

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

BiblioBD (14.00 - 16.00 in de BBD-ruimte)

Een gezellige plek en tijd voor het uitwisselen van het geschreven woord. Onder het genot van een bakje koffie praten, lezen en eventueel ruilen van uw zelf meegenomen tijdschriften, lectuur en literatuur, alles kan en mag aan bod komen. Wellicht is er interesse voor een leesclubje?

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

Crea-ochtend (9.30 - 13.30 in het Atrium)

Manicure en spelletjes doen, deelname is gratis.

Bingo (14.00 - 16.00 in het restaurant)

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

Woensdag

Crea-ochtend (9.30 - 13.30 in het Atrium)

Schilderen en spelletjes doen, deelname is gratis.

Zitgymnastiek (11.00 - 12.00 in het Atrium)

Op basis van Tai Chi.

BBD-Soos met koffie/thee en lekkere hapjes (14.00 - 16.00 in de BBD-ruimte)

1 augustus: **Knutselen**

8 augustus: **Kien met Catherien!**

De bingo-variant met 90 ballen. Eerste ronde gratis, daarna € 0,50 per ronde.

15 augustus: **Knutselen**

22 augustus: **Filmmiddag - Muziek**

29 augustus: **Kien met Catherien!**

De bingo-variant met 90 ballen. Eerste ronde gratis, daarna € 0,50 per ronde.

Vrijdag

Bewegingsactiviteit (14.00 - 15.00 in het Atrium)

Bewegingsles op muziek, deelname is gratis.

Extra activiteiten in augustus

DONDERDAG 16 AUGUSTUS

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

Locatie: Restaurant, prijs € 13,50

ZATERDAG 25 AUGUSTUS

✓ **Super Bingo** (14.00 - 16.30)

We starten met 4 bingorondes,

elke ronde daarna kost € 0,50 extra.

Locatie: Restaurant

DINSDAG 28 AUGUSTUS

✓ **Modeverkoop Hip Mode** (14.00 - 16.00)

Locatie: Atrium, gratis toegang

VRIJDAG 31 AUGUSTUS

✓ **Borrelmiddag** (15.00 - 17.00)

Met een optreden van Arturo!

Locatie: Restaurant



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



Port Betaald



programma augustus 2018

Vanaf woensdag 25 juli 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.

Varend Corso

Dit jaar vindt het bloemencorso van het Westland plaats op zaterdag 4 augustus.

Gezeten langs de kant van het water gaan we weer genieten van al het moois!



Vaartocht Linge

Woensdag 15 augustus gaan we een heerlijke vaartocht maken over één van de mooiste rivieren die ons land rijk is: de Linge.

Huifkartocht Maasland

Zaterdag 18 augustus gaan we met een huifkartocht terug in de tijd. We bezoeken onderweg museum De Schilpen, waar vervlogen geuren en waren nog springlevend zijn.



Bingo Marathon

We organiseren op zondag 12 augustus voor het eerst een Bingo Marathon!

In de Mallemok op Scheveningen maken we van de zondag een heerlijke lange dag gevuld met prijzen en hapjes!

