

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.

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), 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), 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)

5 december: **Sint Kien met Catherien**

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

12 december: **Kerststukjes maken**

26 december: **Brunch en Kienen**

Donderdag

Beauty voor de Senior (14.00 - 17.00 in de BBD-ruimte)

"Beauty"-vervenmiddagen, waarbij vooral gezelligheid, persoonlijke aandacht en sociaal contact centraal staan.

Iedere 14 dagen (6 en 20 december)

Vrijdag

Bewegingsles op muziek (14.00 - 15.00 in het Atrium), deelname is gratis

Extra activiteiten in december

MAANDAG 10 DECEMBER

✓ **BBD-Winterdiner** (16.00 - 19.30)

Met optreden van het BBD-koor.

Locatie: Restaurant De Prael,

Esperantoplein 20

BBD-prijs € 15,-

Ooievaarspas € 7,50



MAANDAG 17 DECEMBER

✓ **Optreden Corda Mezza Voce** (18.30 - 20.00)

Een kamerkoor met een uitgebreid repertoire.

Locatie: Restaurant

Gratis, mogelijk gemaakt door Fonds 1818

✓ **Lichtjesavond** (18.00 - 21.00)

Locatie: Restaurant

VRIJDAG 21 DECEMBER

✓ **Modeverkoop Lafi Fashion** (10.00 - 16.00)

Locatie: Atrium

✓ **Borrelmiddag** (15.00 - 17.00)

Met een optreden van Peter en Desiree Surie.

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 december 2018

Vanaf woensdag 28 november 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.

BBD-Winterdiner

Lekker eten in kerstachtige sfeer bij onze burens in restaurant De Prael.

Op 10 december maken ze voor u een heerlijk stampotbuffet (met ook een vegetarische keuze).

U kunt meezingen met ons eigen BBD-koor die kerstliederen ten gehore brengt.

Amsterdam Light Festival

Op 12 december gaan we 's avonds in een privéboot een rondvaart maken over de Amsterdamse grachten om te genieten van de schitterende verlichting.



Rondje Geschiedenis: Den Haag door de eeuwen heen

Zaterdag 29 december sluiten we een boeiend en verlichtend jaar af met de geschiedenis van onze eigen mooie stad!

Wij wensen u warme en gezellige kerstdagen



AMEEZING KERST

MAANDAG 17 DECEMBER
15.00 - 18.00 uur
Samenzang in de GROTE KERK Den Haag



Philharmonisch koor Hagacantare en Gemengd Koor HagaSonare brengen internationale kerstliederen. m.m.v. Merel van Geest (sopraan), Ago Verdonchot (bas), André de Jager (orgel) en het Tarisio Ensemble. o.l.v. Danny Nootboom.

U bent van harte welkom om mee te zingen!

Prijs € 10,- / Ooievaarspas € 5,- incl. (rolstoel)vervoer, erwtensoep met roggebrood en een drankje. Voor deelname kunt u bellen met de BBD: 070 - 364 66 61

Met steun van: Gemeente Den Haag, Debman Foundation, Willem van Heck Fonds, Fonds 1818, Cultuurschakel, Bavo Stichting, Stichting Levi Lassen, Stichting Ons Thuis, Fonds Sluyterman van Loo en Stichting BBD.

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
LOHMANNPLEIN
WINKELCENTRUM

Oranje Fonds
voor sociale initiatieven

RCOAK
Rooms Katholiek Oudste Armen Kantoor

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

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
ma	12.30	Lidl, Jumbo, Action	A. Diepenbrockhof
di	10.00	Jumbo en Markt	Leyweg
di	10.00	Kleine Loo	Mariahoeve
wo	11.00	Aldi en Markt	Loosduinen
wo	12.00	Lidl, Jumbo, Action	A. Diepenbrockhof

do	10.00	AH-xl	Elandstraat
do	10.00	Hoogvliet	Kraaienstein
vr	10.00	AH en Jumbo	De Stede
vr	10.00	AH en Aldi	Sav. Lohmanplein (met rolstoelbus)
vr	10.00	AH en Digros	Leidschenveen

BBD-prijs € 3,- Ooievaarspaskorting van toepassing

Mensen die niet zelf mee kunnen om boodschappen te doen, kunnen een beroep doen op onze bezorgdienst

ZATERDAG 1 DECEMBER

✓ **Wintertocht Veluwe** (10.00 uur)
We starten de laatste maand van het jaar heerlijk winters met een mooie tocht naar de Veluwe.
BBD-prijs: € 24,50

ZONDAG 2 DECEMBER

✓ **Kerstlichtjesticht** (18.00 uur)
De eerste lichtjesticht van de maand in onze eigen mooie stad. We verzamelen op het BBD kantoor en eindigen bij het Kurhaus
BBD-prijs: € 17,50 / Ooievaarsprij: € 8,75
(inclusief koffie / thee met gebak)



