

DigiGids Utrecht

Uitgave 2025/2026

Meer doen met computer,
telefoon, of internet?
Kijk wat bij jou past.



Inhoud

**3 Inlooppreekuren
en persoonlijke hulp**

**7 Zelf oefenen
en workshops**

11 Cursussen



Hoe krijg je hulp?

In deze DigiGids lees je hoe je geholpen kan worden met jouw vragen over computer, telefoon of internet.

- Er zijn gratis **inloopspreekuren**, waar iemand klaarzit om je te helpen met jouw vraag.
- Je kan ook een **cursus** of **workshop** volgen om beter te leren werken met de computer, tablet of telefoon.
- En op sommige plekken kan je **zelf oefenen** met begeleiding.

De activiteiten zijn in de bibliotheek, in buurthuizen of online. Er zijn ook vrijwilligers die bij je thuis kunnen komen helpen. Er is altijd iets bij jou in de buurt.

Heb je hulp nodig met kiezen?

Bel naar 030 – 878 15 35 voor meer informatie.

Zij helpen je de juiste cursus of activiteit te vinden.

Inloopspreekuren en persoonlijke hulp

Inloopspreekuur digitaal

DigiWijs

Hier kan je vragen stellen over jouw computer, telefoon of internet. DigiWijs helpt je stap voor stap. Ook kan je tijdens het spreekuur zelf oefenen op de computer of met je telefoon.

- € Gratis
- 📍 Verschillende bibliotheken en buurthuizen in Utrecht
- 📞 030 – 878 15 35
- ✉ digiwijs@wij30.nl
- 🌐 www.digiwijs30.nl

Digitale Buddies bij u thuis (55+)

GeluksBV

Wil je leren beeldbellen, of een afspraak maken op internet, maar lukt het niet om naar een locatie te gaan? Dan komen twee studenten van de Hogeschool Utrecht graag bij je thuis.

- € Gratis
- 📍 Bij jou thuis
- 📞 06 – 104 845 64
- ✉ digitalebuddies@geluksbv.nl
- 🌐 www.geluksbv.nl

Inloopspreekuur overheid

Bibliotheek Utrecht

Heb je vragen over DigiD, toeslagen of brieven van de overheid en de gemeente? Kom dan naar het overheid spreekuur in de bibliotheek. De bibliotheek helpt je met het invullen van formulieren of met het gebruiken van websites van de overheid.

- € Gratis
- 📍 Verschillende bibliotheken in Utrecht
- 📞 030 – 286 18 00
- ✉ digitaalmeedoen@bibliotheekutrecht.nl
- 🌐 www.bibliotheekutrecht.nl/informatiepunt

Digitale Bruisplekken

Buren voor Buren

Stel vragen over je computer, tablet of telefoon. Je kan er ook een cursus volgen. Kan je niet naar de locatie komen? Dan is soms hulp aan huis mogelijk.

- € Gratis
- 📍 Buurtcentrum De Schakel
Vleuten (maandagochtend),
Bibliotheek De Meern
(dinsdagmiddag)
- 📞 030 – 677 31 31 (tussen 9.00
en 11.00 uur)
- ✉ info@burenvoorburen.info
- 🌐 www.burenvoorburen.info

Digimaatjes

De Tussenvoorziening

Digimaatjes zijn er voor mensen met een (psychische) kwetsbaarheid die digitaal vaardiger willen worden.

Een digimaatje helpt je stap voor stap. Jij kiest wat je wilt leren en in welk tempo. Samen oefenen jullie tot je je zekerder voelt. Een digimaatje helpt je een halfjaar lang, 1 keer per week of om de week.

Je kan bijvoorbeeld leren:

- e-mailen
- iets opzoeken op internet
- DigiD gebruiken
- veilig internetten

- € Gratis
- 📍 Verschillende wijken
in Utrecht
- 📞 06 – 383 245 64
- ✉ maatjes@tussenvoorziening.nl

**Al deze
activiteiten
zijn gratis!**

In gesprek met

Gré woont in Lunetten en heeft een druk sociaal leven. Zo doet ze elke week vrijwilligerswerk en zingt ze in een koor. Haar dagen zijn gevuld, maar soms loopt ze tegen iets digitaals aan waar ze niet uitkomt. Voor dat soort vragen gaat ze naar Bibliotheek Hoograven.

