

COME TOGETHER

August 2024



Mittagessen - Alle an einem Tisch!

Menüpreis 6,00 €

Mi, 21.08.24, 12-13 Uhr

Auberginen-Cannelloni mit Reismudeln
Erfrischendes Beerensorbet

Mi, 28.08.24, 12-13 Uhr

Bunter Kartoffelsalat mit Frikadelle (R)
Fruchtiges Sommerdessert mit Joghurt
und Obst

Erlebnisangebote

Kochnachmittag für Eltern & Kinder

Di, 20.08.24, 16:00 - 18:15 Uhr
10,00 €

Leckere, gesunde Snacks für Picknick,
Zoo und Co

Gemeinsam kochen am Abend

Do, 29.08.24, 18:00 - 21 Uhr
15,00 €

La Dolce Vita! - Italienische Küche



Das musst du erlebt haben!

COME TOGETHER

September 2024



Mittagessen – Alle an einem Tisch!

Menüpreis 6,00 €

Mi, 04.09.24, 12–13 Uhr

Grüne Bohnensuppe mit Rindfleisch-
würfel
Pflaumenkuchen mit Sahne

Mi, 11.09.24, 12–13 Uhr

Indisches Butter Huhn in würziger
Tomaten-Sahne-Soße mit Reisbeilage
Fruchtiges Cremedessert

Mi, 18.09.24, 12–13 Uhr

Kalte Zucchini-creme-Suppe mit Brot
Ratatouille mit Hähnchenbrust & Reis

Mi, 25.09.24, 12–13 Uhr

Schweineschnitzel, gebackene
Ofenkartoffeln dazu fruchtiger
Tomatensalat
Heidelbeer Joghurt Kuchen

Erlebnisangebote

**Kochnachmittag für
Eltern & Kinder**

Di, 24.09.24, 16:00 – 18:15 Uhr
10,00 €

Gemüse mal anders! – raffinierte
Resteverwertung

Gemeinsam kochen am Abend

Mo, 09.09.24, 18:00 – 21 Uhr
15,00 €

Tapas-Abend international
mit Live Gitarrenmusik



Eltern-Kind-Café

Do, 19.09.24, 10:00 – 11:30 Uhr
kostenfrei

Impulsvortrag: Selbstregulation im Alltag
dazu gibt es Waffeln & Kaffee



Das musst du erlebt haben!

COME TOGETHER

Infos

Die Anmeldung für einen Kurs erfolgt **spätestens eine Woche im Voraus** und ist verbindlich. Sie können sich telefonisch, per Mail oder persönlich vor Ort anmelden. Dazu füllen Sie bitte eine Anmeldekarte aus.

Für die Kurse werden **keine Kursgebühren** fällig, lediglich eine **Lebensmittel- oder Materialgeldumlage**.

Diese bezahlen Sie bitte im Voraus:

- Barzahlung
- EC-Kartenzahlung
- Überweisung

Bei Fragen können Sie uns gerne anrufen!
02151 39 91 71

Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme und wünschen viel Spaß!

Gefördert vom:



Bundesministerium
für Familie, Senioren, Frauen
und Jugend



Mittagessen: Anmeldung einen Tag im Voraus bis 11:30 Uhr.

 02151 39 91 71

 www.hdf-krefeld.de

 Westwall 40-42
47798 Krefeld

 info@hdf-krefeld.de



Mehr
Generationen
Haus



EV-FRÜCHTSSENEN- UND FAMILIENBILDUNG