

## Anthojo Lounge Holzkirchen

## Kontakt- und Begegnungsstätte

				Kontakt- und Bege	egnungsstatte
7oi+	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Zeit					
	03.11.2025	04.11.2025	05.11.2025	06.11.2025	07.11.2025
9:00	Wocheneinkauf	Ab 10:00 Uhr		Gesundheitstag	
10:00	Zeit für Behördliches		Abschied von Cathi	- siehe Aushang-	Brunch ab Zehn
11:00					- vertical extreme-
Mittag	Brokkolisuppe	Italienische Ministrone	Blick in den Kühlschrank	Gesunde Snacks	
	mit Mandelplättchen	(vegan)	-kost nix-		Achtsam ins Wochenende
					7.0.1.0.0.1
13:00	Wir drucken auf Stoff Teil 1	Wir drucken auf Stoff Teil 2	Kreativ mit Ton Teil 1		
	(nach Wunsch Stoff bzw. T-	(nach Wunsch Stoff bzw. T-Shirt	-Zauntiere-		
	Shirt mitnehmen)	mitnehmen)	-Zauntiere-	Holzgscheitl	
14:00	Silit illitilellillell)	mineminen)			
15:00	Cafeteria			Pilates mit Bianca	
16:00	Careteria			(19:05 bis 20:05 Uhr)	
16.00					
				-Anmeldung erforderlich!-	
Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
	10.11.2025	11.11.2025	12.11.2025	13.11.2025	14.11.2025
0.00			12.11.2023		14.11.2023
9:00	Wocheneinkauf	Ab 10:00 Uhr		Gesundheitstag	
10:00	Zeit für Behördliches	Mosaik mit Gilles & Christoph	- Klausurtag -	Wellness für den Kopf	Brunch ab Zehn
				Waldspaziergang	-indisch-
11:00	Tagesausflug nach		Die Lounge bleibt		
	Claudaitan				
	Glenleiten		an diesen Tag		
Mittag	Kürbissuppe mit Kokosmilch	Schweinebraten mit fränkischen	Geschlossen!	Gesunde Snacks heute auch	
		Knödeln und stimmigen Kraut /		was mit Ingwer	Achtsam ins Wochenende
		Salat			Achtsain ins Wochenende
13:00		Kreativ mit Ton Teil 1			
14:00	Cafeteria	-Zauntiere und Weihnachtsdeko-			
15:00				Pilates mit Bianca	
16:00			Frauencafè international	(19:05 bis 20:05 Uhr)	
			(16.00 bis 18:00 Uhr)	Anmoldung orfordorlish	
	Montag	Dienstag	Mittwoch	-Anmeldung erforderlich!- Donnerstag	Freitag
Zeit					
	17.11.2025	18.11.2025	19.11.2025	20.11.2025	21.11.2025
9:00	Wocheneinkauf	Ab 10:00 Uhr		Gesundheitstag on Tour	
10:00	Zeit für Behördliches	10:30 Loungeversammlung	Blick in den Kühlschrank —	Zum Viktualienmarkt	Brunch ab Zehn
			least viv	(Eigenbeteiligung 5 €)	- Brezenfrühstück mit
			-kost nix-	(Eigenbeteingung 5 c)	Weißwurst (auch vegan)-
			Besuch bei Tom`s Café ange-		vecisival se (adeir vegali)
			fragt		
11:00			Besuch beim 3. Rosenheimer		
Mittag	Österreichische Grießnocken	Essigknödel mit Sauerkraut	Psychiatriefachtag	Gesunde Snacks	Achtsam ins Wochenende
13:00	Auf zu den Pferden	L331gKilodel IIIIt Jadel Kladt	(Anmeldung erforderlich!)	Gesuitue Stracks	Acritsain ins Wocheneride
13.00	Auf zu den Fleiden				
	(Pferdeprojekt Start		Abfahrt Lounge ab 12:00 Uhr		<u>externer</u>
	ab 12:15 Uhr)				Veranstaltungshinweis
14:00	22 22:13 3:11,	Klangvolles	Die Lounge ist ab 12:00 Uhr		Samstag 22.11. ab 16:00
15:00	Hilfe zur Selbsthilfe	mit Karl Nieler	geschossen		Uhr
_5.00	35.35	THE NOTE IN COLUMN	gesenossen	Dileter with Di	
				Pilates mit Bianca	"roses against violence"
16:00		Ab 14:00 Uhr		(19:05 bis 20:05 Uhr)	
				-Anmeldung erforderlich!-	
Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Zeit			26.11.2025	27.11.2025	
9:00	24.11.2025	25.11.2025	20.11.2023		28.11.2025
9:00	Wocheneinkauf	Ab 10:00 Uhr		Gesundheitstag	Besuch in Burghausen
				(siehe Aushang)	(gesondertes Programm)
10:00	Zeit für Behördliches		Auf zum Klettern (angefragt)		Brunch ab Zehn
11:00	1		(		
	Vantaffalaulass	BAo Channa	Diek in den Wildesburg	Converde Consider	- italienisch -
Mittag	Kartoffelgulasch	Mc Cheese	Blick in den Kühlschrank	Gesunde Snacks	
	(vegan oder mit g'scheiten Wie-	(vegan)	-kost nix-		Achtsam ins Wochenende
	nerle)	(0			
13:00	Cafeteria				
14:00	Diamond Painting Teil 1	Aquarell mit Gilles	Diamond Painting Teil 2		
15:00	Ziamona i anteng i cii i	. Again the ones	2	Pilates mit Bianca	
16:00				(19:05 bis 20:05 Uhr)	
10.00					
				-Anmeldung erforderlich!-	
		Anthoia Lounga		h vorboi	



