



DECEMBER IS EEN MAAND VOL ACTIVITEITEN.

En niet alleen met de feestdagen.

Nieuw is bijvoorbeeld: “Dichtbij in de Kas”, muzikale geheimen van Buitenveldert, iedere 1^e zondag van de maand om 14.30 uur in de Botanische Tuin achter het Vuziekenhuis. Van der Boechorststraat 8.

Op zondag 2 december geeft Martine Nijenhuis in de Botanische tuin een natuurbelevingsconcert. Van harte aanbevolen!

Op zaterdag 8 december 11.00-16.00 uur “Winterfeest” op het ontmoetingseiland in het Gijsbrecht van Aemstelpark. Met kraampjes, lekkers en muziek. **KOM ALLEMAAL!**



GRAAG BRENGEN WE ONDER DE AANDACHT:

Amsterdammers die een beperking ervaren tijdens het reizen met het openbaar vervoer kunnen een beroep doen op een OV-coach. De OV-coach gaat met mensen mee om ze zelfstandig te leren reizen.

OV-coaches zijn er voor Amsterdammers vanaf 12 jaar die door een beperking van spraak, zicht, gehoor, beweging of begrip (nog) niet alleen kunnen reizen in het openbaar vervoer van Amsterdam, maar dat wel graag zouden willen. Als reiziger kun je gratis gebruik maken van de OV-coach, je betaalt alleen je eigen reiskosten. De begeleiding door de OV-coaches is maatwerk, tijdens een intakegesprek wordt gekeken naar de behoefte en de mogelijkheden van de reiziger. OV-coaches zijn HBO studenten die zich vrijwillig inzetten. Ze worden begeleid door stichting MEE Amstel en Zaan. Het project wordt ondersteund door de gemeente Amsterdam.

Bel voor meer informatie gratis met tel.020-3084500 of kijk op www.ov-coach.nl

WEBSITE: www.hulpdienstbuitenveldert.nl



volg ons op Facebook



BENT U OP ZOEK NAAR EEN ZINVOLLE TIJDSBESTEDING?

Dan willen we graag met u kennismaken om u alles te vertellen over vrijwilligerswerk bij dé hulpdienst voor Buitenveldert.

Er is nu vooral behoefte aan:

hulp bij boodschappen doen - vriendschappelijk bezoek - chauffeurs met eigen auto

Belt u voor een afspraak naar de coördinator:

Ma. t/m vr. 9.30 - 12.30 uur Tel: 020-644 7113

RECEPT VOOR 2 GEVULDE PAPRIKA'S

Kan prima bij het kerstdiner, maar is op andere dagen ook erg lekker.

Tijd: circa 10 min. + 30 min. in de oven



Benodigheden:

2 rode paprika's

75 gram spinazie

2 eetlepels kruidenroomkaas

snufje peper

1 sjalotje

beetje geraspte kaas

Bereidingswijze:

Verwarm de oven voor op 180 graden. Snijd de bovenkant van de paprika en verwijder eventueel achtergebleven zaadjes. Snipper het sjalotje. Meng in een schaal de spinazie met kruidenroomkaas en een snufje zwarte peper. Doe het spinaziemengsel in de paprika's.

Nog een beetje geraspte kaas erover en dan kunnen ze oven in voor ongeveer 30 minuten. Lekker met wat aardappeltjes, kleine gehaktballetjes en een frisse salade.

BESTUUR, MEDEWERKERS EN VRIJWILLIGERS VAN DE ALGEMENE HULPDIENST BUITENVELDERT WENSEN U PRETTIGE FEESTDAGEN EN EEN VREDIG 2019



NB: van 24 tot en met 28 december zijn wij gesloten. Vóór de 24e kan er wel hulp aangevraagd worden voor in de kerstweek. 

Vanaf maandag 31 december (met uitzondering van 1 januari) zijn we weer bereikbaar van 9.30-12.30 uur

Meldpost tel: 020-644 40 44 / Kantoor tel: 020-6447113

