



Gepubliceerd op Hulpwijzer Rijswijk 18-06-2021 19:19 (<https://www.hulpwijzerrijswijk.nl>)

[Hulpwijzer Rijswijk](#) > [Wonen en huishouden](#) > [Zelfstandig \(blijven\) wonen](#) > Koken

Wilt u zelf blijven koken?

Er zijn veel verschillende keukenhulpmiddelen die het koken makkelijker kunnen maken. Kijk bijvoorbeeld op de Hulpmiddelenwijzer van Vilans.

Vraag op de dagen dat het tegenzit of iemand uit uw omgeving voor of met u wil koken. Vaak zijn vrienden, familieleden, burens of bekenden bereid om u een handje te helpen. U kunt ook gezonde kant-en-klaar-maaltijden kopen in de supermarkt.

Of zoek iemand op de website Hulp in je buurt. Bent u ouder dan 55 jaar? Neem dan contact op met Welzijn Rijswijk en vraag naar de maaltijdservice.

Hulp in je buurt

www.hulpinjebuurt.nl

Maaltijdservice Welzijn Rijswijk

Telefonisch bereikbaar op werkdagen van 9.00 - 13.00 uur.

[070 757 92 00](tel:0707579200)

maaltijden@welzijn-rijswijk.nl

www.welzijn-rijswijk.nl/maaltijdvoorzieningen

Hulpmiddelenwijzer - koken

www.hulpmiddelenwijzer.nl/koken

Is er niemand die voor u kan koken?

U kunt gebruikmaken van een maaltijdservice. Met een magnetron heeft u in een handomdraai een gezonde warme maaltijd op tafel. Of kijk eens op de website Thuisgekookt. Op deze website bieden mensen maaltijden aan die u kunt ophalen. Soms betaalt u een klein bedrag en soms is het gratis. U kunt ook kiezen voor maaltijden op een vaste dag per week of thuisbezorgen.

U bestelt een maaltijdservice bij Apetito, Welzijn Rijswijk, Rivas of Versmarkt VreeburgThuis. Heeft u een Ooievaarspas? U krijgt dan korting op de maaltijdservice via Welzijn Rijswijk. Vraag Welzijn Rijswijk ook naar de Open Eettafel in wijkcentrum Stervoorde of in wijkcentrum Oude Raadhuis. U eet dan samen met andere mensen. De kosten zijn 5 euro per maaltijd.

Bij Resto VanHarte in Rijswijk kunnen (buurt)bewoners elkaar ontmoeten en samen genieten van een betaalbaar, goed en gezond driegangendiner. Met een Ooievaarspas krijgt u korting. Iedereen is welkom om te komen eten.

Versmarkt Vreeburg

070 320 42 52

www.versmarktvreensburg.nl

Maaltijdservice Welzijn Rijswijk

Telefonisch bereikbaar op werkdagen van 9.00 - 13.00 uur.

070 757 92 00

maaltijden@welzijn-rijswijk.nl

www.welzijn-rijswijk.nl/maaltijdvoorzieningen

Resto VanHarte Rijswijk

Openingstijden: elke dinsdag van 17.30 - 20.00 uur

U betaalt €7,- zonder Ooievaarspas en €3,50 met Ooievaarspas.

Van Vredenburgplantsoen 1

2282 SK Rijswijk

info@restovanharte.nl

www.restovanharte/rijswijk

Thuisgekookt

Voor mensen die extra ondersteuning bij de avondmaaltijd kunnen gebruiken omdat ze in een lastige situatie zitten.

[06 83 44 71 97](tel:0683447197)

info@thuisgekookt.nl

www.thuisgekookt.nl

Apetito

Maaltijden aan huis

Telefonisch bereikbaar: ma t/m vr 8.00 - 18.00 uur.

Postbus 136

7590 AC Denekamp

[0800 - 023 29 75](tel:08000232975)

info@apetito.nl

www.apetito.nl

Rivas zorglijn

[0900 84 40](tel:09008440)

zorglijn@rivas.nl

www.rivas.nl

Wilt u met andere mensen eten?

Woonzorgcentrum Steenvoorde heeft een Grand Café waar u kunt aanschuiven.

Welzijn Rijswijk heeft een paar keer per maand een Open Eettafel. Dit is in wijkcentrum Stervoorde of in wijkcentrum Het Oude Raadhuis. Een maaltijd kost 5 euro. Neem contact op met Welzijn Rijswijk om u aan te melden.

De Nieuwe Kerk Rijswijk organiseert 3 of 4 keer per jaar Samen Eten Café. Voor 5 euro kunt u mee-eten. Kijk op de website voor meer informatie.

Resto VanHarte Rijswijk organiseert wekelijks een betaalbaar driegangendiner voor 7 euro. Kijk op de website voor meer informatie.

In restaurant Onderwatershof kunt u ook voor een kleine prijs eten. Neem contact op voor openingstijden.

Woonzorgcentrum Steenvoorde

Generaal Spoorlaan 62

2285 CH Rijswijk

[070 754 22 22](tel:0707542222)

info@florence.nl

www.florence.nl/steenvoorde

Wijkcentrum Stervoorde

Dr. H.J. van Mooklaan 1

2286 BA Rijswijk

[070 757 92 00](tel:0707579200)

www.welzijn-rijswijk.nl/wijkcentra

Wijkcentrum Het Oude Raadhuis

Laan Hofrust 4

2282 AL Rijswijk

www.welzijn-rijswijk.nl/wijkcentra

Welzijn Rijswijk

Met de kracht van samen. Iedereen telt mee.

Biedt inwoners van Rijswijk: mantelzorgondersteuning, seniorenadvies, diverse seniorendiensten, sociaal werk volwassenen en jeugd, hulp aan statushouders, taalondersteuning, buurtbemiddeling, ondersteuning bij het vinden en binden van vrijwilligers en bij het vinden van vrijwilligerswerk, (ondersteuning bij) activiteiten voor jong tot oud.

Dr. H.J. van Mooklaan 1

2286 BA Rijswijk

[070 757 92 00](tel:0707579200)

info@welzijn-rijswijk.nl

www.welzijn-rijswijk.nl

Protestantse Gemeente Rijswijk

Steenvoordelaan 364

2284 EH Rijswijk

[070 393 00 15](tel:0703930015)

info@pgrijswijk.nl

www.pgrijswijk.nl

Resto VanHarte Rijswijk

Openingstijden: elke dinsdag van 17.30 - 20.00 uur

U betaalt €7,- zonder Ooievaarspas en €3,50 met Ooievaarspas.

Van Vredenburgplantsoen 1

2282 SK Rijswijk

info@restovanharte.nl

www.restovanharte/rijswijk

Cardia - locatie Onderwatershof

Cardia is een christelijke ouderenzorgorganisatie in de regio Haaglanden waaronder Rijswijk en is kleinschalig georganiseerd.

Van Vredenburgweg 26

2282 SH Rijswijk

[070 80 08 888](tel:0708008888)

klantenbureau@cardia.nl

www.cardia.nl

Hulpwijzer is ontwikkeld in opdracht van de [gemeente Rijswijk](#) in samenwerking met vele organisaties en instellingen.

[Over Hulpwijzer Rijswijk](#)
