

Anthojo Lounge Holzkirchen

Zeit	Montag 06.07.2026	Dienstag, 07.07.2026	Mittwoch, 08.07.2026	Donnerstag, 09.07.2026	Freitag, 10.07.2026	
09:00				Lounge ab 10:30 Uhr geöffnet	Wegen einer internen Veranstaltung bleibt die Lounge heute geschlossen.	
10:00	Zeit für Behördliches	Wocheneinkauf	Erfrischung mit Erdbeeren			
11:00				Therapieexpress: Gartenfest im Haus Schwarzenberg		
Mittag	Pasta-Salat	Zucchini-Pfanne mit Quinoa	Blick in den Kühlschrank			
13:00						
14:00	Pflege fürs Lounge-Mobil	Ausflug zum Erdbeerfeld	Literaturzirkel evtl. unter Bäumen			
15:00						
16:00						
Ab 17:00				Pilates mit Bianca (Anmeldung erforderlich)		
Zeit	Montag 13.07.2026	Dienstag, 14.07.2026	Mittwoch, 15.07.2026	Donnerstag, 16.07.2026		Freitag, 17.07.2026
09:00				Lounge ab 10:30 Uhr geöffnet	Brunch ab Zehn - tropisch -	
10:00	Zeit für Behördliches	Wocheneinkauf	Ab an (in) den Kirchsee (10:30Uhr)			
11:00				Gesundheitstag		
Mittag	Pasta Aglio e Olio	Überraschungsmenü à la Barbie	Blick in den Kühlschrank	Gesunde Snacks		
13:00		Der ultimative Barbie-Feminismus-Tag!	Picknick am Kirchsee			Achtsam ins Wochenende
14:00	Wir dekorieren die Lounge	Wir verwandeln die Lounge in ein Kino		Gehirnjogging		
15:00						
16:00						
Ab 17:00			Frauencafé international	Pilates mit Bianca (Anmeldung erforderlich)		
Zeit	Montag 20.07.2026	Dienstag, 21.07.2026	Mittwoch, 22.07.2026	Donnerstag, 23.07.2026		Freitag, 24.07.2026
09:00				Lounge ab 10:30 Uhr geöffnet	Brunch ab Zehn -selbstgemachte Guacamole-	
10:00	Zeit für Behördliches	Wocheneinkauf	Colour Walk mit Fabienne			
11:00				Gesundheitstag		
Mittag	Kartoffeln, Gurkensalat und Ei	Taboulé mit Hummus	Blick in den Kühlschrank	Gesunde Snacks		
13:00	Klettern im Basislager					Achtsam ins Wochenende
14:00	Obstkuchen backen für Die.	Loungeversammlung	Atemtechnik mit Katrin	Ab in den Wald		
15:00						
16:00						
Ab 17:00		Herrencafé ab 16:00 Uhr	Frauencafé international			
Zeit	Montag 27.07.2026	Dienstag, 28.07.2026	Mittwoch, 29.07.2026	Donnerstag, 30.07.2026		Freitag, 31.07.2026
09:00				Lounge ab 10:30 Uhr geöffnet	Brunch ab Zehn -süß trifft salzig-	
10:00	Zeit für Behördliches	Wocheneinkauf	Vorbereitung fürs Grillen			
11:00				Gesundheitstag		
Mittag	Reis mit Gemüsemix	Gazpacho mit Röstbrot	Blick in den Kühlschrank	Gesundes Grillen		
13:00	Repair -Cafe-Nähen	Nähprojekte Teil 2		Die Traunsteiner		Achtsam ins Wochenende
14:00			Nähprojekt Teil 3	kommen zu uns		
15:00						
16:00						
Ab 17:00		Frauencafé ab 16:00 Uhr	Frauencafé international	Pilates mit Bianca (Anmeldung erforderlich)		



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, Trockner und PC stehen zur Verfügung
- Termine per Video möglich
- Täglich Mittagessen für 1 €