



BUURTBANKJE

Zolang het mooi weer blijft, gaan we door met het buurtbankje. KOMT U OOK?



Gezellig elkaar ontmoeten in de buitenlucht.
Iedere donderdagmiddag van 13.30-15.00 uur in het parkje achter het Marius ten Catehof.
(ingang Bolestein t.h.v no 22) Alleen bij regen gaat het niet door.

We blijven op gepaste afstand en houden ons aan de adviezen van het RIVM.

Wij trakteren op een drankje en iets lekkers.

RECEPT BLOEMKOOIJST MET GEROOKTE KIP

Een makkelijke en gezonde maaltijd voor 2 personen - in 15 minuten klaar



- 400 gr bloemkoolrijst (kant en klaar)
- 200 gr. gerookte kip in reepjes
- 125 gr champignons
- 75 gr geitenkaas
- 100 gr verse spinazie
- snuf tijm + snuf zwarte peper
- 2 eetlepels pecannoten

Doe de bloemkoolrijst in een hapjespan met een scheutje olijfolie en schep er de kipreepjes door heen. Breng op smaak met een snuf tijm en wat zwarte peper. Bak dit 2 minuutjes en schep dan ook de champignons in plakjes er door. Zodra deze bruin worden voeg je de spinazie toe. Blijf omscheppen tot de spinazie geslonken is. Serveer het gerecht in een kom en kruimel er wat geitenkaas en pecannoten over. ☐

WEBSITE: www.hulpdienstbuitenveldert.nl



volg ons op Facebook



VRIJWILLIGERSWERK IN CORONATIJD



Sinds het uitbreken van de coronacrisis in maart, is er een groot beroep gedaan op ondersteuning door vrijwilligers. Er werd voornamelijk boodschappenhulp aangevraagd, omdat door het RIVM is geadviseerd om thuis te blijven als je in een risicogroep valt. Gelukkig meldden zich in die beginperiode ook heel veel nieuwe vrijwilligers aan. Jonge mensen die ineens zonder werk kwamen of vanuit huis moesten studeren of werken en zich daarnaast graag nuttig wilden maken. In juni/juli kwam daar wat verandering in. Veel vrijwilligers

stopten omdat ze eindelijk op vakantie konden of hun werkzaamheden of studie weer moesten oppakken. Sommige cliënten gingen weer zelf boodschappen doen, maar een groot aantal bleef afhankelijk van hulp bij de boodschappen. U begrijpt dat het daardoor moeilijk is om voor iedere nieuwe hulpvraag direct een geschikte vrijwilliger te vinden. We doen ons uiterste best om iedereen te helpen, maar soms duurt het dus iets langer. We rekenen op uw begrip.

BENT U OP ZOEK NAAR EEN ZINVOLLE TIJDBESTEDING?



Denk dan eens aan vrijwilligerswerk bij de Algemene Hulpdienst Buitenveldert.

Wij hebben openstaande hulpvragen voor vervoer, boodschappen en wandelen. Een extra (tuin)

klusjesman/vrouw kunnen we ook heel goed gebruiken. Meld je aan als je wat tijd over hebt.

HELPEN MAAKT BLIJ!

Bel voor meer informatie naar coördinator Marianne of Pauline 020-6447113 of mail coordinator@hulpdienstbuitenveldert.nl

EXPOSITIE IN HET HUIS VAN DE WIJK



Pauline Mulder, coördinator bij de Algemene Hulpdienst Buitenveldert, is in haar vrije tijd graag aan het schilderen. Een overzicht van haar werk, portretten en vrij werk, is op het ogenblik te zien in de gangen van het Huis van de Wijk. Op maandag, woensdag en donderdag is Pauline aanwezig in het gebouw en kan zij eventueel toelichting geven.

WEBSITE: www.hulpdienstbuitenveldert.nl



volg ons op Facebook