

GRATIS EN GOEDKOOPT IN GOUDA



Als je met
weinig geld
moet of wilt
rondkomen



Gratis en goedkoop in Gouda

Eten en drinken

3

Spullen

7

Diensten

12

Sport/Vrije tijd

18

Vervoer

23

Wonen

24

Inleiding

In deze gids staan de contactgegevens van organisaties en activiteiten in Gouda, die goedkoop of gratis zijn, bedoeld voor iedereen die voor weinig geld moet of wil rondkomen.

Soms is goedkoop niet alleen goed voor onze portemonnee, maar ook voor onze leefwereld. Als we bijvoorbeeld spullen opnieuw gebruiken in plaats van weggoien, is er minder afval.

In 2015 en 2019 kwamen de eerste edities van deze gids uit onder de titel 'Voor hetzelfde geld'. Inmiddels zijn er veel nieuwe initiatieven, alsmede wijzigingen in bestaande gegevens. Daarom hebben we deze aangepaste versie gemaakt.

We danken de gemeente Gouda, de Voedselbank Gouda e.o. en de Protestantse Diaconie Gouda voor het mogelijk maken van dit boekje.

Veel gemak en plezier gewenst bij het gebruik ervan.



Nelleke de Jong

(Protestantse Diaconie Gouda)

Henk Kreuger

(Voedselbank Gouda e.o.)

nelleke.de.jong@pkngouda.nl

www.protestantsekerkgouda.nl/wie-zijn-wij/diaconie

communicatie@vbgouda.nl

www.voedselbankgouda.nl

Eten en drinken

Voedselbank Gouda en omstreken

Als je van weinig geld moet rondkomen, kun je een voedselpakket van de Voedselbank Gouda en omstreken krijgen. Een aanvraag hiervoor gaat via één van de sociale teams of een andere hulpverlenende instantie. Op de website vind je de lijst met deze instanties. Ook kun je er lezen welke inkomensvoorwaarden er verbonden zijn aan het ontvangen van een voedselpakket.

Wekelijkse uitgiftedagen zijn op donderdag en vrijdag volgens afspraak.

www.voedselbankgouda.nl

06-18824905 / voedselbank.gouda@gmail.com

Noordpool 2, 2801 DH Gouda

Inloophuis Domino

Inloophuis Domino is een grote gezellige huiskamer. Je kunt er lekker zitten, maar ook een praatje maken, een spelletje doen, samen eten of er gewoon 'zijn'.

Een warme maaltijd eten kan op maandag tot en met donderdag om 17:30 uur.

Een maaltijd kost €2,90. Je moet je vóór 16:00 uur opgeven via telefoon of e-mail.

Op dinsdag is er tussen de middag een seniorenmaaltijd; het inloophuis is daarvoor open tussen 11:30 uur en 13:30 uur.

Openingstijden:

- Maandag van 15:00 uur tot 22:00 uur
- Dinsdag van 11:30 uur tot 13:30 uur en van 15:00 uur tot 22:00 uur
- Woensdag van 15:00 uur tot 22:00 uur
- Donderdag van 15:00 uur tot 22:00 uur
- Vrijdag van 10:00 uur tot 12:00 uur

www.inloophuisdomino.nl

0182-515706 / info@inloophuisdomino.nl

Oosthaven 31c, 2801 PD Gouda

't Govertje

Dit is het ontmoetingscentrum van Goverwelle met koffiebar. Ook worden er verschillende activiteiten georganiseerd.

Openingstijden koffiebar: dinsdag, woensdag en donderdag van 9:30 uur tot 13:00 uur en vrijdag van 13:00 uur tot 16:00 uur.

Koffie en frisdranken: €1,50

www.govertje.nl

0182-607402 / info@govertje.nl

Ouverturelaan 12, 2807 JT Gouda

Gratisvoorjarigen.nl

Word je binnenkort jarig, kijk dan eens wat er aan gratis eten (of bezorging) te krijgen is bij McDonalds, Jumbo, Dunkin' Donuts, Lidl, HEMA en Albert Heijn.

www.gratisvoorjarigen.nl

Korps Leger des Heils

Bij het korps van het Leger des Heils in Gouda kun je een aantal keren per week eten:

- Op dinsdag, woensdag en donderdag kun je vanaf 10:00 uur koffie drinken en tussen 12:15 uur en 13:15 uur soep en een tosti eten. Je kunt hiervoor een vrijwillige bijdrage geven.
- Op elke derde zaterdag van de maand kun je van 16:30 uur tot 18:30 uur koffie komen drinken en een gevarieerde driegangenmaaltijd krijgen voor €4.

Vooraf aanmelden via e-mail of aan de deur.

www.legerdesheils.nl/korpsgouda/samen-eten

06-25142319 / korps.gouda@legerdesheils.nl

Johan de Wittlaan 31, 2805 CM Gouda

Eetcafé SamSam

Eetcafé Samsam is op maandag, dinsdag, woensdag en donderdag in De Kluphoeve. Vanaf 17:30 uur ben je welkom voor een tweegangenmenu van €6. Voor het bereiden van de maaltijd zijn zowel vrijwilligers als deelnemers van De Serviceklup actief.

Op woensdag is de maaltijd voor gasten tot 30 jaar. Op dinsdag, woensdag en donderdag is er aansluitend een programma.

www.deklupgouda.nl

0182-527566 / info@deklupgouda.nl

Bloemendaalseweg 68, 2804 AB Gouda

Activiteitscentrum De Ronde

De Ronde is een maatwerkvoorziening voor mensen met een lichamelijke beperking en niet-aangeboren hersenletsel. Op dinsdag en donderdag kun je er als wijkbewoner ook een warme maaltijd komen ophalen voor €3,50 en/of soep voor €1,50.

Een afspraak maken is hiervoor wel nodig.

www.gemiva-svg.nl/rotonde

0182-555100 / rotonde@gemiva-svg.nl

Zuidhoef 138, 2804 TE Gouda

Wijkeethuis De Walvis

Op meerdere dagen kun je bij De Walvis aanschuiven voor een heerlijke tweegangenmaaltijd. De inloop is om 17:30 uur en het eten is klaar om 18:00 uur. De prijs is €6.

Vooraf aanmelden.

- Op maandag en vrijdag kookt Dushi met haar team: **06-8285101**
- Op dinsdag verzorgt De KookKlup een tweegangendiner: **0182-527566**
- Iedere eerste donderdag van de maand wordt er PlantAardig gekookt: **06-28266631**
- Elke tweede zondag van de maand kookt de Westerkerk: **06-42301210**

Kwadraad: 088-90040000

Coördinator wijkeethuisactiviteiten: 06-48621030 / JokeOostveen@deklupgouda.nl

Walvisstraat 1, 2802 SB Gouda

Wijkeethuis Nelson Mandela Centrum

Op woensdag verzorgt de Dinerclub hier een tweegangemaaltijd. De inloop is om 17:30 uur en het eten is klaar om 18:00 uur. De prijs is €6. Vooraf aanmelden: 0182-527566.

