



1 DECEMBER 2022

bestaat de Algemene Hulpdienst Buitenveldert 50 jaar!

In 1972 zijn onze vrijwilligers begonnen met hulp geven voor de wijkbewoners met:

- boodschappen doen,
- autovervoer,
- een ritje naar een koffie-inloop, medische afspraak etc.
- vriendschappelijk bezoek of een wandelingetje,
- een klusje in huis.
- Telefoon-cirkel, vinger aan de pols
- Eettafel 1 x per maand
- Informatie telefonisch en met het bewaar-bij-de-telefoonboekje

We hopen dat de komende 50 jaar, met veel enthousiasme te kunnen blijven doen!



Zonnehuisgroep Amstelland is een zorgorganisatie die al meer dan 100 jaar ouderen ondersteunt



Intramurale zorg of extramurale zorg als het thuis niet meer gaat. In Buitenveldert is Zonnehuis Menno Simons gevestigd. Een klein, vertrouwd en gezellig Zonnehuis voor mensen met dementie en op dezelfde plek vindt u ons Ontmoetingscentrum. Wanneer u geheugenproblemen of dementie heeft, biedt Zonnehuis Wijkverpleging begeleiding van een casemanager. De casemanager ondersteunt de cliënt en de naaste in het proces. Daarnaast bieden wij wijkverpleging zodat u zolang mogelijk thuis kunt blijven wonen. In Buitenveldert zijn er twee wijkteams, Wijkteam Kastelen en Wijkteam Gelderlandplein. Zonnehuis Wijkverpleging biedt reguliere zorg (bijv. hulp bij

WEBSITE: www.hulpdienstbuitenveldert.nl



volg ons op Facebook



het wassen/aankleden), complexe zorg (bijv. wond- of diabeteszorg), Verpleeghuiszorg Thuis en digitale zorg. Er zijn dus tal van mogelijkheden die u allemaal kunt bespreken met onze zorgadviseurs. Wilt meer informatie, dan kunt u bellen naar 020 545 1790 of mailen naar Zorgbemiddeling en Advies: zorgadviseur@zhga.nl. U kunt ook een kijkje nemen op onze website: www.zhga.nl.

SPRUITJES STAMPPOT MET SPEK EN APPEL

Benodigheden voor 3 personen:

- 500 gr spruitjes
- 1 klont boter
- 100 gr spekjes
- 100 gr geitenkaas
- 600 gr kruimige aardappels
- 2 handjes walnoten
- 1 snuf nootmuskaat
- 1 scheut melk
- 2 appels
- 1 snuf tijm

Bereiding:

1. Kook de aardappels in ca. 15 min gaar en de spruiten ca.10 min
2. Schil ondertussen de appels en snijd ze in blokjes.
3. Verhit een koekenpan en bak de reepjes spek licht krokant.
4. Voeg de stukjes appel en tijm toe en bak een paar minuten mee.
5. Giet de spruiten en aardappels af en doe terug in een pan. Stamp ze fijn met een stamper.
6. Voeg de melk en boter toe en een snuf nootmuskaat.
7. Schep het spek en appelmengsel samen met de geitenkaas door de spruitjesstamppot en breng de stamppot verder op smaak met peper en zout. Doe als laatste de walnoten erdoor.
8. Tip: Bewaar eventueel wat van de geitenkaas en walnoten om als laatste als topping er nog overheen te doen.



Bestuur, medewerkers en vrijwilligers wensen u prettige feestdagen en een mooi 2023.

NB: van 26 tot en met 30 december zijn wij gesloten.

Vóór de 24e kan er wel hulp aangevraagd worden voor in de kerstweek. Vanaf maandag 2 januari zijn we weer bereikbaar van 9.30-12.30 u: Meldpost tel: 020-644 40 44 / Kantoor coördinator tel: 020-6447113

WEBSITE: www.hulpdienstbuitenveldert.nl



volg ons op Facebook