

Kookatelier ' Lekker Lang Leven '

Wie verder moet met of na kanker of wie met een chronische ziekte moet leren omgaan moet vaak zijn levensstijl aanpassen. Dat betekent vaak onder andere: gezonder eten.

Wie voor zichzelf of voor een patiënt moet zorgen maar niet weet hoe eraan te beginnen is op ons kookatelier welkom.

We willen voorrang geven aan kankerpatiënten. Maar ook mantelzorgers van kankerpatiënten, andere chronische zieken en al wie wil gezonder leven zijn ook welkom.

Waar ?

Gemeenschapscentrum Ten Weyngaert, Bondgenotenstraat 54, 1190 Vorst
T 02/ 340 95 80 F 02/ 340 95 95 tenweyngaert@vgc.be

Wanneer ?

Zaterdag 15.5.2010, 19.6.2010, 26.6.2010 en 3.7.2010 van 13 tot 18 u (max)

Kok ?

Philippe VAN BRUSSELEN

Organisatie ?

europacolon Belgium VZW en Gemeenschapscentrum Ten Weyngaert

Inschrijving ?

verplicht (en je moet in principe voor alle namiddagen inschrijven)

bij Alain Servaes alain.servaes@hotmail.com 0476/55.16.22

Maximumaantal deelnemers 15 personen. We gaan tot 20 inschrijvingen om er zeker van te zijn dat er voldoende deelnemers zijn. (voor de bestelling van de groenten, drank enz... en voor de praktische organisatie)

Kosten ?

GRATIS

Welke soort keuken ?

We gaan extra aandacht besteden aan het bereiden van seizoensgroenten. De basisingrediënten moeten goedkoop en beschikbaar zijn in de buurtwinkel of de supermarkt. De recepten moeten eenvoudig zijn. Het moet verder lekker zijn en mooi op een bord kunnen gedresseerd worden.

Het is de bedoeling om u 'goesting' te doen krijgen in gezond koken en gezond eten. Alle menu's zullen in het Nederlands en in het Frans worden opgemaakt.

Met de steun van ?

Verantwoordelijke uitgever: Alain SERVAES, A. Rulenslaan 54 3020 HERENT