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
Fr: 09:00-13:00 Uhr

- Komm gerne persönlich vorbei
- Du kannst anonym zu uns kommen
- Unterstützung, Krisenintervention und Weitervermittlung ohne Voranmeldung
- Dusche und PC stehen kostenlos zur Verfügung
- Waschen und/oder Trocknen für 0,50 €
- Termine per Video möglichTäglich Mittagessen für 1 €

www.anthojo.de



## Anthojo Lounge Holzkirchen

## Kontakt- und Begegnungsstätte

				Kontakt- und Bege	egnungsstatte
7oi+	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Zeit					
	03.11.2025	04.11.2025	05.11.2025	06.11.2025	07.11.2025
9:00	Wocheneinkauf	Ab 10:00 Uhr		Gesundheitstag	
10:00	Zeit für Behördliches		Abschied von Cathi	- siehe Aushang-	Brunch ab Zehn
11:00					- vertical extreme-
Mittag	Brokkolisuppe	Italienische Ministrone	Blick in den Kühlschrank	Gesunde Snacks	
	mit Mandelplättchen	(vegan)	-kost nix-		Achtsam ins Wochenende
					7.0.1.0.0.1
13:00	Wir drucken auf Stoff Teil 1	Wir drucken auf Stoff Teil 2	Kreativ mit Ton Teil 1		
	(nach Wunsch Stoff bzw. T-	(nach Wunsch Stoff bzw. T-Shirt	-Zauntiere-		
	Shirt mitnehmen)	mitnehmen)	-Zauntiere-	Holzgscheitl	
14:00	Silit illitilellillell)	mineminen)			
15:00	Cafeteria			Pilates mit Bianca	
16:00	Careteria			(19:05 bis 20:05 Uhr)	
16.00					
				-Anmeldung erforderlich!-	
Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
	10.11.2025	11.11.2025	12.11.2025	13.11.2025	14.11.2025
0.00			12.11.2023		14.11.2023
9:00	Wocheneinkauf	Ab 10:00 Uhr		Gesundheitstag	
10:00	Zeit für Behördliches	Mosaik mit Gilles & Christoph	- Klausurtag -	Wellness für den Kopf	Brunch ab Zehn
				Waldspaziergang	-indisch-
11:00	Tagesausflug nach		Die Lounge bleibt		
	Claudaitan				
	Glenleiten		an diesen Tag		
Mittag	Kürbissuppe mit Kokosmilch	Schweinebraten mit fränkischen	Geschlossen!	Gesunde Snacks heute auch	
		Knödeln und stimmigen Kraut /		was mit Ingwer	Achtsam ins Wochenende
		Salat			Achtsain ins Wochenende
13:00		Kreativ mit Ton Teil 1			
14:00	Cafeteria	-Zauntiere und Weihnachtsdeko-			
15:00				Pilates mit Bianca	
16:00			Frauencafè international	(19:05 bis 20:05 Uhr)	
			(16.00 bis 18:00 Uhr)	Anmoldung orfordorlish	
	Montag	Dienstag	Mittwoch	-Anmeldung erforderlich!- Donnerstag	Freitag
Zeit					
	17.11.2025	18.11.2025	19.11.2025	20.11.2025	21.11.2025
