin e.V.
LIVE MUSIC NOW

Freitag, 18. Oktober » Café Kult9 zu!

-  17:30 - 22:00 Junger Frauen•treff
-  18:00 - 19:30 Basketball
-  18:00 - 19:30 Spiel und Sport
-  20:00 - 00:00 Live Konzert:
Pat Burgener



**Bei diesem Zeichen:
Bitte anmelden!**

Samstag, 19. Oktober

- 10:00 - 15:00 ☆ Familien•treff
- 16:00 - 22:00 Café im Kult9
- 16:00 - 18:00 OBA Black Hats - Disco•tanz•gruppe
» Gruppe ist voll
- 18:15 - 20:00 „Darf ich bitten“ – Standard-Tanz•kurs
- 19:00 - 23:00 Party

Montag, 21. Oktober

- 17:15 - 19:00 Fußball Süd

Dienstag, 22. Oktober

- 14:00 - 17:00 ☆ Dienstags•treff
- 17:00 - 19:30 Kult-Dienstag
- 18:30 - 20:00 ☆ Musik•projekt
- 19:00 - 20:30 ☆ Rücken•fit•kurs
- 19:30 - 21:00 Musik•gottes•dienst in St. Markus

Mittwoch, 23. Oktober

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

Donnerstag, 24. Oktober

- 14:00 - 17:00 ☆ Donnerstags•treff
- 18:00 - 20:00 Pullach-Sollner Club
- 18:00 - 19:45 Tischtennis
- 18:30 - 20:00 Frauen•treff
- 18:30 - 20:30 Neuaubinger Club

Freitag, 25. Oktober

- 18:00 - 19:30 Basketball
- 18:00 - 19:30 Spiel und Sport

Samstag, 26. Oktober

- 09:00 - 20:00 ☆ Politischer Bildungsausflug Kloster Irsee
» begrenzte Plätze
- 09:00 - 17:00 ☆ Ausflug nach Garmisch Partenkirchen ins Museum Werdenfels
» begrenzte Plätze
- 16:00 - 20:00 Café im Kult9
- 20:00 - 00:00 Live Konzert: Federnelken und Freunde

Dienstag, 29. Oktober

- 19:00 - 20:30 ☆ Rücken•fit•kurs

Mittwoch, 30. Oktober

- 18:15 - 19:15 Tango für Alle

Donnerstag, 31. Oktober

- 20:00 - 23:00 Live Konzert: JPson

November

Samstag, 2. November

- 16:00 - 20:00 Café im Kult9
- 20:00 - 00:00 Live Konzert: Guacayo

Montag, 4. November

- 17:15 - 19:00 Fußball Süd

Dienstag, 5. November

- 17:00 - 19:30 Kult-Dienstag
- 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, 6. November

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

Donnerstag, 7. November

- 14:00 - 17:00 ☆ Donnerstags•treff
- 18:00 - 20:00 Pullach-Sollner Club
- 18:00 - 19:45 Tischtennis
- 18:30 - 20:00 Frauen•treff
- 18:30 - 20:30 Neuaubinger Club

Freitag, 8. November

- 18:00 - 19:30 Basketball
- 18:00 - 19:30 Spiel und Sport
- 19:00 - 23:00 Early Bird-Party

Samstag, 9. November

- ganztags ☆ Inklusives Basketball•turnier
- 16:00 - 22:00 Café im Kult9
- 16:00 - 18:00 OBA Black Hats - Disco•tanz•gruppe
» Gruppe ist voll
- 18:15 - 20:00 „Darf ich bitten – Standard-Tanz•kurs
- 19:00 - 23:00 Party mit den Impro-Elchen

Montag, 11. November

- 17:15 - 19:00 Fußball Süd

Dienstag, 12. 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, 13. November

- 14:00 - 17:00 ☆ Mittwochs•treff
- 17:30 - 19:00 Fußball West
- 18:00 - 20:00 Mittwochs•club
- 18:30 - 19:30 ☆ Englisch – First Steps
- 18:30 - 20:00 Spiel und Sport Gräfelfing
- 18:15 - 19:15 Tango für Alle
- 20:00 - 21:00 Badminton Gräfelfing



Bei diesem Zeichen:
Bitte anmelden!

Donnerstag, 14. November

- 14:00 - 17:00 ☆ Donnerstags•treff
- 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
- 19:00 - 23:00 Musik & Kleinkunst im Kult9

Freitag, 15. November » Café Kult9 zu!