Kwadraad: 088-90040000

Coördinator wijkeethuisactiviteiten: 06-48621030 / JokeOostveen@deklupgouda.nl
Bernadottelaan 79, 2806 JM Gouda

Wijkeethuis Van Noord

Op maandag en woensdag wordt hier een tweegangemaaltijd gekookt door de Kookclub Van Noord. De inloop is om 17:30 uur en het eten is klaar om 18:00 uur. De prijs is €6. Vooraf aanmelden: 06-17579441

Kwadraad: 088-90040000

Coördinator wijkeethuisactiviteiten: 06-48621030 / JokeOostveen@deklupgouda.nl
Lekkenburg 1, 2804 XA Gouda

Buurtpunt Zoutman

Buurtpunt Zoutman is een plek in de wijk Kort Haarlem in Gouda Oost, waar buurtbewoners terecht kunnen voor een kop koffie of thee, een maaltijd of een activiteit.

- Elke derde donderdag van de maand kun je om 17:00 uur voor €5 stampot komen eten. Vanaf 15:00 uur mag je al binnen komen lopen voor een gezellig samenzijn en een kop koffie.
- Op alle maandagen en donderdagen kan tussen 12:00 uur en 14:00 uur een verse warme lunch genuttigd worden. De kosten zijn €5. Om 10:30 uur kun je al binnenkomen lopen voor een gezellig samenzijn en een kop koffie.

Wil je komen eten? Laat het ons dan vooraf weten via 06-11224844 of op maandagen en donderdagen tussen 10:00 uur en 14:00 uur op de locatie zelf.

www.buurtpuntzoutman.nl

0182-711363 / buurtpuntzoutman@hotmail.com

Zoutmanplein 6a, 2806 WP Gouda

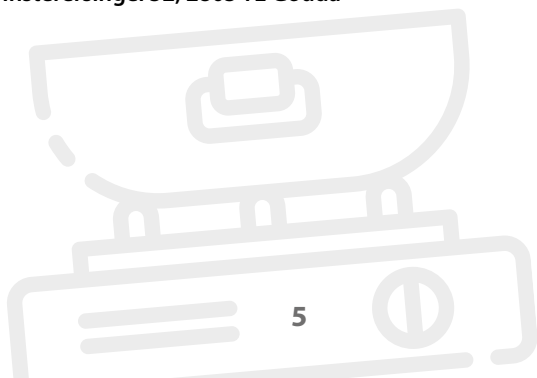
Restaurant mboRijnland

Van de producten die tijdens de lessen van mboRijnland worden gekookt en gebakken, kun je gebruik maken tegen relatief lage kosten. Op woensdag en donderdag kun je komen dineren in het restaurant. Inloop is tussen 17:00 en 17:30 uur. Online reserveren.

www.mborijnland.nl/restaurant-meesters/

088-2221777 / bakkerij@mborijnland.nl

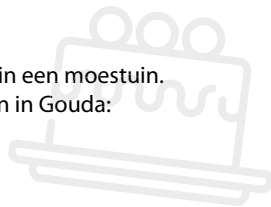
Groen van Prinsterersingel 52, 2805 TE Gouda



Moestuin

Je kunt goedkoop uit zijn door zelf je groenten te verbouwen in een moestuin. Meer informatie staat op de sites van de volkstuinverenigingen in Gouda:

- www.vtvgroenakker.nl
vtvgroenakker@hotmail.com
Gouderakse Tiendweg 20, 2808 NN Gouda
- www.volkstuinnieuwleven.nl
Achterwillensebocht 1 (aan de rand van het Goudse Hout) 2805 KA Gouda

**Zelf koken**

Zelf koken blijft vaak het goedkoopst, afhankelijk van wat je kookt en waar je de boodschappen doet. Kook bijvoorbeeld enkele malen per week vegetarisch en je bent al snel goedkoper en duurzamer uit. Kijk naar de onderste schappen in supermarkten; hier liggen vaak de goedkopere producten die niet minder lekker zijn.

De volgende sites hebben veel tips over zuinig koken:

www.budgetkoken.be
www.bijstandsgerechten.nl
info@bijstandsgerechten.nl

Laten koken via Thuisgekookt

Bij Stichting Thuisgekookt kunnen buurtgenoten aangeven of ze extra hebben gekookt en wat ze graag willen delen met hun buren voor een mooie prijs, vaak onder de €6. Je kunt via de website je eigen eten verkopen aan buurtgenoten of juist het eten van je buren kopen.

www.thuisgekookt.nl
085-0608768 / info@thuisgekookt.nl

Uit eten voor een tientje

Als je uit eten wilt, maar ook wilt letten op je geld, is het verstandig om een goedkoop restaurant te zoeken. Bijvoorbeeld op www.etenvooreentientje.nl. Daarop staat onder andere het Goudse Grieks Restaurant Rhodos vermeld, waar je als jarige zelfs gratis kunt eten.

www.rhodos-gouda.nl
0182-582749 / info@rhodos-gouda.nl
Korte Tiendeweg 13, 2801 JS Gouda



Spullen

Op rommelmarkten en in kringloopwinkels kun je van alles kopen voor veel minder geld dan in een gewone winkel: meubels, kleding, apparatuur, keukengerei en spelletjes. Je bespaart niet alleen flink, maar je hergebruikt en dat is ook goed voor het milieu.

Kringloopwinkels en andere winkels met tweedehands artikelen

- Kringloopwinkel Noppes Gouda
www.noppeskringloopwinkel.nl
0182-231600 / planninggouda@noppesmail.nl
Burgemeester van Reenensingel 131, 2803 PA Gouda

- Stichting Kringloop Gouda
www.kringloop-gouda.nl
Joubertstraat 34, 2806 GE Gouda
0182-751859 / info@kringloop-gouda.nl
Zwollestraat 5, 2803 PS Gouda
0182-752996 / info@kringloop-gouda.nl

- De Goudse Snuffelhoek
www.degoudsesnuffelhoek.nl
06-59305066 / info@degoudsesnuffelhoek.nl
Bosweg 22, 2802 NT Gouda

- Terre des Hommes Gouda
www.terredeshommes.nl/nl/onze-winkels/gouda
0182-441002 / winkel.gouda@tdh.nl
Lange Groenendaal 55, 2801 LR Gouda

- Stichting Emmaus Gouda
www.emmausgouda.nl
0182-528529 / info@emmausgouda.nl
Vest 61, 2801 VE Gouda

- Used Products Gouda
www.usedproductsgouda.nl
0182-785931 / gouda@usedproducts.nl
Lange Tiendeweg 73, 2801 KG Gouda

Gratisvoorjarigen.nl

Word je binnenkort jarig, kijk dan eens wat er aan gratis producten te krijgen is bij Etos en Rituals.

www.gratisvoorjarigen.nl



Rommelmarkt Koningsdag

Verkoop je eigen spullen of koop goedkoop tweedehands spullen van een stadsgenoot. Een keer per jaar op Koningsdag (27 april) op de Raam en Bogen in de binnenstad. Wees op tijd, want de goede en mooie spullen zijn snel weg. De rommelmarkt duurt van 8:00 uur tot 17:00 uur.

www.oranjeboulevard.nl

info@oranjeboulevard.nl

Rommelmarkt Gereformeerde Gemeente

Ieder jaar in april organiseert de zendingscommissie van de Gereformeerde Gemeente een zendingsmarkt. Er wordt een breed assortiment producten aangeboden: levensmiddelen, nieuwe en tweedehands producten, hobbyproducten.

www.zendingsmarkt-gouda.nl

Nieuwe Gouwe Oostzijde 2b, 2801 SB Gouda

IJsselmarkt / Josephmarkt

Ieder jaar op Tweede Pinksterdag is er een rommelmarkt met 150 kramen aan de IJssellaan en de Sint Josephstraat.

www.ijsselmarkt.nl / info@ijsselmarkt.nl

www.josephmarkt.nl / info@josephmarkt.nl

facebook.com/ijsselmarktjosephmarkt

**Wekelijkse warenmarkten**

Kijk voor een overzicht van de wekelijkse warenmarkten in Gouda op

www.hollandsemarkten.nl en type 'Gouda' in.

