

Oktober

Anthojo Lounge Holzkirchen

Kontakt- und Begegnungsstätte

			•		•
Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
	06.10.2025	07.10.2025	08.10.2025	09.10.2025	10.10.2025
9:00		Ab 10:00 Uhr		Gesundheitstag	Klettern (Start ab 09:00)
10:00	Zeit für Behördliches	Ganztägig	Spaziergang im Mangfall Tal	-Wellness für	Brunch ab Zehn
11.00		Kreativ / Garten		Gesicht & Hände	
11:00	Cabanagan	Biographic and the state of the	Blist is also killed as all		- türkisch-
Mittag	Schwarzwurzelsuppe	Diesmal fangen wir mit Nudeln	Blick in den Kühlschrank	Gesunde Snacks	
	was mit Orangen	an (auch vegetarisch)	-kost nix-		Achtsam ins Wochenende
		-Schinken und Salat nebenbei-			
13:00	Auf zu den Pferden			Nachmittag wird relaxt	
	(Pferdeprojekt Start ab				
	12:30)				
14:00					
15:00	Cafeteria				
16:00			Frauencafè international		
			(16.00 bis 18:00 Uhr)		
Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
	13.10.2025	14.10.2025	15.10.2025	16.10.2025	17.10.2025
9:00	13.10.2023		13.10.2023		17.10.2023
10:00	Zeit für Behördliches	Ab 10:00 Uhr	Wir haben bis 13:30 Uhr	Gesundheitstag "On Tour"	
11:00	Zeit für Beliofuliches		TOTAL TRANSPORT	- nach Bad Reichenhall -	Wir haben Teamtag!
Mittag	Gemüsesuppe	Kartoffeln mit Neurosenkohl und	KuB Vernetzungstreffen	Gesunde Snacks	viii ilabeli reallitag:
Wittag	-heute mal ala Wald-	Wurzel des Winters		Gesunde Shacks	
	-neute mai ala walu-		Lounge heute ab 13:30 geöffnet		Wir haben heute
		-ala Mr. Brown-			geschlossen!
13:00	Cafeteria				
14:00		Wir sind Kreativ			
15:00	Hilfe zur Selbsthilfe				
16:00			Frauencafè international		
			(16.00 bis 18:00 Uhr)		
7oi+	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
/ (-) (-)		2.05			
Zeit	20.10.2025	21 10 2025	22 10 2025		
	20.10.2025	21.10.2025	22.10.2025	23.10.2025	24.10.2025
9:00		Ab 10:00 Uhr		23.10.2025 Gesundheitstag	24.10.2025
	Zeit für Behördliches		Fahrt zum Ahornboden	23.10.2025	24.10.2025 Brunch ab Zehn
9:00		Ab 10:00 Uhr		23.10.2025 Gesundheitstag	24.10.2025
9:00 10:00	Zeit für Behördliches	Ab 10:00 Uhr 10:30 Loungeversammlung	Fahrt zum Ahornboden Starten ab 09:00 Uhr	23.10.2025 Gesundheitstag - siehe Aushang-	24.10.2025 Brunch ab Zehn - nordisch-
9:00		Ab 10:00 Uhr	Fahrt zum Ahornboden	23.10.2025 Gesundheitstag	24.10.2025 Brunch ab Zehn
9:00 10:00	Zeit für Behördliches	Ab 10:00 Uhr 10:30 Loungeversammlung	Fahrt zum Ahornboden Starten ab 09:00 Uhr	23.10.2025 Gesundheitstag - siehe Aushang-	24.10.2025 Brunch ab Zehn - nordisch-
9:00 10:00	Zeit für Behördliches Und schon wieder Suppe	Ab 10:00 Uhr 10:30 Loungeversammlung Gorgonzola & Mozzarella -Nudeln zwischen drin	Fahrt zum Ahornboden Starten ab 09:00 Uhr Blick in den Kühlschrank	23.10.2025 Gesundheitstag - siehe Aushang-	24.10.2025 Brunch ab Zehn - nordisch-
9:00 10:00 11:00 Mittag	Zeit für Behördliches Und schon wieder Suppe -diesmal ist Reis drin-	Ab 10:00 Uhr 10:30 Loungeversammlung Gorgonzola & Mozzarella	Fahrt zum Ahornboden Starten ab 09:00 Uhr Blick in den Kühlschrank	23.10.2025 Gesundheitstag - siehe Aushang-	24.10.2025 Brunch ab Zehn - nordisch-
9:00 10:00 11:00 Mittag	Zeit für Behördliches Und schon wieder Suppe	Ab 10:00 Uhr 10:30 Loungeversammlung Gorgonzola & Mozzarella -Nudeln zwischen drin aufgelaufen-	Fahrt zum Ahornboden Starten ab 09:00 Uhr Blick in den Kühlschrank -kost nix-	23.10.2025 Gesundheitstag - siehe Aushang-	24.10.2025 Brunch ab Zehn - nordisch-
9:00 10:00 11:00 Mittag	Zeit für Behördliches Und schon wieder Suppe -diesmal ist Reis drin- T-Shirt '- Workshop	Ab 10:00 Uhr 10:30 Loungeversammlung Gorgonzola & Mozzarella -Nudeln zwischen drin	Fahrt zum Ahornboden Starten ab 09:00 Uhr Blick in den Kühlschrank	23.10.2025 Gesundheitstag - siehe Aushang-	24.10.2025 Brunch ab Zehn - nordisch-
9:00 10:00 11:00 Mittag 13:00 14:00 15:00	Zeit für Behördliches Und schon wieder Suppe -diesmal ist Reis drin-	Ab 10:00 Uhr 10:30 Loungeversammlung Gorgonzola & Mozzarella -Nudeln zwischen drin aufgelaufen-	Fahrt zum Ahornboden Starten ab 09:00 Uhr Blick in den Kühlschrank -kost nix- Magic Pouch mit Katrin	23.10.2025 Gesundheitstag - siehe Aushang-	24.10.2025 Brunch ab Zehn - nordisch-
9:00 10:00 11:00 Mittag	Zeit für Behördliches Und schon wieder Suppe -diesmal ist Reis drin- T-Shirt '- Workshop	Ab 10:00 Uhr 10:30 Loungeversammlung Gorgonzola & Mozzarella -Nudeln zwischen drin aufgelaufen-	Fahrt zum Ahornboden Starten ab 09:00 Uhr Blick in den Kühlschrank -kost nix- Magic Pouch mit Katrin Frauencafè international	23.10.2025 Gesundheitstag - siehe Aushang-	24.10.2025 Brunch ab Zehn - nordisch-
9:00 10:00 11:00 Mittag 13:00 14:00 15:00 16:00	Zeit für Behördliches Und schon wieder Suppe -diesmal ist Reis drin- T-Shirt '- Workshop Hilfe zur Selbsthilfe	Ab 10:00 Uhr 10:30 Loungeversammlung Gorgonzola & Mozzarella -Nudeln zwischen drin aufgelaufen- Magic Pouch mit Katrin	Fahrt zum Ahornboden Starten ab 09:00 Uhr Blick in den Kühlschrank -kost nix- Magic Pouch mit Katrin Frauencafè international (16.00 bis 18:00 Uhr)	23.10.2025 Gesundheitstag - siehe Aushang- Gesunde Snacks	24.10.2025 Brunch ab Zehn - nordisch- Achtsam ins Wochenende