- 16:00 - 18:00 Konzert mit den Seelords
- 18:00 - 19:30 Basketball
- 18:00 - 19:30 Spiel und Sport
- 20:00 - 00:00 Live Konzert: Tangente

Samstag, 16. November

- 10:00 - 16:00 ☆ Manns•bilder
- 16:00 - 18:00 OBA Black Hats - Disco•tanz•gruppe » Gruppe ist voll
- 18:15 - 20:00 „Darf ich bitten“ – Standard-Tanz•kurs
- 16:00 - 20:00 Café im Kult9
- 20:00 - 00:00 Live Konzert: Midge's Pocket

Sonntag, 17. November

- 10:00 - 16:00 ☆ Manns•bilder

Montag, 18. November

- 17:15 - 19:00 Fußball Süd

Dienstag, 19. November

- 14:00 - 17:00 ☆ Dienstags•treff
- 17:00 - 19:30 Kult-Dienstag
- 18:30 - 20:00 ☆ Musik•projekt
- 19:00 - 20:30 ☆ Rücken•fit•kurs

Mittwoch, 20. November

- 18:30 - 19:30 ☆ Englisch – First Steps

Donnerstag, 21. November

- 14:00 - 17:00 ☆ Donnerstags•treff
- 18:00 - 20:00 Politik•runde
- 18:00 - 20:00 Pullach-Sollner Club
- 18:00 - 19:45 Tischtennis
- 18:30 - 20:00 Frauen•treff
- 18:30 - 20:30 Neuaubinger Club

Freitag, 22. November » Café Kult9 zu!

- 18:00 - 19:30 Basketball
- 18:00 - 19:30 Spiel und Sport

Samstag, 23. November

- 16:00 - 22:00 Café im Kult9
- 19:00 - 23:00 Ehemaligen-Party

Sonntag, 24. November

- 11:00 - 14:00 OBA-Gottes•dienst für Trauernde

Montag, 25. November

- 17:15 - 19:00 Fußball Süd

Dienstag, 26. 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
- 19:30 - 21:00 Musik•gottes•dienst in St. Markus

Mittwoch, 27. November

- 14:00 - 17:00 ☆ Mittwochs•treff
- 17:30 - 19:00 Fußball West
- 18:00 - 20:30 ☆ Filmabend zum Thema selbst•bestimmte Sexualität
- 18:00 - 20:00 Mittwochs•club
- 18:30 - 19:30 ☆ Englisch – First Steps
- 18:30 - 20:00 Spiel und Sport Gräfelfing
- 18:30 - 19:30 Tango für Alle
- 20:00 - 21:00 Badminton Gräfelfing
- 20:00 - 00:00 Live Konzert: Sinu

Donnerstag, 28. November

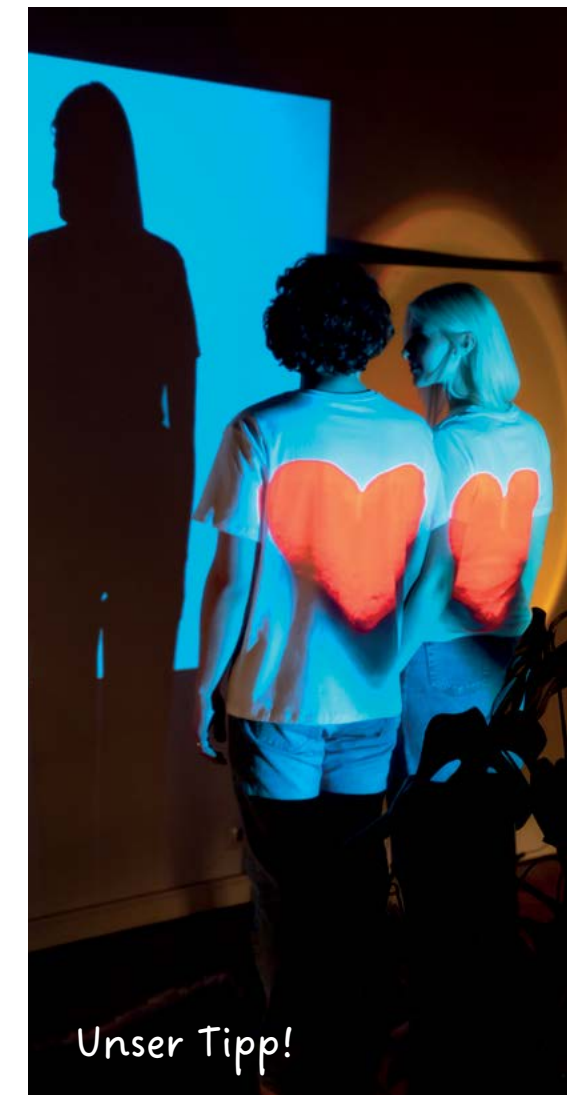
- 14:00 - 17:00 ☆ Donnerstags•treff
- 18:00 - 20:00 Pullach-Sollner Club
- 18:00 - 19:45 Tischtennis
- 18:30 - 20:00 Frauen•treff
- 18:30 - 20:30 Neuaubinger Club
- 20:00 - 00:00 Live Konzert: The Komets

