

## WAT IS TAFELTJE-DEKJE?

Tafeltje-dek-je is een gesubsidieerde maaltijdvoorziening voor ouderen, gehandicapten en mensen die plotseling, of door omstandigheden gedurende langere of korte tijd niet kunnen koken

## WAAR WORDEN DE MAALTIJDEN BEREID?

De maaltijden worden dagelijks door Apetito klaar gemaakt. Bij de warme maaltijden is er een wisselende menukaart met dagelijks keuze uit 7 maaltijden, 2 voorgerechten en 2 nagerechten.

## VRIJWILLIGERS

Van maandag tot en met zaterdag worden de warme maaltijden tussen 11.45 uur en 12.30 uur door de vrijwilliger in een warmhoudbox bij u thuis bezorgd.

## VRIESVERSE MAALTIJDEN

Toekomstige klanten die gebruik willen maken van vriesverse of diepvries maaltijden van Apetito kunnen bij de Infolijn een catalogus aanvragen.

Deze maaltijden worden één keer per week door Apetito bij u thuis bezorgd.

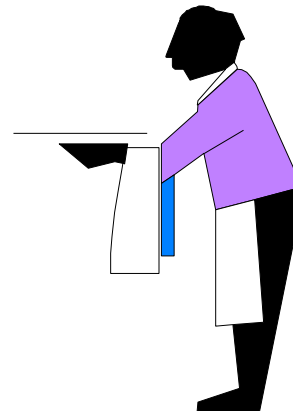
Het keuzeformulier voor deze maaltijden geeft u mee aan de bezorger van Apetito.

Voor deze maaltijden moet u in het bezit zijn van een magnetron en een koelkast en/of diepvriezer. Voor informatie kan men terecht bij de Infolijn.

## DIEETEN

Apetito geeft gratis dieetadvies en levert verschillende dieetmaaltijden, zoals:

- \* zoutarm
- \* suikervrij
- \* vetarm



## AANMELDINGEN:

Als U in aanmerking wilt komen voor de warme maaltijdvoorziening dan kunt U contact opnemen met de Infolijn: 071-3317967

## KOSTEN:

De kosten voor een warme maaltijd bedraagt € 9,42 inclusief voor- en nagerecht.

De vriesverse en/of diepvries maaltijden worden door Apetito in rekening gebracht.

## BIJZONDERE BIJSTAND

Om voor bijzondere bijstand in aanmerking te komen kunt u rechtstreeks contact opnemen met het Serviceplein van de gemeente Alphen aan den Rijn.

Te bereiken van maandag t/m vrijdag tussen 8.30 tot 17.00 uur  
Tel.: 140172  
(geen netnummer nodig)

## OPEN - TAFEL:

Als U het eens gezellig vindt met andere mensen te eten kan dat ook.

Een maal per maand organiseert de Burenhulp een Open-Tafel in Dienstencentrum Jacobus.

Mensen die altijd alleen de maaltijd gebruiken kunnen dan gezamenlijk eten, met een praatje, een glaasje en een gezellig gedekte tafel.

In Rijpwetering, Plein 13, is er één maal per maand op donderdag, een open-tafel. Hier kunnen ook echtparen aanschuiven.

Indien U niet zelf kunt komen kan er ook vervoer geregeld worden.

Voor informatie over de Open -Tafel en het vervoer kan u bellen met de Infolijn.

## KOSTEN:

De eigen bijdrage voor de Open-Tafel bedraagt: € 15,00 per maaltijd.

## De SPIL

### ALGEMENE BURENHULP

Saskia v. Uylenburchlaan 1  
2377 CR OUDE WETERING

Aanmelden bij:

De Infolijn

ma. t/m vr. van 9.00 tot 11.00 uur

**071-3317967**



**Stichting Welzijn Ouderen**

**Tafeltje-dekje**

**Open-tafel**