9:00 10:00 11:00 Mittag 13:00 14:00 15:00	Zeit für Behördliches Und schon wieder Suppe -diesmal ist Reis drin- T-Shirt '- Workshop	Ab 10:00 Uhr 10:30 Loungeversammlung Gorgonzola & Mozzarella -Nudeln zwischen drin aufgelaufen-	Fahrt zum Ahornboden Starten ab 09:00 Uhr Blick in den Kühlschrank -kost nix- Magic Pouch mit Katrin Frauencafè international	23.10.2025 Gesundheitstag - siehe Aushang-	24.10.2025 Brunch ab Zehn - nordisch-
9:00 10:00 11:00 Mittag 13:00 14:00 15:00 16:00	Zeit für Behördliches Und schon wieder Suppe -diesmal ist Reis drin- T-Shirt '- Workshop Hilfe zur Selbsthilfe	Ab 10:00 Uhr 10:30 Loungeversammlung Gorgonzola & Mozzarella -Nudeln zwischen drin aufgelaufen- Magic Pouch mit Katrin	Fahrt zum Ahornboden Starten ab 09:00 Uhr Blick in den Kühlschrank -kost nix- Magic Pouch mit Katrin Frauencafè international (16.00 bis 18:00 Uhr)	23.10.2025 Gesundheitstag - siehe Aushang- Gesunde Snacks	24.10.2025 Brunch ab Zehn - nordisch- Achtsam ins Wochenende
9:00 10:00 11:00 Mittag 13:00 14:00 15:00 16:00	Zeit für Behördliches Und schon wieder Suppe -diesmal ist Reis drin- T-Shirt '- Workshop Hilfe zur Selbsthilfe Montag	Ab 10:00 Uhr 10:30 Loungeversammlung Gorgonzola & Mozzarella -Nudeln zwischen drin aufgelaufen- Magic Pouch mit Katrin Dienstag	Fahrt zum Ahornboden Starten ab 09:00 Uhr Blick in den Kühlschrank -kost nix- Magic Pouch mit Katrin Frauencafè international (16.00 bis 18:00 Uhr) Mittwoch	23.10.2025 Gesundheitstag - siehe Aushang- Gesunde Snacks Donnerstag	24.10.2025 Brunch ab Zehn - nordisch- Achtsam ins Wochenende
9:00 10:00 11:00 Mittag 13:00 14:00 15:00 16:00	Zeit für Behördliches Und schon wieder Suppe -diesmal ist Reis drin- T-Shirt '- Workshop Hilfe zur Selbsthilfe Montag 27.10.2025	Ab 10:00 Uhr 10:30 Loungeversammlung Gorgonzola & Mozzarella -Nudeln zwischen drin aufgelaufen- Magic Pouch mit Katrin Dienstag 28.10.2025	Fahrt zum Ahornboden Starten ab 09:00 Uhr Blick in den Kühlschrank -kost nix- Magic Pouch mit Katrin Frauencafè international (16.00 bis 18:00 Uhr) Mittwoch 29.10.2025	23.10.2025 Gesundheitstag - siehe Aushang- Gesunde Snacks Donnerstag 30.10.2025 Bunt statt Blau	24.10.2025 Brunch ab Zehn - nordisch- Achtsam ins Wochenende Freitag 31.10.2025 Bunt statt Blau
9:00 10:00 11:00 Mittag 13:00 14:00 15:00 16:00	Zeit für Behördliches Und schon wieder Suppe -diesmal ist Reis drin- T-Shirt '- Workshop Hilfe zur Selbsthilfe Montag 27.10.2025 Bunt statt Blau	Ab 10:00 Uhr 10:30 Loungeversammlung Gorgonzola & Mozzarella -Nudeln zwischen drin aufgelaufen- Magic Pouch mit Katrin Dienstag 28.10.2025 Ab 10:00 Uhr	Fahrt zum Ahornboden Starten ab 09:00 Uhr Blick in den Kühlschrank -kost nix- Magic Pouch mit Katrin Frauencafè international (16.00 bis 18:00 Uhr) Mittwoch 29.10.2025 Bunt statt Blau	23.10.2025 Gesundheitstag - siehe Aushang- Gesunde Snacks Donnerstag 30.10.2025 Bunt statt Blau - gesondertes Programm -	24.10.2025 Brunch ab Zehn - nordisch- Achtsam ins Wochenende Freitag 31.10.2025
9:00 10:00 11:00 Mittag 13:00 14:00 15:00 16:00 Zeit 9:00	Zeit für Behördliches Und schon wieder Suppe -diesmal ist Reis drin- T-Shirt '- Workshop Hilfe zur Selbsthilfe Montag 27.10.2025	Ab 10:00 Uhr 10:30 Loungeversammlung Gorgonzola & Mozzarella -Nudeln zwischen drin aufgelaufen- Magic Pouch mit Katrin Dienstag 28.10.2025 Ab 10:00 Uhr	Fahrt zum Ahornboden Starten ab 09:00 Uhr Blick in den Kühlschrank -kost nix- Magic Pouch mit Katrin Frauencafè international (16.00 bis 18:00 Uhr) Mittwoch 29.10.2025	23.10.2025 Gesundheitstag - siehe Aushang- Gesunde Snacks Donnerstag 30.10.2025 Bunt statt Blau	24.10.2025 Brunch ab Zehn - nordisch- Achtsam ins Wochenende Freitag 31.10.2025 Bunt statt Blau - gesondertes Programm -
9:00 10:00 11:00 Mittag 13:00 14:00 15:00 16:00 Zeit 9:00	Zeit für Behördliches Und schon wieder Suppe -diesmal ist Reis drin- T-Shirt '- Workshop Hilfe zur Selbsthilfe Montag 27.10.2025 Bunt statt Blau	Ab 10:00 Uhr 10:30 Loungeversammlung Gorgonzola & Mozzarella -Nudeln zwischen drin aufgelaufen- Magic Pouch mit Katrin Dienstag 28.10.2025 Ab 10:00 Uhr	Fahrt zum Ahornboden Starten ab 09:00 Uhr Blick in den Kühlschrank -kost nix- Magic Pouch mit Katrin Frauencafè international (16.00 bis 18:00 Uhr) Mittwoch 29.10.2025 Bunt statt Blau	23.10.2025 Gesundheitstag - siehe Aushang- Gesunde Snacks Donnerstag 30.10.2025 Bunt statt Blau - gesondertes Programm - Gesundheitstag	Preitag 31.10.2025 Brunch ab Zehn - nordisch- Achtsam ins Wochenende Freitag 31.10.2025 Bunt statt Blau - gesondertes Programm- Brunch ab Zehn