Gewoon binnenlopen

Computers waren nooit haar sterkste kant. "Ik was altijd een beetje angstig voor die dingen", bekent ze. "Dan dacht ik: als ik hierop druk, wat gebeurt er dan?" Ze volgde een computer-cursus in de bibliotheek en leerde zo de basis. Sindsdien heeft ze vooral veel baat bij het spreekuur dat iedere dinsdagochtend in de Bieb wordt gehouden. "Lisandro is een en al hulpvaardigheid", vertelt Gré over de medewerker die dan altijd klaarstaat voor vragen. "Je vraagt iets, en hij lost het meteen voor je op." Geen gedoe met afspraken maken. Gewoon binnenlopen als je ergens niet uitkomt.

Van hulp krijgen naar hulp geven

Die laagdrempelige hulp gaf Gré meer zelfvertrouwen. Ze begon meer dingen zelf te proberen. "Ik durf denk

ik wat meer." Inmiddels weet ze hoe ze mappen kan maken, e-mails kan printen en met haar mobiel kan mailen. Voor haar hele handige dingen. En soms helpt ze nu anderen met hun digitale vragen. "Simpele dingetjes in mijn ogen, maar dan heb ik toch weer geholpen."

Gewoon gaan als je iets niet weet

Anderen raadt ze aan om ook naar de bibliotheek te gaan met hun digitale vragen. "Ik zou het zeker aanraden als ze iets willen weten over hun telefoon, tablet of computer. Dan zeg ik: probeer het eens bij de bibliotheek." Voor Gré is de redenering helder. Waarom blijven tobben als er mensen klaarstaan om te helpen? "Als iemand er niet veel vanaf weet, dan moet je gewoon gaan."



**'Bij het
inlooppreekuur
kan ik altijd terecht
met mijn vragen'**

Gré, 78 jaar

Zelf oefenen en workshops

Workshop Digitaal

Bibliotheek Utrecht
en DigiWijs

Volg elke maand een gratis workshop over een digitaal onderwerp in de bibliotheek. Zo maak je stap voor stap kennis met digitale ontwikkelingen. Je leert in je eigen tempo, je oefent meteen mee met je telefoon of ander apparaat. Elke maand is het thema anders en leer je weer iets nieuws. Bijvoorbeeld over AI en ChatGPT, leuke apps of veilig online. Je hoeft je niet vooraf aan te melden, maar dat is wel handig.

- € Gratis
- 📍 Bibliotheek Kanaleneiland,
Bibliotheek Overvecht,
Bibliotheek Leidsche Rijn
Centrum
- 📞 030 – 286 18 00
- ✉ digitaalmeedoen
@bibliotheekutrecht.nl
- 🌐 www.bibliotheekutrecht.nl

Digicafé

Bibliotheek Utrecht

Bij het Digicafé krijg je uitleg over een onderwerp en praat je er met elkaar over. Elke maand is er een nieuw onderwerp die we met elkaar bespreken. Je kan vragen stellen en samen leren. Aanmelden is niet nodig.

- € Gratis
- 📍 Bibliotheek Hoograven,
Bibliotheek Kanaleneiland,
Bibliotheek Overvecht
- 📞 030 – 286 18 00
- ✉ digitaalmeedoen@
bibliotheekutrecht.nl
- 🌐 www.bibliotheekutrecht.nl

**Al deze
activiteiten
zijn gratis!**

Oefenpleinen

Bibliotheek Utrecht

Wil je zelf oefenen met de computer of internet? Op het Oefenplein in de bibliotheek kan je oefenen op een computer. Er zijn websites en programma's waarmee je stap voor stap leert. Twee keer per week is er iemand aanwezig om je te helpen.

- € Gratis
- 📍 Bibliotheek Overvecht, Kanaleneiland en Hoograven
- 🌐 www.bibliotheekutrecht.nl

Welkom Online Workshop voor 65+ Nationaal Ouderenfonds

De workshops worden georganiseerd door het Nationaal Ouderenfonds samen met partners en begeleid door getrainde vrijwilligers.