Non-foodbank Gouda

De Non-foodbank Gouda en omstreken bestaat uit een kledingbank en een meubelbank. De organisatie doet zijn uiterste best om de mensen, die geen of onvoldoende financiële middelen hebben, goed te kleden en/of hun woning in te richten. Op de website staat wat de voorwaarden zijn om voor spullen van de Non-foodbank in aanmerking te komen.

www.nonfoodbankgouda.nl

Kledingbank: 06-12295986 / kleding@nonfoodbankgouda.nl

Meubelbank/goederen aanvragen: 06-18527296 / aanvragen@nonfoodbankgouda.nl

Johan den Haenstraat 9, 2806 WV Gouda

Kledingwinkel Korps Leger des Heils

Iedere dinsdag, woensdag en donderdag kun je van 10:00 uur tot 13:00 uur bij de kledingwinkel van het Goudse korps van het Leger des Heils terecht voor gratis of goedkope kleding.

www.legerdesheils.nl/korpsgouda/kledingwinkel

0182-687732 / korps.gouda@legerdesheils.nl

Johan de Wittlaan 31, 2805 CM Gouda

Speelgoedbank Gouda

Hier kunnen Goudse ouders en hun kinderen van 0 tot 12 jaar eens per kwartaal naartoe om voordelig of zelfs gratis speelgoed uit te zoeken: per bezoek drie stuks speelgoed, een boek en een puzzel. En voor een jarige een extra stuk speelgoed (naar keuze) cadeau. Om gebruik te mogen maken van de Speelgoedbank Gouda heb je een verwijfsbrief van een aanmeldende verwijzer nodig, die beoordeelt of je aan de inkomenscriteria voldoet. De verwijzers staan vermeld op de website, samen met uitgiftedagen en inlooptijden.

www.speelgoedbank-gouda.nl
speelgoedbankgouda@gmail.com
Bernhardhof 400, 2802 GR Gouda



Weggeefwinkel in buurthuis De Bühne

Gooi niet weg waar je een ander nog blij mee kunt maken. Heb je kleding, schoenen, speelgoed, ander textiel, huishoudelijke artikelen of decoratieve spullen? Je kunt deze inleveren bij de weggeefwinkel of daar juist wat moois gaan uitkiezen. Openingstijden: maandagmiddag en woensdagmiddag tussen 13:00 uur en 15:00 uur, met uitzondering van de schoolvakanties.

www.facebook.com/weggeefwinkelgouda
weggeefwinkelgouda@gmail.com
Tristanstraat 18, 2805 VC Gouda

Krijg de kleertjes

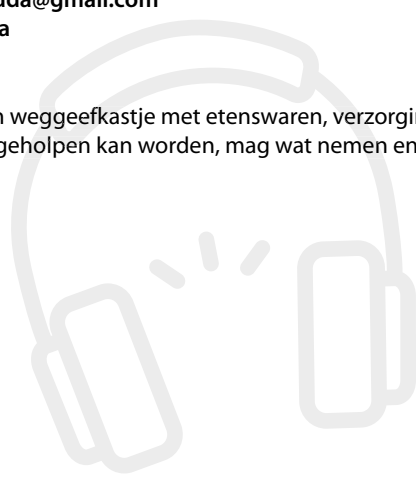
'Krijg de kleertjes' is een fysiek kinderkledingruilpunt in het Nelson Mandela Centrum. Het is een duurzaam initiatief om kinderkleding (maat 50 t/m 176) een nieuwe kans te geven. Ook schoenen, jassen, slaapzakken en beddengoed kunnen geruild worden. Dit ruilpunt, volledig gerund door vrijwilligers, is tevens een ontmoetingsplek voor nieuwe contacten en verbindingen tussen mensen.

Wekelijks op dinsdag geopend van 9:00 uur-11:30 uur (schoolvakanties gesloten).
www.facebook.com/KrijgdeKleertjesGouda/
06-28356276 / krijgdekleertjesgouda@gmail.com
Bernadottelaan 79, 2806 JM Gouda

Weggeefkastje Troelstralaan 4

In de voortuin van dit huis staat een weggeefkastje met etenswaren, verzorgings- en menstruatieproducten. Wie ermee geholpen kan worden, mag wat nemen en wie wat kan missen, mag wat geven.

Troelstralaan 4, 2805 GJ Gouda



Facebook

Via Facebook kun je gratis of goedkoop aan spullen komen in Gouda en omstreken. Zoek er op de onderstaande trefwoorden voor verschillende organisaties, die spullen goedkoop verkopen, ruilen of weggeven:

- rommelhoek Gouda
- weggeefgroep Gouda
- ruilen Gouda
- tweedehands Gouda
- kinderspullen Gouda
- Weggeefwinkel in buurthuis De Bühne, Tristanstraat 18, 2805 VC Gouda.
Elke maandag- en woensdagmiddag geopend van 13:00 uur tot 15:00 uur, uitgezonderd schoolvakanties.

<https://www.facebook.com/weggeefwinkelgouda>

Menstruatieproducten Uitgifte Punten (MUP's)

Het Armoedefonds stelt gratis menstruatieproducten beschikbaar via MUP's. Meisjes en vrouwen kunnen er zelf een product kiezen dat bij hen past en dat zij comfortabel vinden. Daarom zijn er verschillende soorten, maten en merken maandverband en tampons. Er zijn gratis menstruatiecups beschikbaar. In Gouda zijn zes uitgiftepunten:

- mbo Rijnland GVP, Groen van Prinsterersingel 52, 2805 TE Gouda
- De Goudsche Waarden, Groen van Prinsterersingel 44, 2805 TE Gouda
- Voedselbank Gouda e.o., Noordpool 2, 2801 DH Gouda
- Non-foodbank Gouda, Johan den Haenstraat 9, 2806 WV Gouda
- Weggeefkastje Gouda Noord, in de tuin van Troelstralaan 4, 2805 GJ Gouda
- Hannah's kastjes, St. Josephstraat 19, 2806 WE Gouda

Meer info Armoedefonds: www.armoedefonds.nl

073-7440181

Straatbibliotheken

Op diverse plekken in Gouda staan kastjes met gratis boeken.

Zoek op www.facebook.com naar **Straatbieb Gouda**. Daar vind je onder andere een kaartje met alle Goudse straatbiebs.

Bibliotheek Gouda

Voor €52,50 koop je misschien drie boeken, maar voor hetzelfde geld leen je er tientallen per jaar bij de bibliotheek. Kinderen tot 18 jaar zijn gratis lid.