9:00 10:00 11:00 Mittag 13:00 14:00 15:00 16:00 Zeit 9:00 10:00	Zeit für Behördliches Und schon wieder Suppe -diesmal ist Reis drin- T-Shirt '- Workshop Hilfe zur Selbsthilfe Montag 27.10.2025 Bunt statt Blau - gesondertes Programm -	Ab 10:00 Uhr 10:30 Loungeversammlung Gorgonzola & Mozzarella -Nudeln zwischen drin aufgelaufen- Magic Pouch mit Katrin Dienstag 28.10.2025 Ab 10:00 Uhr Bunt statt Blau - gesondertes Programm -	Fahrt zum Ahornboden Starten ab 09:00 Uhr Blick in den Kühlschrank -kost nix- Magic Pouch mit Katrin Frauencafè international (16.00 bis 18:00 Uhr) Mittwoch 29.10.2025 Bunt statt Blau - gesondertes Programm -	23.10.2025 Gesundheitstag - siehe Aushang- Gesunde Snacks Donnerstag 30.10.2025 Bunt statt Blau - gesondertes Programm - Gesundheitstag - siehe Aushang-	24.10.2025 Brunch ab Zehn - nordisch- Achtsam ins Wochenende Freitag 31.10.2025 Bunt statt Blau - gesondertes Programm -
9:00 10:00 11:00 Mittag 13:00 14:00 15:00 16:00 Zeit 9:00	Zeit für Behördliches Und schon wieder Suppe -diesmal ist Reis drin- T-Shirt '- Workshop Hilfe zur Selbsthilfe Montag 27.10.2025 Bunt statt Blau - gesondertes Programm - Kartoffelsuppe Oma Käthe	Ab 10:00 Uhr 10:30 Loungeversammlung Gorgonzola & Mozzarella -Nudeln zwischen drin aufgelaufen- Magic Pouch mit Katrin Dienstag 28.10.2025 Ab 10:00 Uhr	Fahrt zum Ahornboden Starten ab 09:00 Uhr Blick in den Kühlschrank -kost nix- Magic Pouch mit Katrin Frauencafè international (16.00 bis 18:00 Uhr) Mittwoch 29.10.2025 Bunt statt Blau	23.10.2025 Gesundheitstag - siehe Aushang- Gesunde Snacks Donnerstag 30.10.2025 Bunt statt Blau - gesondertes Programm - Gesundheitstag	Preitag 31.10.2025 Brunch ab Zehn - nordisch- Achtsam ins Wochenende Freitag 31.10.2025 Bunt statt Blau - gesondertes Programm- Brunch ab Zehn
9:00 10:00 11:00 Mittag 13:00 14:00 15:00 16:00 Zeit 9:00 10:00	Zeit für Behördliches Und schon wieder Suppe -diesmal ist Reis drin- T-Shirt '- Workshop Hilfe zur Selbsthilfe Montag 27.10.2025 Bunt statt Blau - gesondertes Programm -	Ab 10:00 Uhr 10:30 Loungeversammlung Gorgonzola & Mozzarella -Nudeln zwischen drin aufgelaufen- Magic Pouch mit Katrin Dienstag 28.10.2025 Ab 10:00 Uhr Bunt statt Blau - gesondertes Programm -	Fahrt zum Ahornboden Starten ab 09:00 Uhr Blick in den Kühlschrank -kost nix- Magic Pouch mit Katrin Frauencafè international (16.00 bis 18:00 Uhr) Mittwoch 29.10.2025 Bunt statt Blau - gesondertes Programm -	23.10.2025 Gesundheitstag - siehe Aushang- Gesunde Snacks Donnerstag 30.10.2025 Bunt statt Blau - gesondertes Programm - Gesundheitstag - siehe Aushang-	Preitag 31.10.2025 Brunch ab Zehn - nordisch- Achtsam ins Wochenende Freitag 31.10.2025 Bunt statt Blau - gesondertes Programm- Brunch ab Zehn
9:00 10:00 11:00 Mittag 13:00 14:00 15:00 16:00 Zeit 9:00 10:00	Zeit für Behördliches Und schon wieder Suppe -diesmal ist Reis drin- T-Shirt '- Workshop Hilfe zur Selbsthilfe Montag 27.10.2025 Bunt statt Blau - gesondertes Programm - Kartoffelsuppe Oma Käthe	Ab 10:00 Uhr 10:30 Loungeversammlung Gorgonzola & Mozzarella -Nudeln zwischen drin aufgelaufen- Magic Pouch mit Katrin Dienstag 28.10.2025 Ab 10:00 Uhr Bunt statt Blau - gesondertes Programm - Herbalpotatoes mit was dazu	Fahrt zum Ahornboden Starten ab 09:00 Uhr Blick in den Kühlschrank -kost nix- Magic Pouch mit Katrin Frauencafè international (16.00 bis 18:00 Uhr) Mittwoch 29.10.2025 Bunt statt Blau - gesondertes Programm -	23.10.2025 Gesundheitstag - siehe Aushang- Gesunde Snacks Donnerstag 30.10.2025 Bunt statt Blau - gesondertes Programm - Gesundheitstag - siehe Aushang-	Prunch ab Zehn - nordisch- Achtsam ins Wochenende Freitag 31.10.2025 Bunt statt Blau - gesondertes Programm- Brunch ab Zehn -Halloween-
9:00 10:00 11:00 Mittag 13:00 14:00 15:00 16:00 Zeit 9:00 10:00	Zeit für Behördliches Und schon wieder Suppe -diesmal ist Reis drin- T-Shirt '- Workshop Hilfe zur Selbsthilfe Montag 27.10.2025 Bunt statt Blau - gesondertes Programm - Kartoffelsuppe Oma Käthe (auch vegtaisch)	Ab 10:00 Uhr 10:30 Loungeversammlung Gorgonzola & Mozzarella -Nudeln zwischen drin aufgelaufen- Magic Pouch mit Katrin Dienstag 28.10.2025 Ab 10:00 Uhr Bunt statt Blau - gesondertes Programm - Herbalpotatoes mit was dazu - ala zukünftige Mrs. Brown)	Fahrt zum Ahornboden Starten ab 09:00 Uhr Blick in den Kühlschrank -kost nix- Magic Pouch mit Katrin Frauencafè international (16.00 bis 18:00 Uhr) Mittwoch 29.10.2025 Bunt statt Blau - gesondertes Programm -	23.10.2025 Gesundheitstag - siehe Aushang- Gesunde Snacks Donnerstag 30.10.2025 Bunt statt Blau - gesondertes Programm - Gesundheitstag - siehe Aushang-	Prunch ab Zehn - nordisch- Achtsam ins Wochenende Freitag 31.10.2025 Bunt statt Blau - gesondertes Programm- Brunch ab Zehn -Halloween-