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

Oranje Fonds
voor sociale initiatieven

KCOAK
Roemsk Catholijk Oudk Armen Kantoor

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

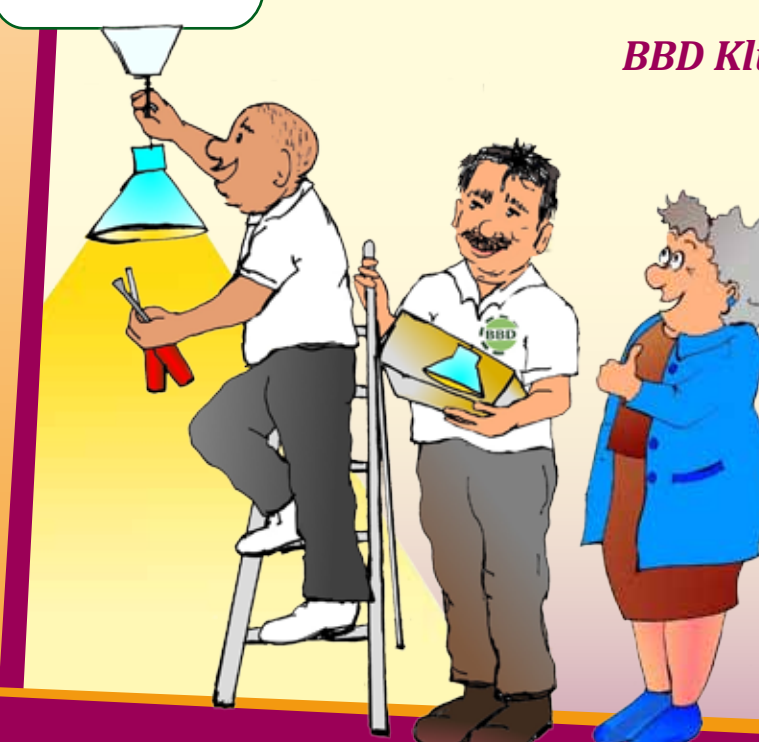
BBD Klusjediens

Regelmatig wordt gevraagd of een BBD-medewerker kan helpen bij een klein klusje in of om het huis. Dat varieert van het instellen van een tv of telefoon, een stekker of lampje vervangen, een fotolijstje ophangen, een deurklink vervangen, spullen wegbrengen naar grofvuil tot aan het maaien van het gras.

Indien in uw wijk geen klusjesdienst aanwezig is, kunt u vanaf nu een beroep doen op ons.

De kosten bedragen € 5,- per klusje plus eventuele materiaalkosten.

Voor een klusje in of om het huis kunt u 's morgens tussen 9.00 en 12.00 uur bellen naar 070 - 364 66 61



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

VASTE WINKELDAGEN

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

BBD-prijs € 3,- Ooievaarspaskorting van toepassing

WOENSDAG 1 AUGUSTUS

✓ **De BBD verrast!** (10.00 uur)
Onder de naam de 'BBD verrast' gaan we deze maand verder met de achtste 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 / Ooievaarspasprijs € 6,25



DONDERDAG 2 AUGUSTUS

✓ **Eten bij restaurant de Beren** (18.00 uur)
De Beren Schiedam ligt aan de Maas en heeft een geweldig uitzicht over de rivier. In de zomermaanden staat het terras voor u uit. Vanaf € 11,50 kunt u hier prima eten!
BBD prijs € 12,50 / Ooievaarspasprijs € 6,25 (exclusief consumpties)

ZATERDAG 4 AUGUSTUS

✓ **Het Varend Corso** (10.00 uur)
Het evenement, met prachtige bloemen en planten en heerlijke groenten in de hoofdrol, is een jaarlijks terugkerende vaartocht door Westland, Den Haag, Delft en Maassluis. Het thema van het Varend Corso 2018 is: Helemaal Hollands! We nemen de stoeltjes mee en gaan langs de kant genieten van al het moois!
BBD prijs € 15,- / Ooievaarspasprijs € 7,50 (inclusief lunchpakketjes)



ZONDAG 5 AUGUSTUS

✓ **Ooievaarspas Zomedagtocht - BBD Bingoboot** (10.00 uur)
De BBD Bingoboot is een activiteit die we samen met rederij Groene Hart Cruises organiseren. De boot vertrekt om 11.00 uur voor een drie uur durende rondvaart en molentocht door het Groene Hart en de Kagerplassen. Onderweg wordt u getraakteerd op een lunch en spelen we diverse bingorondes waarbij u mooie prijzen kunt winnen.
BBD prijs € 45,- / Ooievaarspasprijs € 10,- (inclusief vaartocht, lunch en bingorondes)

MAANDAG 6 AUGUSTUS

✓ **Rondje boulevard met vis** (12.00 uur)
Als het goed is, is de grootschalige verbouwing aan de Noordboulevard voorbij en dus gaan we het resultaat bekijken. We sluiten natuurlijk af met een visje!
BBD-prijs € 12,50 / Ooievaarspasprijs € 6,25 (exclusief consumpties)

STEUN DE BBD

Draagt u de BBD een warm hart toe en wilt u helpen om onze diensten mogelijk te blijven maken? Bel ons voor meer informatie of een acceptgirokaart.

