

MAKE SPACE – Jongerenruimte in Oost

MAKE SPACE in het Nelson Mandela Centrum is de nieuwe jongerenruimte. Met workshops, activiteiten en meer voor jongeren van 12-30 jaar!

Benieuwd naar wat er te doen is? Check @makespace.gouda op Instagram. Wil jij zelf iets organiseren en zoek je nog space? Neem contact op met Myke m.klijn@kwadraad.nl



Schuif aan voor een gezellig praatje met een buurtgenoot en gratis koffie of thee.

Elke donderdag van 10.30-11.30



Koken voor je buurt? Samen eten met je wijk?

Kom bij het wijkkeethuis! Elke week wordt er samen gekookt en gegeten met buurtgenoten.

Wij zoeken mensen die willen helpen met de boodschappen, tafels dekken, gasten ontvangen, afwassen, financiën beheren en natuurlijk koken!

Vind jij het leuk om mee te helpen en natuurlijk gezellig mee te eten?

Neem contact op met Brenda via b.schram@kwadraad.nl of 06-11316599.

versie 2026-1

Nelson's CreaCafé



Hou je van haken, breien of handwerken en een gezellig praatje? Kom naar ons CreaCafé.

Elke dinsdag van 13.30-15.30 uur.



Niet genoeg geld voor menstruatieproducten?



Neem bij het Nelson Mandela Centrum GRATIS maandverband of tampons mee!

Kwadraad
maatschappelijk werk



VOEDSELBANKEN.NL

Gouda en omstreken

Voedselinzamelpunt

GEZOND & LEKKER LUNCHEN

Behalve 1e dinsdag van de maand

IEDERE DINSDAG

12:00-14:00 UUR



MANDELA'S TAFEL
De smaak van samen

IEDERE WEEK EEN ANDER MENU!

CONTANT BETALEN!

Reserveer uiterlijk op maandag:

MANDELASTAFEL@GMAIL.COM

Kom bij ons team!

Wil jij je inzetten voor de buurt en lijkt het je leuk om gastheer of gastvrouw van ons ontmoetingscentrum te zijn?

Of wil je helpen met de organisatie van een activiteit zoals het wijkfeest of koken?

Loop eens binnen of neem contact op met Brenda via b.schram@kwadraad.nl

ACTIVITEITEN

Nelson Mandela Centrum 2026

Het ontmoetingscentrum van en voor iedereen in Gouda-Oost met leuke en nuttige activiteiten voor alle leeftijden!



Wist je dat...

je doordeweeks bij ons met een gratis kop koffie de krant kunt lezen, een praatje kan maken of kunt studeren?



NELSON MANDELA CENTRUM

Bernadottelaan 79, 2806 JM Gouda
open ma t/m vr van 9.00-17.00



088 - 900 4000
NelsonMandelaCentrum

MAANDAG

09.00-11.00 Spel om de Hoek
Ontmoeten, spelen en leren voor
peuters (0-4 jr) en (groot)ouders.
Info: www.bsgouda.nl

09.00-11.30 NT2 Taallessen
Wil jij je Nederlands verbeteren?
Info: www.taalontmoeting.nl
contact@taalontmoeting.nl / 06-21317925

09.30-11.30 De Papierwinkel
Voor vragen over een brief die je niet
begrijpt, geld, regelingen of schulden.
Info of afspraak maken: 088-9004321 /
info@sociaalteamgouda.nl

**10.00-11.00 Inloopspreekuur
Sociaal Team**
Voor vragen over geld, werk, je relatie,
gezin, opvoeden en opgroeien, zorg,
wonen, mantelzorg, dagbesteding en
gezondheid.
Info of afspraak maken: 088-9004321 /
info@sociaalteamgouda.nl

15.00-17.00 Huiswerkbegeleiding
Voor basis- en middelbare
school leerlingen.
Info: www.steunpuntoog.nl /
06-12946201

15.00-17.00 Kinderbibliotheek
Medewerker aanwezig
Info: www.bibliotheekgouda.nl

20.00-22.00 Gouds Muziektheater
Zingen, toneel en gezelligheid.
Info: www.goudsmuziektheater.nl/
goudsmuziektheater1973@gmail.com