Je kunt een abonnement afsluiten voor het gebruik van computers (internet en tekstverwerkingsprogramma's) voor €20 per jaar. Ook kun je hier terecht met vragen over het gebruik van de computer.

www.bibliotheekgouda.nl

0182-590101 / info@bibliotheekgouda.nl

Klein Amerika 20, 2806 CA Gouda

Tegenwoordig kun je van alles regelen via internet. Ook contact met de overheid gaat steeds vaker digitaal. Veel mensen vinden dit lastig. Kun je wel wat hulp gebruiken, laat je dan helpen bij het Informatiepunt Digitale Overheid (IDO) in de bibliotheek.

www.bibliotheekgouda.nl/ido.



In het Taalhuis van de Goudse bibliotheek kunnen alle Gouvenaars terecht voor advies en ondersteuning bij het leren spreken, lezen en begrijpen van de Nederlandse taal.
www.bibliotheekgouda.nl/taalhuis
06-51829363 / taalhuis@bibliotheekgouda.nl

Handige websites

Handige websites om goedkoop aan spullen te komen, om te ruilen of te lenen, om te besparen of om inspiratie op te doen voor een andere manier van leven.

- www.genoeg.nl is een onafhankelijk tijdschrift en internetplatform voor iedereen die meer wil doen met minder geld en minder spullen.
- www.gratisaftehalen.nl is een online marktplaats, waar alleen gratis spullen worden aangeboden in je eigen buurt.
- www.geldloos.nl is een website over hoe je met heel weinig of helemaal geen geld kunt leven. Met verhalen van ervaringsdeskundigen.
- www.peerby.com is een website om spullen te kunnen lenen of huren aan of van je burens.
- www.ruilen.nl is de website waarop je spullen, diensten en zelfs je baan kunt ruilen.
- www.gratis.nl is een website voor gratis producten, dingen, artikelen en spullen. Maar let wel goed op, want er zit soms een addertje onder het gras.
- www.allesvoorniks.nl is een website die elke dag nieuwe gratis producten, geldterug-acties, prijsvragen en aanbiedingen toont. Maar et ook hier op dat niet alles gratis is wat gratis lijkt.
- www.marktplaats.nl is de bekende website, waarop van alles wordt verkocht; van nietmachine tot camper.
- www.instagram.com/gierigegerda/ wordt beheerd door de Brabantse Gierige Gerda. Zij zet elke maandag, woensdag en vrijdag om 7:00 uur en zondag om 9:00 uur een gezellige en informerende blog online over geld besparen en koopjesjagen.

Diensten

Gemeente Gouda

Via de gemeente kun je hulp krijgen met het aanvragen van een uitkering, schuldhelpverlening en meer. Ook heeft de gemeente een groot aantal regelingen die het rondkomen wat makkelijker kunnen maken. Dit zijn regelingen die helpen om mensen met een minimuminkomen zo goed mogelijk deel te laten nemen aan de samenleving.

www.gouda.nl/direct-regelen/geld-en-werk/extras-bij-laag-inkomen/

- Gouda is partner van het Startpunt Geldzaken.
Op www.startpuntgeldzaken.nl/gouda staan geldplannen die je helpen om je geldzaken op orde te krijgen.
- Op www.bsgr.nl/kwijtschelding staat informatie over kwijtschelding van lokale heffingen.
- Afval besparen is ook besparen op kosten voor reinigingsbelasting.
Op www.gouda.nl/direct-regelen/leven-en-wonen/afval/ lees je hier meer over.

Kindpakket en Rotterdampas

Het Kindpakket is een initiatief van de Gemeente Gouda voor gezinnen met een kleine portemonnee, met onder andere:

- Gratis peuteropvang
- Laptopvergoeding voor scholieren
- Gratis Rotterdampas voor kinderen tot en met 17 jaar. Wat kun je met zo'n pas?
 - Meer dan 750 leuke dingen doen in Gouda en omgeving.
 - Je krijgt een jeugd-winkeltegoed voor betaling bij 13 Goudse winkels.
 - Je krijgt twee tegoedbonnen voor een sport- of cultuurcursus.

Voor meer informatie en het aanvragen van het Kindpakket en de Rotterdampas:

www.gouda.nl/direct-regelen/geld-en-werk/extras-bij-laag-inkomen/
www.gouda.nl/direct-regelen/geld-en-werk/extras-bij-laag-inkomen/gratis-rotterdampas-voor-kinderen-van-0-t-m-17-jaar/

Rotterdampas met korting, voor volwassenen

Deze pas is met een fikse korting ook voor volwassenen met een laag inkomen te koop. Het pasjaar loopt van 1 maart tot 30 april.

Voor meer informatie en het aanvragen van de Rotterdampas:

www.gouda.nl/direct-regelen/geld-en-werk/extras-bij-laag-inkomen/rotterdampas-volwassene-met-korting/

Sociaal Team Gouda

Het Sociaal Team Gouda helpt je op weg met vragen op het gebied van inkomsten, werk, wonen, zorg, gezondheid, mantelzorg, dagbesteding, gezin, opvoedingsondersteuning, opgroeien of relatie. Ze helpen meedenken en zorgen er bijvoorbeeld voor dat je administratie op orde komt. Maar ze ondersteunen je ook bij andere vragen. Geldzorgen komen namelijk vaak niet alleen. Het kan stress in het gezin opleveren of effect hebben op kinderen. Je kunt terecht voor individuele hulp bij het Sociaal Team Gouda, maar je kunt ook naar de Papierwinkel of het financieel spreekuur. Om te bespreken wat het beste bij je past, neem contact op met het Sociaal Team Gouda. Je bent ook welkom tijdens de inloopsprekuren van het Sociaal Team Gouda. De actuele openingstijden vind je op de website.

www.sociaalteamgouda.nl/contact

088-900 4321 / info@sociaalteamgouda.nl.

Sociaal Team Gouda-Noord
(voor postcode 2803 / 2804 / 2805)
Lekkenburg 1, 2804 XA Gouda

Sociaal Team Gouda-Oost
(voor postcode 2806 / 2807 / 2808)
**Nelson Mandela Centrum
Bernadottelaan 79, 2806 JM Gouda**

Sociaal Team Gouda-West
(voor postcode 2801 / 2802 / 2809)
**Ontmoetingscentrum De Walvis
Walvisstraat 1, 2802 SB Gouda**

Schuldhulpmaatje

SchuldHulpMaatje is een onderdeel van 't Swanenburghshofje. SchuldHulpMaatje zet (kosteloos) vrijwilligers in om bij jou thuis met jou aan de slag te gaan om financieel weer orde op zaken te stellen. Zij kijken met je mee en werken samen met je om ook in de toekomst jouw financiële huishouding gezond te kunnen houden. Hun onafhankelijkheid en tijd voor persoonlijke aandacht geeft vertrouwen en helpt je om hun problemen aan te pakken.

www.swanenburghshofje.nl

0182-525925 / info@swanenburghshofje.nl
Groeneweg 42 (Hofje 7), 2801 ZD Gouda



Papierwinkel

De Papierwinkel is een initiatief van Taalhuis, Schuldhulpmaatje, Humanitas en Sociaal Team Gouda. Heb je vragen over geld, regelingen of schulden? Wil je hulp bij het ordenen van je administratie? Heb je een brief die je niet begrijpt? Op vijf plaatsen in Gouda kun je terecht bij de Papierwinkel, zonder afspraak.

