

WIJKEETHUIS WEST

Meerdere dagen in de week kun je in De Walvis komen eten. Meld je uiterlijk een dag van te voren aan via onderstaande 06-nummers

Maandag:
Dushi's Kitchen €7,-

Meergangenmenu van Antilliaans naar Syrisch en van Surinaams naar de Hollandse pot.
Aanmelden via Hwida 06-5196 2362

Dinsdag:
Keuken Gouda West €7,-

Een vertrouwd, gezond en net even anders 2-gangen diner.
Aanmelden via Jaimy 06-1595 2460

Woensdag: Samen eten €7,-

Heerlijke gerechten uit de mediterrane keuken
Aanmelden via Haygo 06-4086 0446

Donderdag:
PlantAardig Eten €5,-
€3,50 <12 jaar

1ste- en 3de donderdag van de maand een plantaardig 3-gangen diner met geogste groenten uit de buurttuin.
Aanmelden via Beatrijs 06-2826 6631

Vrijdag: Thuisgevoel €7,-

Variatie uit de Libanese, Turkse, Syrische en andere wereldkeukens.
Aanmelden via Lina 06-1696 8592

Zondag:
Westerkoks €6,-

2de zondag van de maand koken koks uit de Westerkerk een heerlijk 3-gangen diner.
Aanmelden via Marja 06-4230 1210



Wil jij ook je liefde voor eten delen?

Samen koken?

Altijd al iets willen doen voor anderen?

Kom helpen!



Foto door Sandra Zeilstra



Foto door Sandra Zeilstra

De Walvis is dagelijks een afgiftepunt voor de Voedselbank!



Help mee!

Wil jij je graag inzetten voor de buurt en lijkt het je leuk om vrijwilliger te worden?

Of steek je liever je handen uit je mouwen in de keuken voor een van de wijkkeethuizen?

Neem contact met ons op!

Alle activiteiten online zien?
zoekenboekgouda.kwadraad.nl/agenda

Ontmoetingscentrum De Walvis
Walvisstraat 1
2802 SB Gouda



Foto door Sandra Zeilstra

Krap bij kas?

Neem bij de Walvis GRATIS maandverband of tampons mee. Je vindt de producten in de gang.

Meer informatie over het centrum of iemand spreken?
Bart Slob 06-3459 4431

www.dewalvisgouda.nl
@dewalvisgouda



ACTIVITEITEN OVERZICHT 2026

Ontmoetingscentrum de Walvis;
Een plek waar iedereen welkom is en waar we er voor elkaar zijn.

Openingstijden

Maandag t/m vrijdag 9.00- 16.00
Onze gastheren en- vrouwen zijn er voor je met koffie en thee.

Activiteiten

Meedoen met een activiteit of zelf iets organiseren voor je buurt? Bel, app of kom langs!

MAANDAG

09.30 - 11.00 Koffietijd voor iedereen
Inloopochtend met gratis koffie en thee, een spelletje, puzzel of een goed gesprek! Info: Bart Slob 06-3459 4431

09.30 - 11.30 Koffieochtend
Voor vrouwen, waar gesproken wordt over opvoed- en opgroethema's. Info: Naima Chaabar 06-5598 5598, Ouarda.dib@hotmail.com

09.30 - 11.30 Taalcoaching Nederlands NT2
Taallessen Nederlands op niveau A2 tot en met B2. Info: 06-2131 7925, contact@taalontmoeting.nl

15.30 - 17.00 Kindercarroussel
Andere kinderen ontmoeten en samen ontdekken wat je leuk vindt en waar je talenten liggen. Aanmelden via www.bsgouda.nl, 0182-527101

15.30 - 17.00 Techniekclub (9+)
Onder begeleiding worden werkstukken gemaakt, voor jongens en meiden. Van Sept t/m mei. Info en aanmelden: www.techniekprojectgouda.nl, Techniekvrijwilligers@gmail.com

17.30 - 20.00 Wijkeethuis Dushi's Kitchen
Samen eten met buurtgenoten. Zie achterkant flyer voor meer informatie



DINSDAG

09.00 - 10.30 GLI Cool
Teveel gewicht? Leer gezond gedrag aan met het GLI gedragsveranderingsprogramma. Info: Cora Heppe info@happyenvitaal.nl of 06-2534 1617

09.30 - 11.30 Taalcoaching Nederlands NT2
Taallessen Nederlands op niveau A2 tot en met B2. Info: 06-2131 7925, contact@taalontmoeting.nl

13.00 - 14.00 Inlooppreekuur Sociaal Team
Voor alle vragen waar je in het dagelijks leven tegenaan loopt. Vrije inloop en op afspraak via: 088-9004321

13.30- 15.30 Prago baseducatie
Lessen in lezen, schrijven, rekenen en digitale vaardigheden voor mensen die langzamer leren. Info: Suzanne Vonk 06-4210 7741

14.00 - 16.00 Sjoeka
Kaartspellen en sjoelen 60+ Info: Alie van Eijdsen, 06-1603 5932 amj.riet@hotmail.com

15.30 - 17.00 Techniekclub (9+)
Onder begeleiding worden werkstukken gemaakt, voor jongens en meiden. Sept t/m mei. Info en aanmelden: www.techniekprojectgouda.nl, Techniekvrijwilligers@gmail.com

15.30 - 17.00 Kindercarroussel
Andere kinderen ontmoeten en samen ontdekken wat je leuk vindt en waar je talenten liggen? Aanmelden via www.bsgouda.nl 0182-527101