9:00 10:00 11:00 Mittag 13:00 14:00 15:00 16:00 Zeit 9:00 10:00 Mittag	Zeit für Behördliches Und schon wieder Suppe -diesmal ist Reis drin- T-Shirt '- Workshop Hilfe zur Selbsthilfe Montag 27.10.2025 Bunt statt Blau - gesondertes Programm - Kartoffelsuppe Oma Käthe	Ab 10:00 Uhr 10:30 Loungeversammlung Gorgonzola & Mozzarella -Nudeln zwischen drin aufgelaufen- Magic Pouch mit Katrin Dienstag 28.10.2025 Ab 10:00 Uhr Bunt statt Blau - gesondertes Programm - Herbalpotatoes mit was dazu	Fahrt zum Ahornboden Starten ab 09:00 Uhr Blick in den Kühlschrank -kost nix- Magic Pouch mit Katrin Frauencafè international (16.00 bis 18:00 Uhr) Mittwoch 29.10.2025 Bunt statt Blau - gesondertes Programm -	23.10.2025 Gesundheitstag - siehe Aushang- Gesunde Snacks Donnerstag 30.10.2025 Bunt statt Blau - gesondertes Programm - Gesundheitstag - siehe Aushang-	Prunch ab Zehn - nordisch- Achtsam ins Wochenende Freitag 31.10.2025 Bunt statt Blau - gesondertes Programm- Brunch ab Zehn -Halloween-
9:00 10:00 11:00 Mittag 13:00 14:00 15:00 16:00 Zeit 9:00 10:00 Mittag	Zeit für Behördliches Und schon wieder Suppe -diesmal ist Reis drin- T-Shirt '- Workshop Hilfe zur Selbsthilfe Montag 27.10.2025 Bunt statt Blau - gesondertes Programm - Kartoffelsuppe Oma Käthe (auch vegtaisch) Eröffnungsveranstaltung	Ab 10:00 Uhr 10:30 Loungeversammlung Gorgonzola & Mozzarella -Nudeln zwischen drin aufgelaufen- Magic Pouch mit Katrin Dienstag 28.10.2025 Ab 10:00 Uhr Bunt statt Blau - gesondertes Programm - Herbalpotatoes mit was dazu - ala zukünftige Mrs. Brown) Magic Pouch mit Katrin	Fahrt zum Ahornboden Starten ab 09:00 Uhr Blick in den Kühlschrank -kost nix- Magic Pouch mit Katrin Frauencafè international (16.00 bis 18:00 Uhr) Mittwoch 29.10.2025 Bunt statt Blau - gesondertes Programm -	23.10.2025 Gesundheitstag - siehe Aushang- Gesunde Snacks Donnerstag 30.10.2025 Bunt statt Blau - gesondertes Programm - Gesundheitstag - siehe Aushang-	Prunch ab Zehn - nordisch- Achtsam ins Wochenende Freitag 31.10.2025 Bunt statt Blau - gesondertes Programm- Brunch ab Zehn -Halloween-
9:00 10:00 11:00 Mittag 13:00 14:00 15:00 16:00 Zeit 9:00 10:00 Mittag	Zeit für Behördliches Und schon wieder Suppe -diesmal ist Reis drin- T-Shirt '- Workshop Hilfe zur Selbsthilfe Montag 27.10.2025 Bunt statt Blau - gesondertes Programm - Kartoffelsuppe Oma Käthe (auch vegtaisch)	Ab 10:00 Uhr 10:30 Loungeversammlung Gorgonzola & Mozzarella -Nudeln zwischen drin aufgelaufen- Magic Pouch mit Katrin Dienstag 28.10.2025 Ab 10:00 Uhr Bunt statt Blau - gesondertes Programm - Herbalpotatoes mit was dazu - ala zukünftige Mrs. Brown) Magic Pouch mit Katrin	Fahrt zum Ahornboden Starten ab 09:00 Uhr Blick in den Kühlschrank -kost nix- Magic Pouch mit Katrin Frauencafè international (16.00 bis 18:00 Uhr) Mittwoch 29.10.2025 Bunt statt Blau - gesondertes Programm -	23.10.2025 Gesundheitstag - siehe Aushang- Gesunde Snacks Donnerstag 30.10.2025 Bunt statt Blau - gesondertes Programm - Gesundheitstag - siehe Aushang-	Prunch ab Zehn - nordisch- Achtsam ins Wochenende Freitag 31.10.2025 Bunt statt Blau - gesondertes Programm- Brunch ab Zehn -Halloween-
9:00 10:00 11:00 Mittag 13:00 14:00 15:00 16:00 2eit 9:00 10:00 Mittag	Zeit für Behördliches Und schon wieder Suppe -diesmal ist Reis drin- T-Shirt '- Workshop Hilfe zur Selbsthilfe Montag 27.10.2025 Bunt statt Blau - gesondertes Programm - Kartoffelsuppe Oma Käthe (auch vegtaisch) Eröffnungsveranstaltung	Ab 10:00 Uhr 10:30 Loungeversammlung Gorgonzola & Mozzarella -Nudeln zwischen drin aufgelaufen- Magic Pouch mit Katrin Dienstag 28.10.2025 Ab 10:00 Uhr Bunt statt Blau - gesondertes Programm - Herbalpotatoes mit was dazu - ala zukünftige Mrs. Brown) Magic Pouch mit Katrin	Fahrt zum Ahornboden Starten ab 09:00 Uhr Blick in den Kühlschrank -kost nix- Magic Pouch mit Katrin Frauencafè international (16.00 bis 18:00 Uhr) Mittwoch 29.10.2025 Bunt statt Blau - gesondertes Programm - Blick in den Kühlschrank -kost nix-	23.10.2025 Gesundheitstag - siehe Aushang- Gesunde Snacks Donnerstag 30.10.2025 Bunt statt Blau - gesondertes Programm - Gesundheitstag - siehe Aushang-	Prunch ab Zehn - nordisch- Achtsam ins Wochenende Freitag 31.10.2025 Bunt statt Blau - gesondertes Programm- Brunch ab Zehn -Halloween-
9:00 10:00 11:00 Mittag 13:00 14:00 15:00 16:00 Zeit 9:00 10:00 Mittag	Zeit für Behördliches Und schon wieder Suppe -diesmal ist Reis drin- T-Shirt '- Workshop Hilfe zur Selbsthilfe Montag 27.10.2025 Bunt statt Blau - gesondertes Programm - Kartoffelsuppe Oma Käthe (auch vegtaisch) Eröffnungsveranstaltung	Ab 10:00 Uhr 10:30 Loungeversammlung Gorgonzola & Mozzarella -Nudeln zwischen drin aufgelaufen- Magic Pouch mit Katrin Dienstag 28.10.2025 Ab 10:00 Uhr Bunt statt Blau - gesondertes Programm - Herbalpotatoes mit was dazu - ala zukünftige Mrs. Brown) Magic Pouch mit Katrin	Fahrt zum Ahornboden Starten ab 09:00 Uhr Blick in den Kühlschrank -kost nix- Magic Pouch mit Katrin Frauencafè international (16.00 bis 18:00 Uhr) Mittwoch 29.10.2025 Bunt statt Blau - gesondertes Programm -	23.10.2025 Gesundheitstag - siehe Aushang- Gesunde Snacks Donnerstag 30.10.2025 Bunt statt Blau - gesondertes Programm - Gesundheitstag - siehe Aushang-	Prunch ab Zehn - nordisch- Achtsam ins Wochenende Freitag 31.10.2025 Bunt statt Blau - gesondertes Programm- Brunch ab Zehn -Halloween-