Je oefent met dingen zoals routes opzoeken, boodschappen doen en beeldbellen. Je mag zelf kiezen over welk thema je iets wil leren.

De workshops zijn praktisch en gezellig, met veel ruimte voor vragen. Elke bijeenkomst duurt 1,5 uur. Er wordt geoefend op jouw eigen laptop, tablet of telefoon.

- € Gratis
- 📍 Door heel Nederland, zo is er altijd een locatie vlakbij
- ☎ 088 – 344 20 00
- ✉ info@ouderenfonds.nl
- 🌐 www.welkomonline.nl

In gesprek met

Zefaniëlle straalt als ze vertelt over haar certificaten van DigiWijs. De moeder van twee kinderen uit het centrum van Utrecht heeft zowel cursus B als C afgerond. "Ik kan nu met trots achter een computer zitten en bijna alles zelf doen. Daar ben ik heel blij mee".

Zelf op zoek gegaan

Het begon met nieuwsgierigheid. Zefaniëlle wilde zich verdiepen in computers en internet, pakte haar telefoon en ging googelen. Zo vond ze DigiWijs. "Ik moest een formulier invullen en zij zouden contact opnemen met mij", vertelt ze. Na een intakegesprek bij DigiWijs bleek ze geschikt voor de cursus B.

Ze waardeert vooral de persoonlijke begeleiding. "De docenten hadden altijd een luisterend oor. Dat vond ik heel top." Ook het contact met andere cursisten beviel haar goed. "In de cursus C waren de deelnemers heel open en hielpen we elkaar. We vroegen elkaar dingen als 'Heb je dit al gedaan?' of 'Hoe moet je het doen?' Er waren meestal twee docenten, dus wanneer zij allebei bezig waren, konden wij elkaar helpen."

Stap voor stap leren

Tijdens de cursussen leerde Zefaniëlle veel nieuwe vaardigheden. "Het maken van mappen en submappen, de snelle toetscombinaties voor kopiëren en plakken. Dat waren echt die basisdingen", legt ze uit. Maar ook moeilijkere onderwerpen kwamen uitgebreid aan bod. "Online veiligheid bijvoorbeeld. Hoe zorg je ervoor dat je extra veilig kunt werken op een computer en waar je op moet letten bij hackers. De docenten legden dit allemaal heel goed uit."

Anderen inspireren

Zefaniëlle's verhaal over de computer-cursus inspireert ook haar omgeving. Zo vroeg een tante uit Amsterdam of daar ook dit soort cursussen zijn. "Dat vond ik leuk om te horen." Haar boodschap voor mensen zonder computerervaring is helder: "Probeer het gewoon. Je zult er heel erg van genieten en trots zijn dat je zo veel meer zelf kunt op de computer. Dat ik er nu gewoon zelfstandig en vertrouwd op kan werken geeft me een heel goed gevoel!"

A woman with dark hair and a warm smile is the central figure. She is wearing a light green short-sleeved shirt with a dark leopard print pattern and blue jeans. Her right hand is on her hip, and her left hand is at her side. She is wearing a gold chain necklace with a circular pendant and a black leather watch on her left wrist. The background is a blurred library or bookstore with bookshelves and a computer monitor. The entire image is framed by a teal border with rounded corners.

**'Door de
computercursus
ben ik veel
zelfstandiger
op de computer'**

Zefaniëlle, 35 jaar

Cursussen

Cursus computer of iPad

Buren voor Buren

Er is altijd een cursus die bij je past. Er zijn verschillende niveaus: voor beginners en voor mensen die al wat meer weten. Vooraf heb je een gesprek met de docent om te kijken welke cursus bij jou past.

Er zijn 4 verschillende cursussen. Je krijgt 10 lessen van 2,5 uur, in een kleine groep van maximaal 8 mensen. Je oefent ook thuis.

- € € 25,- voor 10 lessen + € 15,- lesmateriaal. Je kan betalen met je U-pas
- 📍 Buurtcentra in Vleuten-De Meern, zoals De Schakel en De Pijler
- 📞 030 – 677 31 31 (maandag t/m vrijdag, 9.00 – 11.00 uur)

Computercursus

DigiWijs

Wil je leren e-mailen, iets opzoeken op internet of beter werken met de computer? DigiWijs geeft cursussen van 10 weken.

