



## AUGUSTUS



### BUURTBANKJE - WE VIEREN DE ZOMER:



**Iedere donderdag  
van 13.30-15.00 uur**

organiseert de Algemene Hulpdienst Buitenveldert een gezellig samenzijn **in het parkje bij het Marius ten Cate hof** in het eerste hofje vanaf de van Nijenrodeweg (ingang Bolestein of Amstelveenseweg) waar we goed de 1,5 meter afstand kunnen houden.

**Wij trakteren op een gratis drankje met lekkers  
Iedereen is welkom! KOMT U OOK?**

Bij regen gaat het niet door.



### BEN JE DEZE ZOMER NIET OP VAKANTIE EN WIL JE AF EN TOE NUTTIG BEZIG ZIJN?

**Helpende  
handen  
gezocht !**

Meld je dan aan als vrijwilliger bij de Algemene Hulpdienst Buitenveldert.

Er is altijd vraag naar vrijwilligers voor hulp bij boodschappen doen, een blokje om wandelen of een klusje voor iemand doen. Hulpbehoevende wijkbewoners zien je graag komen.

Eerst vakantie en daarna vrijwilligerswerk doen? Dat kan ook.

Voor informatie en aanmelden: bel met coördinator Pauline of Marianne 020-6447113 of mail [coordinator@hulpdienstbuitenveldert.nl](mailto:coordinator@hulpdienstbuitenveldert.nl)

WEBSITE: [www.hulpdienstbuitenveldert.nl](http://www.hulpdienstbuitenveldert.nl)



volg ons op Facebook



## NIEUWS VAN DE OBA (BIBLIOTHEEK BUITENVELDERT)



Zou u het fijn vinden om iedere maand een **vrijwilliger bij u thuis op bezoek** te krijgen, die (grote letter) boeken, films, cd's of luister-boeken uit de OBA voor u meebrengt? Dan is **OBA-maatje** iets voor u. Geen extra kosten, alleen lidmaatschap van de OBA.

Voor informatie tel.020-5230960

**Wilt u leren videobellen met familie? Of heeft u andere computervragen?**

Kom naar het spreekuur "eerste hulp bij Online".

Maak een afspraak via tel: 020-5230831 of kijk [www.oba.nl/ehbo](http://www.oba.nl/ehbo)

## RECEPT ZOMERSE BONEN-PREISTOOF MET GEGRILDE RICOTTA EN TOMATENSAUS



**Ingrediënten** voor 2 personen; 415 kcal

125 g. Galbani ricotta

1 eetlepel traditionele olijfolie

1 teen knoflook

300 gram gesneden prei

255 gram Bonduelle reuzenbonen

390 gram pastasaus basis kappertjes en oregano

**Bereidingswijze. In 15 minuten klaar.**

- Zet de ovengrill aan. Doe de ricotta in een vuurvaste schaal en zet ca. 12 min. onder de grill. Snijd de knoflook fijn. Verhit ondertussen de olie in een hapjespan en bak de knoflook met de prei 6 min.
- Doe ondertussen de bonen in een zeef, spoel af en laat uitlekken. Voeg ze samen met de pastasaus toe aan de prei. Neem de ricotta uit de oven en verdeel in stukken over de preistoof. Bestrooi met peper. Laat 7 min. stoven zonder deksel op de pan. Schep in een schaal.

**Combinatietip** Lekker met Campagnard (brood, AH Liefde & Passie); dan is het gerecht niet meer glutenvrij.

WEBSITE: [www.hulpdienstbuitenveldert.nl](http://www.hulpdienstbuitenveldert.nl)



volg ons op Facebook