Locaties en openingstijden staan op:

www.sociaalteamgouda.nl/papierwinkel

088-9004321

HipHelpt/Burennetwerk Gouda

HipHelpt/Burennetwerk Gouda koppelt mensen aan elkaar om te helpen met eenvoudige en flexibele hulp. Denk aan samen een wandeling maken of ergens een bezoekje aan brengen, klusjes in huis en tuin, etc. Burennetwerk Gouda is een initiatief van een aantal Goudse kerken en werkt met en voor alle Gouwenaren. Plaats een hulpvraag via het formulier op de website of bel een van de matchmakers. Je kunt je ook aanmelden als hulpbieder om anderen te helpen.

www.hiphelpt.nl/gouda

0182-235082 (maandag en donderdag van 9:00 uur tot 12:00 uur of dinsdag van 13:00 uur tot 16:00 uur) / gouda@hiphelpt.nl (o.a. voor directe hulpvraag)

Diaconie Protestantse Kerk Gouda

De Protestantse Diaconie in Gouda zet zich in voor mensen binnen en buiten de kerk, dichtbij en ver weg. Concrete activiteiten zijn:

- Financiële hulp aan mensen die van weinig geld moeten rondkomen.
- Ontmoetingen voor ouderen en hulp bij kleine klussen in huis.
- Jongeren de mogelijkheid bieden om vrijwilligerswerk te doen in een ontwikkelingsland.
- Activiteiten voor en met vluchtelingen.
- Projecten op het vlak van duurzaamheid.
- Financiële ondersteuning aan projecten dichtbij en ver weg.

www.protestantsekerkgouda.nl/wie-zijn-wij/diaconie/

06-86874664 / nelleke.de.jong@pkngouda.nl

PCI Gouda

De Parochiële Caritas Instelling in Gouda (PCI-Gouda) zet zich o.a. met financiële ondersteuning in voor mensen met specifieke noden en behoeften, die meestal dringend zijn. Daarbij speelt de achtergrond of levensovertuiging van de hulpvragers geen rol.

www.pci-werkgroepgouda.nl

0182-523801 / secretariaat@pci-werkgroepgouda.nl

Vincentius

De Vincentiusvereniging Gouda bekommert zich om iedereen in nood, ongeacht oorzaak, achtergrond of geloof. De organisatie geeft mensen die dat nodig hebben, een financieel zetje in de rug.

www.vincentiusgouda.nl

0182-392648 (b.g.g. 0182-525990)

NPV-thuishulp

De vrijwilligers van NPV-thuishulp bieden praktische hulp aan, zoals:

- Samen koffie drinken en/of wandelen.
- Begeleiding naar een afspraak in het ziekenhuis.
- Samen boodschappen doen.
- Het ontlasten van mantelzorgers, die dan even iets voor zichzelf kunnen doen.

www.thuishulp-teamgouda@afdeling-npvzorg.nl

0182-744006 / info@npvzorg.nl

Humanitas Midden-Holland

Humanitas biedt allerlei diensten aan. Zo zijn er vrijwilligers die langsgaan bij iedereen die z'n gedachten, ervaringen en verhalen met iemand wil delen.

Humanitas Thuisadministratie helpt je om je financiën en administratie weer op orde te brengen en te houden.

www.humanitas.nl/midden-holland

06-10031378 / ta@humanitas-mh.nl

Gouda Bruist

Gouda Bruist is een ontmoetingsplek voor iedereen die wil bijdragen aan meer plezier, creativiteit en verbondenheid in Gouda. Hier kom je regelmatig ideeën of evenementen tegen die je weinig of niets kosten. Zelf deel gaan uitmaken van het netwerk zal veel contacten opleveren. Er zijn regelmatig bijeenkomsten (Bruispunten genoemd), maar je kunt ook online op de hoogte worden gehouden door een profiel aan te maken op www.goudabruist.nl.



Goudvoorelkaar.nl

Op deze online marktplaats komen vraag en aanbod van vrijwilligers, vrijwilligerswerk en professionele hulp in Gouda bij elkaar. Zowel inwoners als (vrijwilligers) organisaties kunnen hier een vraag of aanbod plaatsen. Je kunt voor vragen hierover terecht bij het VIP (Vrijwilliger Informatie Punt).

www.goudvoorelkaar.nl

06-43385330 (Mary Geerts) / 06-48135503 (Ingrid Vink), vip@gouda.nl

(Net)werkochtenden

Loes Vork organiseert eens per maand, zowel online als fysiek in de 'Gouwe Stek Natuurlijk', een (net)werkochtend, die gratis of voor een vrijwillige bijdrage is te bezoeken door ondernemers en andere ondernemende mensen. Deelnemers kunnen er kennis opdoen en delen op het gebied van marketing en social media.

www.vorkcommunicatie.nl

06-19473050 / loes@vorkcommunicatie.nl

Stichting Present

Stichting Present biedt klushulp aan mensen die over onvoldoende financiële middelen beschikken. Informeer of je in aanmerking komt voor een groep vrijwilligers die je komt helpen.

www.stichtingpresent.nl/gouda

06-44256510 / info@presentgouda.nl

Ontslagcafé

Loop gratis binnen bij het Ontslagcafé van Muller Advocaten en Het Kantoor van Nu.

Je kunt er terecht met al je vragen over ontslag en het vinden van nieuw werk.

Het Ontslagcafé werkt laagdrempelig, snel en informeel.

Je kunt er bijvoorbeeld terecht met vragen over:

- de eerlijkheid van je ontslag
- ontslag na twee jaar ziekte
- WIA-keuring of hersteld melden?
- Onderhandelen met je werkgever loont de moeite
- Waar heb je recht op bij (aankomend) ontslag?

Kijk op de website wanneer je bij ons terecht kunt:

www.hetkantoorvanunu.nl/ontslagcafé

0182-748734 / info@hetkantoorvanunu.nl

Jan van Beaumontstraat 1, 2805 RN Gouda

**JobOn**

Dit is een landelijk platform voor werkzoekenden, dat zowel online als op wisselende locaties inspirerende workshops, webinars, events en wandelingen organiseert, bedoeld voor werkzoekenden in hun zoektocht naar een nieuwe loopbaan.

WhatsApp-berichten via 06-40861925

E-mails en tweets via button op contactpagina van website www.jobon.nl

Brede School Huiswerkbegeleiding

Brede School Gouda en Stichting Leren voor de Toekomst bieden laagdrempelige huiswerkbegeleiding aan vanaf groep 6 basisschool tot 6 VWO. Kosten: €40 per maand.

Deelname tegen een lagere ouderbijdrage is mogelijk in geval van meerdere kinderen uit een gezin (stapelkorting) of een laag inkomen. Voor meer informatie daarover kun je e-mailen naar ayse.candan@bsgouda.nl.