DINSDAG 7 AUGUSTUS

✓ **Watertuin Naaldwijk** (12.30 uur)
Te midden van uitgestrekte koikarpervijvers, ruime voliëres, weelderige bomen en enorme rotsblokken kunt u genieten van diverse internationale keukens. Diverse keukenstijlen zijn ondergebracht onder één dak: de Aziatische, Franse keuken, Mediterrane, Japanse keukens etc. Door de diverse ruimtes zijn diverse keukens gesitueerd met de koks achter het buffet. Gevarieerde wok-gerechten worden vers bereid waar u bij staat. De grill-chefs bakken uw vlees of vis op de plaat of in de enorme grill-ovens precies zoals u wenst. U kunt hier onbeperkt eten en drinken voor € 15,-
BBD-prijs € 12,50 / Ooievaarspasprijs € 6,25 (exclusief consumpties)

WOENSDAG 8 AUGUSTUS

✓ **Midden-Delfland tocht** (10.00 uur)
Midden-Delfland is de eerste Nederlandse gemeente die sinds 2008 het Cittaslow keurmerk mag uitdragen, omdat zij op het gebied van landschap, streekproducten en gastvrijheid goed scoort. We gaan een mooie tocht maken door dit pittoreske landschap.
BBD prijs € 15,- / Ooievaarspasprijs € 7,50 (inclusief koffie of thee)



DONDERDAG 9 AUGUSTUS

✓ **Aan tafel bij de BBD!** (18.00 uur)
Vandaag gaan we u verrassen met een heerlijk maaltje op het BBD kantoor!
BBD prijs € 15,- / Ooievaarspasprijs € 7,50 (inclusief eten)



ZATERDAG 11 AUGUSTUS

✓ **De BBD verrast!** (10.00 uur)
Een gezellige activiteit in de regio met hapjes en drankjes op het BBD-kantoor. (zie ook woensdag 1 augustus)
BBD-prijs € 12,50 / Ooievaarspasprijs € 6,25



ZONDAG 12 AUGUSTUS

✓ **BBD Bingo-Marathon** (14.00 uur)
Vandaag staat een echte kraker op het programma. Met dank aan buurthuis de Mallemok in Scheveningen, gaan we voor de volhouders een heuse bingo-marathon houden! Een lange dag gevuld met prijzen en spijzen! Tussen de bingo etappes door zijn er hapjes en meer. We gaan door tot in de avond! De bingokaarten kosten € 0,50 cent per ronde en de superronde kost € 1,- per kaart.
BBD prijs € 15,- / Ooievaarspasprijs € 7,50 (inclusief eten en drinken, exclusief bingorondes)



MAANDAG 13 AUGUSTUS

✓ **Ooievaarspas Zomedagtocht - Noordzee rondvaart vanaf IJmuiden** (11.00 uur)
In IJmuiden stappen we op de boot voor een vaartocht door de havens van IJmuiden: de Visserhaven, de Haringhaven, de IJmondhaven en de jachthaven Seaport Marina. Bij gunstig weer varen we ook langs de Noordzeekust. Op de boot wordt u getraakteerd op koffie of thee met gebak.
BBD prijs € 45,- / Ooievaarspasprijs € 10,- (inclusief vaartocht en koffie met gebak)



DINSDAG 14 AUGUSTUS

✓ **Pelgrimshoeve Zoetermeer** (13.30 uur)
Een grote overdekte snuffelmarkt met tweedehands spullen. De snuffelmarkt is begonnen als bazar, waarvan de opbrengst bestemd was voor het opknappen van de Pelgrimskerk aan de Stationsstraat. Vanwege het grote succes werd de bazar omgezet in een permanente tweedehandsmarkt, die in 1985 zijn intrek nam in een boerderij. Nadat de Pelgrimskerk opgeknapt was, is het werk voortgezet ten bate van andere goede doelen.
BBD prijs € 12,50 / Ooievaarspasprijs € 6,25