DINSDAG

09.00-10.00 CJG Moederkracht
Bijeenkomst voor anderstalige
moeders met jonge kinderen (0-4jr).
Kinderen mogen mee. Info:
www.cjggouda.nl/cursussen/Moederkracht

09.00-12.00 Krijgdekleertjes
Kinderkleding ruilen. Info:
krijgdekleertjesgouda@gmail.com /
06-28356276

**09.00-12.00 NT2 Conversatie voor
beginners**
Wil jij je Nederlands verbeteren?
Info: www.taalontmoeting.nl
contact@taalontmoeting.nl / 06-21317925

10.00-12.00 Bieb voor de kleintjes 0-4jr
Om 10:30u lezen we voor.
Info: www.bibliotheekgouda.nl

10.30-11.30 Yogales voor senioren
Info: www.yogametlies.nl / 06-17350809

12.00-13.00 Beweegloket SPORT•GOUDA
Voor alle vragen over het sporten en
bewegen. Info:
Justin.vat@sportpuntgouda.nl

12.00-14.00 Mandela's Tafel
Lekker en gezond lunchen voor een
kleine prijs. Uiterlijk maandag
aanmelden: mandelastafel@gmail.com

**13.00-14.00 Inloopspreekuur
Sociaal Team**
Voor vragen over geld, werk, je relatie,
gezin, opvoeden en opgroeien, zorg,
wonen, mantelzorg, dagbesteding en
gezondheid.
Info of afspraak maken: 088-9004321/
info@sociaalteamgouda.nl

13.30-15.30 Nelson's CreaCafé
Samen handwerken, koffie drinken en
kletsen. Vrijblijvend, geen les.
Info: Brenda.b.schram@kwadraad.nl

15.00-17.00 Huiswerkbegeleiding
Voor basis- en middelbare school.
Info: www.steunpuntoog.nl / 06-
2946201

19.00-20.30 Techniekclub 9+ groep
Info: www.techniekprojectgouda.nl

**19.30-22.00 Teken- en schilderclub
"De Goudse Streek"**
Samen ongedwongen schilderen en
tekenen. Info: www.degoudsestreek.nl /
06-12546688 of 06-43216067

WOENSDAG

09.00-11.00 NT2 Conversatieles
Wil jij je Nederlands verbeteren?
Info: www.taalontmoeting.nl
contact@taalontmoeting.nl / 06-21317925

**09.30-15.30 teken- en schilderclub
"De Goudse Streek"**
Samen ongedwongen schilderen en
tekenen. Info: www.degoudsestreek.nl /
06-12546688 of 06-43216067

**10.00-11.00 Koffieochtend
voor vrouwen**
Info: www.steunpuntoog.nl / 06-12946201

**12.00-14.00 Sociaal spreekuur en
computerles voor vrouwen**
Info: www.steunpuntoog.nl / 06-12946201

13.30-15.00 Techniekclub 9+
Info: www.techniekprojectgouda.nl

14:30-15:30 Zingen & Swingen
groep 1, 2 & 3 Info: www.bsgouda.nl

15.00-17.00 Kinderbibliotheek
Boeken lenen en inleveren, medewerker
aanwezig. Info: www.bibliotheekgouda.nl

15.00-17.00 Huiswerkbegeleiding
Voor basis- en middelbare school.
Info: www.steunpuntoog.nl / 06-2946201

**15:30-17:30 Kindercarrousel thema
Chillclub groep 4, 5 & 6**
Andere kinderen ontmoeten en samen
chillen. Info: www.bsgouda.nl

15.30-16.30 Voorleesexpres 4+
Voorlezen in de bieb.

