

März 2026

Zeit	Montag 02.03.2026	Dienstag 03.03.2026	Mittwoch 04.03.2026	Donnerstag 05.03.2026	Freitag 06.03.2026
9:00	Wocheneinkauf			Lounge ab 10:30 Uhr geöffnet	Brunch ab Zehn
10:00	Zeit für Behördliches	Indoor Pflanzenpflege	Brennpeter	Gesundheitstag	
11:00					Achtsam ins Wochenende
Mittag	Pizzasuppe	Thai Curry	Blick in den Kühlschrank	Gesunde Snacks	
13:00	Wir gestalten die Lounge - Planung mit Marie-Katrin und Christoph-				
14:00 & 15:00		Indoor Pflanzenpflege	Brennpeter	Yoga mit Angele	
16:00			Frauencafe international 16:00 – 18:00 Uhr	Pilates mit Bianca (Anmeldung erforderlich)	
Zeit	09.03.2026	10.03.2026	11.03.2026	12.03.2026	13.03.2026
9:00	Wocheneinkauf			Lounge ab 10:30 Uhr geöffnet	Brunch ab Zehn
10:00	Zeit für Behördliches	Peddigrohr Teil 1	Peddigrohr Teil 2	Fahrt Ins blaue Ungewisse (wir starten ab 09:00 Uhr) die Lounge bleibt Geschlossen!	
11:00					
Mittag	Mie-Nudel-Bowl	Wraps	Blick in den Kühlschrank		
13:00	Ab 13:30 offene Gesprächsrunde	Peddigrohr ab 13:30			
14:00 & 15:00					
16:00			Frauencafe international		
Zeit	16.03.2026	17.03.2026	18.03.2026	19.03.2026	20.03.2026
9:00	Wocheneinkauf			Lounge ab 10:30 Uhr geöffnet	Brunch ab Zehn
10:00	Zeit für Behördliches	Infotreff Stadtlauf MUC	Mosaik am Topf	Gesundheitstag	
11:00					Achtsam ins Wochenende
Mittag	Spaghetti Aglio e Olio	Kartoffel-Brokkoli-Auflauf	Blick in den Kühlschrank	Gesunde Snacks	
13:00	Mosaik am Topf	Aromakunde „Eigenkreation Duft“ (Eigenanteil 5 Euro)	Mosaik am Topf	Yoga mit Angele	Ab 13:00 Uhr Projekt Loungegestaltung
14:00 & 15:00					
15:00				Pilates mit Bianca (Anmeldung erforderlich)	
16:00			Frauencafe international 16:00 – 18:00 Uhr		
Zeit	23.03.2026	24.03.2026	25.03.2026	26.03.2026	27.03.2026
9:00				Lounge ab 10:30 Uhr geöffnet	Brunch ab Zehn
10:00	Gemeinsamer Brunch	Indoor Pflanzenpflege		Gesundheitstag	
11:00					Achtsam ins Wochenende
Mittag	Wir schließen ab 12:00 Uhr!	Ofenfrikadellen mit Kartoffelpüh	Blick in den Kühlschrank	Gesunde Snacks	
13:00	Walking in Weihenlinden Mit Einkehr Tropencafé			Yoga mit Angele	
14:00 & 15:00					
16:00			Frauencafe international 16:00 - 18:00 Uhr	Pilates mit Bianca (Anmeldung erforderlich)	
Zeit	30.03.2026	31.03.2026	01.04.2026	02.04.2026	03.04.2026
9:00	Wocheneinkauf			Lounge ab 10:30 Uhr geöffnet	Feiertag
10:00	Zeit für Behördliches	Handarbeit im Garten	Handarbeit im Garten	Gesundheitstag	
11:00					
Mittag	Spaghetti Carbonara	Apfelrisotto	Blick in den Kühlschrank -kost nix-	Gesunde Snacks	Die Lounge ist geschlossen
13:00	Pferdeprojekt mit Fabienne	Ab 13:30 Loungeversamm- lung mit Alexander			
14:00 & 15:00				Yoga mit Angele	
16:00		Herrencafé 16:00—18:00 Uhr	Frauencafe international 16:00 - 18:00 Uhr	Pilates mit Bianca (Anmeldung erforderlich)	

Münchner Straße 32,
83607 Holzkirchen
Tel.: 08024/9016630
E-Mail: kub.holzkirchen@anthojo.de
Mo + Di: 09:00-16:00 Uhr
Mi: 09:00-17:00 Uhr
Do: 10:30-17:00 Uhr
Fr: 09:00-13:00 Uhr

Ihre Bedürfnisse treiben uns an.

- ♦ 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 €

www.anthojo.de