

September Oktober November Dezember 2022



ASZ Lehel, Christophstraße 12, 80538 München  
Tel.: 45 21 64 -101 oder -104, Fax: 45 21 64 -113, [asz-lehel@brk-muenchen.de](mailto:asz-lehel@brk-muenchen.de)



**Alle Veranstaltungen finden coronabedingt unter Vorbehalt statt!**

### **Einzelveranstaltungen**

September Oktober November Dezember 2022

**Kursdauer:** 04. Oktober – 16. Dezember 2022

**Kursferien:** 31. Oktober – 04. November 2022  
19. Dezember 2022 – 05. Januar 2023

**Coronabedingt: Telefonische Anmeldung ab Montag, 22.08., 10.00 Uhr, unter der Telefonnummer 45 21 64 – 101.**

## September

- Sa 10.09. **Hinterhofflohmkt im Lehel.** Heute öffnen unzählige Häuser im Lehel ihre Hinterhöfe. Wir sind unter den Arkaden des "Haus Alt-Lehel" mit dabei.  
10.00 –  
16.00 Uhr
- Do 15.09. **Herbstwanderung zum Egglburger See.** Ein ca. 9 km langer Rundweg führt uns entlang der Ebersberger Weiherkette um den Egglburger See und wieder nach Ebersberg zurück. Unterwegs besteht Einkehrmöglichkeit. Gutes Schuhwerk erforderlich. Preis inkl. MVV. TP: Karlsplatz/Stachus, Sperrengeschoss, Bäckerei Rischart. Anmeldung  
09.35 Uhr  
€ 5,50
- Sa 17.09. **Interkulturelles Kochen.** Haben Sie Lust, sich bei einem leckeren Essen von Ehrenamtlichen verwöhnen zu lassen? Dann kommen Sie zum Interkulturellen Kochen ins ASZ Lehel. Anmeldung  
13.00 Uhr  
€ 6,00
- Mi 21.09. **Das „Hallo Projekt München“.** Die Teilnehmer\*innen stammen aus über 30 Ländern. Lassen Sie sich von einem leckeren Essen überraschen. Welches Land uns verköstigt, bleibt bis zuletzt geheim! Anmeldung  
18.30 Uhr  
€ 6,00
- Do 22.09. **Der Kranzberg ruft ....** Wunderschön, zwischen Karwendel, Ester- und Wettersteingebirge liegt Mittenwald. Mit dem Sessellift geht es auf 1.200m - hier die ersten schönen Ausblicke auf das Gipfelpanorama. Danach steigen wir zum Lautersee ab und kehren ein. Durch das idyllische Lainbachtal geht es zurück ins Dorf. Strecke ca 8 km, 100 HM An- und ca 350 HM Abstieg. Bergschuhe + Stöcke erforderlich! TP: Starnb. Flügelbhf., Preis inkl. Zug- u. Bergfahrt. Anmeldung  
08.15 Uhr  
€ 21,00
- Fr 23.09. **„Der Junge aus dem Kohlenpott“** – Nächster Teil der Lesung mit dem Autor Heinz W. Brehler. Das Leben eines Jungen aus einfachen Verhältnissen, der, beruflich erfolgreich, viele Länder der Welt kennengelernt hat und spannend darüber berichtet. Preis inkl. Dortmunder Salzkuchen. Anmeldung  
14.00 Uhr  
€ 3,50
- Di 27.09. **Kreuth mit Hüttenabend** – Wir spazieren eine Nachmittagsrunde durch die schöne Landschaft rund um Kreuth (ca. 5km), bevor wir dann zu einem Hüttenabend mit Musik in die Schwaigeralm einkehren. TP: Starnb.Flügelbhf., Preis inkl. Zug- und Busfahrt. Anmeldung  
13.50 Uhr  
€ 15,00