WOENSDAG 15 AUGUSTUS

✓ **Vaartocht over de Linge** (12.00 uur)
Te midden van een afwisselend landschap met boomgaarden, weilanden, grienden en rietvelden stroomt 108 km lang, de Linge, de langste rivier in Nederland. Het Lingelandschap is voor een groot deel beschermd en valt onder het netwerk van beschermde natuur in Europa. We gaan over deze prachtige rivier een mooie vaartocht maken!
BBD prijs € 29,50 (incl. vaartocht van anderhalf uur)



DONDERDAG 16 AUGUSTUS

✓ **Grieks restaurant Sirtaki** (17.45 uur)
Op de menukaart vindt u verschillende traditionele Griekse gerechten zodat u kunt kennismaken met de Griekse keuken.
Vanaf € 12,50 kunt u hier heerlijk eten!
BBD prijs € 12,50 / Ooievaarspasprijs € 6,25

ZATERDAG 18 AUGUSTUS

✓ **Huifkartocht en bezoek Museum** (12.00 uur)
Deze zaterdag gaan we een mooie huifkartocht maken in Maasland en bezoeken we onderweg Museum De Schilpen. Een museum met ouderwets snoepgoed en alles wat doet denken aan de tijd van rond 1900.
BBD prijs € 22,- / Ooievaarspasprijs € 11,-



ZONDAG 19 AUGUSTUS

✓ **Vestingdagen Hellevoetsluis** (11.00 uur)
Vestingdagen is een evenement met een braderie, kermis, vlootschouw, vuurwerk en niet in de laatste plaats het stoomweekend.
BBD prijs € 17,50 / Ooievaarspasprijs € 8,75

MAANDAG 20 AUGUSTUS

✓ **Riga Ranch excursie te Nieuwveen** (10.00 uur)
Op deze paardenmelkerij en chocolaterie wordt u ontvangen met verse koffie, thee en huisgemaakte appeltaart. Vervolgens staat de chocolatier voor u klaar om u te laten genieten van een demonstratie bonbons maken en natuurlijk laat hij u het overheerlijke resultaat proeven. Hierna volgt de excursie bij het paardenmelken inclusief een melk- en likeurproeverij.
BBD prijs € 27,50 (inclusief bovenstaand)



DINSDAG 21 AUGUSTUS

✓ **Stranduitje Kijkduin** (10.00 uur)
Met dank aan het Nationaal Ouderenfonds kunnen wij u deze activiteit tegen zeer gereduceerd tarief aanbieden. U wordt ontvangen met een kopje koffie of thee met gebak, gevolgd door een welkomstwoord van het Nationaal Ouderenfonds. Daarna kunt u lekker uitwaaien op het strand, met een strandrolstoel naar de zee of genieten van het uitzicht. Tussen de middag lunchen we gezamenlijk met een kopje soep, broodjes, melk of een fruitsap en fruit. Gedurende de lunch zal er muziek zijn. Daarna kunt u weer lekker het strand op, genieten op het terras of naar het Juttersmuseum op de Duin (indien geopend).
BBD-prijs € 8,- / Ooievaarspasprijs € 4,- (inclusief eten en drinken)



WOENSDAG 22 AUGUSTUS

✓ **Tocht Veluwe met bezoek Kijktuinen** (10.00 uur)
Tussen het Veluwe bos en de oude Zuiderzeestraatweg in Nunspeet liggen de ruim vier hectare grote Kijktuinen Nunspeet, waarvan twee ha. aangelegd met thematische tuinen. Met veel liefde en oog voor detail zijn prachtige tuinen gecreëerd die elk een eigen sfeer uitstralen. Er is een rozentuin, rotstuint, grassentuin, kruidentuin en nog veel meer.
BBD prijs € 32,50 (inclusief toegangsprijs Kijktuinen)

VRIJDAG 24 AUGUSTUS

✓ **Eten bij Proeflokaal Mandelaplein** (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 en vrijwilligers met een afstand tot de arbeidsmarkt.
De prijs voor een driegangenmenu is € 3,50.
BBD-prijs € 9,50 / Ooievaarspasprijs € 4,75 (exclusief eten)

