

ACTIVITEITEN IN HET ZAMEN

Tenzij anders aangegeven zijn de kosten voor de activiteiten in Het Zamen € 5,- of € 2,50 met Ooievaarspas, inclusief koffie of thee.

Vaste weekactiviteiten

Maandag

Tabletcursus (13.30 - 15.30 in de BBD-ruimte)

Zangmiddag (14.00 - 16.00 in het restaurant)

Onder leiding van Michael Eschauzier worden oud-Hollandse liedjes gezongen. Een eerste bezoek is ter introductie gratis. U bent van harte welkom!

Koersbal (14.00 - 16.00 in het Atrium)

De variant op Jeu de boules die binnen wordt gespeeld. Deelname is gratis.

Dinsdag

Bingo (14.00 - 16.00 in het restaurant)

Inclusief 4 bingo rondes, elke ronde daarna kost € 0,50 extra.

Woensdag

Tai Chi / Do-In (11.00 - 12.00 in het Atrium)

Een uurtje zitten en toch heel intensief bewegen? Dat kan met Tai Chi en Do-In.

Shibashi is een Tai Chi vorm van 18 bewegingen, die heel goed is uit te oefenen op een stoel.

Do-In, wat (voor het gemak) Japane yoga is, is ook heel makkelijk op een stoel uit te oefenen en tevens kan het als warming up voor de Tai Chi gebruikt worden. Beide disciplines zijn heilzaam voor lichaam en geest.

Het maakt dus niet uit wat uw gestel is: u kunt altijd meedoen met de les.

BBD-Soos met hapjes (14.00 - 16.00 in de BBD-ruimte)

Met kaarten, spelletjes, knutselen enz.

Donderdag

Beauty voor de Senior (14.00 - 17.00 in de BBD-ruimte, niet op 26 april)

Laat u lekker in de watten leggen tijdens deze 'beauty'-verwenmiddag.

De behandeling bestaat uit het verzorgen van de handen en nagels, huidverzorging d.m.v. gezichtsreiniging en gezichtsmassage en indien gewenst het aanbrengen van mooie, bescheiden make-up.

Extra activiteiten in april

MAANDAG 9 APRIL

Voorjaarsfeest met diner (16.00 - 20.00)

Vandaag vieren we het voorjaar met een heerlijk diner en een akoestisch optreden van Peter en Jan van The Clarks met bekende rockklassiekers uit de jaren 60 en 70.

Locatie: Restaurant, prijs € 17,50

Ooievaarspasprijs € 8,75



VRIJDAG 13 APRIL

Modeverkoop door Hip Mode (14.00 - 16.00)

Locatie: Atrium

DONDERDAG 19 APRIL

✓ **Themadiner - verrassing** (18.00 - 21.00)

Locatie: Restaurant, prijs € 12,50

WOENSDAG 25 APRIL

✓ **Optreden 'De lach en de traan'** (15.00 - 17.00)

Smartlappen- en meezingkoor.

Locatie: Restaurant

Gratis (mogelijk gemaakt door Fonds 1818)

ZATERDAG 28 APRIL

✓ **Super Bingo** (14.00 - 16.30)

We starten met 4 bingo rondes,

elke ronde daarna kost € 0,50 extra.

Locatie: Restaurant



Stichting BBD
Esperantostraat 160
2518 LH Den Haag

Port Betaald



programma april 2018

Vanaf woensdag 28 maart kunt u zich opgeven voor de activiteiten

De BBD biedt senioren begeleiding en vervoer bij het doen van boodschappen en bij uitstapjes.

Deelnemers worden thuis opgehaald met een busje en na afloop weer thuisgebracht.

Er gaan altijd begeleiders mee om hulp te bieden.

Voorjaarsuitstapjes

Deze maand is het weer zover, we kunnen weer genieten van de buitenlucht en van al het moois wat ons land te bieden heeft, met o.a. de bollentochten, bezoek Keukenhof, bloemencorso, vaartochten en de nieuwe 'BBD verrast'!