17.30 - 20.00 Wijkeethuis: Keuken Gouda West
Samen eten met buurtgenoten. Zie achterkant flyer voor meer informatie



WOENSDAG

09.00 - 12.00 Krijg De Kleertjes
Ruilochtend voor kinderkleding. Maat 50 t/m 176 Info: Roos Bonnier 06-2835 6276, Krijgdekleertjesgouda@gmail.com



09.30 - 11.30 Taalcoaching Nederlands NT2
Taallessen Nederlands op niveau A2 tot en met B2. Info: 06-2131 7925, contact@taalontmoeting.nl

13.00 - 15.30 Teken- en schilderclub
Lekker creatief met o.a. potlood houtskool en verf. Info: Marco IJsselsteijn, 06-3921 9644

13.30 - 15.30 Puur en gezond koken
Kennismaken met gezond eten en koken voor kinderen. Info: Brede School Gouda, 0182-527101, administratie@bsgouda.nl

13.30 - 14.30 + 15.30 - 16.30 KIES Kind In Een Scheiding
De KIES-groep ondersteunt kinderen (4-12 jaar) bij het omgaan met gevoelens rondom de scheiding van hun ouders. Info: Chantal van der Graaf, c.vandergraaf@kwadraad.nl

14.30 - 16.00 Wijktoneelclub De Walvis
Samen toneelspelen en verhalen maken voor kinderen 7-12 jaar. Meer info: Brede School Gouda 0182-527101 www.bsgouda.nl

15.30 - 17.30 Koken met Spaanse les
Samen lekker koken en spelenderwijs spaans leren. Info: Brede School Gouda 0182-527101 www.bsgouda.nl

15.30 - 17.30 Multi Culti Koor
Liedjes zingen in het Nederlands met nederlandstaligen en anderstaligen Info: Debby Jacksteit, 06-1916 2444, debbyola@hotmail.nl

17.30 - 20.00 Wijkeethuis: Samen eten
Zie achterkant flyer voor meer informatie



19.45 - 21.15 Repetitie StrijkVrij
Strijkensemble voor lichtgevorderden op (alt)viool, cello en contrabas. Info: Nelleke van Barneveld, 06-1619 5397, nelleke@vbarneveld.net

DONDERDAG

09.00 - 10.30 GLI Cool
Teveel gewicht? Leer gezond gedrag aan met het GLI gedragsveranderingsprogramma. Info: Cora Heppe info@happyenvitaal.nl of 06-2534 1617

09.30 - 11.30 Taalcoaching Nederlands NT2
Taallessen Nederlands op niveau A2 tot en met B2. Info: 06-2131 7925, contact@taalontmoeting.nl

09.30 - 12.00 Papierwinkel
Heb je vragen over een moeilijke brief, geld, regelingen of schulden? De papierwinkel kan je helpen. Maak een afspraak via 088-9004321

10.00 - 11.30 Digitaal oefencafé
Samen je digitale vaardigheden oefenen samen met andere beginners. Inclusief gratis koffie of thee! Info: 06-51829363, taalhuis@bibliotheekgouda.nl

10.30 - 11.30 Beweegloket Sport.Gouda
Wil je graag sporten, maar weet je niet waar, wat of hoe? De sportmakelaar kan je helpen! Info: 06-82394836 of sabine.slootweg@sportpuntgouda.nl

13.00 - 14.00 Inlooppreekuur Sociaal Team
Voor vragen waar je dagelijks tegenaan loopt. Vrije inloop en op afspraak via 088-9004321

13.00 - 17.00 Rijbewijskeuringen
Keuring nodig voor de verlenging van uw rijbewijs? Maak een afspraak. Info: 085-0602626, info@rijbewijskeuringofficieel.nl



17.30 - 20.00 Wijkeethuis PlantAardig Eten.
1e en 3e donderdag v.d. maand Zie achterkant flyer voor meer info



Foto door Lucas Nijenhuis

VRIJDAG

09.00 - 16.00 EHBO cursus
Op vrijdag of zaterdag, maandelijks Info: Michiel van Duijl, 06-3080 7038, info@veiligopmaat.nl

10.00 - 11.00 Inlooppreekuur Sociaal Team
Voor vragen waar je dagelijks tegenaan loopt. Vrije inloop en op afspraak via 088-9004321

17.30 - 19.30 Wijkeethuis: Thuisgevoel
Samen eten met buurtgenoten. Zie achterkant flyer voor meer info



20.00 - 22.00 Taalcafé
Wil je de Nederlandse taal (helpen) oefenen? Dat kan in het taalcafé. We bespreken allerlei onderwerpen op een gezellige manier. Meer info: Saïd Edrabla, 06-8171 4684

ZATERDAG

09.00 - 16.00 EHBO cursus
Op vrijdag of zaterdag, maandelijks Info: Michiel van Duijl, 06-3080 7038, info@veiligopmaat.nl

10.00 - 16.00 Met Liefde Kijken
'Opstellingen' helpen te zien hoe we makkelijker kunnen leven. Van september tot en met mei. Info: Jeanne Lendfers, 06-2164 8353, www.inne.nl

ZONDAG

17.30 - 19.30 Wijkeethuis Westerkoks
Heerlijk 3-gangen diner door koks uit de Westerkerk. Info: Marja: 06-4230 1210

