

## ANTHOJO-LOUNGE

### Kontakt- und Begegnungsstätte für Suchtkranke

JANUAR 2018

Woche vom 01.01. – 05.01.2018					
Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
8:30	<b>Neujahr</b> - <b>Lounge ist geschlossen</b>	<b>Spinat mit Kartoffeln und Spiegelei</b> Zeit für Behördliches Tea-Time	<b>„Zeit für Euch“</b>  <b>Schinken-Käse-Toast</b>  Kreativer Nachmittag	Wocheneinkauf <b>Blick in den Kühlschrank</b>  <b>Winterrodelbahn</b>	<b>Kulinarisches Frühstück</b>
9:30					
10:00					
Mittag					
13:00					
14:00					

Woche vom 08.01. – 12.01.18					
8:30	Starterfrühstück	<b>10:00-11:45 Uhr SELBSTWERTTRAINING</b> <b>Linseneintopf</b>  Zeit für Behördliches Tea-Time	<b>„Zeit für Euch“</b>  <b>Pfannkuchen herzhaft</b>  Billard im Löwenplay <b>Nachtcafé Thema: Alkohol ↔ Krebs</b>	Vorbereitung für den Brunch  <b>10:00 bis 13:00 Uhr Neujahrsbrunch</b>	<b>Kulinarisches Frühstück</b>
9:30	Kognitives Training				
10:00	<b>Gefüllte Paprika mit Reis</b>				
Mittag	Dart-Turnier				
13:00	Winterspaziergang				
14:00					
17:00					

Woche 15.01. – 19.01.18					
8:30	Starterfrühstück	<b>SELBSTWERTTRAINING</b>  <b>Pellkartoffeln mit Hering und Kräuterquark</b> Zeit für Behördliches <b>Literaturstunde</b>	<b>„Zeit für Euch“</b>  <b>11:00 Uhr Caritas Suchtsprechstunde</b> <b>Gemüsepfanne</b>  <b>Eisstockschießen</b>	Wocheneinkauf <b>11:00 Uhr Biathlonzentrum Ruhpolding</b> <b>Blick in den Kühlschrank</b>  Spielesnachmittag	<b>Kulinarisches Frühstück</b>
9:30	Kognitives Training				
10:00	<b>Seelachs in Orangen-Ingwer-Soße</b>				
Mittag	Dart-Turnier				
13:00	Winterspaziergang				
14:00					

Woche 22.01. – 26.01.18					
8:30	Starterfrühstück	<b>SELBSTWERTTRAINING</b> <b>Hühnerfrikassee</b>  Zeit für Behördliches Tea-Time	<b>„Zeit für Euch“</b>  <b>Würstl mit Sauerkraut</b>  <b>Infoveranstaltung AQ</b>	Deutsches Museum Wocheneinkauf <b>Blick in den Kühlschrank</b>  Spielesnachmittag	<b>Kulinarisches Frühstück</b>
9:30	Kognitives Training				
10:00	<b>Reiberdatschi selbst gemacht</b>				
Mittag	Dart-Turnier				
13:00	Winterspaziergang				
14:00					

Woche 29.01. – 02.02.18					
8:30	Starterfrühstück	<b>SELBSTWERTTRAINING</b> <b>Currywurst mit Pommes</b>  Zeit für Behördliches Tea-Time	<b>„Zeit für Euch“</b>  <b>Pilzrisotto mit Walnüssen</b>  Kreativer Nachmittag	Wocheneinkauf <b>Langlaufen Reit i. Winkl</b> <b>Blick in den Kühlschrank</b>  Spielesnachmittag	<b>Kulinarisches Frühstück</b>
9:30	<b>Schneeschuhtour</b>				
10:00	Kognitives Training				
Mittag	<b>Brokkoliauflauf</b>				
13:00	Dart-Turnier				
14:00	Winterspaziergang				

Immer mittwochs von 17-19 Uhr - **Nachtcafé des Kreuzbundes**

#### Anthojo-Lounge

Äußere Rosenheimer Str. 2  
83278 Traunstein  
Tel.: 0861 – 90941221  
Mo-Do: 8:30-16:00 Uhr  
Fr: 8:30 – 13:30 Uhr  
E-Mail: lounae@anthojo.de

- **Täglich kostenloses Essen**
- **Du kannst anonym zu uns kommen**
- **Unterstützung, Krisenintervention und Weitervermittlung ohne Voranmeldung**
- **Waschmaschine, Trockner und PC kostenlos zur Verfügung**

