

PrinsenHof

"De plek waar je thuis bent"

De keuken van de Prinsenhof

Heeft u een keer geen zin of tijd om zelf te koken? Ontmoetingscentrum de Prinsenhof heeft voor u de oplossing. Van maandag t/m donderdag is de keuken voor u open om een warme maaltijd voor u klaar te maken. U kunt tussen 11.30 en 16.00 uur een keuze maken uit onze uitgebreide lunchkaart. En om 18.00 uur wordt de warme maaltijd geserveerd. Voor het diner dient u zich wel voor 14.00 uur op te geven bij de receptie (010) 286 72 18. De menukaart is te lezen in het grand café. Ook bent u de hele week natuurlijk welkom voor een kopje koffie of thee.



Vrijdag 24 februari is de keuken beperkt in haar aanbod i.v.m. de bereiding van gerechten voor het themadiner van deze avond. Er zijn deze dag alleen belegde broodjes te verkrijgen, bakplaat en frituur zijn gesloten.



Ontmoetingscentrum Prinsenhof is een initiatief van en trefpunt voor buurtbewoners in de Rotterdamse wijk Het Lage Land. De nadruk ligt daarbij op ouderen en mensen met een verstandelijke beperking. Prinsenhof is een bijzonder samenwerkingsverband tussen Woonstad, Pameijer, Laurens en bewonersvereniging Ontmoetingscentrum Prinsenhof.

Openingstijden

Ontmoetingscentrum Prinsenhof

Ook wie zin heeft in een gezellige kop koffie, een praatje of om de krant te lezen, is van harte welkom: maandag t/m donderdag van 09.00 tot 17.00 uur vrijdag van 9.00 tot 14.00 uur zaterdag van 13.00 tot 17.00 uur Zondag gesloten

Colofon:

Activiteitenoverzicht van Ontmoetingscentrum Prinsenhof is een maandelijks uitgave.

Bramantestraat 30
3066 BN Rotterdam
Receptie (010) 286 72 18
www.ontmoetingscentrumprinsenhof.nl
ruimte reserveringen (06) 81236472
reserveringen@ontmoetingscentrumprinsenhof.nl

Tekst: Sarina van Hees

PrinsenHof

"De plek waar je thuis bent"

Activiteitenfolder nummer 2. Februari 2012

Zoals ieder jaar hebben een aantal vrijwilligers weer gezorgd voor een fantastisch kerstdiner op tweede kerstdag. Dit jaar was er wel een heel bijzondere verrassing, we kregen het door ons bestelde vlees bij slager Rien Bezooijen cadeau. Voor deze geste kreeg hij een warm applaus van onze bezoekers!

Nogmaals hartelijk dank Rien!

Jeanne Marie Beelt-Jens.



Woensdag 8 februari: "Dolle dwaze" bingo

Dit keer zal de bingo in het teken van het a.s. carnaval staan. We draaien gezellige polonaise muziek, u kunt leuke prijzen winnen en de persoon die het mooist verkleed komt kan een leuk prijsje verwachten. Dus komt allen mooi uitgedost naar de "Dolle dwaze" bingo.



Woensdag 8 februari: Themalunch "Griekse schotel"

Een heerlijke Griekse schotel met aardappel, vlees en uien, heerlijk met Tzaziki en stokbrood. Opgeven voor maandag 6 februari bij de bar van Prinsenhof. Er kunnen max. 30 personen inschrijven en Vol is Vol! Tijd: 12.00 tot 13.30 uur. Kosten €5,- voor leden en €6,- voor niet leden.



Oproepje rommelmarkt:

Zaterdag 24 maart organiseert Ontmoetingscentrum Prinsenhof weer een rommelmarkt. Heeft u nog spullen op zolder of in de schuur staan waar u graag vanaf wilt? Huur dan een kraampje voor € 5,- bij Prinsenhof en verkoop uw oude spullen, boeken, e.d. We hebben helaas geen ruimte voor meubels of andere grote voorwerpen. Bel voor de reservering van een kraam naar Sarina van Hees 06-51261216.



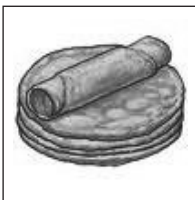
Dinsdag 14 februari: Workshop "Valentijn hart" decoreren

Valentijnsdag is een dag waarop geliefden of goede vrienden elkaar extra aandacht geven met cadeautjes, bloemen, of kaarten. Vind u het leuk om ook iemand te verrassen met een mooi zelf gemaakt presentje, kom dan naar deze creatieve workshop. U maakt een plastic hart gevuld met mooie teksten. Opgeven voor donderdag 9 februari. Tijd: 14.00 tot 16.00 uur, kosten € 3,- inclusief alle materialen.



Woensdag 15 februari: Pannenkoeken

Houd u van pannenkoeken maar bakt u deze nooit voor uzelf alleen? Kom dan naar deze smakelijke middag van 12.00 tot 13.30 uur. Er worden door de vrijwilligers van Prinsenhof heerlijke pannenkoeken gebakken welke u kunt beleggen met bv. stroop, suiker, jam, appelmoes en ander zoet beleg. Ook krijgt u een bakje met fruit en slagroom. Het gaat deze middag ook om de gezelligheid van het samen eten, dus geen pannenkoeken om af te halen. Opgeven voor maandag 13 februari bij de bar van Prinsenhof. Er kunnen max. 30 personen inschrijven en Vol is Vol! Kosten € 2,50- voor leden en €3,50 voor niet leden.