Freitag, 29. November » Café Kult9 zu!

- 17:30 - 22:00 Junger Frauen•treff
- 18:00 - 19:30 Basketball
- 18:00 - 19:30 Spiel und Sport
- 20:00 - 00:00 Live Konzert: Turn2Ten

Samstag, 30. November

- 16:00 - 20:00 Café im Kult9
- 17:00 - 22:00 Tanz•party in der LUISE
- 20:00 - 00:00 Live Konzert: Stand up Stacy



Unser Tipp!

Mittwoch, 27. November

Filmabend zum Thema selbst•bestimmte Sexualität

18:00 - 20:30 Uhr ☆
Club•raum, Kult9



FOTO: freepik

Dezember

Sonntag, 1. Dezember

- ganztags ☆ Advents-Fußball-Turnier
- 10:00 - 15:00 ☆ Familien•treff

Montag, 2. Dezember

- 17:15 - 19:00 Fußball Süd

Dienstag, 3. Dezember

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

Mittwoch, 4. Dezember

- 17:30 - 19:00 Fußball West
- 18:00 - 20:00 Mittwochs•club
- 18:30 - 19:30 ☆ Englisch – First Steps
- 18:30 - 20:30 Fürstenrieder Club
- 18:30 - 20:00 Spiel und Sport Gräfelfing
- 20:00 - 21:00 Badminton Gräfelfing

Donnerstag, 5. Dezember

- 14:00 - 17:00 Nikolaus•feier für Senior*innen
- 18:00 - 20:00 Pullach-Sollner Club
- 18:00 - 19:45 Tischtennis
- 18:30 - 20:00 Frauen•treff
- 18:30 - 20:30 Neuaubinger Club

Freitag, 6. Dezember » Café Kult9 zu!

- 18:00 - 21:00 Weihnachts•feier OBA Sport•gemeinschaft
» nur für SG-Mitglieder

Samstag, 7. Dezember

- 12:00 - 16:00 ☆ Ausflug zum Christ•kindl•markt
» begrenzte Plätze
- 16:00 - 22:00 Café im Kult9
- 16:00 - 18:00 OBA Black Hats - Disco•tanz•gruppe
» Gruppe ist voll
- 18:15 - 20:00 „Darf ich bitten“ – Standard-Tanz•kurs
- 19:00 - 23:00 Weihnachts-Party

Montag, 9. Dezember

- 17:15 - 19:00 Fußball Süd

Dienstag, 10. Dezember

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

Mittwoch, 11. Dezember

- 14:00 - 17:00 ☆ Mittwochs•treff
- 17:00 - 19:00 Offene Beratung
- 17:30 - 19:00 Fußball West
- 18:00 - 20:00 Mittwochs•club
- 18:30 - 19:30 ☆ Englisch – First Steps
- 18:30 - 20:00 Spiel und Sport Gräfelfing
- 18:15 - 19:15 Tango für Alle
- 20:00 - 21:00 Badminton Gräfelfing

Donnerstag, 12. Dezember

- 14:00 - 17:00 ☆ Donnerstags•treff
- 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 - 23:00 Musik & Kleinkunst im Kult9

Freitag, 13. Dezember » Café Kult9 zu!

