

## Zitdag WIJKAGENTE

Vrijdag 3 februari '23 van 13 - 16 uur

Vrijdag 3 maart '23 van 13 - 16 uur

Vrijdag 7 april '23 van 13 - 16 uur

Vrijdag 5 mei '23 van 13 - 16 uur

Vrijdag 2 juni '23 van 13 - 16 uur



Inschrijven is niet nodig



Deelnameprijs: GRATIS

## ACTIVITEITENKALENDER

5/04/'23

**Bloemschikken** Pasen

26/04/'23

**Valpreventie:** Krijg tips van onze ergotherapeute

12/05/'23

Fietstocht

22/05/'23

**Spreker:** Hoe organiseer je een zinvolle dagbesteding voor personen met dementie?

31/05/'23

**Week van de bij:** Leer meer over bijen en maak een bloembommetje

11/08/'23

**Bloemschikken** Moederdag zomer

27/10/'23

**Bloemschikken** Allerheiligen

20/11/'23

**Spreker:** Onrust tijdens de avond en nacht bij personen met dementie

8/12/'23

**Bloemschikken** Kerstmis

## Menu februari

Allergenen: 1 gluten (Tarwe), 2 schaaldieren, 3 eieren, 4 visproducten, 5 aardnoten (pinda's), 6 soja, 7 melk, 8 noten (walnoten, hazelnoten,...), 9 selderij, 10 mosterd, 11 sesamzaad, 12 sulfiet, 13 weekdieren, 14 lupine.

### Woensdag 01.02

Wortelsoep

Gepaneerde visfilet, tartaar,  
slaatje en puree

Fruitsla

### Vrijdag 03.02

Kervelbouillon

Kalfstong in Madeirasaus, Parij-  
se worteltjes en aardappelgratin

Caramelpudding

### Woensdag 8.02

Broccolisoepp

Vleesassortiment, gestoofde  
boontjes en aardappelen

Semoule met rood fruit

### Vrijdag 10.02

Tomatensoep met balletjes

Kipkotelet met currysaus en rijst  
met fijne groenten

Gebak

### Woensdag 15.02

Bouillonsoep

Blinde vink, rode kool en aard-  
appelen

Koekjespudding

### Vrijdag 17.02

Preisoep

Kalkoenstoverij, savooikool en  
aardappelen

Rijstpap met bruine suiker

### Woensdag 22.02

Groentesoep

Navarin en knolselderpuree

Chocomousse

### Vrijdag 24.02

Tomatensoep met balletjes

Gebakken kippenbil, appelmoes  
en kroketten

Speculaaspudding

Allergenen te  
bevragen via  
telefonisch contact

 014 84 92 20




We vragen om ten laatste 3 dagen vooraf in te schrijven. Diëten en allergieën geef je door bij de inschrijving. Inschrijven en annuleren kan via  014 84 92 20.

## ACTIVITEITEN FEBRUARI & MAART

Alle materialen en ingrediënten + een kopje koffie zijn inbegrepen in de deelnameprijs.

### PANNENKOEKENDAG

Woensdag 1 februari '23 van 13.45 - 16 uur

 Inschrijven via: 014 84 92 20 of ter plaatse


 Deelnameprijs: €1/pannenkoek

Ook voor (klein)kinderen 😊



### E-BIKE opleiding

Maandag 6 maart '23 van 13.45 - 16 uur


 Inschrijven via: 014 84 92 20 of ter plaatse

 Deelnameprijs: €5



### MACRAME sleutelhanger

Woensdag 10 februari '23 van 13.45 - 16 uur


 Inschrijven via: 014 84 92 20 of ter plaatse

 Deelnameprijs: €5 /sleutelhanger



### KOKEN Confituur een keertje anders

Vrijdag 17 maart '23 van 13.45 - 16 uur


 Inschrijven via: 014 84 92 20 of ter plaatse

 Deelnameprijs: €5



### BLOEMSCHIKKEN voorjaar

Woensdag 1 maart '23 van 14 - 16 uur

 Inschrijven via: 014 84 92 20 of ter plaatse


 Deelnameprijs: €5

 Zelf meebrengen: potje of schaal en groen;



### KRUIDENAPOTHEEK

Woensdag 29 maart '23 van 13.45 - 16 uur

 Inschrijven via: 014 84 92 20 of ter plaatse

 Deelnameprijs: €5

Leer heilzame kruiden kennen en neem je bereiding mee naar huis.