## Oktober

- Mi 05.10 **Das „Hallo Projekt München“.** Siehe 21.09.. Anmeldung  
18.30 Uhr  
€ 6,00
- Do 06.10. **Dekadenz der süßen Versuchung.** Erleben Sie auf Leinwand mit, wie der Spitzenkonditor Yotam Ottolenghi mit seinem Team für eine Gala des Metropolitan Museum of Art ein extravagantes Buffet kreiert: eine Nachahmung der französischen Dekadenz am Hofe von Versailles. Anschließend servieren wir eine süße Versuchung. Anmeldung  
10.30 Uhr  
€ 4,00
- Mo 10.10. **In vino veritas – Geschichte und Geschichten rund um den Wein,** erzählt von Frau Kempkens. Mit Weinliedern und einem Gläschen Rebensaft. Anmeldung  
14.30 Uhr  
€ 3,50
- Mi 12.10. **Zukunft der Mobilität - Rundgang durchs Verkehrsmuseum.** Reisen an (fast) jeden Ort der Welt, Alltagsgeschäfte unterwegs erledigen ... wir sind heute  
13.50 Uhr

- kostenfrei mobiler denn je und tragen so zum stetigen Verkehrswachstum bei. Die allseits bekannten Folgen erfordern nachhaltige Lösungen. Der Rundgang durch die Ausstellung thematisiert verschiedene Handlungsansätze. TP: U4/U5 Hst. Schwanthaler Höhe, Sperrengeschoss. Anmeldung
- Sa 15.10. **Interkulturelles Kochen.** Siehe 17.09.. Anmeldung  
13.00 Uhr  
€ 6,00
- Mi 19.10. **Führung durch das neue Deutsche Museum.** Erleben Sie bei einer Überblicksführung den umgebauten Teil des Deutschen Museums. 20 komplett neu konzipierte Ausstellungen werden Sie begeistern. Preis inklusive Eintritt und Führung. TP: Haupteingang Deutsches Museum, Corneliusbrücke. Anmeldung  
13.00 Uhr  
€ 10,00
- Do 20.10. **Rundwanderung – Tutzing – Ilkahöhe – Waldschmidtschlucht - Deixelfurter See.** Ein herrlicher Ausblick von der Ilkahöhe auf den Starnberger See, Waldwege, kleine Weiher, ein ruhig gelegener See und eine wildromantische Schlucht – all das erwartet Sie auf unserer Wanderung (ca 12 km, 140 HM Aufstieg, 150 HM Abstieg. Festes Schuhwerk mit gutem Profil. TP: Starnberger Flügelbhf..Preis inkl. Fahrtkosten. Anmeldung  
09.15 Uhr  
€ 7,00
- Mo 24.10. **Vom Stachus zum Königsplatz.** Beginnend am Justizpalast geht's mit Frau Horn weiter in den Alten Botanischen Garten. Am Lenbachplatz erfahren Sie, was Pettenkofer mit dem Wittelsbacher Brunnen verbindet, warum der Maximiliansplatz einst "Münchner Sahara" hieß und warum der Drei-Nornen-Brunnen in den Eschenhain passt. Vom Obelisken geht es weiter auf dem "Fürstenweg" zum klassizistischen Königsplatz. TP: Eingang Justizpalast, Prielmayerstr. 7. Anmeldung  
14.00 Uhr  
€ 2,50
- Do 27.10. **Expertenratgeber: Vorsorge für den letzten Weg.** Sorgen Sie unbedingt zu Lebzeiten vor. Es gibt vielfältige Möglichkeiten, den letzten Weg nach eigenen Wünschen und Vorstellungen zu gestalten. Herr Vogt von der Städtischen Bestattung im Palais Lerchenfeld informiert Sie über die derzeit herrschende Bestattungskultur sowie über alternative neue Bestattungsformen und beantwortet Ihre Fragen. TP: Karlsplatz/Stachus, Sperrengeschoss, Bäckerei Rischart. Anmeldung  
09.45 Uhr  
€ 3,00

