

Kontakt- und Begegnungsstätte Anthojo Lounge Traunstein

September

... ein Ort, um sinnvoll den Tag zu gestalten und zusammenzukommen

Woche vom 31.08. – 04.09.26					
	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
8:30	Ab 10:00 Uhr	Ab 09:00 Uhr	Ab 09:00 Uhr	Ab 09:00 Uhr	08:00 Uhr:
9:00		Ihr gestaltet eure Zeit		10:00 – 12:00 Uhr: "Sich einfach besser verstehen": Ich-mit-Mir	Bergwanderung in der Region
10:00	Spaghetti mit selbst-gemachtem Pesto und Salat	Tomate-Mozzarella mit Baguette	Herbstputz in der Lounge	Bauerneintopf	9:30 – 10:30 Uhr:
Koch-angebot		Monatsplanung Oktober	Blick in den Kühlschrank	Spielenachmittag	Frühstück mit Tomate-Mozzarella
13:00		14:00 Uhr: Smoothie-Zeit	Wocheneinkauf		
14:00	13:30 Uhr: Zeit für Behördliches				
Woche vom 07.09. – 11.09.26					
	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
8:30	Ab 10:00 Uhr	Ab 09:00 Uhr	Ab 09:00 Uhr	Ab 09:00 Uhr	9:30 Uhr - 10:30 Uhr
9:00		Ihr gestaltet eure Zeit	10:00 Uhr: Offenes Atelier	10:00 – 12:00 Uhr: "Sich einfach besser verstehen": Ich-Du-Wir	
10:00	10:30 Uhr: Spaziergang an der Traun	Brokkolisuppe mit Brot	Blick in den Kühlschrank	Kochgruppe: herzhaft gefüllte Pfannkuchen	Frühstück mit Rührei
Koch-angebot	Fischstäbchen mit Kartoffelpüree	14:00 Uhr: Tea-Time mit Austausch zum aktuellen Geschehen	Wocheneinkauf	Spielenachmittag	11:00 Uhr: „Aktiv ins Wochenende“
13:00	13:30 Uhr: Zeit für				
14:00	Behördliches				
Woche vom 14.09. – 18.09.26					
	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
8:30	Ab 10:00 Uhr	Ab 09:00 Uhr	Ab 09:00 Uhr	Ab 09:00 Uhr	9:30 Uhr - 10:30 Uhr
9:00		Rätselzeit	Wocheneinkauf	10:00 – 12:00 Uhr: "Sich einfach besser verstehen": Miteinander-Übereinander	
10:00	Pellkartoffeln mit Kräuterquark	Kürbissuppe mit Baguette	Blick in den Kühlschrank	Chili con Carne mit Baguette	Frühstück mit Wurstplatte
Koch-angebot		14:00 Uhr: Eis-Zeit in der Lounge	14:00 Uhr: Garteln vor der Lounge	Spielenachmittag	
13:00					
14:00	13:30 Uhr: Zeit für Behördliches				
Woche vom 21.09. – 25.09.26					
	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
8:30	Ab 10:00 Uhr	Ab 09:00 Uhr	Ab 09:00 Uhr	Ab 09:00 Uhr	9:30 Uhr - 10:30 Uhr
9:00		9:30 Uhr: Lounge Möbel herrichten	Wocheneinkauf	Gesundheitstag	
10:00	Kartoffeln mit Eier in Senfsoße	Herbstliche Schwammerlsuppe mit Brot	Blick in den Kühlschrank	10:30 Uhr: „bissfest und kerngesund“	Frühstück mit Obazda
Koch-angebot		14:00 Uhr: Tea-Time	13:30 Uhr: „Pack ma´s an im Keller“	Herbstsalat mit geröstetem Kürbis	
13:00				Spielenachmittag	
14:00	13:30 Uhr: Zeit für Behördliches				
Woche vom 28.09. – 02.10.26					
	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
8:30	Ab 10:00 Uhr	Ab 09:00 Uhr	Ab 09:00 Uhr	Ab 09:00 Uhr	9:30 Uhr - 10:30 Uhr
9:00		Rätselzeit	Wocheneinkauf	08:30 Uhr: Fahrt ins Unbekannte	
10:00	Zucchini-Feta-Quiche	Vegetarisch überbackene Toasts	Blick in den Kühlschrank	Spaghetti mit Hackfleischbällchen	Frühstück mit Obstsalat
Koch-angebot		14:00 Uhr: Tea-Time	13:30 Uhr: „Kunst auf Reisen“	Spielenachmittag	11:00 Uhr: „Aktiv ins Wochenende“
13:00					
14:00	13:30 Uhr: Zeit für Behördliches				



Anthojo Lounge
 Äußere Rosenheimer Str. 2
 83278 Traunstein
 Tel.: 0861/90941221
 E-Mail: lounge@anthojo.de
 Mo: 10:00-16:00 Uhr
 Di: 09:00-18:00 Uhr
 Mi+Do: 09:00-16:00 Uhr
 Fr: 08:30-13:00 Uhr

- ♦ Hier wird täglich gemeinsam frisch gekocht
- ♦ Mahlzeit für 2€
- ♦ Besuche auf anonymer Basis möglich
- ♦ Unterstützung, Krisenintervention und Weitervermittlung ohne Voranmeldung
- ♦ Möglichkeit der Nutzung von Waschmaschine, Trockner und PC
- ♦ Termine sind auch per Telefon und Video möglich
- ♦ Whatsapp Kanal für kurzfristige Informationen und Änderungen

Ihre Bedürfnisse treiben uns an.

www.anthojo.de