

# 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](http://www.hdf-krefeld.de)

📍 Westwall 40-42  
47798 Krefeld

✉ [info@hdf-krefeld.de](mailto:info@hdf-krefeld.de)



Mehr  
Generationen  
Haus



EV-FRÜHCHISSEN- UND FAMILIENBILDUNG