15.30-17.00 Techniekclub 9+
Info: www.techniekprojectgouda.nl

**16.00-17.00 Inloopspreekuur
Sociaal Team**
Voor vragen over geld, werk, je relatie,
gezin, opvoeden en opgroeien, zorg,
wonen, mantelzorg, dagbesteding en
gezondheid.
Info of afspraak maken: 088-9004321/
info@sociaalteamgouda.nl

17.30-19.30 Wijkeethuis
Gezellig eten met buurtbewoners.
Info en aanmelden via Ali:
06-15201704

20.00-22.00 Kamerkoor Coro d'Oro
Kamerkoor, klassieke muziek
Info: www.corodoro.nl/06-39611731

DONDERDAG

09.00-11.30 NT2 Taallessen
Info: www.taalontmoeting.nl
contact@taalontmoeting.nl / 06-21317925

10.00-11.00 Sentire inloop
Steunpunt voor leven met en
na kanker. Voor een gesprek,
een luisterend oor of gewoon een
moment van rust.
Info: info@sentire.pro / 06-1766 3082

10.30-11.30 Koffietijd!
Voor iedereen een gratis kopje koffie of
thee en een gezellig babbeltje (inloop).

12.00-13.30 Sport voor vrouwen
Info: Rachida Chabani 06-39392793

13.00-15.00 Het OOG van de naald
Naailes voor vrouwen.
Info: www.steunpuntoog.nl / 06-12946201

**13.00-14.00 Inloopspreekuur
Sociaal Team**
Voor vragen over geld, werk, je relatie,
gezin, opvoeden en opgroeien,
zorg, wonen, mantelzorg, dagbesteding en
gezondheid.
Info of afspraak maken: 088-9004321/
info@sociaalteamgouda.nl

15.00-17.00 Huiswerkbegeleiding
Voor basis- en middelbare school.
Info: www.steunpuntoog.nl / 06-12946201

16.00-18.00 Her space - 14 t/m 18 jaar
Inloop voor meiden waar je jezelf mag zijn.
info: 0657254078 sanne.vandijk@gro-up.nl.

**19.30-22.00 Teken en schilderclub
"de Goudse streek"**
Samen ongedwongen schilderen en
tekenen. Info & aanmelden:
www.degoudsestreek.nl / 06-12546688 of
06-43216067

19.30 - 21.00 Spelletjesavond
Leuke avond met diverse spellen,
voor en door buurtbewoners.
Info: emmadijkstra3@gmail.com

19.30-20.30 Yogales
Info: www.yogametlies.nl / 06-17350809

VRIJDAG

09.00-11.30 NT2 Taallessen
Wil jij je Nederlands verbeteren?
Info: www.taalontmoeting.nl
contact@taalontmoeting.nl/ 06-21317925

09.30-11.30 De Papierwinkel
Voor vragen over een brief die je
niet begrijpt, geld, regelingen
of schulden. Info of afspraak maken:
088-9004321/ info@sociaalteamgouda.nl

09.30-11.30 Het OOG van de naald
Naailes voor vrouwen. Info:
www.steunpuntoog.nl / 06-12946201

**14.00-16.00 Low Key Country
linedancers** Linedancing, plezier voor
iedereen. Info: 06-21565077

15.00-17.00 Kinderbibliotheek
medewerker aanwezig
Info: bibliotheekgouda.nl

15.00-17.00 Huiswerkbegeleiding
Voor basis- en middelbare school.
Info: www.steunpuntoog.nl / 06-
12946201

ZATERDAG

**9.30-14.30 Teken- en schilderclub
"De Goudse Streek"**
Workshops olv een docent. Info &
aanmelden: www.degoudsestreek.nl /
06-12546688 of 06-43216067

13.00-17.00 Kinderactiviteiten
Leuke activiteiten voor kinderen.
Info: Somalische Stichting Warsan,
Abdulqadir Mohamed 06-11183520

ZONDAG

10.00-12.00 Kinderactiviteiten
Leuke activiteiten en arabische taal voor
kinderen.
Info: Mimoun Talbi 06-40078218

12.00-15.00 Turkse les voor kinderen
Leuke activiteiten en turkse taal voor
kinderen (6+). info & aanmelden:
groenetulpgouda@gmail.com

13.00-17.00 Kinderactiviteiten
Leuke activiteiten voor kinderen.
Info: Somalische Stichting Warsan,
Abdulqadir Mohamed 06-11183520