

Mai 2026

Zeit	Montag, 04.05.2026	Dienstag, 05.05.2026	Mittwoch, 06.05.2026	Donnerstag, 07.05.2026	Freitag, 08.05.2026	
09:00		Wocheneinkauf		Lounge ab 10:30 Uhr geöffnet		
10:00	Zeit für Behördliches	Blumentag	Blumentag		Gesundheitstag	Brunch ab Zehn -Brezen mit Schnittlauchbutter-
11:00						
Mittag	Kartonpizza	Neues aus dem Vorratsschrank	Blick in den Kühlschrank	Gesunde Snacks		
13:00		Lesezirkel mit Sophia	T-Shirt-Workshop		Achtsam ins Wochenende	
14:00	Offene Lounge Zeit				Yoga	
15:00 - 16:00						
Ab 17:00			<i>Frauencafé international</i>			
Zeit	Montag 11.05.2026	Dienstag, 12.05.2026	Mittwoch, 13.05.2026	Donnerstag, 14.05.2026	Freitag, 15.05.2026	
09:00		Wocheneinkauf		Feiertag	Schließtag	
10:00	Zeit für Behördliches	Sushirollen Zubereitung	Kreativangebot -wir machen Geburtstagskarten-			Die Lounge bleibt geschlossen
11:00						
Mittag	Kartoffel / Gemüsesuppe	Sushi (vegetarisch ohne Fisch)	Blick in den Kühlschrank			
13:00	Ausflug zum Asiencenter nach München – wir kaufen die Zutaten für Sushi	Lesezirkel mit Sophia	Kreativ geht's weiter ...			
14:00						
15:00 - 16:00						
Ab 17:00			<i>Frauencafé international</i>			
Zeit	Montag 18.05.2026	Dienstag, 19.05.2026	Mittwoch, 20.05.2026	Donnerstag, 21.05.2026	Freitag, 22.05.2026	
09:00		Wocheneinkauf		Lounge ab 10:30 Uhr geöffnet		
10:00	Zeit für Behördliches	Medienpizza Teigansatz mit Sarah	Pizza belegen nach Medienart		Gesundheitstag	Brunch ab Zehn -italienisch-
11:00						
Mittag	Nudeln mit hausgemachten Pesto Rosso	Spargel mit Hollondaise und Kartoffeln	Pizza aller Medienwelt	Gesunde Snacks	Achtsam ins Wochenende	
13:00		Loungeversammlung Start ab 13:30 Uhr	Offene Lounge Zeit	Offene Lounge Zeit zur Gesundheit		
14:00	Eisessen mit Anne					
15:00 - 16:00		Herrencafé				
Ab 17:00			<i>Frauencafé international</i>	<i>Pilates mit Bianca (Anmeldung erforderlich)</i>		
Zeit	Montag 25.05.2026	Dienstag, 26.05.2026	Mittwoch, 27.05.2026	Donnerstag, 28.05.2026	Freitag, 29.05.2026	
09:00	Feiertag	Wocheneinkauf		Lounge ab 10:30 Uhr geöffnet		
10:00			Vorbereitung Grillfest		Abschied von Angele	Brunch ab Zehn -englisch-
11:00		Die Lounge bleibt heute geschlossen!				
Mittag			Kartoffeln mit Kräuterquark	Blick in den Kühlschrank	Grillen mit dem Blauen Kreuz	Darten
13:00			Spielenachmittag	Vorbereitung Grillfest		
14:00						
15:00 - 16:00						
Ab 17:00				<i>Pilates mit Bianca (Anmeldung erforderlich)</i>		



Ihre Bedürfnisse treiben uns an.

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



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