

Kontakt- und Begegnungsstätte

Zeit	Montag 01.09.2025	Dienstag 02.09.2025	Mittwoch 03.09.2025	Donnerstag 04.09.2025	Freitag 05.09.2025
9:00		<b>Ab 10:00 Uhr</b>		<b>Gesundheitstag</b> - siehe Aushang-	<b>Brunch ab Zehn</b> - heute Querbeet-
10:00	Zeit für Behördliches				
11:00			<b>Blick in den Kühlschrank</b> -kost nix-	<b>WAS Gsunds zum Snacken</b>	<b>Achtsam ins Wochenende</b>
Mittag	<b>Pizza</b> - heut gibt`s was aus der Schachtel -	<b>Gemüse—Kartoffelauflauf</b> mit Schafskäse oben drüber			
13:00	<b>Spaß mit Mosaik Teil I</b> (13:30)	T-Shirt Workshop	<b>Besuch beim Pferdeprojekt</b>	<b>Ab 13:00 Uhr haben wir geschlossen!</b>	
14:00	- mit Gilles & Christoph -				
15:00	Cafeteria				
16:00					

Zeit	Montag 08.09.2025	Dienstag 09.09.2025	Mittwoch 10.09.2025	Donnerstag 11.09.2025	Freitag 12.09.2025
9:00		<b>Ab 10:00 Uhr</b>		<b>Gesundheitstag</b> - siehe Aushang-	<b>Brunch ab Zehn</b> - Französisch-
10:00	Zeit für Behördliches		<b>Wanderung Siebenhütten</b>		
11:00				<b>Gesunde Snacks</b>	<b>Achtsam ins Wochenende</b>
Mittag	<b>Gemüsesuppe</b> Irgenwie mit Reis drin	<b>Spaghetti schon wieder mit Pesto</b> - aber mit Walnüssen	<b>Blick in den Kühlschrank</b> -kost nix-	<b>- Quark - Joghurt—und so-</b>	
13:00	Cafeteria				
14:00					
15:00	Hilfe zur Selbsthilfe				
16:00					

Zeit	Montag 15.09.2025	Dienstag 16.09.2025	Mittwoch 17.09.2025	Donnerstag 18.09.2025	Freitag 19.09.2025
9:00		<b>Ab 10:00 Uhr</b>		<b>Gesundheitstag</b> - siehe Aushang-	<b>Brunch ab Zehn</b> - Phantasie-
10:00	Zeit für Behördliches	<b>10:30 Loungeversammlung</b>	<b>Besuch im Filmstudio</b> München		
11:00				<b>Süß &amp; Gesund</b>	<b>Achtsam ins Wochenende</b>
Mittag	<b>Maultaschensuppe</b>	<b>Pellkartoffeln mit Quark</b>	<b>Blick in den Kühlschrank</b> -kost nix-		
13:00	<b>Spaß mit Mosaik Teil II</b> (13:30)	(12:15 Uhr)			
14:00	- mit Gilles & Christoph -	<b>Wir verabschieden Antonia</b>			
15:00	Hilfe zur Selbsthilfe				
16:00			<b>Frauencafé international</b> (16.00 bis 18:00 Uhr)		

Zeit	Montag 22.09.2025	Dienstag 23.09.2025	Mittwoch 24.09.2025	Donnerstag 25.09.2025	Freitag 26.09.2025
9:00		<b>Ab 10:00 Uhr</b>		<b>Gesundheitstag</b> - siehe Aushang-	<b>Brunch ab Zehn</b> - Brotzeit-
10:00	Zeit für Behördliches	<b>Holzgscheitl</b>	<b>Wir räumen auf!</b>		
11:00				<b>Gesunde Snacks, aber deftig mit Fisch</b>	<b>Achtsam ins Wochenende</b>
Mittag	<b>Ingwer—Möhren—Suppe</b>	<b>Nudelsalat</b> - mit Erbsen und Möhren mit <b>Bratwurst-</b>	<b>Blick in den Kühlschrank</b> -kost nix-		
13:00	Cafeteria		<b>Wir räumen auf!</b>		
14:00	<b>Kreatives mit Katrin</b>	- Gartengruppe- (danach gibt`s Kaffee & Kuchen)			
15:00					
16:00			<b>Frauencafé international</b> (16.00 bis 18:00 Uhr)		

Zeit	Montag 29.09.2025	Dienstag 30.09.2025	Mittwoch 01.10.2025	Donnerstag 02.10.2025	Freitag 03.10.2025
9:00		<b>Ab 10:00 Uhr</b>		<b>Gesundheitstag</b> - siehe Aushang-	<b>Heute geschlossen!</b>
10:00	Zeit für Behördliches		<b>Dart—und Tischtennistunier</b>		
11:00				<b>Gesunde Snacks –alles mit Obst-</b>	<b>Das Lounge Team wünscht</b>
Mittag	<b>Suppe</b>	<b>Nudeln / Kartoffeln</b>	<b>Grillen ist angesagt</b>		<b>einen schönen Feiertag ♥</b>
13:00	(... mit Einkehr ins Café)	<b>Ausflug in das Sozialkaufhaus</b> - Alles muss raus-		<b>Achtsam ins verlängerte Wochenende</b>	
14:00			<b>Dart—und Tischtennistunier</b>		
15:00	Hilfe zur Selbsthilfe				
16:00			<b>Frauencafé international</b> (16.00 bis 18:00 Uhr)		



Anthojo Lounge  
Münchner Straße 32,  
83607 Holzkirchen  
Tel.: 08024/9016630  
Email: kub.holzkirchen@anthojo.de  
Mo+Do: 09:00-16:00 Uhr  
Di: 10:00-17:00 Uhr  
Mi: 09:00-17:00 Uhr  
Fr: 09:00-13:00 Uhr

- ◆ Komm gerne persönlich vorbei
- ◆ Du kannst anonym zu uns kommen
- ◆ Unterstützung, Krisenintervention und Weitervermittlung ohne Voranmeldung
- ◆ Dusche, Waschmaschine, Trockner und PC stehen kostenlos zur Verfügung
- ◆ Termine per Video möglich
- ◆ Täglich Mittagessen für 1 €