## November

- Do 10.11. **Expertenratgeber: Schnelle Hilfe braucht kurze Wege.** Seelische Krisen halten sich nicht an Öffnungszeiten. Deshalb ist der Krisendienst Psychiatrie Oberbayern rund um die Uhr erreichbar. Birgit Linsel stellt Ihnen den Dienst vor, der im Bedarfsfall mit Ihnen gemeinsam einen Weg aus der Krise sucht. Anmeldung  
14.30 Uhr  
€ 3,00
- Sa 12.11. **Das „Hallo Projekt München“.** Die Teilnehmer stammen aus über 30 Ländern. Wir werden die kulturellen Eigenheiten eines bestimmten Landes erfahren, Köstlichkeiten essen und danach eine typische Aktivität dieses Landes unternehmen! Welches Land, erfahren Sie bei der Anmeldung  
14.00 Uhr  
€ 6,00
- Mo 14.11. **Leo Fall – Ungeheuer produktiv und vielfältig war er – vom Chanson über den Wiener Walzer bis zum abendfüllenden Werk reicht sein Schaffen.** Trotzdem blieb Leo Fall der große Unbekannte der Operette. Sein Leben wird erzählt von Frau Kempkens, unterlegt mit Musikbeispielen. Anmeldung  
14.30 Uhr  
€ 3,50
- Mi 16.11. **Auf Ludwigshöhen - Wanderung rund um den Deininger Weiher.** Von Großdingharting geht es über den höchsten Punkt in Münchens Umgebung und nach einer Einkehr am Weiher weiter nach Deining (ca. 8 km). Preis inkl. MVV.  
09.25 Uhr

- € 5,50 TP: Karlsplatz/Stachus, Sperrengeschoss, Bäckerei Rischart. Anmeldung
- Sa 19.11. **Interkulturelles Kochen.** Siehe 17.09.. Anmeldung  
13.00 Uhr  
€ 6,00
- Mo 21.11. **Island – Insel aus Feuer und Eis.** Einzigartige Natur: mächtige Gletscher, tosende Wasserfälle, weite Lava- und Sandwüsten, riesige Aschekegel und farbenprächtige Thermalfelder und Geysire. Die Bildertour mit Herrn Messerle führt ins Hochland mit sprudelnden Heißwasserquellen und brodelnden Schlammflöchern. Und wir besuchen bekannte Sehenswürdigkeiten, wie z.B. die Blaue Lagune, den Geysir Strokkur und Gullfoss, den goldenen Wasserfall. In der Pause kosten Sie ein landestypisches Gericht. Anmeldung  
14.30 Uhr  
€ 4,00
- Mi 23.11. **Köstlich Vegetarisch.** Gemeinsam kochen mit Frau Häusler. Heute gibt es ein leckeres Herbstgericht. Kosten für Lebensmittel werden auf die Teilnehmer\*innen umgelegt. Anmeldung  
15.00 Uhr  
€ 4,00
- Do 24.11. **München 1972.** Die damaligen olympischen Sommerspiele haben die Stadt München nachhaltig geprägt und verändert. Auch die Münchner\*innen haben diese Spiele ganz unterschiedlich erlebt. Begleiten Sie Frau Schuster-Seiwald, eine der damaligen Olympiahostessen, mit ihren persönlichen Impressionen durch die Spiele und erzählen Sie von Ihren eigenen Erlebnissen. Anmeldung  
14.30 Uhr  
€ 3,50
- Mo 28.11. **Ludwigs- und Isarvorstadt.** Mit der “Ludwigsvorstadt” setzen Frau Horn und Herr Krieger ihre visuellen Stadtrundgänge durch die Viertel Münchens fort. Es werden Winkel und Ecken vorgestellt, die selbst waschechte Münchner nicht kennen. In diesem Fotovortrag erfahren Sie Interessantes, Spannendes und ganz bestimmt Neues aus der Stadtgeschichte. Anschließend erwartet Sie noch ein Quiz. Anmeldung  
14.00 Uhr  
€ 2,50