Anthojo Lounge Münchner Straße 32, 83607 Holzkirchen Tel.: 08024/9016630

Email: kub.holzkirchen@anthojo.de

Mo+Do: 09:00-16:00 Uhr 10:00-17:00 Uhr 09:00-17:00 Uhr Mi: 09:00-13:00 Uhr Fr:

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



Oktober

Anthojo Lounge Holzkirchen

Kontakt- und Begegnungsstätte

			•		•
Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
	06.10.2025	07.10.2025	08.10.2025	09.10.2025	10.10.2025
9:00		Ab 10:00 Uhr		Gesundheitstag	Klettern (Start ab 09:00)
10:00	Zeit für Behördliches	Ganztägig	Spaziergang im Mangfall Tal	-Wellness für	Brunch ab Zehn
11.00		Kreativ / Garten		Gesicht & Hände	
11:00	Cabanagananalanana	Biographic and the state of the	Blist is also killed as all		- türkisch-
Mittag	Schwarzwurzelsuppe	Diesmal fangen wir mit Nudeln	Blick in den Kühlschrank	Gesunde Snacks	
	was mit Orangen	an (auch vegetarisch)	-kost nix-		Achtsam ins Wochenende
		-Schinken und Salat nebenbei-			
13:00	Auf zu den Pferden			Nachmittag wird relaxt	
	(Pferdeprojekt Start ab				
	12:30)				
14:00					
15:00	Cafeteria				
16:00			Frauencafè international		
			(16.00 bis 18:00 Uhr)		
Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
	13.10.2025	14.10.2025	15.10.2025	16.10.2025	17.10.2025
9:00	13.10.2023		13.10.2023		17.10.2023
10:00	Zeit für Behördliches	Ab 10:00 Uhr	Wir haben bis 13:30 Uhr	Gesundheitstag "On Tour"	
11:00	Zeit für Beliofuliches		TOTAL TRANSPORT	- nach Bad Reichenhall -	Wir haben Teamtag!
Mittag	Gemüsesuppe	Kartoffeln mit Neurosenkohl und	KuB Vernetzungstreffen	Gesunde Snacks	viii ilabeli reallitag:
Wittag	-heute mal ala Wald-	Wurzel des Winters		Gesunde Shacks	
	-neute mai ala walu-		Lounge heute ab 13:30 geöffnet		Wir haben heute
		-ala Mr. Brown-			geschlossen!
13:00	Cafeteria				
14:00		Wir sind Kreativ			
15:00	Hilfe zur Selbsthilfe				
16:00			Frauencafè international		
			(16.00 bis 18:00 Uhr)		
7oi+	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
/ (-) (-)		2.05			
Zeit	20.10.2025	21 10 2025	22 10 2025		
	20.10.2025	21.10.2025	22.10.2025	23.10.2025	24.10.2025
9:00		Ab 10:00 Uhr		23.10.2025 Gesundheitstag	24.10.2025
	Zeit für Behördliches		Fahrt zum Ahornboden	23.10.2025	24.10.2025 Brunch ab Zehn
9:00		Ab 10:00 Uhr		23.10.2025 Gesundheitstag	24.10.2025
9:00 10:00	Zeit für Behördliches	Ab 10:00 Uhr 10:30 Loungeversammlung	Fahrt zum Ahornboden Starten ab 09:00 Uhr	23.10.2025 Gesundheitstag - siehe Aushang-	24.10.2025 Brunch ab Zehn - nordisch-
9:00		Ab 10:00 Uhr	Fahrt zum Ahornboden	23.10.2025 Gesundheitstag	24.10.2025 Brunch ab Zehn
9:00 10:00	Zeit für Behördliches	Ab 10:00 Uhr 10:30 Loungeversammlung	Fahrt zum Ahornboden Starten ab 09:00 Uhr	23.10.2025 Gesundheitstag - siehe Aushang-	24.10.2025 Brunch ab Zehn - nordisch-
9:00 10:00	Zeit für Behördliches Und schon wieder Suppe	Ab 10:00 Uhr 10:30 Loungeversammlung Gorgonzola & Mozzarella -Nudeln zwischen drin	Fahrt zum Ahornboden Starten ab 09:00 Uhr Blick in den Kühlschrank	23.10.2025 Gesundheitstag - siehe Aushang-	24.10.2025 Brunch ab Zehn - nordisch-
9:00 10:00 11:00 Mittag	Zeit für Behördliches Und schon wieder Suppe -diesmal ist Reis drin-	Ab 10:00 Uhr 10:30 Loungeversammlung Gorgonzola & Mozzarella	Fahrt zum Ahornboden Starten ab 09:00 Uhr Blick in den Kühlschrank	23.10.2025 Gesundheitstag - siehe Aushang-	24.10.2025 Brunch ab Zehn - nordisch-
9:00 10:00 11:00 Mittag	Zeit für Behördliches Und schon wieder Suppe	Ab 10:00 Uhr 10:30 Loungeversammlung Gorgonzola & Mozzarella -Nudeln zwischen drin aufgelaufen-	Fahrt zum Ahornboden Starten ab 09:00 Uhr Blick in den Kühlschrank -kost nix-	23.10.2025 Gesundheitstag - siehe Aushang-	24.10.2025 Brunch ab Zehn - nordisch-
9:00 10:00 11:00 Mittag	Zeit für Behördliches Und schon wieder Suppe -diesmal ist Reis drin- T-Shirt '- Workshop	Ab 10:00 Uhr 10:30 Loungeversammlung Gorgonzola & Mozzarella -Nudeln zwischen drin	Fahrt zum Ahornboden Starten ab 09:00 Uhr Blick in den Kühlschrank	23.10.2025 Gesundheitstag - siehe Aushang-	24.10.2025 Brunch ab Zehn - nordisch-
9:00 10:00 11:00 Mittag 13:00 14:00 15:00	Zeit für Behördliches Und schon wieder Suppe -diesmal ist Reis drin-	Ab 10:00 Uhr 10:30 Loungeversammlung Gorgonzola & Mozzarella -Nudeln zwischen drin aufgelaufen-	Fahrt zum Ahornboden Starten ab 09:00 Uhr Blick in den Kühlschrank -kost nix- Magic Pouch mit Katrin	23.10.2025 Gesundheitstag - siehe Aushang-	24.10.2025 Brunch ab Zehn - nordisch-
9:00 10:00 11:00 Mittag	Zeit für Behördliches Und schon wieder Suppe -diesmal ist Reis drin- T-Shirt '- Workshop	Ab 10:00 Uhr 10:30 Loungeversammlung Gorgonzola & Mozzarella -Nudeln zwischen drin aufgelaufen-	Fahrt zum Ahornboden Starten ab 09:00 Uhr Blick in den Kühlschrank -kost nix- Magic Pouch mit Katrin Frauencafè international	23.10.2025 Gesundheitstag - siehe Aushang-	24.10.2025 Brunch ab Zehn - nordisch-