Cursussen

- **Start Digitaal**
Voor mensen die ook hun Nederlands willen verbeteren.
- **Cursus A – De Basis**
Leren werken met muis, toetsenbord, documenten en internet.
- **Cursus B – De Verdieping**
E-mailen, bijlagen versturen, werken met Google Drive, Maps en YouTube.
- **Cursus C – Het Vervolg**
Oefenen met onderwerpen die jij belangrijk vindt, zoals internet.
- **Omgaan met Smartphone en Tablet**

- € € 26,-. Je kan betalen met je U-pas
- 📍 Verschillende wijken in Utrecht
- 📞 030 – 878 15 35
- ✉ digiwijs@wij30.nl
- 🌐 www.digiwijs30.nl

Themacursussen

DigiWijs

DigiWijs geeft verschillende thema cursussen. Dat is een speciale cursus over één onderwerp.

- **Start E-Overheid (3 bijeenkomsten)**

Je leert de basis die je nodig hebt om online zaken met de overheid te doen.

- **E-Overheid (4 bijeenkomsten)**

Je leert stap voor stap hoe je zelf online zaken regelt met de overheid. Bijvoorbeeld: inloggen met DigiD, een paspoort aanvragen of zorg- en huurtoeslagen aanvragen.

- **Startwerk Digitaal (10 bijeenkomsten)**

Cursus voor mensen die werk zoeken, maar nog niet goed met de computer kunnen omgaan.

- € Gratis
- 📍 Verschillende wijken in Utrecht
- 📞 030 – 878 15 35
- ✉ digiwijs@wij30.nl
- 🌐 www.digiwijs30.nl

Digitale Buddies (55+)

GeluksBV

Bij Digitale Buddies ontmoet je studenten die jou helpen met je computer, tablet of telefoon. Je doet mee aan een reeks van 9 weken. Samen ga je stap voor stap aan de slag. Je oefent met wat jij wilt leren, op jouw eigen tempo.

- € Gratis
- 📍 Verschillende wijken in Utrecht
- 📞 06 – 104 845 64
- ✉ digitalebuddies@geluksbv.nl
- 🌐 www.geluksbv.nl

Cursussen

Cursus digitale vaardigheden

Prago

Bij Prago leer je in kleine groepjes, op een rustige plek en in jouw eigen tempo.

Je kan oefenen met

- lezen en schrijven
- formulieren invullen
- werken met de computer

De cursus is voor volwassenen die willen leren in hun eigen tempo.

- € Gratis
- 📍 Verschillende wijken in Utrecht
- 📞 06 – 146 832 95
- ✉ info@prago.nl
- 🌐 www.prago.nl

Cursussen

Sagènn

Wil je sterker staan in het dagelijks leven of bij het zoeken naar werk? Leer taal en digitale vaardigheden. Je kan ook een diploma of certificaat halen.

Opleidingen

- Nederlands voor moedertaalsprekers (NT1)
- Nederlands als tweede taal (NT2)
- Digitale vaardigheden (basisniveau 1 en 2)

Voorwaarden

- je bent 18 jaar of ouder
- je kan 2 dagdelen per week les volgen (ongeveer 6 uur per week, 39 weken lang)
- je woont in Utrecht
- je bent gemotiveerd om te leren

- € Vaak gratis of met subsidie
- 📍 Verschillende locaties in Utrecht
- 📞 06 – 575 343 00
- ✉ vwe.middenutrecht@sagenn.nl
- 🌐 www.sagenn.nl



**'Van niks weten
naar alles kunnen,
dat geeft zo'n
goed gevoel!'**

Petra, 75 jaar



**'Ik kom
hier om te
leren'**

Umut, 61 jaar

de Bibliotheek
Utrecht

DigiWIJS^{3.0}

We vinden dat iedereen mee moet kunnen doen, ook online. Deze DigiGids is gemaakt door Bibliotheek Utrecht en DigiWijs. Voor iedereen die meer wil doen met de computer, telefoon of internet. De DigiGids is mede mogelijk gemaakt door de Gemeente Utrecht.