- 17:30 - 22:00 Junger Frauen•treff
- 18:00 - 19:30 Basketball
- 18:00 - 19:30 Spiel und Sport
- 20:00 - 00:00 Live Konzert: DADGAD

Samstag, 14. Dezember

- 16:00 - 20:00 Café im Kult9
- 16:00 - 18:00 OBA Black Hats - Disco•tanz•gruppe
» Gruppe ist voll
- 18:15 - 20:00 „Darf ich bitten“ – Standard-Tanz•kurs
- 20:00 - 00:00 Live Konzert: humming people

Montag, 16. Dezember

- 17:15 - 19:00 Fußball Süd

Dienstag, 17. Dezember

- 14:00 - 17:00 ☆ Dienstags•treff
- 17:00 - 19:30 Kult-Dienstag
- 18:30 - 20:00 ☆ Musik•projekt
- 19:00 - 20:30 ☆ Rücken•fit•kurs

Mittwoch, 18. Dezember

- 14:00 - 17:00 ☆ Mittwochs•treff
- 17:30 - 19:00 Fußball West
- 18:00 - 20:00 Mittwochs•club
- 18:30 - 19:30 ☆ Englisch – First Steps
- 18:30 - 20:30 Fürstenrieder Club
- 18:30 - 20:00 Spiel und Sport Gräfelfing
- 18:15 - 19:15 Tango für Alle
- 20:00 - 21:00 Badminton Gräfelfing

Donnerstag, 19. Dezember

- 14:00 - 17:00 ☆ Donnerstags•treff
- 18:00 - 20:00 Pullach-Sollner Club
- 18:30 - 20:30 Neuaubinger Club
- 19:00 - 21:30 OBA-Advents•feier im Kult9

Freitag, 20. Dezember » Café Kult9 zu!

- 18:00 - 19:30 Basketball
- 18:00 - 19:30 Spiel und Sport

Dienstag, 24. Dezember

- 16:00 - 20:00 ☆ Gemeinsam Heilig•abend feiern

Dienstag, 31. Dezember

- 18:30 - 01:30 ☆ Silvester-Party



Bei diesem Zeichen:
Bitte anmelden!

Die OBA ist in mehrere Arbeitsbereiche gegliedert. Ihre Ansprechpersonen finden Sie hier:

Fam

Die Familienarbeit

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

Brigitte Troßmann, Kathy Mörth

Jug

Die Jugendarbeit

bietet ein vielseitiges und attraktives Freizeitprogramm für Leute im Alter von 16 bis 25 Jahren mit und ohne Behinderung: Jugendgruppe, After-Work-Treff, Party, Wochenendfahrten und Reisen.

Magdalena Lenker

Sen

Senior*innen

Menschen mit Behinderung ab 50 Jahren, die nicht mehr oder in Teilzeit arbeiten, gestalten gemeinsam ihre Freizeit. Im Dienstags•treff, Mittwochs•treff und Donnerstags•treff sind noch Plätze frei! Bei Interesse bitte anmelden!

Kristin Kockro

Clu

Die OBA-Clubs

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

Kathy Mörth

Perlacher Club

Dienstag, 18:00 – 20:00 Uhr, 14-tägig
Theodor-Heuss-Platz 5

Mittwochs•club

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

Fürstenrieder Club

Mittwoch, 18:30 – 20:30 Uhr, 14-tägig
Walliser Straße 11

Pullach-Sollner-Club

Donnerstag, 18:00 – 20:00 Uhr,
Jakobusplatz 1

Neaubinger Club

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

Kul

Der Kulturbereich

bietet Kunst, Musik, Theater, Tanz und Ausflüge: Ein vielseitiges und abwechslungsreiches Angebot für Menschen mit und ohne Behinderung.

Andrea Strobl

Bil

Der Bildungs•bereich

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

Andrea Strobl

Politische Bildung

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

Hannah Fröhler, Kathrin Horn

Das Projekt POLITIK&ich

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

Antonie Hutter

Beg

Der Bereich Begegnung

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

Kathy Mörth

Ber

Unsere 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.

Jens Fülle

Rei

Der Bereich Reisen

ermöglicht Menschen mit Behinderung fernab des Alltags Erholung, spannende und neue Erlebnisse sowie Gemeinschaft. Es gibt mehr•tägige Gruppen•reisen als auch individuell gestaltete Reisen ab dem jungen Erwachsenen•alter. Um Selbst•bestimmung und Autonomie zu gewährleisten, unterstützen und begleiten qualifizierte Mitarbeiter*innen die Reisenden.

Brigitte Troßmann

Ehr

Ehrenamt

In der OBA engagieren sich ehrenamtliche Mitarbeiter*innen mit und ohne Behinderung. Die Vielfalt und Vielzahl der Angebote sind nur durch dieses Engagement möglich. Sie werden von pädagogischen Fach•kräften begleitet, nehmen an Fortbildungen teil und können mit•gestalten.

