

## **ETEN voor (bijna) niets.** (Versie 07 november 2023)

			<i>waar</i>	<i>hoe laat</i>	<i>kosten</i>	<i>aanmelden</i>
<b>Zondag</b>	<b>Zuid</b>	iedere zondagmiddag	sociale eettafel Diny's Diner, Keerkringplein 40	vanaf 17.30 uur	€ 3,50	hoeft niet
	<b>Lombok</b>	iedere zondagmiddag	De Wijkplaats, Joh. Camphuysstraat 101 (einde Kanaalstraat rechts)	inloop 17.00 uur	gratis	hoeft niet
	<b>Kanalen-eiland</b>	1-e zondag van de maand	De Haven, Marco Pololaan 115	17.30 uur	gratis	
		elke zondag	Huis van Vrede Trumanlaan 70 - 72	11.00 uur Marokkaans ontbijt		
<b>Maandag</b>	<b>Binnenstad</b>	iedere maandagmorgen	Jacobikerk Sint Jacobsstraat 171 Straatpastoraat	vanaf 11.00 uur brunch met warme hap	gratis	niet nodig
		2-e en 4-e maandag van de maand (niet in juli en augustus)	Jacobikerk Sint Jacobsstraat 171	vanaf 17.30 uur welkom; 18.30 uur eten	5,-- U-pas € 2,50	06 45100541
		maandag	Buurtbuik, buurthuis Sterrenzicht, Keerkringplein 40	17.30 tot 19.00 uur	gratis	via website; niet verplicht
	<b>Lombok</b>	iedere maandag	Ubuntuhuis Vleutenseweg 172	lunchtijd	gratis	030 2680890

			<i>waar</i>	<i>hoe laat</i>	<i>kosten</i>	<i>aanmelden</i>
<b>Dinsdag</b>	<b>Overvecht</b>	iedere dinsdagmiddag	Huiskamer Overvecht - Bij Bosschardt Schooneggendreef 27 h	lunch van 12.00 tot 13.00	€ 2,--	
		iedere dinsdagmiddag	Esthers Smulhuis Ghanadreef 2a	lunch 12.30 tot 14.30 uur	€ 2,--	niet nodig
		iedere dinsdagavond	Esthers Smulhuis Ghanadreef 2a	17.30 tot 19.30 uur	€ 4,-- (contant of met U-pas)	niet nodig
	<b>Zuid</b>	dinsdag - vrijdag	Villa Vrede Wijnesteinlaan 4 (primair voor ongedocumenteerden)	brood, thee, koffie en op onregelmatige tijden wordt er gekookt	gratis	niet nodig
	<b>Lombok</b>	iedere maandag	Ubuntuhuis Vleutenseweg 172	lunchtijd	gratis	030 2680890
	<b>Kanalen- eiland</b>		Resto van Harte 3 Generatiecentrum Bernadottelaan 23	3 gangendiner inloop 17.30 uur en maaltijd om 18.00 uur	€ 7,-- / U-pas € 5, - of minder	0900 9003030 (ma - vrij tussen 9.00 en 12.30 uur)
		dinsdagmiddag	Huis van Vrede Trumanlaan 70- 72	lunch om 12.30 uur	gratis	
iedere dinsdagavond		Huis van Vrede Trumanlaan 70- 72	18.00 uur	gratis	06 29919248	

			<i>waar</i>	<i>hoe laat</i>	<i>kosten</i>	<i>aanmelden</i>
<b>Woensdag</b>	<b>Overvecht</b>	iedere woensdagmiddag	Huiskamer Overvecht - Bij Bosschardt Schooneggendreef 27 h	lunch van 12.00 tot 13.00	€ 2,--	
		iedere woensdag	Hanna's Herberg, Johannescentrum Moezeldreef 400 (ingang klokkentoren)	vanaf 17.30 uur	€ 3,50	06 426 069 89 of hannasherberg@gmail.com
	<b>Lombok</b>	iedere woensdagavond	Buurtbuik Buurthuis Rosa Malakkastraat 6	van 18.00 tot 19.00 uur	gratis	niet verplicht of via website
	<b>Kanaleneiland</b>	1-e woensdag van de maand	Huiskamer Kanaleneiland, Bij Bosschardt Marco Pololaan 115 - 117	inloop 17.00 uur		op de dag zelf: 06 306 748 36 (voor 15.00 uur)
		woensdagmiddag	Huis van Vrede Trumanlaan 70 - 72	lunch om 12.30 uur	€ 3,-- gratis	
	<b>Zuilen</b>	woensdagavond 1 keer per 2 weken: 22-11-2023, 6-12-2023 enz.	Roobol kapel Cornelis Roobolstraat 86	Roobol diner - Hollandse pot 17.00 tot 19.30 uur	3,--	uiterlijk maandagavond voor 20.00 uur: 06-23085870
		woensdagavond	Belle's Bistro, Ludgerusstraat 251	vanaf 17.30 uur	€ 3,50	hoeft niet

