



Actieplan Fase II (deel 1)

De Sociale Tafel Thuis

Om de verspreiding van Corona verder de kop in te drukken worden maatregelen steeds strenger en steeds meer mensen kunnen de deur niet meer uit. Het sociale leven valt weg, vooral voor mensen die ouder of kwetsbaar zijn. De Sociale Tafel komt daarom weer bij de mensen thuis, digitaal, maar nu ook persoonlijk en gezond!

Elke woensdag gaan koks een leerlingen al vroeg aan de slag om gezonde maaltijden te bereiden. De tweegangenmaaltijden worden bereid en verpakt door het keukenteam van De Vaillant in samenwerking met leerlingen van Praktijkschool De Einder. Alle wereldsmaken passeren de revue, op smaak gemaakt en voorzien van alle dieetvoorschriften. We willen, we kunnen en we doen het!

Vervolgens rijden collega's van De Vaillant langs ruim 30 adressen van ouderen om maaltijden te bezorgen, voor een babbeltje en een check of alles wel goed gaat. Achter in de auto liggen altijd wat mooie boeken, wie wil heeft een wereld aan literatuur te lezen. We houden er ZZP'ers mee in beweging en collega's springen bij waar nodig.

Frisse Fruit Smoothies

In de zorg en in de teststraten wordt keihard gewerkt. Verpakt in beschermende kleding zorgen zij voor onze gezondheid en zweten tot ze neervallen. Stilzwijgend en dienstbaar zijn zij de handjes aan het bed en de vitamine waarmee we deze crisis te lijf gaan.

Deze mensen gaan we in Den Haag verfrissingen brengen. Koud, gezond en lekker zijn de smoothies van Chef Rachid. De ingrediënten komen van de Haagse Markt terwijl de smoothies wekelijks bij MCH Westeinde en de teststraten van GGD Haaglanden worden afgeleverd.

Wekelijks zetten we 30 tweegangenmaaltijden. Daarnaast brengen we wekelijks 150 (75 MCH en 75 Teststraten) smoothies voor de kanjers in de zorg. En we gaan daarmee door zolang deze crisis aanhoudt

Goed voor iedereen

Zo snijdt het mes aan alle kanten; ouderen krijgen een gezonde sociale dagschotel, jongeren doen stage-ervaring op, ZZP-ers werken voor inkomen en De Vaillant maakt waar: Doe het zelf, Doe het Samen heeft in elke omstandigheid betekenis.

Betaalbaar

Theater De Vaillant, Praktijkschool De Einder en donateurs zorgen samen dat we deze klus kunnen klaren. De inkoopprijs van €2,50 voor de maaltijden biedt ruimte voor smakelijke gezonde gerechten, de smoothies bevatten tegen een kostprijs van €1,25 vooral vers fruit. Door gebruik van vegan melk (amandel, kokos, etc.) kunnen ze werkelijk door elke maag! We starten in de week van 9 november en gaan graag tot het voorjaar door.

En wanneer het theatercafé van De Vaillant weer open is, serveren we de maaltijden graag weer aan tafel, op 1,5 meter afstand zoals we inmiddels gewend zijn.