Brigitte Troßmann



Unser Fortbildungs•programm erscheint im Laufe des Dezembers für 2025. Das Programm für 2024 können Sie hier herunter•laden.





Der Sport•bereich

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

Martina Eller

Fußball 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 – 19:30 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,
Sport•raum im Löhe Haus

Basketball

Freitag, 18:00 – 19:15 Uhr,
Kinderzentrum München,
Heiglhofstraße 65



Badminton Gräfelfing

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

..... sport verein(t)

Sport verein(t)

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

Jens Fülle

FOTO: ultramarinfoto

„Es ist normal, verschieden zu sein.“

Richard Karl Freiherr von Weizsäcker



Helfen Sie durch eine Spende mit, dass sich Menschen mit Behinderung gleichberechtigt und selbstbestimmt an der Gesellschaft beteiligen können!

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



Wir sagen allen herzlich Danke!



TEAM

Leitung



Tom Rausch
Diakon
Geschäfts-führung OBA
Tel: 089 – 12 66 11-61
thomas.rausch@elkb.de



Oliver Gründel
Diakon
Fachbereichs-leitung Kult9
Tel: 089 – 12 66 11-69
oliver.gruendel@elkb.de

Fachbereich Kult9



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



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

Verwaltung



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



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

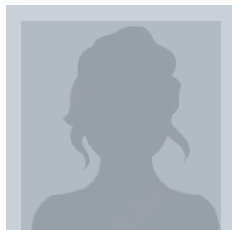


Jemma Grigoryan
Finanzen, Zuschüsse
Tel: 089 – 12 66 11-30
jemma.grigoryan@elkb.de



Meta Pilhofer
Finanzen, Zuschüsse
Wird durch Jemma Grigoryan vertreten

Fachbereich OBA



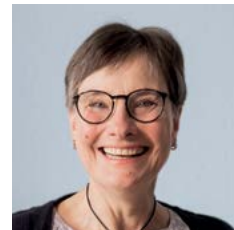
Dr. Magdalena Lenker
Evangelische Jugend-arbeit
Tel: 0151 – 23 13 85 51
magdalena.lenker@elkb.de



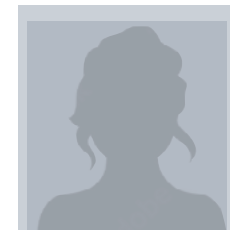
Antonie Hutter
Politik & Ich
Tel: 0151 – 62 75 29 20
antonie.hutter@elkb.de



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



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



Kristin Kockro
Senior*innen, Öffentlichkeits-arbeit
Tel: 089 – 12 66 11-65
kristin.kockro@elkb.de

Öffentlichkeits-arbeit



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



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



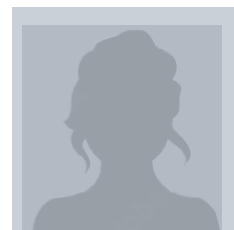
Kathy Mörth
Clubs, Familie, Begegnung
Tel: 089 – 12 66 11-55
kathy.moerth@elkb.de



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



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

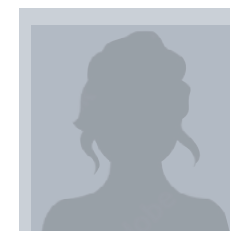


Lena Bertram
Jugend-arbeit
Tel: 089 – 12 66 11-60
lena.bertram@elkb.de

Hauservice



Sun Riemer



Dashurije Morina



Dietmar Gerhards

Unsere Freiwilligen Sozialen Helfer*innen:

orga-team.oba@elkb.de

FOTOS: Julii Eberle

FOTOS: Julii Eberle

Am 6. Oktober feiern wir Ernte•dank.

**Das Fest gibt uns Anlass, über die Aufgaben
der letzten Monate nach•zu•denken.**

Was haben wir gesät?

Was haben wir gepflegt und gegossen?

Was können wir nun ernten?

**Bei manchen von uns sind es Blumen,
Kräuter oder Gemüse.**

**Es gibt aber auch andere
Ernte•ergebnisse – je nach Arbeit.**

**Nicht alles davon können wir als
Gegenstand vor den Altar legen.
Aber trotzdem können wir Gott auch
für diese Ernte danken.**

**Wofür sind Sie in
diesem Jahr
dankbar?**

