



WE ZIJN KLAAR VOOR DE LENTE!



Lijkt het u gezellig om af en toe een **WANDELINGETJE** (eventueel in de rolstoel) te maken in Buitenveldert? Dan kunt u een beroep doen op de AHB. We kunnen hiervoor ook nog extra vrijwilligers gebruiken, u kunt u als vrijwilliger aanmelden: tel: 020-6447113.

Wilt u graag een handje geholpen worden bij het opruimen van **TUIN/ BALKON**? Bewoners van Buitenveldert kunnen hiervoor een beroep doen op de Algemene Hulpdienst Buitenveldert. Tegen een kleine vergoeding komt een vrijwilliger u helpen.

MET DE BOSMOBIEL NAAR HET BLOESEMPARK



We hebben al een aantal lenteachtige dagen gehad. De natuur komt vroeg tot bloei. In het Amsterdamse Bos beginnen de bomen weer groene puntjes te vertonen.

Ongetwijfeld zal het Bloesempark er binnenkort weer prachtig bijstaan.

Zodra de bomen in het bloesempark in bloei staan, biedt De Bosmobiel u de gelegenheid om daar vanuit het Bosmuseum naartoe te rijden.

Houdt u daarom de berichtgeving in de gaten. Of bel Tel:020 545 6100

WEBSITE: www.hulpdienstbuitenveldert.nl



volg ons op Facebook



ING BELOONT BUURTVERBETERAARS



Voor de vierde keer organiseert de ING de campagne Help Nederland vooruit. De campagne waarbij men als buurtverbeteraar kans maakt op een donatie van het ING Nederland fonds.

De Algemene Hulpdienst Buitenveldert maakt kans als buurtverbeteraar zo'n donatie te ontvangen. Op 9 maart hopen we, tijdens een feestelijke bijeenkomst voor genodigden, te horen welke prijs we gewonnen hebben.

We bedanken iedereen die op ons gestemd heeft!

VEGETARISCHE LENTE-MINESTRONE SOEP



Voor 4 personen:

- 2 el traditionele olijfolie
- 800 g fijne soepgroente
- 140 g tomatenpuree in blik
- 2 paddenstoelenbouillontabletten
- 400 g biologische tomatenblokjes in blik
- 100 g Grand'Italia minifusili
- 420 g witte bonen in tomatensaus in blik
- 4 el koelverse pestospread

Verhit de olie in een ruime soeppan en roerbak de soepgroenten 5 min. op middelhoog vuur. Voeg de tomatenpuree toe en bak 2 min. mee. Voeg 1½ liter water, de bouillontabletten, tomatenblokjes en minifusilli toe en breng aan de kook. Voeg na 5 min. koken de witte bonen in tomatensaus toe en warm nog 5 min. Schep de soep in de kommen of diepe borden en verdeel er de pesto over.

Tip: Lekker met ciabatta (brood).

Je kunt deze soep ook maken met vermicelli in plaats van minifusili.

WEBSITE: www.hulpdienstbuitenveldert.nl



volg ons op Facebook