

September
2026

Anthojo Lounge Holzkirchen

Zeit	Montag 07.09.2026	Dienstag, 08.09.2026	Mittwoch, 09.09.2026	Donnerstag, 10.09.2026	Freitag, 11.09.2026	
09:00	Wocheneinkauf	Picknick der Damen mit Katrin (09:30 bis 11:00)	Ausflug nach Bairawies wir starten ab 09:30 (siehe Aushang)	Lounge ab 10:30 Uhr geöffnet	Brunch ab Zehn -französisch-	
10:00	Zeit für Behördliches			Gesundheitstag		
11:00						
Mittag	Karotten-Kartoffel- Currysuppe	Überbackene Ciabatta	Blick in den Kühlschrank	Gesunde Snacks		
13:00	Kreatives an der Nähmaschine oder Pinsel	Kreatives an der Nähmaschine oder Pinsel	Lounge bleibt natürlich geöffnet	Wir gehen auf Traumreise	Achtsam ins Wochenende	
14:00 – 15:00						
16:00						
Ab 17:00						<i>Pilates mit Bianca (Anmeldung erforderlich)</i>
Zeit	Montag 14.09.2026	Dienstag, 15.09.2026	Mittwoch, 16.09.2026	Donnerstag, 17.09.2026	Freitag, 18.09.2026	
09:00	Wocheneinkauf			Lounge ab 10:30 Uhr geöffnet	Lounge heute von 10:00 bis 14:00 Uhr geöffnet!	
10:00	Zeit für Behördliches	Kreativ mit Mosaik	Waldspaziergang	Gesundheitstag	Brunch ab Zehn - italienisch -	
11:00						
Mittag	Bunter Nudelaufwurf	Kartoffeln mit Kräuterdip und Salat (zur Not auch mit Würstl)	Blick in den Kühlschrank	Gesunde Snacks		
13:00	Kreativ mit Mosaik	Kreativ mit Mosaik	Spielenachmittag	Handpeeling mit Sophia und Seinab	Achtsam ins Wochenende	
14:00 – 15:00						
16:00		Herrencafé ab 16:00 Uhr				
Ab 17:00			<i>Frauencafé international</i>	<i>Pilates mit Bianca (Anmeldung erforderlich)</i>		
Zeit	Montag 21.09.2026	Dienstag, 22.09.2026	Mittwoch, 23.09.2026	Donnerstag, 24.09.2026	Freitag, 25.09.2026	
09:00	Wocheneinkauf			Lounge ab 10:30 Uhr geöffnet	Brunch ab Zehn in Ellis Garten (geplant)	
10:00	Zeit für Behördliches	Holzgscheitl-AG	Brennpeter			
11:00		Kuchen für die Lounge		Gesundheitstag		
Mittag	Kartoffelcremsuppe	Pasta mit Tomatensugo	Blick in den Kühlschrank	Gesunde Snacks	Achtsam ins Wochenende	
13:00	Klettern im Basislager wir starten ab 12:30			Gesichtsmaske mit Sophia und Seinab		
14:00 -15:00		Loungeversammlung	Brennpeter			
16:00						
Ab 17:00			<i>Frauencafé international</i>	<i>Pilates mit Bianca (Anmeldung erforderlich)</i>		
Zeit	Montag 28.09.2026	Dienstag, 29.09.2026	Mittwoch, 30.09.2026	Donnerstag, 01.10.2026	Freitag, 02.10.2026	
09:00	Wocheneinkauf	Wanderung entlang der Mangfall wir starten ab Start 9Uhr (siehe Aushang)	Ultimativer Tag des Entdeckens	Lounge ab 10:30 Uhr geöffnet	Brunch ab Zehn -Gesundes vom Wochenmarkt-	
10:00	Zeit für Behördliches			Gesundheitstag		
11:00						
Mittag	Pasta mit Rahmschwammerl	Kartoffelsalat mit Würstl	Entdeckermenü	Gesunde Snacks	Achtsam ins Wochenende	
13:00			Ultimativer Tag des Entdeckens	Ausflug zum Wochenmarkt nach Miesbach		
14:00 – 15:00	Holzgscheitl-AG	Lounge bleibt natürlich geöffnet				
16:00						
Ab 17:00			<i>Frauencafé international</i>			



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 €