De huiswerkvoorziening/begeleiding vindt plaats op drie locaties in Gouda:

- Op zondagen in Korte Akkeren: Buurtcentrum De Walvis
- Op zondagen in Bloemendaal/Plaswijk: Buurtcentrum Van Noord
- Op woensdagen in Goverwelle: 't Palet

www.bsgouda.nl/projecten/huiswerkbegeleiding/algemeen/

Vragen over de aanmelding: Stichting Leren voor de Toekomst,

contact@lerenvoortetoekomst.nl / 06-10290312

Overige vragen: huiswerkbegeleiding@bsgouda.nl / 0182-527101



Stichting Steunpunt OOG

Deze stichting organiseert in het Nelson Mandela Centrum:

- Huiswerkbegeleiding op maandag t/m vrijdag van 15:00 uur tot 17:00 uur voor scholieren van 10 tot 18 jaar.
- Koffie-ochtend voor vrouwen op woensdag van 9:30 uur tot 11:30 uur.
- Naailes op vrijdagochtend van 10:00 uur tot 12:00 uur.
- Sociaal Spreekuren op dinsdag en woensdag van 11:00 uur tot 15:00 uur

www.steunpuntoog.nl

06-12946201 / info@steunpuntoog.nl en steunpuntooggouda@hotmail.com

Bernadottelaan 79, 2806 JM Gouda

Belastingservice Ouderen Gouda

BOG helpt ouderen met een bescheiden inkomen met hun belastingaangifte en/of het aanvragen van toeslagen.

www.boggouda.nl

06-20445063 / ceesleenheer@hetnet.nl



Sport en vrije tijd

Kinderen en sport: Kindpakket via de Rotterdampas

Gezinnen met een laag inkomen kunnen de Rotterdampas met korting, en voor kinderen gratis aanvragen. Dit is onderdeel van het kindpakket. Op de Rotterdampas van kinderen van 4 t/m 17 jaar staan automatisch ook een jeugdtegoed en twee tegoedbonnen voor jeugd en cultuur. Via deze link vind je de verenigingen waar je het tegoed voor sport en cultuur kunt besteden:
www.gouda.nl/verenigingen-kindpakket/

Volwassenen en sport: Volwassenenfonds Sport & Cultuur

De gemeente Gouda is aangesloten bij het landelijke Volwassenenfonds Sport & Cultuur. Dit fonds maakt het in Gouda mogelijk dat volwassenen met een laag inkomen toch lid kunnen worden van een sportclub. De bijdrage is maximaal €250 per 12 maanden voor tenminste wekelijkse sportactiviteiten gedurende die periode. Zie voor meer informatie en de voorwaarden:
www.gouda.nl/direct-regelen/geld-en-werk/extras-bij-laag-inkomen/sporten-met-korting/

Stap mee

Wil je fitter worden en gezondheid en gezelligheid combineren? Sluit je dan aan bij 'Stap Mee' in Korte Akkeren. De organisatie is in handen van Gezondheidscentrum Korte Akkeren en Sportpunt Gouda. Er wordt gewandeld op dinsdag van 19:00 uur tot 20:00 uur. Meelopen is gratis. Verzamelen bij de achteruitgang van **Gezondheidscentrum Korte Akkeren**

Jacob van Lennepkade 3.

www.korteakkeren.com/stapmee

0182-590910 / denise.blom@sportpuntgouda.nl

GO!uda Sport

Bij GO!uda Sport kunnen mensen met een smalle beurs via een intermediair gratis sporten. GO!uda Sport wil zoveel mogelijk mensen laten genieten van bewegen, liefst in de vrije natuur. Daarom zijn er hardlooptrainingen en zwemtrainingen in open water (in de lente en zomer in de Reeuwijkse Plassen, Gouda en de Vlist). Tevens worden er laagdrempelige hardloopevenementen en zwemlopen in de Goudse regio georganiseerd. Via aanmelding bij een intermediair, zoals een Sociaal Team of de Zorgdirigent kan gratis sporten mogelijk gemaakt worden.

www.goudasport.nl

0182-548465 / info@goudasport.nl

Brede school Kinderfonds

Dit fonds biedt materiële ondersteuning aan kinderen uit gezinnen met minimale financiële middelen. Hiermee wordt participatie aan maatschappelijke, sociale en culturele activiteiten gestimuleerd en sociale uitsluiting voorkomen. De doelgroep van het Kinderfonds is jeugd tot 18 jaar.

www.bsgouda.nl/projecten/brede-school-kinderfonds/

Mantelzorgers

Mantelzorgers zijn onmisbaar in de samenleving. Ben je zelf mantelzorger en woon je in Gouda (of woont degene waar je voor zorgt in Gouda), dan wil de Gemeente Gouda dat graag waarderen. Registreer je daarom als mantelzorger en ontvang drie maal per jaar gratis het magazine MantelKRACHT. Daarnaast word je elk jaar in november verrast met een gezellige dag in het kader van de Dag van de Mantelzorg. Voor mantelzorgers bestaat tevens de mogelijkheid een tegemoetkoming te krijgen voor huishoudelijke hulp.

Registratie: <https://www.gouda.mantelzorgcentraal.nl/registreren/>

De Klup

Bij de Klup biedt verschillende activiteiten, zodat iedereen op een gelijkwaardige manier invulling kan geven aan dagbesteding of vrije tijd. Iedereen komt vanuit een eigen achtergrond bijeen, met of zonder ondersteuning. Er zijn twee locaties aan de Bloemendaalseweg: De Kluphoeve en De Kapberg.

- In **De Kluphoeve** zijn er dagelijks activiteiten voor mensen met een (lichte) verstandelijke beperking. Dagbesteding met indicatie is er op maandag, dinsdag, donderdag en vrijdag van 10:00 uur tot 16:00 uur. Op dinsdag en vrijdagmiddag is er vrije inloop, dan werken vrijwilligers en deelnemers samen om huis-, tuin- en keukenwerkzaamheden te verrichten. Ook op vrijdagavond en in het weekend zijn er regelmatig activiteiten.
- In **De Kapberg** vinden verschillende ontmoetingsactiviteiten plaats. Op dinsdag spelen we koersbal van 10:30 uur tot 12:00 uur en is er een creatieve inloop van 13:30 uur tot 16:00 uur. Op donderdagmorgen wordt er vanaf 10:00 uur gewandeld onder leiding van Sportpunt Gouda. Na afloop wordt er gezamenlijk koffie gedronken. Op donderdagmiddag is er van 14:00 uur tot 16:00 uur een kaartmiddag met jokers, klaverjassen en skip-bo.

www.deklupgouda.nl

0182-527 566 / info@deklupgouda.nl

Bloemendaalseweg 68, 2804 AB Gouda

Activiteitencentrum 't Govertje

Het ontmoetings- en activiteitencentrum van Goverwelle met koffiebar, op 50 meter afstand van NS-station Gouda-Goverwelle. Er worden diverse activiteiten georganiseerd:

- Maandag van 19:00 uur tot 20:30 uur: **Dance & Workout** (voor 40+ dames). Betaalde activiteit. Gratis proefles.
- Dinsdag van 10:30 uur tot 12:00 uur: **Seniorweb** voor computer-, tablet- en telefoonvragen.
- Woensdag van 9:15 uur tot 10:15 uur: gezamenlijk **wandelen** onder begeleiding met koffie na afloop. Verzamelen om 9:00 uur.
- Woensdag van 10:00 uur tot 12:00 uur: **Mama & Papa Café**. Ontmoetingen, gesprekken, ontspanning. Baby's, peuters en kleuters zijn ook welkom.
- Donderdag van 10:00 uur tot 12:00 uur: **spelletjesochtend** met mede-wijkbewoners: rummicub, triominos of kaarten.
- Donderdag van 11:00 uur tot 12:00 uur: **WijkWijzer Sociaal Team**. De sociaal makelaar helpt je met initiatieven, ideeën en de juiste contacten.