Boodschappenhulp en uitstapjes voor rolstoelgebonden mensen

Vanaf deze maand beschikken we twee dagen per week over een rolstoelbus die we zullen inzetten voor het boodschappen doen op vrijdag in het winkelcentrum Savornin Lohmanplein en voor diverse uitstapjes.

De inzet van deze aangepaste bus wordt mogelijk gemaakt door de gemeente Den Haag.

Voorjaarsfeest in Het Zamen

Op maandag 9 april vieren we het voorjaar in Het Zamen met een heerlijk diner en een akoestisch optreden van Peter en Jan van The Clarks die bekende rockklassiekers uit de jaren 60 en 70 ten gehore brengen.



Help ons met het verbeteren van boekingsafspraken

Soms melden mensen dat zij zich voor een activiteit hebben opgegeven maar toch niet zijn opgehaald.

Dit kan verschillende oorzaken hebben en wij willen er alles aan doen om miscommunicatie te voorkomen.

Wij voeren intern aanpassingen door, maar u kunt ons ook helpen.

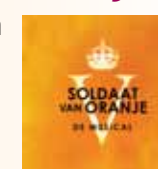
Hiervoor vragen wij het volgende:

- 1 - Kruis de activiteiten waarvoor u zich heeft opgegeven aan in het programmablad.
- 2 - Schrijf de naam van de medewerker die u aan de telefoon had erbij.
- 3 - De dag vóór de activiteit bellen wij iedereen die zich heeft ingeschreven. Als u de dag vóór de activiteit om 12.00 uur niet bent gebeld, vragen wij u vriendelijk ons tussen 12.00 en 14.00 te bellen. Bij weekendactiviteiten belt u op de vrijdag ervoor (070 - 364 66 61).

Soldaat van Oranje

Op 28 april gaan we naar de musical Soldaat van Oranje.

Een prachtige productie die u eigenlijk niet mag missen!



DE ACTIVITEITEN VAN DE BBD WORDEN MEDE MOGELIJK GEMAAKT DOOR:



Güthschmidt
www.guthschmidt.nl



Fonds 1818

FONDS
SLUYTERMAN VAN LOO
OUDERENPROJECTEN

VSBfonds,
iedereen doet mee



stichting
levi lassen

DE SAVORNIN
LOHMANPLEIN
WINKELCENTRUM



- Fundatie van Beijeren van Schagen
- Haags Groene Kruis Fonds
- Debman Foundation
- Willem van Heck Fonds
- Vrijmetselaarsloge Groot Nederland

Bewoners en bezoekers van Het Zamen die niet beschikken over een Ooievaarspas, maar wel over de Zeker Thuispas van stichting Eykenburg, ontvangen € 1,50 korting op de activiteiten in Het Zamen.

in samenwerking met:

Bezoekers die begeleid vervoer behoeven naar en van Het Zamen kunnen een beroep doen op de BBD, prijs € 8,- (Ooievaarspas € 4,-).

De stichting BBD is in Het Zamen gevestigd op nummer 160, eerste pand rechts naast de hoofdingang aan de Esperantostraat.

Stichting Eykenburg
Zorg- en dienstverlening voor ouderen

Stichting BBD
Esperantostraat 160
2518 LH Den Haag

www.bbddenhaag.nl
info@bbddenhaag.nl
www.facebook.com/stichtingBBD

Tel 070 - 364 66 61
tussen 9.00 en 14.00 uur

ASTE WINKELDAGEN

ma 10.00	Jumbo	Leyweg	wo 12.00	Lidl, Jumbo, Action	A. Diepenbrockhof
ma 12.30	Lidl, Jumbo, Action	A. Diepenbrockhof	do 10.00	AH-xl	Elandstraat
di 10.00	Jumbo en Markt	Leyweg	do 10.00	Hoogvliet	Kraaienstein
di 10.00	Kleine Loo	Mariahoeve	vr 10.00	AH en Jumbo	De Stede
wo 11.00	Aldi en Markt	Loosduinen	vr 10.00	AH en Aldi	Sav. Lohmanplein