9:00 10:00 11:00 Mittag 13:00 14:00 15:00 16:00	Zeit für Behördliches Und schon wieder Suppe -diesmal ist Reis drin- T-Shirt '- Workshop Hilfe zur Selbsthilfe	Ab 10:00 Uhr 10:30 Loungeversammlung Gorgonzola & Mozzarella -Nudeln zwischen drin aufgelaufen- Magic Pouch mit Katrin	Fahrt zum Ahornboden Starten ab 09:00 Uhr Blick in den Kühlschrank -kost nix- Magic Pouch mit Katrin Frauencafè international (16.00 bis 18:00 Uhr)	23.10.2025 Gesundheitstag - siehe Aushang- Gesunde Snacks	24.10.2025 Brunch ab Zehn - nordisch- Achtsam ins Wochenende
9:00 10:00 11:00 Mittag 13:00 14:00 15:00	Zeit für Behördliches Und schon wieder Suppe -diesmal ist Reis drin- T-Shirt '- Workshop	Ab 10:00 Uhr 10:30 Loungeversammlung Gorgonzola & Mozzarella -Nudeln zwischen drin aufgelaufen-	Fahrt zum Ahornboden Starten ab 09:00 Uhr Blick in den Kühlschrank -kost nix- Magic Pouch mit Katrin Frauencafè international	23.10.2025 Gesundheitstag - siehe Aushang-	24.10.2025 Brunch ab Zehn - nordisch-
9:00 10:00 11:00 Mittag 13:00 14:00 15:00 16:00	Zeit für Behördliches Und schon wieder Suppe -diesmal ist Reis drin- T-Shirt '- Workshop Hilfe zur Selbsthilfe	Ab 10:00 Uhr 10:30 Loungeversammlung Gorgonzola & Mozzarella -Nudeln zwischen drin aufgelaufen- Magic Pouch mit Katrin	Fahrt zum Ahornboden Starten ab 09:00 Uhr Blick in den Kühlschrank -kost nix- Magic Pouch mit Katrin Frauencafè international (16.00 bis 18:00 Uhr)	23.10.2025 Gesundheitstag - siehe Aushang- Gesunde Snacks	24.10.2025 Brunch ab Zehn - nordisch- Achtsam ins Wochenende
9:00 10:00 11:00 Mittag 13:00 14:00 15:00 16:00	Zeit für Behördliches Und schon wieder Suppe -diesmal ist Reis drin- T-Shirt '- Workshop Hilfe zur Selbsthilfe Montag	Ab 10:00 Uhr 10:30 Loungeversammlung Gorgonzola & Mozzarella -Nudeln zwischen drin aufgelaufen- Magic Pouch mit Katrin Dienstag	Fahrt zum Ahornboden Starten ab 09:00 Uhr Blick in den Kühlschrank -kost nix- Magic Pouch mit Katrin Frauencafè international (16.00 bis 18:00 Uhr) Mittwoch	23.10.2025 Gesundheitstag - siehe Aushang- Gesunde Snacks Donnerstag	24.10.2025 Brunch ab Zehn - nordisch- Achtsam ins Wochenende
9:00 10:00 11:00 Mittag 13:00 14:00 15:00 16:00	Zeit für Behördliches Und schon wieder Suppe -diesmal ist Reis drin- T-Shirt '- Workshop Hilfe zur Selbsthilfe Montag 27.10.2025	Ab 10:00 Uhr 10:30 Loungeversammlung Gorgonzola & Mozzarella -Nudeln zwischen drin aufgelaufen- Magic Pouch mit Katrin Dienstag 28.10.2025	Fahrt zum Ahornboden Starten ab 09:00 Uhr Blick in den Kühlschrank -kost nix- Magic Pouch mit Katrin Frauencafè international (16.00 bis 18:00 Uhr) Mittwoch 29.10.2025	23.10.2025 Gesundheitstag - siehe Aushang- Gesunde Snacks Donnerstag 30.10.2025 Bunt statt Blau	24.10.2025 Brunch ab Zehn - nordisch- Achtsam ins Wochenende Freitag 31.10.2025 Bunt statt Blau
9:00 10:00 11:00 Mittag 13:00 14:00 15:00 16:00	Zeit für Behördliches Und schon wieder Suppe -diesmal ist Reis drin- T-Shirt '- Workshop Hilfe zur Selbsthilfe Montag 27.10.2025 Bunt statt Blau	Ab 10:00 Uhr 10:30 Loungeversammlung Gorgonzola & Mozzarella -Nudeln zwischen drin aufgelaufen- Magic Pouch mit Katrin Dienstag 28.10.2025 Ab 10:00 Uhr	Fahrt zum Ahornboden Starten ab 09:00 Uhr Blick in den Kühlschrank -kost nix- Magic Pouch mit Katrin Frauencafè international (16.00 bis 18:00 Uhr) Mittwoch 29.10.2025 Bunt statt Blau	23.10.2025 Gesundheitstag - siehe Aushang- Gesunde Snacks Donnerstag 30.10.2025 Bunt statt Blau - gesondertes Programm -	24.10.2025 Brunch ab Zehn - nordisch- Achtsam ins Wochenende Freitag 31.10.2025
9:00 10:00 11:00 Mittag 13:00 14:00 15:00 16:00 Zeit 9:00	Zeit für Behördliches Und schon wieder Suppe -diesmal ist Reis drin- T-Shirt '- Workshop Hilfe zur Selbsthilfe Montag 27.10.2025	Ab 10:00 Uhr 10:30 Loungeversammlung Gorgonzola & Mozzarella -Nudeln zwischen drin aufgelaufen- Magic Pouch mit Katrin Dienstag 28.10.2025 Ab 10:00 Uhr	Fahrt zum Ahornboden Starten ab 09:00 Uhr Blick in den Kühlschrank -kost nix- Magic Pouch mit Katrin Frauencafè international (16.00 bis 18:00 Uhr) Mittwoch 29.10.2025	23.10.2025 Gesundheitstag - siehe Aushang- Gesunde Snacks Donnerstag 30.10.2025 Bunt statt Blau	24.10.2025 Brunch ab Zehn - nordisch- Achtsam ins Wochenende Freitag 31.10.2025 Bunt statt Blau - gesondertes Programm -
9:00 10:00 11:00 Mittag 13:00 14:00 15:00 16:00 Zeit 9:00	Zeit für Behördliches Und schon wieder Suppe -diesmal ist Reis drin- T-Shirt '- Workshop Hilfe zur Selbsthilfe Montag 27.10.2025 Bunt statt Blau	Ab 10:00 Uhr 10:30 Loungeversammlung Gorgonzola & Mozzarella -Nudeln zwischen drin aufgelaufen- Magic Pouch mit Katrin Dienstag 28.10.2025 Ab 10:00 Uhr	Fahrt zum Ahornboden Starten ab 09:00 Uhr Blick in den Kühlschrank -kost nix- Magic Pouch mit Katrin Frauencafè international (16.00 bis 18:00 Uhr) Mittwoch 29.10.2025 Bunt statt Blau	23.10.2025 Gesundheitstag - siehe Aushang- Gesunde Snacks Donnerstag 30.10.2025 Bunt statt Blau - gesondertes Programm - Gesundheitstag	Preitag 31.10.2025 Brunch ab Zehn - nordisch- Achtsam ins Wochenende Freitag 31.10.2025 Bunt statt Blau - gesondertes Programm- Brunch ab Zehn