MAANDAG 3 DECEMBER

✓ **Burgerveentocht en paling kopen** (10.00 uur)
Een fijne winterse tocht richting Burgerveen met een stop bij de palingboer, waar u nog steeds heerlijke vis kunt kopen. En natuurlijk stoppen we ook ergens om een bakje koffie te gaan drinken.
BBD-prijs: € 15,- (exclusief koffie / thee, excl. paling)

DINSDAG 4 DECEMBER

✓ **Bezoek Omroep MAX tv-opnames** (14.00 uur)
Vandaag gaan we weer een live uitzending van Omroep MAX bijwonen in de studio's te Hilversum!
BBD-prijs: € 19,50

WOENSDAG 5 DECEMBER

✓ **De BBD verrast!** (10.00 uur)
De laatste verrassingsactiviteit 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. Ter afsluiting trakteren wij u wederom op iets lekkers en wordt u weer thuisgebracht.
BBD-prijs: € 12,50 / Ooievaarsprij: € 6,25

DONDERDAG 6 DECEMBER

✓ **Rondje boulevard met vis** (15.00 uur)
We gaan een kijkje nemen bij de boulevard van Scheveningen en sluiten af met een lekker visje!
BBD-prijs: € 12,50 / Ooievaarsprij: € 6,25
(exclusief consumpties)

ZATERDAG 8 DECEMBER

✓ **Ooievaarsdagtocht: Lichtjesticht Special** (16.00 uur)
Op een gezellige locatie drinken we koffie of thee met iets lekkers, waarna we een pittoreske tocht maken door de mooi verlichte straten van onze regio. Na de tocht krijgt u een kerstdiner aangeboden bij Brasserie Bijna Thuis te Rijswijk met verschillende keuzes per gang en twee drankjes.
U kunt zich opgeven t/m 30 november.
Let op: Het aantal plaatsen is beperkt en door de gemeente Den Haag mogelijk gemaakt voor Ooievaarspashouders!
Ooievaarsprij: € 10,-

ZONDAG 9 DECEMBER

✓ **Kerstshow in de Driesprong** (10.00 uur)
Dit bekende tuincentrum in Zoetermeer is omgetoverd tot een sfeervol kerstparadijs waar u inspiratie kunt opdoen voor het versieren van uw eigen huis.
BBD-prijs: € 15,-
Ooievaarsprij: € 7,50

MAANDAG 10 DECEMBER

✓ **Rondleiding Venduehuis** (10.30 uur)
Heeft u altijd al eens een kijkje willen nemen achter de schermen bij een veilinghuis? Het Venduehuis biedt u deze mogelijkheid. U wordt ontvangen in de 'Aktekamer' met een kopje koffie. Vervolgens wordt verteld over de geschiedenis van het veilinghuis en de gang van zaken tijdens een veiling. Daarna kunt u uitgebreid rondkijken in de zalen waarbij wordt stilgestaan bij een aantal bijzondere objecten.
BBD-prijs: € 9,50 / Ooievaarsprij: € 4,75
(inclusief rondleiding en koffie / thee)

DINSDAG 11 DECEMBER

✓ **Amazing Oriental Den Haag Ypenburg** (10.00 uur)
Met 20 vestigingen is Amazing Oriental de grootste Aziatische supermarktketen in Nederland. In het restaurant kunt u daarnaast terecht voor lekkere hapjes en drankjes.
BBD-prijs: € 8,- / Ooievaarsprij: € 4,-

WOENSDAG 12 DECEMBER

✓ **Amsterdam Light Festival** (15.00 uur)
Jaarlijks zet het Amsterdam Light Festival de Amsterdamse binnenstad en de grachten in de schijnwerpers. We maken een schitterende avondvaarttocht door de grachten van onze hoofdstad. We hebben de beschikking over een verwarmde privéboot met onbeperkt drankjes en een stukje kerststol. Het aantal plaatsen is beperkt.
BBD-prijs: € 39,50

VRIJDAG 14 DECEMBER

✓ **Kerstdiner Maaltijd Express** (17.00 uur)
Deze avond worden we verwend door de Maaltijd Express met een heerlijk kerstmenu. In de moderne en goed toegankelijke kantine van DUNO te Den Haag beginnen we met een kalkoencocktail, waarna het hoofdgerecht bestaat uit een met wildegehackte gevulde rollade geserveerd met gevulde appel en aardappelkroketjes. Het dessert bestaat uit flensjes in sinaasappelsaus en vanille-ijs. Als heerlijke afsluiter hebben we koffie met bonbons.
De prijs voor dit overheerlijke diner is € 14,50 en met een Ooievaarspas krijgt u € 2,20 korting!
BBD-prijs: € 12,50 / Ooievaarsprij: € 6,25
(exclusief diner)