BBD-prijs € 3,- Ooievaarspaskorting van toepassing

ZONDAG 1 APRIL

✓ **Brielle Ontzet** (11.00 uur)
Op 1 april 1572 werd Brielle van de Spaanse bezetters bevrijd door de watergeuzen en werd daarmee de eerste vrije stad van Nederland. Om dit te vieren wordt Brielle elk jaar op deze dag in een historisch jasje gestoken. De stad ziet eruit zoals hij eruit gezien moet hebben in 1572 en er is van alles te zien en te doen.
BBD-prijs € 22,- / Ooievaarspaskorting € 11,-

MAANDAG 2 APRIL

✓ **BBD paaslunch en loterij** (12.00 uur)
Op tweede paasdag gaan we gezellig lunchen op het BBD-kantoor met aansluitend een loterij waarbij u leuke prijsjes kunt winnen.
BBD-prijs € 12,50 / Ooievaarspaskorting € 6,25

DINSDAG 3 APRIL

✓ **Bollentocht** (10.00 uur)
Zodra het voorjaar is en de bollenvelden weer prachtig in bloei staan, is het de hoogste tijd voor onze bekende tocht door de bollendreef.
We starten de dag met koffie / thee bij de BBD en maken daarna een fraaie weidse tocht om te genieten van één van de mooiste tradities van Nederland.
BBD-prijs € 15,- / Ooievaarspaskorting € 7,50 (inclusief lunchpakket en kleine verrassing)



WOENSDAG 4 APRIL

✓ **De BBD verrast!** (11.00 uur)
Onder de naam de 'BBD verrast' gaan we deze maand verder met de vierde activiteit in 2018 die plaatsvindt in de Haagse regio. Nadat u thuis bent opgehaald, wordt u met koffie of thee en een hapje in onze ontmoetingsruimte ontvangen, waarna we een korte tocht maken in de Haagse regio met elke keer een andere verrassende bestemming. Ter afsluiting trakteren wij u wederom op iets lekkers en wordt u weer thuisgebracht.
BBD-prijs € 12,50 / Ooievaarspaskorting € 6,25

AFBELLEN

Indien u niet in de gelegenheid bent om met een afgesproken activiteit mee te gaan, verzoeken we u dit bij de centrale te melden. Tel: 070 - 364 66 61
Als u niet in de gelegenheid bent om ons tijdens kantooruren te bellen dan kunt u op zaterdag en zondag tussen 9.00 en 10.00 uur afbellen via tel. 06 - 34 34 76 27

Voor alle activiteiten geldt dat u in het uur voor de genoemde tijd bij u thuis wordt opgehaald

Alle prijzen zijn inclusief entreekosten, begeleiding en vervoer.
Consumpties, boodschappen en dergelijke zijn voor eigen rekening tenzij anders is aangegeven.

Diner bij François Vatel School (17.00 uur)

In dit gezellige restaurant te Den Haag worden lunches en diners geserveerd door de leerlingen van de afdeling Horeca, Bakkerij en Recreatie (HBR) onder begeleiding van hun vakdocenten. Leerlingen leren werken met dagverse producten en in het restaurant staat service verlenen bovenaan.
De prijs voor het diner (amuse met driegangsmenu) is € 10,50.
BBD-prijs € 12,50 / Ooievaarspaskorting € 6,25 (exclusief diner)

DONDERDAG 5 APRIL

✓ **Eten bij Het Proeflokaal** (17.00 uur)
Het Proeflokaal is een samenwerkingsverband tussen Theater de Vaillant, clubhuis de Mussen en buurthuis Mandelaplein in Den Haag. De maaltijden worden gekookt en geserveerd door leerlingen van praktijkscholen samen met vrijwilligers. De prijs voor een dagvers driegangsmenu is € 3,50.
BBD-prijs € 12,50 / Ooievaarspaskorting € 6,25 (exclusief eten)

ZATERDAG 7 APRIL

✓ **Kaasproeverij te Edam** (11.00 uur)
Aan een schilderachtige gracht in Edam, achter een rij historische geveltjes, liggen de kaaspakhuizen van Gestam B.V. Kaasexport, een modern bedrijf met een lange traditie. U kunt hier proeven van 40 verschillende soorten Nederlandse kaas. Veel kazen zijn ook te koop tegen zeer concurrerende prijs, zodat u een lekkere souvenir mee naar huis kunt nemen.
BBD-prijs € 22,50

