

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 30 september 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 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 2 keer per maand
van 14.00 tot 16.00 uur.

Colofon:

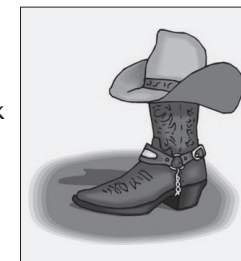
Activiteitenoverzicht van Ontmoetingscentrum Prinsenhof is een maandelijks uitgave.

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

Tekst: Sarina van Hees

Maandag 5 september: Linedance

De zomerstop van de line-dance is weer voorbij en deze groep (half gevorderde) is nu weer opzoek naar enthousiaste nieuwe leden. Iedereen die van countrymuziek houdt en het leuk vindt om te dansen is welkom voor een gratis proefles. Linedance is een formatiedans waarbij een groep mensen danst in één of meerdere rijen, waarbij ze dezelfde bewegingen uitvoeren. Wilt u meedoen, geeft u zich dan op bij de bar van de Prinsenhof. Kosten € 4,- per les (1e les gratis)



Woensdag 7 september: Pannenkoeken middag

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 vrijwilligers pannenkoeken gebakken welke u kunt beleggen met bv. stroop, suiker, jam, appelmoes e.d. Het gaat deze middag ook om de gezelligheid van het samen eten, dus geen pannenkoeken om af te halen. Opgeven voor maandag 5 september bij de bar van Prinsenhof. Kosten € 2,- (maximaal 3 pannenkoeken p.p.)



Maandag 12 september: Workshop "Kerstkaarten maken"

De kerstdagen liggen nog ver in het verschiet maar als u in december een aantal mooie kerstkaarten wilt versturen kunt u nu al aan de slag bij Prinsenhof. Tijdens deze workshop leert u een aantal nieuwe technieken, waaronder het gebruik van de Cuttle Bug waarvoor we weer de nieuwste kerst mallen hebben aangeschaft. Iedereen is welkom. Kosten € 3,- inclusief alle materialen. Tijd 10.00 tot 12.00 uur. Voor deze activiteit kunt u zich opgeven voor donderdag 8 september bij de bar van Prinsenhof.



Woensdag 14 september: Themalunch Hamburger XXL

Amerika is het land van veel en groot, en daarbij sluiten wij ons aan met deze themalunch, Hamburger XXL. Voor grote eters en de stevige trek. Opgeven voor woensdag 7 september bij de bar van Prinsenhof. Er kunnen max. 30 personen inschrijven en Vol is Vol! Kosten €5,- voor leden en €6,- voor niet leden.



Zondag 18 september: Spelletjes en Tafeltennissen

Lekker in de tuin zitten en genieten van het mooie weer? Of samen een spelletje doen zoals bv. rummiecup, sjoelen of scrabble? 1 keer per maand zetten we alle gezelschapsspelletjes op tafel en kijken we wie er tegen zijn verlies kan (of juist niet!). Ook kunt u een partijtje tafeltennis spelen in het werkpaleis. Iedereen is welkom om een kijkje te komen nemen. Tijd: 14.00 tot 16.00 uur. Kosten: Gratis



Vrijdag 23 september: Vrouwen ontmoeting kring "An-Nissa"

Op deze avond wordt in ontmoetingscentrum de Prinsenhof een vrouwen ontmoeting kring gehouden. De activiteit wordt georganiseerd door "An-Nissa", deze naam betekent "de vrouwen". Er komen vrouwen van allerlei culturen om samen ideeën uit te wisselen, elkaar te ontmoeten en met elkaar activiteiten te ondernemen. Wij bieden u op deze avond ontmoeting, muziek en dans. Kinderen zijn vanaf 14 jaar welkom! Tijd: 19.15 tot 23.00 uur in het Grand café. Kosten € 2,- (hiervoor krijgt u 1 koffie/thee en 1 frisdrank)

Vrijdag 23 september: Bloemschikken

Vindt u een bloemetje op tafel ook zo gezellig staan en heeft u groene vingers? Vrijdag 23 september kunt u weer komen bloemschikken in Prinsenhof. Graag zelf een bakje en snijmesje meenemen. Schrijf u snel in voor woensdag 21 september. Er kunnen maximaal 16 mensen deelnemen. Kosten voor het bloemschikken zijn € 3,50 en de inschrijving is definitief na betaling bij de bar van Prinsenhof.



Vrijdag 30 september: Themadiner "Zalm of Forel"

Wij nodigen u weer van harte uit om bij ons te komen dineren. Deze maand zal het thema "Zalm of Forel" zijn. U krijgt een Zalm of Forel met luchtige aardappelpuree, een maïskolf, frisse en/of pasta salade met als toetje Ijs met vruchten. Schrijf u snel in bij de bar van Prinsenhof en geef daarbij aan welke vis u wilt eten, Zalm of Forel. Vol is vol! U kunt vanaf 17.00 uur binnenkomen, het diner zal om 18.00 uur starten. Inschrijven kan vanaf donderdag 1 september tot maandag 26 september. 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	
Line-dance	Grand Café	13.30 – 15.30	€ 4,- per keer	
Repetitieavond zangkoor	Grand Café	19.30 – 21.00	€ 0,75 per keer	
Dinsdag				
Naailes	Werkpaleis	13.30 - 15.30	Gratis	
Donderdag				
Naailes	Werkpaleis	13.30 – 15.30	Gratis	
Ouderen gymnastiek	Lounge	19.45 – 20.15	€ 6,- (4 lessen)	
Zaterdag				
Prijs klaverjassen en Jokeren	Grand Café	13.30 – 16.30	€ 3.50 per maand	

Programma overzicht Overige activiteiten

Maandag 5 september				
Verdiepingsgroep "Socrates"	Werkpaleis	20.00 – 22.00	Gratis	
Woensdag 7 september				
Pannenkoekenmiddag	Grand Café	12.00 – 13.30	€ 2,- (3 pannenkoeken p/p)	
Maandag 12 september				
Workshop "Kerstkaarten maken"	Werkpaleis	10.00 – 12.00	€ 3,- (inclusief materialen)	
Woensdag 14 september				
Bingo	Grand Café	14.00 – 16.00	Leden € 2,- per plankje niet leden € 2,25 per plankje	
Woensdag 14 september				
Thema lunch "Hamburger XXL"	Grand Café	12.00 – 13.30	€ 5,- voor leden / € 6,- niet leden	
Zondag 18 september				
Spelletjes/Tafeltennis middag	Werkpaleis	14.00 – 16.00	Gratis	
Vrijdag 23 september				
Vrouwen Ontmoeting kring "An-Nissa"	Grand Café	19.15 – 23.00	€ 2,- (inclusief 2 consumpties)	
Vrijdag 23 september				
Bloemschikken	Werkpaleis	13.30 – 14.30	€ 3,50 (inclusief materialen)	
Zondag 25 september				
Bingo	Grand Café	14.00 – 16.00	Leden € 2,- per plankje niet leden € 2,25 per plankje	
Vrijdag 30 september				
Thema diner "Zalm/Forel"	Grand Café	17.00 – 21.00	€ 8,- voor leden / € 9,- niet leden	