ZATERDAG 15 DECEMBER

✓ **Ooievaarsdagtocht: kerstmarkt Leusden** (10.00 uur)
We starten de dag met koffie en thee op een mooie locatie, waarna we richting Leusden in de provincie Utrecht vertrekken om daar de gezellige kerstmarkt te bezoeken.
Na de tocht krijgt u een kerstdiner aangeboden bij Brasserie Bijna Thuis te Rijswijk met verschillende keuzes per gang en twee drankjes.
U kunt zich opgeven t/m 30 november.
Let op: Het aantal plaatsen is beperkt en door de gemeente Den Haag mogelijk gemaakt voor Ooievaarspashouders!
Ooievaarsprij: € 10,-

WOENSDAG 16 DECEMBER

✓ **Winterlicht Weimarstraat** (18.00 uur)
Het Regentesse/Valkenboskwartier krijgt dit jaar voor het eerst een eigen winterfestival: Winterlicht. Op deze avond verandert de Weimarstraat in een groot Winterwonderland. In de winkels kunt u dans-, theater-, poetry- en muziekvoorstellingen zien of aan workshops meedoen en op het Regentesseplein zal een kerstmarkt zijn.
BBD-prijs: € 9,50 / Ooievaarsprij: € 4,75



ZONDAG 16 DECEMBER

✓ **Kerstconcert koor de Buren** (14.30 uur)
Kerstconcert in de Bethelkerk door het enthousiaste amateurkoor de Buren.
BBD-prijs: € 8,- / Ooievaarsprij: € 4,-

MAANDAG 17 DECEMBER

✓ **A Meezing Kerst in de Grote Kerk** (15.00 uur)
Het Philharmonisch Koor Hagacantare en het Gemengd koor HagaSonare brengen al voor de veertiende keer nationale en internationale kerstliederen in de Grote Kerk in het centrum van Den Haag ten gehore. Natuurlijk ben u weer van harte uitgenodigd om mee te zingen.
U wordt opgehaald tussen 13.00 uur en 14.00 uur.
BBD-prijs: € 10,- / Ooievaarsprij: € 5,-
(inclusief entree, vervoer, snert met roggebrood en een drankje)



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.

✓ **Pannenkoeken Meyendel** (11.00 uur)
De eigenaar van boerderij Meyendel trakteert 1 x per maand op een pannenkoek of broodje naar keuze met twee drankjes. U kunt zich hiervoor opgeven maar houdt er rekening mee dat het even kan duren voordat u aan de beurt bent.
BBD-prijs: € 8,- / Ooievaarsprij: € 4,-
(inclusief pannenkoek of broodje naar keuze met twee drankjes)

DINSDAG 18 DECEMBER

✓ **Grand Café 2018** (14.30 uur)
Een veelzijdige muziekvoorstelling door Muziektheater Briza in het Zeeheldentheater.
De zes muzikanten/zangeressen zingen en spelen herkenbare liedjes en muziekjes uit de hele wereld o.a. uit Spanje, Portugal, Brazilië, het Andes gebergte, Engeland, Indonesië en natuurlijk ook uit eigen land. De theaterzaal wordt omgebouwd tot een gezellig muziekcafé, waar iedereen onder het genot van een drankje en hapje, kan meezingen, meeklappen en zelfs dansen.
BBD-prijs: € 9,50 / Ooievaarsprij: € 4,75

WOENSDAG 19 DECEMBER

✓ **Ooievaarsdagtocht: Lichtjesticht Special** (16.00 uur)
Gezellig koffie drinken en een mooie tocht door verlichte straten en als afsluiting een overheerlijk kerstdiner. Zie ook 8 december.
Ooievaarsprij: € 10,-
✓ **Filmhuis filmvoorstelling** (15.00 uur)
Filmvoorstelling 'Edie' De tachtigjarige Edith Moore besluit haar jeugdroom na te jagen en vertrekt hals-overkop naar de Schotse Hooglanden om daar een berg te beklimmen.
Voorstelling met gratis kopje koffie naar keuze en een plakje versegebakken cake.
BBD-prijs: € 22,- / Ooievaarsprij: € 11,-
(inclusief film en koffie / thee met cake)



DONDERDAG 20 DECEMBER

✓ **Kerstdiner bij het Proeflokaal** (17.00 uur)
Het diner in buurthuis Mandelaplein wordt gekookt en geserveerd door leerlingen van praktijk scholen en vrijwilligers.
De prijs voor het driegangenkerstmenu is € 3,50.
BBD-prijs: € 9,50 / Ooievaarsprij: € 4,75
(exclusief eten)