9:00	Wocheneinkauf	Ab 10:00 Uhr		Gesundheitstag on Tour	
10:00	Zeit für Behördliches	10:30 Loungeversammlung	Blick in den Kühlschrank —	Zum Viktualienmarkt	Brunch ab Zehn
			least viv	(Eigenbeteiligung 5 €)	- Brezenfrühstück mit
			-kost nix-	(Eigenbeteingung 5 c)	Weißwurst (auch vegan)-
			Besuch bei Tom`s Café ange-		vecisival se (adeir vegali)
			fragt		
11:00			Besuch beim 3. Rosenheimer		
Mittag	Österreichische Grießnocken	Essigknödel mit Sauerkraut	Psychiatriefachtag	Gesunde Snacks	Achtsam ins Wochenende
13:00	Auf zu den Pferden	L331gKilodel IIIIt Jadel Kladt	(Anmeldung erforderlich!)	Gesuitue Stracks	Acritsain ins Wocheneride
13.00	Auf zu den Fierden				
	(Pferdeprojekt Start		Abfahrt Lounge ab 12:00 Uhr		<u>externer</u>
	ab 12:15 Uhr)				Veranstaltungshinweis
14:00	22 22:13 3:11,	Klangvolles	Die Lounge ist ab 12:00 Uhr		Samstag 22.11. ab 16:00
15:00	Hilfe zur Selbsthilfe	mit Karl Nieler	geschossen		Uhr
_5.00	35.35	THE NOTE IN COLUMN	gesenossen	Dileter with Di	
				Pilates mit Bianca	"roses against violence"
16:00		Ab 14:00 Uhr		(19:05 bis 20:05 Uhr)	
				-Anmeldung erforderlich!-	
Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Zeit			26.11.2025	27.11.2025	
9:00	24.11.2025	25.11.2025	20.11.2023		28.11.2025
9:00	Wocheneinkauf	Ab 10:00 Uhr		Gesundheitstag	Besuch in Burghausen
				(siehe Aushang)	(gesondertes Programm)
10:00	Zeit für Behördliches		Auf zum Klettern (angefragt)		Brunch ab Zehn
11:00	1		(		
	Vantaffalaulass	BAo Channa	Diek in den Wildesburg	Converde Consider	- italienisch -
Mittag	Kartoffelgulasch	Mc Cheese	Blick in den Kühlschrank	Gesunde Snacks	
	(vegan oder mit g'scheiten Wie-	(vegan)	-kost nix-		Achtsam ins Wochenende
	nerle)	(0			
13:00	Cafeteria				
14:00	Diamond Painting Teil 1	Aquarell mit Gilles	Diamond Painting Teil 2		
15:00	Ziamona i anteng i cii i	. Again the ones	2	Pilates mit Bianca	
16:00				(19:05 bis 20:05 Uhr)	
10.00					
				-Anmeldung erforderlich!-	
		Anthoia Lounga		h vorboi	



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
Fr: 09:00-13:00 Uhr

- Komm gerne persönlich vorbei
- Du kannst anonym zu uns kommen
- Unterstützung, Krisenintervention und Weitervermittlung ohne Voranmeldung
- Dusche und PC stehen kostenlos zur Verfügung
- Waschen und/oder Trocknen für 0,50 €
- Termine per Video möglichTäglich Mittagessen für 1 €

www.anthojo.de