9:00 10:00 11:00 Mittag 13:00 14:00 15:00 16:00 Zeit 9:00 10:00	Zeit für Behördliches Und schon wieder Suppe -diesmal ist Reis drin- T-Shirt '- Workshop Hilfe zur Selbsthilfe Montag 27.10.2025 Bunt statt Blau - gesondertes Programm -	Ab 10:00 Uhr 10:30 Loungeversammlung Gorgonzola & Mozzarella -Nudeln zwischen drin aufgelaufen- Magic Pouch mit Katrin Dienstag 28.10.2025 Ab 10:00 Uhr Bunt statt Blau - gesondertes Programm -	Fahrt zum Ahornboden Starten ab 09:00 Uhr Blick in den Kühlschrank -kost nix- Magic Pouch mit Katrin Frauencafè international (16.00 bis 18:00 Uhr) Mittwoch 29.10.2025 Bunt statt Blau - gesondertes Programm -	23.10.2025 Gesundheitstag - siehe Aushang- Gesunde Snacks Donnerstag 30.10.2025 Bunt statt Blau - gesondertes Programm - Gesundheitstag - siehe Aushang-	24.10.2025 Brunch ab Zehn - nordisch- Achtsam ins Wochenende Freitag 31.10.2025 Bunt statt Blau - gesondertes Programm -
9:00 10:00 11:00 Mittag 13:00 14:00 15:00 16:00 Zeit 9:00	Zeit für Behördliches Und schon wieder Suppe -diesmal ist Reis drin- T-Shirt '- Workshop Hilfe zur Selbsthilfe Montag 27.10.2025 Bunt statt Blau - gesondertes Programm - Kartoffelsuppe Oma Käthe	Ab 10:00 Uhr 10:30 Loungeversammlung Gorgonzola & Mozzarella -Nudeln zwischen drin aufgelaufen- Magic Pouch mit Katrin Dienstag 28.10.2025 Ab 10:00 Uhr	Fahrt zum Ahornboden Starten ab 09:00 Uhr Blick in den Kühlschrank -kost nix- Magic Pouch mit Katrin Frauencafè international (16.00 bis 18:00 Uhr) Mittwoch 29.10.2025 Bunt statt Blau	23.10.2025 Gesundheitstag - siehe Aushang- Gesunde Snacks Donnerstag 30.10.2025 Bunt statt Blau - gesondertes Programm - Gesundheitstag	Preitag 31.10.2025 Brunch ab Zehn - nordisch- Achtsam ins Wochenende Freitag 31.10.2025 Bunt statt Blau - gesondertes Programm- Brunch ab Zehn
9:00 10:00 11:00 Mittag 13:00 14:00 15:00 16:00 Zeit 9:00 10:00	Zeit für Behördliches Und schon wieder Suppe -diesmal ist Reis drin- T-Shirt '- Workshop Hilfe zur Selbsthilfe Montag 27.10.2025 Bunt statt Blau - gesondertes Programm -	Ab 10:00 Uhr 10:30 Loungeversammlung Gorgonzola & Mozzarella -Nudeln zwischen drin aufgelaufen- Magic Pouch mit Katrin Dienstag 28.10.2025 Ab 10:00 Uhr Bunt statt Blau - gesondertes Programm -	Fahrt zum Ahornboden Starten ab 09:00 Uhr Blick in den Kühlschrank -kost nix- Magic Pouch mit Katrin Frauencafè international (16.00 bis 18:00 Uhr) Mittwoch 29.10.2025 Bunt statt Blau - gesondertes Programm -	23.10.2025 Gesundheitstag - siehe Aushang- Gesunde Snacks Donnerstag 30.10.2025 Bunt statt Blau - gesondertes Programm - Gesundheitstag - siehe Aushang-	Preitag 31.10.2025 Brunch ab Zehn - nordisch- Achtsam ins Wochenende Freitag 31.10.2025 Bunt statt Blau - gesondertes Programm- Brunch ab Zehn
9:00 10:00 11:00 Mittag 13:00 14:00 15:00 16:00 Zeit 9:00 10:00	Zeit für Behördliches Und schon wieder Suppe -diesmal ist Reis drin- T-Shirt '- Workshop Hilfe zur Selbsthilfe Montag 27.10.2025 Bunt statt Blau - gesondertes Programm - Kartoffelsuppe Oma Käthe	Ab 10:00 Uhr 10:30 Loungeversammlung Gorgonzola & Mozzarella -Nudeln zwischen drin aufgelaufen- Magic Pouch mit Katrin Dienstag 28.10.2025 Ab 10:00 Uhr Bunt statt Blau - gesondertes Programm - Herbalpotatoes mit was dazu	Fahrt zum Ahornboden Starten ab 09:00 Uhr Blick in den Kühlschrank -kost nix- Magic Pouch mit Katrin Frauencafè international (16.00 bis 18:00 Uhr) Mittwoch 29.10.2025 Bunt statt Blau - gesondertes Programm -	23.10.2025 Gesundheitstag - siehe Aushang- Gesunde Snacks Donnerstag 30.10.2025 Bunt statt Blau - gesondertes Programm - Gesundheitstag - siehe Aushang-	Prunch ab Zehn - nordisch- Achtsam ins Wochenende Freitag 31.10.2025 Bunt statt Blau - gesondertes Programm- Brunch ab Zehn -Halloween-
9:00 10:00 11:00 Mittag 13:00 14:00 15:00 16:00 Zeit 9:00 10:00	Zeit für Behördliches Und schon wieder Suppe -diesmal ist Reis drin- T-Shirt '- Workshop Hilfe zur Selbsthilfe Montag 27.10.2025 Bunt statt Blau - gesondertes Programm - Kartoffelsuppe Oma Käthe (auch vegtaisch)	Ab 10:00 Uhr 10:30 Loungeversammlung Gorgonzola & Mozzarella -Nudeln zwischen drin aufgelaufen- Magic Pouch mit Katrin Dienstag 28.10.2025 Ab 10:00 Uhr Bunt statt Blau - gesondertes Programm - Herbalpotatoes mit was dazu - ala zukünftige Mrs. Brown)	Fahrt zum Ahornboden Starten ab 09:00 Uhr Blick in den Kühlschrank -kost nix- Magic Pouch mit Katrin Frauencafè international (16.00 bis 18:00 Uhr) Mittwoch 29.10.2025 Bunt statt Blau - gesondertes Programm -	23.10.2025 Gesundheitstag - siehe Aushang- Gesunde Snacks Donnerstag 30.10.2025 Bunt statt Blau - gesondertes Programm - Gesundheitstag - siehe Aushang-	Prunch ab Zehn - nordisch- Achtsam ins Wochenende Freitag 31.10.2025 Bunt statt Blau - gesondertes Programm- Brunch ab Zehn -Halloween-
9:00 10:00 11:00 Mittag 13:00 14:00 15:00 16:00 Zeit 9:00 10:00 Mittag	Zeit für Behördliches Und schon wieder Suppe -diesmal ist Reis drin- T-Shirt '- Workshop Hilfe zur Selbsthilfe Montag 27.10.2025 Bunt statt Blau - gesondertes Programm - Kartoffelsuppe Oma Käthe	Ab 10:00 Uhr 10:30 Loungeversammlung Gorgonzola & Mozzarella -Nudeln zwischen drin aufgelaufen- Magic Pouch mit Katrin Dienstag 28.10.2025 Ab 10:00 Uhr Bunt statt Blau - gesondertes Programm - Herbalpotatoes mit was dazu	Fahrt zum Ahornboden Starten ab 09:00 Uhr Blick in den Kühlschrank -kost nix- Magic Pouch mit Katrin Frauencafè international (16.00 bis 18:00 Uhr) Mittwoch 29.10.2025 Bunt statt Blau - gesondertes Programm -	23.10.2025 Gesundheitstag - siehe Aushang- Gesunde Snacks Donnerstag 30.10.2025 Bunt statt Blau - gesondertes Programm - Gesundheitstag - siehe Aushang-	Prunch ab Zehn - nordisch- Achtsam ins Wochenende Freitag 31.10.2025 Bunt statt Blau - gesondertes Programm- Brunch ab Zehn -Halloween-
