

November

Kontakt- und Begegnungsstätte Anthojo Lounge Traunstein

Woche vom 03.11. - 07.11.25					
Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
8:30	Ab 10:00 Uhr	Ab 09:00 Uhr	Ab 09:00 Uhr	Ab 09:00 Uhr	09:30 Uhr: Frühstück mit Rührei und Speck
9:00			10:00 Uhr:	9:15 Uhr:	
10:00		„Malen kann jeder“ mit Rudi	Kreativer Vormittag:	Bogenschießen	
Koch-angebot	Lounge nicht regulär geöffnet	Thai Curry mit Reis	Acrylic Pouring Blick in den Kühlschrank	Schinkennudeln	
13:00		Monatsplanung Dezember	Wocheneinkauf	Spielenachmittag	
14:00		Hot Chocolate Time			

Woche vom 10.11. - 14.11.25					
Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
8:30	Ab 10:00 Uhr	Ab 09:00 Uhr	Ab 09:00 Uhr	Ab 09:00 Uhr	09:30 Uhr: Frühstück mit Croissant
9:00			10:00 Uhr:		
10:00	10:15 - 12:00 Uhr: Achtsamkeitsbasierte Rückfallprävention	10:15 Uhr: „Das macht mich stark“	Kreativer Vormittag: Offenes Atelier	10:30 Uhr: „Traunstein erkunden“	
Koch-angebot	Lauch-Käse-Hackfleischsuppe mit Brot	Pikant gefüllte Pfannkuchen	Blick in den Kühlschrank	Bauernrollbraten mit Saison-gemüse	
13:00	„Pack ma´s an“ im Keller	Tea-Time	Wocheneinkauf	Spielenachmittag	
14:00	Zeit für Behördliches	15:30 Uhr: Fackelwanderung			

Woche vom 17.11. - 21.11.25					
Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
8:30	Ab 10:00 Uhr	Ab 09:00 Uhr	Ab 09:00 Uhr	Ab 09:00 Uhr	Lounge nicht regulär geöffnet
9:00					
10:00	10:15 - 12:00 Uhr: Achtsamkeitsbasierte Rückfallprävention	10:15 Uhr: „Das macht mich stark“	10:00 Uhr: Fahrt zum Psychiatrietag in Rosenheim	10:30 Uhr: Doku-Film-Zeit	
Koch-angebot	Herbstsalat mit Kürbis-kernen und Brot	Pizza bianca mit Kürbis	Blick in den Kühlschrank	Hähnchencurry mit Kartoffeln	
13:00	Plätzchen backen	Hot Chocolate Time	Wocheneinkauf	Spielenachmittag	
14:00	Zeit für Behördliches	mit Austausch zum aktuellen Geschehen			

Woche vom 24.11. - 28.11.25					
Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
8:30	Ab 10:00 Uhr	Ab 09:00 Uhr	Ab 09:00 Uhr	Ab 09:00 Uhr	09:30 Uhr: Frühstück mit Toast
9:00				8:45 Uhr:	
10:00	10:15 - 12:00 Uhr: Achtsamkeitsbasierte Rückfallprävention	10:15 Uhr: „Das macht mich stark“	Wocheneinkauf	Therapie-Express zum Haus Sonnenschein	14:00—17:00 Uhr: Tag der offenen Adventstür
Koch-angebot	Gemüse Eintopf mit Brot	Kartoffelauflauf	Blick in den Kühlschrank	Kochgruppe: Krautwickerl mit Kartoffeln	
13:00	Adventskranz binden	Fahrt zur Tafel	Plätzchen backen	Spielenachmittag	
14:00	Zeit für Behördliches	Buchclub Tea-Time			



Anthojo Lounge
Äußere Rosenheimer Str. 2
83278 Traunstein
Tel.: 0861/90941221
E-Mail: lounge@anthojo.de
Mo: 10:00-16:00 Uhr
Di: 09:00-18:00 Uhr
Mi+Do: 09:00-16:00 Uhr
Fr: 08:30-13:00 Uhr

- ◆ Hier wird täglich gemeinsam frisch gekocht; Mahlzeit für 2€
- ◆ Du kannst anonym zu uns kommen
- ◆ Unterstützung, Krisenintervention und Weitervermittlung ohne Voranmeldung
- ◆ Waschmaschine, Trockner und PC stehen kostenlos zur Verfügung
- ◆ Termine sind auch per Telefon und Video möglich
- ◆ Whatsapp Kanal für kurzfristige Informationen und Änderungen

Ihre Bedürfnisse treiben uns an.

www.anthojo.de