

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.

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

Zachte Chinese bewegingskunst die u ontspant en soepel houdt.

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

6 juni: Filmmiddag - De Mounties

13 juni: Knutselen

20 juni: Kien met Catherien!

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

27 juni: Filmmiddag - Muziek

Donderdag

Beauty voor de Senior (14.00 - 17.00 in de BBD-ruimte, niet op 13 en 20 juni)

Vrijdag

Bewegingsactiviteit (14.00 - 15.00 in het Atrium)

Bewegingsles op muziek, deelname is gratis.

Extra activiteiten in juni

ZATERDAG 2 JUNI

✓ **Het Danspaleis Sensor** (15.00 - 17.00)

Namens Sensor nodigen we u van harte uit voor een gratis ouderwets gezellige disco.

De PlatenDraaier trekt ouwe krakers uit de koffer zoals Johnny Hoes, Louis Prima, Doris Day en vele andere sterren van weleer. Van meezinger tot tranentrekker, van polonaise tot rock-'n-roll!

Locatie: Atrium, toegang gratis.

foto: Gaby Jongenelen



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 juni 2018

Vanaf woensdag 30 mei 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.

Fonds 1818 festival

Op zaterdag 9 juni wordt met een groots opgezette feestdag in en om de Grote Kerk het 200-jarig jubileum van de Nutsspaarbank en Fonds 1818 gevierd.



Het festival barst van de creatieve activiteiten, workshops, optredens en inspirerende ideeën. In de kerk presenteert Fonds 1818 projecten die de afgelopen jaren zijn ondersteund en rond de kerk zijn foodtrucks, terrassen, poppentheater, een zweefmolen, een streekmarkt en een buitenpodium vol regionaal muziek- en danstalent.

Het Fonds 1818 sing-a-long-koor, met bijna 1000 zangers, opent het festival om 12.45 uur. De koren worden begeleid door een orkestband, het carillon van de Grote Kerk én vanaf de toren van de kerk, door een koperensemble.

Deze activiteit wordt gratis aangeboden.

BiblioBD

Vanaf deze maand beginnen we op de maandagmiddagen met een gezellige plek en tijd te creëren voor het uitwisselen van het geschreven woord in allerlei vorm!



Stichting BBD
Esperantostraat 160
2518 LH Den Haag

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

Volvo Ocean Race

Maandag 25 juni gaan we de Race Village van de Volvo Ocean Race bezoeken. De grootste zeilwedstrijd ter wereld eindigt dit jaar in Scheveningen, waar we dankzij de gemeente Den Haag en de organisatie een kijkje op het terrein mogen nemen!



foto: Ugo Fonolla / Volvo Ocean Race

Op vakantie met de BBD

In augustus gaan we op vakantie naar Winterberg, er zijn nog enkele plaatsen vrij. Wilt u mee of meer inlichtingen? Bel dan met 06 - 24 61 09 51 of 06 - 24 62 18 76

NK Scootmobiel

Deelnemers gezocht! Op woensdag 27 juni organiseert Stichting Gouden Dagen het NK Scootmobiel voor ouderen op Circuit Zandvoort.



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

KCOAK
Rooms Katholiek Oud- Armen Kantoor

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

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. Diepenbroekhof
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. Diepenbroekhof

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



VRIJDAG 1 JUNI

✓ **Lunchen bij Brouwerij de Prael** (11.30 uur)
Bij een lekker biertje, hoort lekker eten, zo redeneert deze nieuwe Haagse brouwerij, die zich recht tegenover het kantoor van de BBD bevindt. De gerechten die zij serveren zijn eerlijke, vaak Hollandse maaltijden. De ingrediënten worden zoveel mogelijk bij lokale leveranciers ingekocht en met zorg klaargemaakt. Ook op het terras kunt u heerlijk genieten! De lunchprijs bedraagt € 10,- en dient apart te worden afgerekend. BBD-prijs € 12,50 / Ooievaarsprij € 6,25 (exclusief lunch)