## Dezember

- Do 01.12. **Abschied, Trennung und Verlust** gehören zu unserem Leben, es beginnt meist mit dem Abschied aus dem Elternhaus. Die Situationen sind vielfältig; mal selbstbestimmt, mal fremdbestimmt bzw. schicksalhaft. Meist sind es Einschnitte im Leben – es verändert sich etwas, beginnt neu. Gehen wir auf Spurensuche in unseren Lebensläufen. Aus Wissenschaft und Forschung hören wir, welche Entwicklungsschritte damit einhergehen und welche Bewältigungsstrategien hilfreich sind. Anmeldung  
14.30 Uhr  
€ 2,50
- Mo 05.12. **Adventsfeier für alle ehrenamtlich Engagierten.** Wir laden die ehrenamtlichen Helfer\*innen des ASZ Lehel zu einem festlichen Adventsessen in vorweihnachtlicher Atmosphäre ein. Magdalena Geiger und Maria Weigel spielen Stubnmusi und stimmen damit auf die Adventszeit ein. Anmeldung  
16.00 Uhr
- Do 08.12. **Blick nach vorne und zurück.** Das kommende Jahr wirft seine Schatten voraus und wir stellen Ihnen unser neues Programm vor. Zuerst werfen wir jedoch mit Herrn Grassl einen Blick zurück auf das vergangene Jahr. Dazu servieren wir Zwiebelschmalzbrote. Anmeldung.  
14.00 Uhr  
€ 4,00
- Di 13.12. **Royales Regensburg.** Nach unserer Ankunft in Regensburg genießen wir Speis' und Trank in einem urigen Wirtshaus, um im Anschluss gestärkt den romantischen Weihnachtsmarkt von Thurn und Taxis zu erkunden. Lassen Sie sich vom royalen Flair verzaubern. Preis inklusive Zugfahrt u. Eintritt. TP: Hbf. Servicepoint. Anmeldung  
10.30 Uhr  
€ 26,00

- Mi 14.12.  
15.00 Uhr  
€ 4,00      **Köstlich Vegetarisch.** Es ist die Zeit des Lucia-Festes, das insbesondere in Schweden nach altem Brauchtum begangen wird, weshalb Frau Häusler heute mit Ihnen eine schwedische Spezialität zubereiten wird. Kosten für Lebensmittel werden auf die Teilnehmer\*innen umgelegt. Anmeldung
- Do 15.12.  
13.15 Uhr  
€ 14,00      **Tanz auf dem Vulkan** - Besuch des neueröffneten Diözesanmuseums Freising. Mit dem Kirchenschatz von San Gennaro aus Neapel und dem religiösen Leben der Menschen im Schatten der ständigen Bedrohung durch den Vesuv, startet das Museum seine Wiedereröffnung nach fast 10 Jahren. Preis beinhaltet Fahrt, Führung und Eintritt. TP: Hbf Servicepoint. Anmeldung
- Sa 17.12.  
13.00 Uhr  
€ 6,00      **Interkulturelles Kochen.** Siehe 17.09.. Anmeldung
- Mo 19.12.  
09.20 Uhr  
€ 18,50      **Romantischer Weihnachtsmarkt Nördlingen.** Allein ein Spaziergang durch die wunderbar erhaltene mittelalterliche Stadt Nördlingen ist ein Genuss, ein Besuch des Weihnachtsmarktes taucht uns in stimmungsvollen Lichterglanz. Nach der Ankunft Einkehr, danach Führung St. Georgs Kirche, zum Abschluss Weihnachtsmarktbummel. TP: Hbf Servicepoint. Preis inkl. Zugfahrt + Führung. Anmeldung
- Di 20.12.  
16.00 Uhr  
€ 7,00      **XXXX. ASZ Lehel Adventstreff.** In langer Tradition wollen wir auch heuer wieder die staade Zeit in Gemeinschaft genießen. Magdalena Geiger und Maria Weigel schaffen mit Stubnmusi besinnliche Stimmung. Dazu servieren wir weihnachtliches Gebäck und Punsch. Anmeldung
- Di 27.12.  
14.00 Uhr  
€ 4,00      **Mozarts "Zauberflöte" mit dem Salzburger Marionettentheater.** Sehen Sie auf Leinwand die mitreißende Geschichte der beiden Liebespaare, begleitet vom RIAS Symphonie-Orchester Berlin. Dazu kommentiert Sir Peter Ustinov humorvoll das Geschehen. Eine Leckerei rundet das Erlebnis ab. Anmeldung
- Mi 28.12.  
12.30 Uhr  
€ 10,00      **Festessen zum Jahresausklang.** Mit einem Rehragout mit Preiselbeeren, Spätzle und Blaukraut lassen wir das alte Jahr kulinarisch und festlich ausklingen und stimmen uns auf das kommende Jahr 2023 ein. Anmeldung.
- Do 29.12.  
16.00 Uhr  
€ 3,50      **Züngelndes Feuer.** Im Foyer, am wärmenden Feuer, sitzen wir gemütlich zusammen und erzählen uns, auf was wir uns im neuen Jahr freuen. Anmeldung