✓ **Eten bij Beachclub Royal** (17.00 uur)
Aan het pittoreske strand van Hoek van Holland kunt u vandaag onbeperkt genieten van spareribs of sliptongetjes voor € 17,50 per persoon.
BBD-prijs € 12,50 / Ooievaarspaskorting € 6,25 (exclusief eten)

ZONDAG 8 APRIL

✓ **Bollentocht** (11.00 uur)
Zie 3 april. Vandaag rijden we ook met een rolstoelbus, beschikbaar gesteld door de gemeente Den Haag.
BBD-prijs € 15,- / Ooievaarspaskorting € 7,50 (inclusief lunchpakket en kleine verrassing)

MAANDAG 9 APRIL

✓ **Voorjaarsfeest met diner** (16.00 uur)
Vandaag vieren we het voorjaar in Het Zamen met een heerlijk diner en een akoestisch optreden van Peter en Jan van The Clarks, met bekende rockklassiekers uit de jaren 60 en 70.
BBD-prijs € 17,50 / Ooievaarspaskorting € 8,75

DINSDAG 10 APRIL

✓ **Tocht Westland + orchideeënwinkel** (10.00 uur)
Na een mooie tocht door het Westland bezoeken we Ter Laak Orchids in Wateringen. Midden in de kwekerij bevindt zich een orchideeënwinkel. Hier kunt u als consument een mooie Phalaenopsis, bloeiend boeket of compleet arrangement kopen. Uiteraard kraakvers vanuit de kas!
BBD-prijs € 15,- / Ooievaarspaskorting € 7,50

WOENSDAG 11 APRIL

✓ **Bollentocht!** (10.00 uur)
Genieten van het kleurrijke spektakel van de bollenvelden. Zie ook 3 april.
BBD-prijs € 15,- / Ooievaarspaskorting € 7,50 (inclusief lunchpakket en kleine verrassing)

DONDERDAG 12 APRIL

✓ **Zilvermuseum Schoonhoven** (10.00 uur)
Een bezoek aan het Nederlands Zilvermuseum in Schoonhoven is een leuk, interactief en leerzaam uitje. Bezoekers zien, voelen, ruiken en horen zilver en ontdekken nog veel meer over dit veelzijdige edelmetaal in de Wereld van Zilver. Eén van de hoogtepunten is de lange zilverdoe-tafel: een interactieve tafel vol zilververhalen en -opdrachten.
In de zilvermederij onthullen ambachtelijke smeden hun geheimen waarna bezoekers zelf aan de slag kunnen gaan in het zilverlab.
De entree bedraagt € 9,- en dient apart te worden afgerekend. Met een Museumkaart is de entree gratis.
BBD-prijs € 22,50 (exclusief entree)

VRIJDAG 13 APRIL

✓ **Restaurant Le Borsalino** (17.00 uur)
Le Borsalino is sinds 1983 een begrip in Den Haag. De onovertroffen spareribs, BBQ aan eigen tafel, onbeperkt fonduen, u vindt het bij restaurant Le Borsalino. De goede combinatie van kwaliteit, gezelligheid, aantrekkelijke prijs en informele ambiance dragen bij aan een heerlijke avondje uit.
Vanaf € 14,50 kunt u hier dineren.
BBD-prijs € 12,50
Ooievaarspaskorting € 6,25 (exclusief entree)



ZATERDAG 14 APRIL

✓ **De BBD verrast!** (11.00 uur)
Gezelligheid, koffie, iets lekkers en een verrassend uitstapje in de regio! Zie ook 4 april.
BBD-prijs € 12,50 / Ooievaarspaskorting € 6,25