Tot 15 februari: Foto expositie "De Michieltjes van mevrouw Pino"

Margreet Pino is de moeder van Michiel, zij overleed op 24 oktober 2011 en droeg in het bijzonder de woonvorm Berlagestraat, waar Michiel woont, een warm hart toe. De bewoners waren haar allen even lief, voor haar waren het allemaal "Michieltjes". Met deze warme, positieve instelling in gedachte, heeft de fotografe Josien Riemens een serie portretten gemaakt. Op de foto's zien we vooral 'mooie mensen'; met een grote innerlijke tevredenheid en met trots komen zij hierin naar voren. Allemaal Michieltjes, allemaal mooie mensen!

Consultatiebureau voor Ouderen

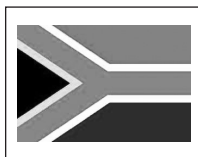
Bent u 60 jaar of ouder? En wilt u wel eens weten hoe het er voor staat met uw gezondheid of wilt u graag adviezen krijgen over gezond ouder worden? Geef u dan op voor een **gratis** preventief gezondheidsonderzoek bij het Consultatiebureau voor Ouderen in de Prinsenhof! Een gespecialiseerde verpleegkundige verricht een aantal metingen, zoals bloeddruk, lengte en gewicht en bepaalt uw cholesterol en bloedsuikergehalte. En samen met u neemt zij een uitgebreide vragenlijst door, waarin allerlei gezondheidsaspecten aan bod komen, zoals bijvoorbeeld voeding, beweging, slaappatroon, medicijngebruik, omgaan met stress en dergelijke. Is uw interesse gewekt? Opgeven kan bij de receptie van de Prinsenhof of bel de receptie op nummer 010-286 72 18.

Let op: Klanten die in het verleden al 2 consulten bij het Consultatiebureau hebben gehad kunnen zich helaas niet opgeven voor een 3e consult



Vrijdag 24 februari: Themadiner "Afrika"

Wij nodigen u weer van harte uit om bij ons te komen dineren. Deze maand zal het thema "Afrika" zijn. U krijgt als voorafje een cocktail met avocado en kaas, als hoofd gerecht Bobotie met gele rijst en rozijnen chutney, pisangslaai en tomaten-ui salade. En als toetje Luckyjo "perkes en appelkoos in rooiwijn". Laat u verrassen wat de kok van Prinsenhof voor u op originele Afrikaanse wijze klaarmaakt. Schrijf u snel in bij de bar van Prinsenhof want vol is vol! U kunt vanaf 17.00 uur binnenkomen, het diner zal om 18.00 uur starten. Inschrijven kan vanaf woensdag 1 februari tot maandag 20 februari. Inschrijven is betalen. Wilt u met bekenden aan tafel zitten schrijf u dan tegelijk in. Voor leden zijn de kosten: € 8,00, voor niet leden € 9,00.



Programma overzicht

Wekelijkse activiteiten

Maandag

Kaarten maken	Werkpaleis	10.00 – 12.00	€ 2,- per keer
Repetitieavond zangkoor	Grand Café	19.30 – 21.00	€ 0,75 per keer

Donderdag

Ouderen gymnastiek	Lounge	19.45 – 20.15	€ 6,- (4 lessen)
Naailles	Werkpaleis	13.30 – 15.30	Gratis

Zaterdag

Prijs klaverjassen en Jokeren	Grand Café	13.30 – 16.30	€ 3.50 per maand
-------------------------------	------------	---------------	------------------

Programma overzicht

Overige activiteiten

Maandag 6 februari

Verdiepingsgroep "Socrates"	Werkpaleis	14.00 – 16.00	Gratis
-----------------------------	------------	---------------	--------

Woensdag 8 februari

Thema lunch "Griekse schotel"	Grand Café	12.00 – 13.30	€5,- voor leden / €6,- niet leden
-------------------------------	------------	---------------	-----------------------------------

Woensdag 8 februari

Bingo	Grand Café	14.00 – 16.00	Leden €2,- per plankje niet leden € 2,25 per plankje
-------	------------	---------------	---

Dinsdag 14 februari

Workshop "Valentijn hart"decoreren	Werkpaleis	14.00 – 16.00	€3,-
------------------------------------	------------	---------------	------

Woensdag 15 februari

Pannenkoeken	Grand Café	12.00 – 13.30	
--------------	------------	---------------	--

Zondag 26 februari

Bingo	Grand Café	14.00 – 16.00	Leden €2,- per plankje niet leden € 2,25 per plankje
-------	------------	---------------	---

Vrijdag 24 februari

Themadiner "Afrika"	Grand Café	17.00 – 21.00	€8,00 voor leden / €9,00 voor niet leden
---------------------	------------	---------------	--

Dinsdag 7 februari is het Grand Café van Ontmoetingscentrum Prinsenhof vanaf 14.00 uur gesloten i.v.m. een voorlichting van Rotterdam Verkeert.