			<i>waar</i>	<i>hoe laat</i>	<i>kosten</i>	<i>aanmelden</i>
<b>Donderdag</b>	<b>Overvecht</b>	iedere donderdagmiddag	Huiskamer Overvecht - Bij Bosshardt Schooneggedreef 27 h	lunch van 12.00 tot 13.00	€ 2,--	
		iedere donderdagmiddag	Esthers Smulhuis Ghanadreef 2a	lunch 12.30 tot 14.30 uur	€ 2,--	
		iedere donderdag	Hanna's Herberg, Johannescentrum Moezeldreef 400 (ingang klokkentoren)	vanaf 17.30 uur	€ 3,50	06 426 069 89 of hannasherberg@gmail.com
	<b>Kanalen-eiland</b>	donderdagmiddag	Huis van Vrede Trumanlaan 70 - 72	lunch om 12.30 uur	gratis	

			<i>waar</i>	<i>hoe laat</i>	<i>kosten</i>	<i>aanmelden</i>
<b>Vrijdag</b>	<b>Leidsche Rijn</b>		Resto van Harte Buurtcentrum Bij de burens Eerste oosterparklaan 76	3 gangendiner inloop 17.30 uur en maaltijd om 18.00 uur	€ 7,-- / U-pas € 5, - of minder	0900 9003030 (ma - vrij tussen 9.00 en 12.30 uur)
<b>Zaterdag</b>	<b>Leidsche Rijn</b>	zaterdagmiddag	Kerk aan het Lint	lunch met soep inloop vanaf 12.00 uur en lunch om 12.30 uur	gratis	<a href="mailto:Zaterdaglunch@rijnwaarde.nl">Zaterdaglunch@rijnwaarde.nl</a>
	<b>Oost</b>	zaterdag 17 februari, 16 maart, 20 april, 18 mei en 15 juni 2024	Wilhelminakerk Hobbemastraat 35	inloop vanaf 16.00 uur, eten om 17.30 uur	gratis	

## Gratis etenswaren

### [Voedselbank Utrecht](#)

De Voedselbank streeft ernaar wekelijks gezond en gevarieerd gratis eten te geven aan mensen, die daarvoor niet genoeg geld hebben. In Utrecht zijn er tien uitgiftepunten verspreid door de stad. Deze voedselbanken bieden daarnaast sociaal juridische ondersteuning. Dit gebeurt doorgaans tijdens de uitgiftemomenten.

### [Al Amal](#)

Onder de noemer 'voedselpakketten uit het hart' geven stichting Al Amal en stichting Al Yatiem iedere twee weken levensmiddelen aan gezinnen weg. Het betreft een initiatief voor en door bewoners. De voedselpakketten zijn bedoeld als een tijdelijk vangnet. Contact Yasmina Youjil, tel. 06 40773178

### [Weggeefwinkel,](#)

Buiten bij de weggeefwinkel aan de 2<sup>e</sup> Daalsedijk 2a staat een koelkast. Die is altijd open voor iedereen. U kunt er voedsel in achterlaten, dat u teveel heeft. Zo wordt dit gedeeld met anderen die weinig of niets hebben.

### [Steunpakket ouderen](#)

Het Armoedefonds biedt kwetsbare ouderen via lokale hulporganisatie een steunpakketje aan. Dit 'Ik denk aan jou'-pakket is o.a. gevuld met een boodschappenkaart voor voedings-, hygiëne- en verzorgingsproducten. Naast de kaart bevat het steunpakket een aantal items om hen een hart onder de riem te steken.

**Eten in combinatie met slaapplek:**

- De NOIZ (nachtopvang in zelfbeheer) Keulsekade 37, inbellen via 030-2517280
- Tussenvoorziening (eerder slaap-inn), Jansveld 51, inbellen 030 - 2340819
- Tussenvoorziening Adriaanstraat 26
- De Sleep Inn i.s.m. het Smulhuis (inbellen via 030-2315326)
- De Stadsbrug tot nader order
- De Toevlucht (specifiek voor mannen zonder papieren en via het aanmeldloket)
- Leger des Heils: bel met Laag Drempelige Opvang (LDO) in de Oudwijkerveldstraat (030-2513604) voor langere trajecten of met team Herstel (Backup voor senioren, Nw. Gracht 92: 030-2306036) voor kortdurende opvang.

*De gegevens in dit document zijn samengesteld op basis van bij Omduw bekende informatie. Als er iets ontbreekt of onjuist is vermeld dan horen we dat graag, bij voorkeur per e-mail: [omduwutrecht@gmail.com](mailto:omduwutrecht@gmail.com) . Op die manier kunnen we deze lijst actueel houden.*