ZONDAG 15 APRIL

✓ **Bezoek Keukenhof** (10.00 uur)
De geschiedenis van de Keukenhof gaat terug tot de 15e eeuw toen Gravin Jacoba van Beieren uit het Keukenduin groente en fruit voor de keuken van kasteel Teylingen haalde. In 1949 bedacht een groep toonaangevende bloembollenkwekers en -exporteurs het plan om op het landgoed een tentoonstelling van voorjaarsbloeiende bloembollen te maken.
De entree bedraagt € 18,- en dient apart te worden afgerekend.
BBD-prijs € 17,50 / Ooievaarspaskorting € 8,75 (exclusief entree, inclusief lunchpakket)

✓ **Vaartocht over de Linge** (10.00 uur)
In Leerdam stappen we op de rondvaartboot voor een vaartocht van drie uur. Aan boord kunt u in de sfeervolle salon genieten van het uitgebreide koude en warme buffet. Achter de groene bomen ziet u op de oevers van de Linge een landschap met typische boerenhoeves, kerkjes en kronkelende dijken en wellicht zien we wild onderweg.
BBD-prijs € 49,50 (inclusief vaartocht en onbeperkt buffet)

MAANDAG 16 APRIL

✓ **Dierraar Blijdorp** (10.00 uur)
Zie de haaien boven uw hoofd zwemmen in het Oceanium en laat u betoveren door het vernieuwde Great Barrier Reef. Beleef heerlijk geurende bloemen en duizenden kleurrijke Zuid-Amerikaanse vlinders in Amazonica. Struin door de Aziatische moerassen en ontmoet de olifanten en ga ook eens op bezoek bij gorilla Bokito en zijn familie in Afrika.
De entree bedraagt € 23,- (€ 11,50 op vertoon van Ooievaarspas) en dient apart te worden afgerekend.
BBD-prijs € 17,50 / Ooievaarspaskorting € 8,75 (exclusief entree)

DINSDAG 17 APRIL

✓ **De BBD verrast!** (11.00 uur)
Gezelligheid, koffie, iets lekkers en een verrassend uitstapje in de regio!
Zie ook 4 april.
BBD-prijs € 12,50 / Ooievaarspaskorting € 6,25

WOENSDAG 18 APRIL

✓ **Lunchconcert Zuiderstrandtheater** (11.30 uur)
Dit gratis lunchconcert van het Residentie Orkest duurt een half uur. Er wordt een gedeelte uit het concert dat 's avonds gespeeld wordt ten gehore gebracht.
BBD-prijs € 8,- / Ooievaarspaskorting € 4,-

VRIJDAG 20 APRIL

✓ **Bloemencorso Bollenstreek 2018** (14.00 uur)
Het bloemencorso van de Bollenstreek is een van beroemdste corso's ter wereld en trekt jaarlijks een miljoenenpubliek. Het is het enige corso dat wordt opgebouwd met bolbloemen zoals hyacinten, tulpen en narcissen.
Deze vrijdagmiddag gaan we het corso bewonderen in het centrum van Noordwijkerhout.
BBD-prijs € 15,- / Ooievaarspaskorting € 7,50 (inclusief lunchpakketje)

ZATERDAG 21 APRIL

✓ **Bollentocht!** (10.00 uur)
Geniet mee van Holland op zijn mooist tijdens deze fijne tocht langs de kleurrijke bollenvelden. Zie ook 3 april.
Vandaag ook met een rolstoelbus, beschikbaar gesteld door de gemeente Den Haag.
BBD-prijs € 15,- / Ooievaarspaskorting € 7,50 (inclusief lunchpakket en kleine verrassing)

ZONDAG 22 APRIL

✓ **De BBD verrast!** (11.00 uur)
Gezelligheid, koffie, iets lekkers en een verrassend uitstapje in de regio!
Zie ook 4 april.
BBD-prijs € 12,50 / Ooievaarspaskorting € 6,25

MAANDAG 23 APRIL

✓ **Bollentocht!** (10.00 uur)
Over de hele wereld is Nederland beroemd om dit prachtige fenomeen en ook wij gaan ervan genieten. Zie ook 3 april.
BBD-prijs € 15,- / Ooievaarspaskorting € 7,50 (inclusief lunchpakket en kleine verrassing)