ZATERDAG 22 DECEMBER

✓ **De BBD verrast!** (10.00 uur)
We maken een korte tocht door de Haagse regio, daarvoor en daarna trakteren we u op koffie en iets lekkers in onze ontmoetingsruimte.
BBD-prijs: € 12,50
Ooievaarsprij: € 7,50



✓ **Optreden Dickens Trio bij Tabitha** (14.00 uur)
De hartverwarmende verhalen van Charles Dickens herleven bij het zien en horen van dit drietal met zijn warme winterse klanken.
Kerstmuziek van alle tijden, traditioneel zowel als modern. Lyrisch instrumentaal gespeeld en betoverend gezongen. Geniet van het heerlijke kerstgevoel.
BBD-prijs: € 8,- / Ooievaarsprij: € 4,-

ZONDAG 23 DECEMBER

✓ **Kerstmarkt België - Wijnegem** (09.00 uur)
Vandaag vertrekken we vroeg richting België om daar vlakbij Antwerpen de welbekende kerstmarkt in Wijnegem te bezoeken.
BBD-prijs: € 24,50
✓ **ADO den Haag - Feyenoord** (13.30 uur)
In samenwerking met stichting De Grijsje Reigâh Tribune gaan we vandaag naar het stadion van ADO voor de wedstrijd tegen Feyenoord!
BBD-prijs: € 7,50 / Ooievaarsprij: € 3,75

MAANDAG 24 DECEMBER

✓ **Kringloop Westduinweg** (10.00 uur)
Vandaag zijn we voor de laatste keer dit jaar uitgenodigd door Schroeder voor een bezoek aan de Kringloop aan de Westduinweg om weer lekker te struinen en neuzelen. Ontvangst met koffie met wat lekkers.
BBD-prijs: € 8,- / Ooievaarsprij: € 4,-
✓ **Kerstavond bij de BBD** (18.00 uur)
Op Kerstavond willen we graag voor u een gezellig samenzijn organiseren op het BBD-kantoor. We beschikken over een grootbeeldscherm en gaan kijken en luisteren naar bijzondere kerstuitzendingen. Onder het genot van een hapje en een drankje maken we er een sfeervolle avond van.
BBD-prijs: € 12,50 / Ooievaarsprij: € 6,25
(inclusief hapjes en drankjes)

WOENSDAG 26 DECEMBER

✓ **Kerstbrunch met Kienen** (12.00 uur)
Op Tweede Kerstdag willen we u graag verblijden met een gezellige brunch bij ons op kantoor. Na de brunch is het tijd om te Kienen. Hiervoor geldt dat de eerste ronde gratis is, daarna betaald u € 0,50 per ronde. We maken er een gezellige dag van met muziek en lekker eten!
BBD-prijs: € 12,50 / Ooievaarsprij: € 6,25

DONDERDAG 27 DECEMBER

✓ **IKEA Delft** (10.00 uur)
Lekker rondkijken en een bezoekje aan het restaurant waar je lekkere dingen voor weinig kunt kopen.
BBD-prijs: € 9,50 / Ooievaarsprij: € 4,75
(exclusief eten en drinken)

ZATERDAG 29 DECEMBER

✓ **Rondje Geschiedenis: Den Haag door de eeuwen heen** (13.00 uur)
Vandaag staat weer eens een Rondje Geschiedenis in ons eigen BBD kantoor op het programma. Met de succesformule van vorig jaar. We gaan terug in de tijd; van de Romeinen tot de Spanjaarden, Fransen en Pruisen. Van bijzondere verhalen en legendes tot feitelijke gebeurtenissen. Van cultuur tot politiek. Een gezellige middag met ook nog een leuke quiz gepresenteerd door ons BBD team; onder het genot van toepasselijke hapjes en drankjes.
BBD-prijs: € 12,50 / Ooievaarsprij: € 6,25



ZONDAG 30 DECEMBER

✓ **Wintertocht Nieuwkoopse Plassen** (10.00 uur)
Na het vele eten van de afgelopen dagen is het tijd om te zitten en te ontspannen. Dat kan tijdens een mooie tocht naar de Nieuwkoopse Plassen met een stop voor koffie op een fijn plekje!
BBD-prijs: € 15,- / Ooievaarsprij: € 7,50

MAANDAG 31 DECEMBER

✓ **Oliebollen bakken!** (10.00 uur)
Op de laatste dag van het jaar gaan we dit jaar ZELF oliebollen bakken op het BBD kantoor! Naast het smullen van verse oliebollen bieden we u ook nog de optie aan om een zakje tegen een schappelijke prijs mee naar huis te nemen. We drinken een kopje koffie om op een gezellige manier het oude jaar af te sluiten. De prijs voor 5 oliebollen is € 2,50.
BBD-prijs: € 9,50 / Ooievaarsprij: € 4,75



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