- Donderdag van 9:00 uur tot 10:00 uur: **Hathayoga Plus**. Lessen met aandacht voor de adem. €8 per les. www.yennys-yog.nl.
- Donderdag vanaf 19:30 uur: **open naaiatelier**. Mooie creaties maken met een naaimachine. Iedereen welkom. Aanmelden via: **06-50823188**.
- Vrijdag van 13:00 uur tot 16:00 uur: **klaverjassen** met koffie.
- Vrijdag van 19:00 uur tot 20:30 uur: **salsa-avond** (lady styling work-out). Betaalde activiteit. adelina@dancing-colours.nl.
- Zaterdag van 10:00 tot 11:00 uur: **defence tactics** (tot 12 jaar). Betaalde activiteit. Informatie en aanmelden via Wesley Duivis: **06-39541558**.
- Zaterdag van 11:00 tot 12:00 uur: **defence tactics** (vanaf 12 jaar). Betaalde activiteit. Informatie en aanmelden via Wesley Duivis: **06-39541558**.
- Zaterdag van 13:00 tot 15:00 uur: **workshop folkmuziek**. €20 per keer, inclusief koffie en thee. Informatie en aanmelden via Gwyn van der Giessen: **06-44316367**.

www.govertje.nl

0182-607402 / info@govertje.nl

Ouverturelaan 12, 2807 JT Gouda

Activiteitscentrum De Rotonde

De Rotonde ondersteunt mensen met een lichamelijke beperking, niet-aangeboren hersenletsel, beginnende dementie of een lichamelijke beperking en kan ze een zinvolle dagbesteding met activiteiten geven. Daarnaast is het ook een inloopcentrum voor wijkbewoners. De Rotonde bevindt zich in de wijk Plaswijck / Bloemendaal.

www.gemiva-svg.nl/rotonde

rotonde@gemiva-svg.nl

Zuidhoef 138, 2804 TE Gouda

Het Bruisnest

Bij Het Bruisnest gaat het om meedoen en meetellen in de samenleving, positieve sociale ervaringen opdoen en inzetten van eigen kwaliteiten en talenten. Zit je in een sociaal isolement, dan helpen we je (op laagdrempelige wijze) weer in de maatschappij te komen, wat je kans op re-integratie vergroot. Uitgangspunten zijn daarbij gelijkwaardigheid, onderling respect en wederkerigheid.

Iedereen is welkom voor een gratis kopje koffie of thee. Je kunt er lunchen en maaltijden krijgen. Verder is er een PC-hulp voor computerproblemen, een wekelijks Repair Café en een klussendienst. Ook organiseert Het Bruisnest cursussen, workshops en activiteiten.

www.hetbruisnest.nl en www.radiototaalnormaal.nl

0182-522435 / info@hetbruisnest.nl

Blekerssingel 78, 2806 AD Gouda

Buurthuis De Speelwinkel

Buurthuis De Speelwinkel is een organisatie, waar vrijwilligers activiteiten organiseren voor buurt- en stadsgenoten. Iedereen is welkom in het buurthuis. Het aanbod is heel divers, maar je kunt ook gewoon even binnenlopen voor een kopje koffie.

www.despeelwinkel.nl

0182-526925 of 06-46467422 / buurthuis@despeelwinkel.nl

Raam 60-62, 2801 VM Gouda

Ontmoetingscentrum West 'De Walvis'

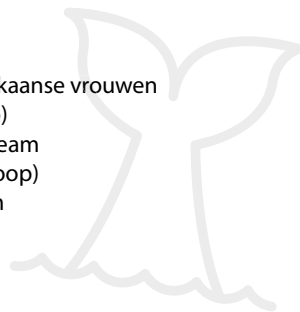
Er zijn allerlei activiteiten in De Walvis:

- Maandag van 9:00 uur tot 11:30 uur: koffieochtend Marokkaanse vrouwen
- Dinsdag van 9:30 uur tot 12:00 uur: burennetwerk (inloop)
- Woensdag van 9:00 uur tot 12:00 uur: spreekuur Sociaal Team
- Donderdag van 9:15 uur tot 12:00 uur: burennetwerk (inloop)
- Vrijdag van 9:00 uur tot 12:00 uur: spreekuur Sociaal Team
- Vrijdag van 13:30 uur tot 15:30 uur: spel- en creamiddag

www.dewalvisgouda.wixsite.com/west

088-9004000

Walvisstraat 1, 2802 SB Gouda



Nelson Mandela Centrum

In het Nelson Mandela Centrum worden allerlei activiteiten georganiseerd, zoals: taallessen, huiswerkbegeleiding, (tekenen en schilderen), koffieochtenden, hulp bij administratie (moeilijke brieven, regelingen en formulieren), naailessen, yoga, jeugdactiviteiten, muziektheater, ondersteuning van bewoners bij allerlei dagelijkse zaken betreffende onderwijs, opvoeding en gezondheidszorg (OOG), inclusief sociale dienstverlening. Ook is er een rouwcafé en zijn er spreekuren van het Sociaal Team.

www.wijkteamoost.nl/activiteiten

088-9004000

Bernadottelaan 79, 2806 JM Gouda

Brede School Gouda

Een Brede School is een samenwerkingsverband tussen allerlei organisaties, waar- onder scholen. De Brede School Gouda organiseert activiteiten voor kinderen, zoals kooklessen, dammen, schilderen, zingen, dansen, natuur verkennen en buurtsport. Deze activiteiten kosten weinig geld en worden georganiseerd in de wijken Bloemendaal/Plaswijck, Centrum/Oost, Goverwelle, Korte Akkeren/Westergouwe en Noord.

www.bsgouda.nl

0182-527101 / administratie@bsgouda.nl

Gratis concerten

- Jaarlijks worden er van april t/m oktober op zaterdagmiddag concerten gehouden in de Sint-Janskerk. Aanvang: 16:00 uur en toegang gratis.

www.sintjan.com/concerten-en-evenementen/

- Elke zomer worden er op tien zondagmiddagen concerten gegeven in het Houtmansplantsoen. Van 14:00 uur tot 16:30 uur en toegang gratis.

www.houtmansplantsoenconcerten.nl

info@houtmansplantsoenconcerten.nl

Filmhuis Gouda

Geregistreerde mantelzorgers kunnen gratis of voor gereduceerde prijzen naar Filmhuis Gouda.

www.filmhuisgouda.nl

0182-522200 / info@filmhuisgouda.nl

Lethmaetstraat 45, 2802 KB Gouda

Cinema Gouda

Familietickets voor twee volwassenen en twee kinderen onder de 11 jaar kosten €26 in plaats van €37. Elk kind extra kost €6,50 in plaats van €7,50.

www.cinemagouda.nl

0182-527773 / info@cinemagouda.nl

Burgemeester Jamessingel 25, 2803 WV Gouda

Gouda bij Kaarslicht

Jaarlijks kun je op de tweede vrijdag van december 's middags en 's avonds de gezellige kerstsfeer in de binnenstad ervaren. Achter de ramen van het oude stadhuis op de Markt branden dan 1.500 Goudse kaarsjes. In de historische binnenstad is veel te zien en te beleven, waaronder diverse concerten in verschillende kerken. Een zeer goedkope en sfeervolle middag en avond.

www.goudabijkaarslicht.nl

Vakanties

Met vakantie gaan is duur. Gelukkig zijn er initiatieven die (financieel) helpen:

- **PCI Gouda** en **Vincentius Gouda** zetten elk jaar een vakantieproject op voor tien gezinnen met een minimuminkomen, die langer dan drie jaar niet op vakantie zijn geweest.
www.pci-werkgroepgouda.nl/vakantie/
- **Stichting Blijdesteyn** geeft een vakantiebeurs aan alleenstaande vrouwen tussen de 21 en 40 jaar met inkomsten die niet hoger liggen dan een bijstandsuitkering.
www.stichtingblijdesteyn.nl
- **VakantieBijbelWeek**. Deze wordt elk jaar in Gouda gehouden met allerlei activiteiten voor kinderen.
www.step-gouda.nl/vbw/
www.pauluskerkgouda.nl/event-items/vakantie-bijbel-week/
- **Loveweek** is een vierdaagse gratis bijeenkomst met een christelijke signatuur, die elke eerste week van de zomervakantie in Gouda gehouden wordt. Er zijn activiteiten voor kinderen en volwassenen in alle leeftijden. Ook is er kleding en voedsel verkrijgbaar voor mensen met een kleine beurs.
www.loveweek.nl

Muziektheater Goed Werk

Goed Werk maakt op onregelmatige basis muziektheater: kleinschalige voorstellingen of filmpjes. De theatergroep wil mooie, vreemde, muzikale voorstellingen maken. Bij elk project worden mensen gezocht die het leuk vinden om mee te doen: spelers, muzikanten, filmers etc. Aan de amateurs die meedoen, vragen zij (indien mogelijk) een kleine vrijwillige bijdrage. Weten of er een klik is? Neem dan contact op met artistiek leider Margrethe Beelen.

www.muziektheatergoedwerk.nl

06-44206360 / margrethe.goedwerk@delta.nl

Vervoer

VervoersPuntGouda

VervoersPuntGouda biedt goed en betaalbaar vervoer in Gouda en omliggende plaatsen; op tijdsafpraak, van-deur-tot-deur, waarbij hulpvaardigheid bij de vrijwilligers voorop staat. Het is bedoeld voor senior bewoners uit Gouda die (met een beetje hulp) zelfstandig kunnen in- en uitstappen. VervoersPuntGouda is er ook voor korte ritten, zoals familiebezoek, een afspraak bij de huisarts of kapper of gewoon om boodschappen te doen.

VervoersPuntGouda rijdt elke werkdag van 9:00 uur tot 17:00 uur in heel Gouda.

Het tarief is €3 per rit per persoon, contact te betalen bij het instappen. Je kunt ook een 10-strippenkaart kopen voor €28,50; elke rit kost dan een strip.

Een rit bestellen kan (bij voorkeur ruim van tevoren) via **0182-717006 / 06-51433031**.

Elke werkdag zijn we telefonisch bereikbaar van 9:00 uur tot 17:00 uur.

www.vervoerspungouda.nl

Deel een auto

Via de volgende websites kun je een auto huren van een buurt- of stadgenoot, een auto delen of gaan carpoolen.

- www.mywheels.nl
- www.snappcar.nl
- www.blablacar.nl
- www.greenwheels.nl



Goedkope brandstof

Benzineprijzen zijn per pomp verschillend. Sommige pompen hebben actiedagen waarop de brandstof goedkoper is. Als je wilt besparen op brandstof, moet je in ieder geval niet tanken langs de snelweg.

Een site die kan helpen met het vinden van goedkope brandstof:

www.brandstof-zoeker.nl/Zuid-Holland/Gouda

Fiets aanschaffen via werk voor je werk

Via het fietsenplan kun je een fiets aanschaffen, waarbij de Belastingdienst de helft betaalt. Als je bijvoorbeeld een elektrische fiets aanschaft, waarmee je met gemak 20 km naar je werk fietst, dan heb je de investering er binnen een jaar uit.

www.nationalefietsplan.nl of informeer bij je werkgever.

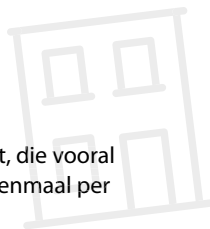
OV-fiets

De OV-fiets is een makkelijke huurfiets vanaf de meeste stations in heel Nederland. Het is een manier om net zo makkelijk op je bestemming te komen als met de auto, maar dan duurzamer.

www.ov-fiets.nl



Wonen



Mozaïek Wonen

Mozaïek Wonen is een middelgrote woningcorporatie in het Groene Hart, die vooral sociale huurwoningen verhuurt. Als je huurt bij Mozaïek Wonen kun je eenmaal per jaar gratis grond of zand bestellen.

www.mozaiekwonen.nl onder 'Ik ben huurder'

Isoleren

Door je huis goed te isoleren, kun je op de lange termijn geld besparen. Let op, want isoleren is een investering; de besparing volgt pas na een aantal jaren.

Op internet zijn veel sites met informatie over isoleren, bijvoorbeeld:

- www.milieucentraal.nl/energie-besparen/energiezuinig-huis/isoleren-en-besparen
- www.rijksoverheid.nl/onderwerpen/energie-thuis/vraag-en-antwoord/hoe-kan-ik-het-voordeligst-mijn-huis-isoleren
- www.maakgoudaduurzaam.nl.

Dit is een handige site, met daarop o.a. energiebesparingstips, leenmogelijkheden van het Nationaal Warmtefonds om je huis te verduurzamen en subsidiemogelijkheden om groene daken aan te leggen.

Geld besparen

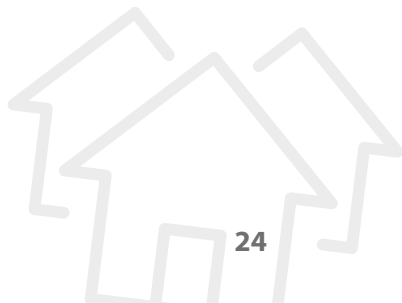
Websites over de mogelijkheden om geld te besparen op vaste lasten (en boodschappen):

- www.101bespaartips.blogspot.nl
- www.nibud.nl/onderwerpen/uitgaven/geld-besparen/
- www.cleanipedia.com/nl/duurzaamheid/25-tips-om-energie-te-besparen

Antikraak wonen

Panden die lange tijd leeg staan, worden bewoond door tijdelijks bewoners, ook wel antikraakbewoners genoemd. De bewoners betalen een lage huurprijs. Voordeel is dat je soms in grote of historische panden kunt gaan wonen. Nadeel is dat het tijdelijk is. Je kunt geen rechten ontlenen aan het huren. Er zijn verschillende sites waarop je antikraakwoningen en leegstandbeheer kunt vinden, zoals:

- www.adhocbeheer.nl
- www.huurzone.nl
- www.5huizenleegstandbeheer.nl
- www.villex.nl
- www.interveste.nl



Repair Café Gouda

Spullen in je huis kapot? Gooi ze niet weg, maar laat ze gratis repareren in het Repair Café Gouda in het Centrum van Noord.

Openingstijden: iedere eerste zaterdag van de maand van 10:00 uur tot 13:00 uur.

www.facebook.com/repaircafegouda

repaircafegouda@gmail.com

Centrum van Noord, Lekkenburg 1, 2804 XB Gouda

Repair Café in Buurthuis de Bühne

Ook hier kun je jouw kapotte spullen gratis laten repareren.

Openingstijden: iedere eerste woensdag van de maand van 15:00 uur tot 17:00 uur.

repaircafe@achterwillens.eu

Buurthuis De Bühne, Tristanstraat 18, 2805 VC Gouda