DINSDAG 24 APRIL

✓ **Escher in Het Paleis** (10.00 uur)
Escher weet jong en oud te boeien met zijn wonderlijke wereld. Het Paleis toont de bekende 'onmogelijke' voorstellingen zoals Dag en Nacht, waarin vogels uit Hollandse weiden lijken te groeien en klimmen en dalen, waarin rijen mensen in een oneindige lus trappen op- en aflopen. Zijn fantasierijke constructies, die in werkelijkheid onmogelijk gebouwd kunnen worden, zijn een fascinerend spel van gezichtsbedrog en perspectief.
Deze activiteit is minder geschikt voor mensen die slecht ter been zijn.
BBD-prijs € 19,50 / Ooievaarspaskorting € 9,75 (inclusief entree)

WOENSDAG 25 APRIL

✓ **IKEA Barendrecht** (10.00 uur)
De naam IKEA is een combinatie van de initialen van de IKEA oprichter, Ingvar Kamprad (IK), en de eerste letters van de namen van de boerderij en het dorp waar hij opgroeide: Elmtaryd en Agunnaryd (EA). Vandaag bezoeken we de grootste IKEA van Nederland!
BBD-prijs € 15,- / Ooievaarspaskorting € 7,50

✓ **Filmhuis filmvoorstelling** (15:00 uur)
Filmvoorstelling 'Bewaren' met gratis kopje koffie en versgebakken cake. Zolang ze zich kan herinneren bewaart filmmaker Digna Sinke allerlei dingen, variërend van suikerzakjes tot oude kranten. Samen met haar moeder (92) probeert ze te achterhalen waar die behoefte vandaag komt. De bewaarde dingen blijken tijdsmachines die herinneringen boven brengen die ver weg zijn geraakt.
BBD-prijs € 22,- / Ooievaarspaskorting € 11,- (inclusief film en koffie/thee met cake)

DONDERDAG 26 APRIL

✓ **Diner Restaurant Pex** (18.00 uur)
We gaan sfeervol dineren midden in de Bosjes van Pex. Vanaf € 13,50 per persoon.
BBD-prijs € 12,50 / Ooievaarspaskorting € 6,25 (exclusief diner)

ZATERDAG 28 APRIL

✓ **Soldaat van Oranje** (12.30 uur)
Deze musical is gebaseerd op het waargebeurde verhaal van één van de grootste verzetsstrijders uit onze vaderlandse geschiedenis: Erik Hazelhoff Roelfzema. Een verbluffende productie met veel decorspektakel die niets dan juichende recensies krijgt. De kaarten zijn mede mogelijk gemaakt door Gouden Dagen Nederland.
BBD-prijs € 37,50 (inclusief entree)



Onder onze donateurs zijn 15 tickets voor deze musical verloot. Onze penningmeester Léon Fleuren heeft de loten getrokken en de winnaars zijn:

- mevr. A.C. den Heijer - la Grand
- mevr. H. Sintanneland - Zoutenbier
- mevr. H. Winzen
- mevr. A.J. van Ruiten - Heije
- mevr. A.M. Gorissen
- mevr. A. Bajkowska
- mevr. S. Ramspek - Harms
- mevr. M. Wesseling
- mevr. W.E. den Drijver
- mevr. H. Baak - Jansen
- mevr. L.C. Tjon - A - Loi
- mevr. C.A. Bink - van Dijke
- mevr. J. ten Brink
- mevr. J.W. van Kranenburg
- mevr. M. Martens - van Dinter

ZONDAG 29 APRIL

✓ **Op de Bonnefooi met de BBD** (11.00 uur)
Dankzij onze donateurs maken we vandaag een tocht die schitterende panorama's oplevert. We zeggen niet waar we heen gaan, maar het zal zeker de moeite waard zijn.
BBD-prijs € 15,- / Ooievaarspaskorting € 7,50 (inclusief bakje koffie of thee)

MAANDAG 30 APRIL

✓ **Bezoek Japanse tuin** (10.00 uur)
De Japanse tuin is het pronkstuk van landgoed Clingendael, een lust voor het oog met prachtige en zeldzame bomen en planten.
BBD-prijs € 8,- / Ooievaarspaskorting € 4,-