ZATERDAG 25 AUGUSTUS

✓ **De BBD verrast!** (10.00 uur)
Een gezellig uitstapje in de regio die begint en eindigt op het BBD-kantoor waar we u verwennen met een hapje en drankje. (zie ook 1 augustus)
BBD-prijs € 12,50 / Ooievaarspasprijs € 6,25



ZONDAG 26 AUGUSTUS

✓ **Rondje Geschiedenis: 'Dordrecht, oudste stad van Nederland'** (10.00 uur)
Vorig jaar hebben we Dordrecht aangedaan in een Rondje Geschiedenis. Wegens de grote belangstelling destijds doen we dit rondje in een andere opzet nog eens over. Vanaf Rotterdam varen we naar Dordrecht met de Waterbus. Vandaar zullen we gegidst worden door het historische centrum, met aansluitend (als de weersomstandigheden dat toestaan) een rondvaart door de oude havens. We sluiten af met een borrel en hapjes. De verwachting is dat u omstreeks 18.00 uur weer bij eigen haard en huis bent. Deze activiteit is alleen geschikt als u goed ter been bent.
BBD prijs € 24,50 (incl. koffie, vaartocht, lunchpakket en hapjes)



MAANDAG 27 AUGUSTUS

✓ **Winkelen bij de Kringloop** (10.00 uur)
Vandaag bezoeken we weer de Kringloop aan de Kerketuinenweg. We worden ontvangen met koffie en wat lekkers en daarna heeft u de tijd om eens rustig rond te snuffelen.
BBD-prijs € 8,- / Ooievaarspasprijs € 4,-

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

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

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

✓ **Pannenkoeken Meyendel** (11.00 uur)
De eigenaar van boerderij Meyendel trakteert BBD-kanten eenmaal per maand op een pannenkoek of een broodje naar keuze met twee drankjes.
BBD-prijs € 8,- / Ooievaarspasprijs € 4,- (inclusief pannenkoek of broodje naar keuze met 2 drankjes)

DINSDAG 28 AUGUSTUS

✓ **Bezoek Zaanse Schans** (10.00 uur)
Wandel langs het bakkerijmuseum en geniet van de geur van verse koeken, of kijk even binnen bij het pakhuis waar klompen gemaakt worden. De kaasmakerij, tinnegieterij en de diverse molens mag u ook zeker niet missen. De Zaanse Schans is een uniek stukje Nederland, vol houten huisjes, molens, schuren en werkplaatsen. Ook een vaartocht behoort tot de mogelijkheden.
BBD prijs € 22,50 (exclusief optionele vaartocht)



WOENSDAG 29 AUGUSTUS

✓ **Harlingen Visserijdagen** (10.00 uur)
We gaan naar de Friese havenstad Harlingen om de Visserijdagen mee te maken. De bezoekers aan de stad worden getraakteerd op muziek, zang, dans, folklore, kunst, gastronomie, markten, kermis, cultuur en sportieve activiteiten. En dat in een decor van ruim zeshonderd monumenten en een moderne visserij- en handelshaven.
BBD prijs € 27,50 (inclusief lunchpakket)
✓ **Filmhuis filmvoorstelling** (15.00 uur)
Filmvoorstelling 'A Casa Tutti Bene' (Italiaans gesproken/Nederlandse ondertiteling) is een drama/ komedie, waarin een gezellige familiereunie onttaardt in een chaotisch samenzijn. Voorstelling met gratis kopje koffie naar keuze en een plakje versgebakken cake.
BBD-prijs € 22,- / Ooievaarspasprijs € 11,- (inclusief film en koffie of thee met cake)



DONDERDAG 30 AUGUSTUS

✓ **Restaurant Hollandaise** (18.00 uur)
In dit ruim opgezette, vriendelijke restaurant in onze mooie stad kunt u genieten van de Frans / Hollandse keuken. Het driegangenkeuzemenu kost € 19,50.
BBD prijs € 12,50 / Ooievaarspasprijs € 6,25