9:00 10:00 11:00 Mittag 13:00 14:00 15:00 16:00 Zeit 9:00 10:00 Mittag	Zeit für Behördliches Und schon wieder Suppe -diesmal ist Reis drin- T-Shirt '- Workshop Hilfe zur Selbsthilfe Montag 27.10.2025 Bunt statt Blau - gesondertes Programm - Kartoffelsuppe Oma Käthe (auch vegtaisch) Eröffnungsveranstaltung	Ab 10:00 Uhr 10:30 Loungeversammlung Gorgonzola & Mozzarella -Nudeln zwischen drin aufgelaufen- Magic Pouch mit Katrin Dienstag 28.10.2025 Ab 10:00 Uhr Bunt statt Blau - gesondertes Programm - Herbalpotatoes mit was dazu - ala zukünftige Mrs. Brown) Magic Pouch mit Katrin	Fahrt zum Ahornboden Starten ab 09:00 Uhr Blick in den Kühlschrank -kost nix- Magic Pouch mit Katrin Frauencafè international (16.00 bis 18:00 Uhr) Mittwoch 29.10.2025 Bunt statt Blau - gesondertes Programm -	23.10.2025 Gesundheitstag - siehe Aushang- Gesunde Snacks Donnerstag 30.10.2025 Bunt statt Blau - gesondertes Programm - Gesundheitstag - siehe Aushang-	Prunch ab Zehn - nordisch- Achtsam ins Wochenende Freitag 31.10.2025 Bunt statt Blau - gesondertes Programm- Brunch ab Zehn -Halloween-
9:00 10:00 11:00 Mittag 13:00 14:00 15:00 16:00 Zeit 9:00 10:00 Mittag	Zeit für Behördliches Und schon wieder Suppe -diesmal ist Reis drin- T-Shirt '- Workshop Hilfe zur Selbsthilfe Montag 27.10.2025 Bunt statt Blau - gesondertes Programm - Kartoffelsuppe Oma Käthe (auch vegtaisch)	Ab 10:00 Uhr 10:30 Loungeversammlung Gorgonzola & Mozzarella -Nudeln zwischen drin aufgelaufen- Magic Pouch mit Katrin Dienstag 28.10.2025 Ab 10:00 Uhr Bunt statt Blau - gesondertes Programm - Herbalpotatoes mit was dazu - ala zukünftige Mrs. Brown) Magic Pouch mit Katrin	Fahrt zum Ahornboden Starten ab 09:00 Uhr Blick in den Kühlschrank -kost nix- Magic Pouch mit Katrin Frauencafè international (16.00 bis 18:00 Uhr) Mittwoch 29.10.2025 Bunt statt Blau - gesondertes Programm -	23.10.2025 Gesundheitstag - siehe Aushang- Gesunde Snacks Donnerstag 30.10.2025 Bunt statt Blau - gesondertes Programm - Gesundheitstag - siehe Aushang-	Prunch ab Zehn - nordisch- Achtsam ins Wochenende Freitag 31.10.2025 Bunt statt Blau - gesondertes Programm- Brunch ab Zehn -Halloween-
9:00 10:00 11:00 Mittag 13:00 14:00 15:00 16:00 2eit 9:00 10:00 Mittag	Zeit für Behördliches Und schon wieder Suppe -diesmal ist Reis drin- T-Shirt '- Workshop Hilfe zur Selbsthilfe Montag 27.10.2025 Bunt statt Blau - gesondertes Programm - Kartoffelsuppe Oma Käthe (auch vegtaisch) Eröffnungsveranstaltung	Ab 10:00 Uhr 10:30 Loungeversammlung Gorgonzola & Mozzarella -Nudeln zwischen drin aufgelaufen- Magic Pouch mit Katrin Dienstag 28.10.2025 Ab 10:00 Uhr Bunt statt Blau - gesondertes Programm - Herbalpotatoes mit was dazu - ala zukünftige Mrs. Brown) Magic Pouch mit Katrin	Fahrt zum Ahornboden Starten ab 09:00 Uhr Blick in den Kühlschrank -kost nix- Magic Pouch mit Katrin Frauencafè international (16.00 bis 18:00 Uhr) Mittwoch 29.10.2025 Bunt statt Blau - gesondertes Programm - Blick in den Kühlschrank -kost nix-	23.10.2025 Gesundheitstag - siehe Aushang- Gesunde Snacks Donnerstag 30.10.2025 Bunt statt Blau - gesondertes Programm - Gesundheitstag - siehe Aushang-	Prunch ab Zehn - nordisch- Achtsam ins Wochenende Freitag 31.10.2025 Bunt statt Blau - gesondertes Programm- Brunch ab Zehn -Halloween-
9:00 10:00 11:00 Mittag 13:00 14:00 15:00 16:00 Zeit 9:00 10:00 Mittag	Zeit für Behördliches Und schon wieder Suppe -diesmal ist Reis drin- T-Shirt '- Workshop Hilfe zur Selbsthilfe Montag 27.10.2025 Bunt statt Blau - gesondertes Programm - Kartoffelsuppe Oma Käthe (auch vegtaisch) Eröffnungsveranstaltung	Ab 10:00 Uhr 10:30 Loungeversammlung Gorgonzola & Mozzarella -Nudeln zwischen drin aufgelaufen- Magic Pouch mit Katrin Dienstag 28.10.2025 Ab 10:00 Uhr Bunt statt Blau - gesondertes Programm - Herbalpotatoes mit was dazu - ala zukünftige Mrs. Brown) Magic Pouch mit Katrin	Fahrt zum Ahornboden Starten ab 09:00 Uhr Blick in den Kühlschrank -kost nix- Magic Pouch mit Katrin Frauencafè international (16.00 bis 18:00 Uhr) Mittwoch 29.10.2025 Bunt statt Blau - gesondertes Programm -	23.10.2025 Gesundheitstag - siehe Aushang- Gesunde Snacks Donnerstag 30.10.2025 Bunt statt Blau - gesondertes Programm - Gesundheitstag - siehe Aushang-	Prunch ab Zehn - nordisch- Achtsam ins Wochenende Freitag 31.10.2025 Bunt statt Blau - gesondertes Programm- Brunch ab Zehn -Halloween-



Anthojo Lounge Münchner Straße 32, 83607 Holzkirchen Tel.: 08024/9016630

Email: kub.holzkirchen@anthojo.de

Mo+Do: 09:00-16:00 Uhr 10:00-17:00 Uhr 09:00-17:00 Uhr Mi: 09:00-13:00 Uhr Fr:

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