

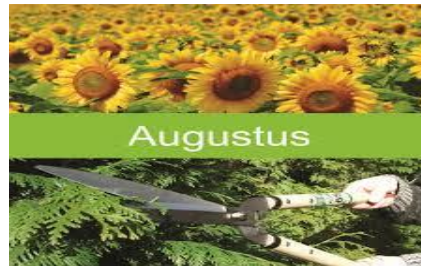


NIEUWSBRIEF

Stichting Algemene Hulpdienst Buitenveldert

A.J.Ernststraat 112 - 1082 LP Amsterdam - Tel.: 020-644 71 13

e-mail: coordinator@hulpdienstbuitenveldert.nl



OP DE DUOFIETS

Het is zomer en met het mooie weer gaan we Duo-fietsen. Vindt u het gezellig om samen met een vrijwilliger er op uit te gaan, zonder dat u zelf hoeft te fietsen (kan wel), geeft u zich dan op bij de Algemene Hulpdienst Buitenveldert: 020-6444044



**ZET IN DE AGENDA: LIEVER LANGER THUISBEURS 8 SEPTEMBER
14.00-16.00 UUR Voor het eerst in het Joods Cultureel Centrum, van
der Boechorststraat 26, Amsterdam Buitenveldert**



Een gezellige beurs/markt

met gratis hapje en drankje, waar wijkbewoners informatie kunnen vergaren bij diverse leveranciers en organisaties die het de bewoner makkelijker kunnen maken om zo lang mogelijk zelfstandig, of met een beetje hulp, thuis te blijven wonen.

WEBSITE: www.hulpdienstbuitenveldert.nl



volg ons op Facebook



NIEUWSBRIEF

Stichting Algemene Hulpdienst Buitenveldert

A.J.Ernststraat 112 - 1082 LP Amsterdam - Tel.: 020-644 71 13

e-mail: coordinator@hulpdienstbuitenveldert.nl

TELEFOONCIRKEL OF -STER



Vindt u het een geruststellend idee om iedere dag (ook in het weekend) op een vast moment even telefonisch contact te hebben? Meldt u aan bij de hulpdienst: Ma. t/m vr. 9.30 - 12.30 uur: 020-6444044.

Voor deze Telefooncirkel/-ster wordt een vergoeding van €50,- per jaar gevraagd.



Een uurtje per week of een uurtje per maand, alles kan.

We vertellen graag wat de mogelijkheden zijn.

Voor informatie en aanmelden: Tel. 020-6447113 of mail

coordinator@hulpdienstbuitenveldert.nl

RECEPT: PASTA MET GROENTE en HAM



Benodigheden:

Fusilli -pasta 300 g Olijfolie 1 el macaroni-spagettigroente 450 g

Hamblokjes 250 g AH basic pastasaus basilicum 520 g

Geraspte kaas: Grana padano 32+

Breidingswijze:

Kook de fusilli beetgaar volgens de aanwijzingen op de verpakking. Verhit ondertussen de olijfolie in een hapjespan en bak de groenten 5 min. op middelhoog vuur. Voeg de hamblokjes toe en bak 1 min. mee. Schenk de pastasaus bij het groente-hammengsel en warm 2 min. goed door. Giet de pasta af en meng door de saus. Rasp er de Grana Padano over en serveer. **Tip:** Lekker met basilicumblaadjes.

WEBSITE: www.hulpdienstbuitenveldert.nl



volg ons op Facebook