



# Essen & Trinken

## Tipps und Tricks fürs kleine Budget

Nahrung brauchen alle Menschen – und das jeden Tag. Ohne gute Ernährung ist der Kopf nicht frei für andere Aufgaben. Und Gesundes muss nicht teuer sein: Auch in der Stadt Biel gibt es Möglichkeiten, für wenig Geld gutes Essen zu kaufen.



**Stadt Biel**  
**Ville de Bienne**

Soziales  
Affaires sociales

Name	Kurzbeschreibung	Kontakt
<b>Gassenküche</b>	<p>Vollwertige Mahlzeit mit Salat und Getränk für CHF 5.–</p> <p>Mittag: Montag–Freitag und Sonntag 12.00–13.00 Uhr Abend: Jeden Tag 19.00–21.00 Uhr</p>	<p>Gassenküche Biel Oberer Quai 52 2503 Biel/Bienne 032 322 84 85 gassenkueche@gmx.ch www.gassenkueche-biel.ch</p>
<b>Caritas-Markt</b>	<p>Supermarkt mit preiswerten Lebensmitteln und Hygieneartikeln. Hier können Personen einkaufen, die eine KulturLegi besitzen. Diese Karte richtet sich an alle Menschen mit kleinem Budget.</p> <p>Montag: 14.00–18.30 Uhr Dienstag–Freitag: 10.00–12.00 Uhr, 14.00–18.30 Uhr Samstag: 10.00–14.00 Uhr</p>	<p>Caritas-Markt Biel General-Dufour-Strasse 28 2502 Biel</p>
<b>Cartons du coeur</b>	<p>Kartonschachteln mit Lebensmitteln, Haushalt- oder Hygieneartikeln für Menschen in Not. Die gefüllten Schachteln werden gratis und anonym direkt zu den Menschen geliefert. Sie sind zur Überbrückung von kurzfristigen Notsituationen gedacht.</p>	<p>Cartons du Cœur c/o Chantal Dutoit Lerchenweg 11 2502 Biel 032 342 21 11 www.cartonsducoeur-bielbienne.ch/de</p>
<b>Äss-Bar Biel</b>	<p>Laden mit Brot, Sandwiches und Gebäck vom Vortag zu reduzierten Preisen. Die Waren stammen aus Bäckereien und Konditoreien aus der Umgebung.</p> <p>Montag: 9.00–14.00 Uhr Dienstag–Freitag: 9.00–18.00 Uhr Samstag: 9.00–16.00 Uhr</p>	<p>Äss-Bar Biel Jean-Philippe Hayoz Marktgasse 27 2502 Biel 032 558 44 07 biel@aess-bar.ch www.aess-bar.ch</p>
<b>Too good to go</b>	<p>App gegen Foodwaste, also das Verschwenden von Essen. Mit dem Handy können unverkaufte Lebensmittel von Bäckereien, Hotels, Restaurants oder Supermärkten zu tiefen Preisen reserviert werden. Sie müssen zu einer bestimmten Zeit selbst abgeholt werden.</p>	<p>Mobile App www.toogoodtogo.ch</p>

<p><b>Tischlein deck dich</b></p>	<p>Nahrungsmittelhilfe. Einmal pro Woche kann bei einer Abgabestelle ein Essenspaket abgeholt werden. Dafür braucht es eine «Tischlein-deck-dich»-Kundenkarte. Diese ist bei den Sozialfachstellen erhältlich.</p> <p>Dienstag, gestaffelt ab 15.30 Uhr (Abgabestelle 1)</p> <p>Freitag, gestaffelt ab 16.00 Uhr (Abgabestelle 2)</p>	<p>Abgabestelle 1: Heilsarmee Sozialbüro Dufourstrasse 65 2502 Biel</p> <p>Abgabestelle 2: Jugendraum der Evang.- Methodistischen Kirche Karl-Neuhaus-Strasse 28 2501 Biel</p> <p>Tischlein deck dich 032 322 53 66 info@tischlein.ch</p>
<p><b>Perron bleu</b></p>	<p>Treffpunkt mit günstigem Essen, zum Spielen, Plaudern, Zeitung lesen. Besonders für Menschen, die neue Leute kennenlernen möchten oder Probleme im Umgang mit Alkohol haben.</p> <p>Montag &amp; Donnerstag: 12.00–13.00 Uhr (Mittagessen für CHF 7.– / CHF 6.– mit KulturLegi)</p> <p>Montag, Dienstag, Donnerstag: 14.00–17.30 Uhr (Kaffee &amp; Kuchen)</p>	<p>Treffpunkt Perron bleu Florastrasse 32 2502 Biel 032 322 15 25 perronbleu@ blaueskreuzbern.ch www.besofr.blaueskreuz.ch/ perron-bleu-biel</p>
<p><b>rueAcoeur</b></p>	<p>Gratisabgabe von ausgewogenen warmen Mahlzeiten. Montag: 19.00 Uhr</p> <p>Gratisabgabe von Brot, Gipfeli, Sandwiches etc. von Manor. Montag: 20.00 Uhr</p>	<p>rueAcoeur Wesleysaal der Evangelisch- Methodistischen Kirche Karl Neuhaus-Strasse 28 2502 Biel/Bienne 078 839 26 01 president@rueacoeur.ch</p>