ZATERDAG 2 JUNI

✓ **Graskaasdag Woerden** (10.00 uur)
Een plein vol kaas, kaashandelaren, kaasmakers en natuurlijk terrassen en liefhebbers van het welbekende streekproduct. Er is vertier voor jong en oud! BBD-prijs € 17,50

ZONDAG 3 JUNI

✓ **Rockart museum met live country muziek** (11.00 uur)
De Nederlandse Popmuziekgeschiedenis vanaf de jaren 50 tot heden, van Armand tot ZZ en de Maskers, van Indorock tot de Golden Earring en van Jazz tot Rock 'n Roll, in de vorm van popmemorabilia, beeld, geluid en info. Ook staan in het museum de originele Radio Veronica studio's uit de jaren '60 opgesteld. Deze 'trip down memory lane' is een echte aanrader voor muzikliefhebbers!

BBD-prijs € 22,- / Ooievaarsprij € 11,- (inclusief entree)

MAANDAG 4 JUNI

✓ **IKEA Delft** (10.00 uur)
Hier is altijd wel iets dat u kunt gebruiken, we zorgen ervoor dat we vroeg arriveren, zodat u voordelig iets kunt eten of drinken in het restaurant. BBD-prijs € 9,50 / Ooievaarsprij € 4,75 (exclusief eten en drinken)

DINSDAG 5 JUNI

✓ **Tocht Noordwijk met pioenrozen kopen** (10.00 uur)
Vandaag maken we een mooie tocht door Noordwijk en omgeving, waarbij we tevens een stop maken om pioenrozen direct bij de kweker te kopen! BBD-prijs € 15,- / Ooievaarsprij € 7,50 (exclusief rozen)

WOENSDAG 6 JUNI

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



DONDERDAG 7 JUNI

✓ **Eten bij Proeflokaal Mandelaplein** (17.00 uur)
Bij het Proeflokaal worden de maaltijden gekookt en geserveerd door leerlingen van praktijkscholen en vrijwilligers met een afstand tot de arbeidsmarkt. De prijs voor een dagvers driegangenu is € 3,50. BBD-prijs € 9,50 / Ooievaarsprij € 4,75 (exclusief eten)

ZATERDAG 9 JUNI

✓ **Fonds 1818 festival** (11.00 uur)
Het 200-jarig jubileum van de Nutsspaarbank en Fonds 1818 is reden voor een groot feest, het vindt plaats in en om de Grote Kerk. Het festival barst van de creatieve activiteiten, workshops, optredens en inspirerende ideeën. In de kerk presenteert het Fonds de projecten die de afgelopen jaren ondersteund zijn, ook de BBD zal met een informatiestand aanwezig zijn.

De BBD biedt u deze activiteit gratis aan inclusief gratis vervoer.

ZONDAG 10 JUNI

✓ **Vaartocht Groene Hart** (10.00 uur)
Vandaag maken we een mooie boottocht door het Groene Hart: één van de twintig Nationale Landschappen van Nederland. Elk Nationaal Landschap heeft een unieke combinatie van cultuurhistorische en natuurlijke elementen. Binnen het Groene Hart van Holland bestaat dit uit uitgestrekte weiden, veengebieden, grote plassen, meren en rivieren, maar ook historische dorpen en steden, forten en boerderijen en een rijk landleven met veel streekproducten. BBD-prijs € 22,- / Ooievaarsprij € 11,- (inclusief vaartocht)

MAANDAG 11 JUNI

✓ **Bezoek Plukkerij Framblij** (12.00 uur)
Bij deze plukkerij in Monster kan in de zomer biologisch fruit geplukt worden. Het stalletje met vers fruit en jam is ook geopend. Geniet van de buitenlucht en het fruit! BBD-prijs € 15,- / Ooievaarsprij € 7,50 (inclusief koffie / thee, frambozenmuffin en bakje fruit)



DINSDAG 12 JUNI

✓ **Bezoek museum in den Halven Maen** (11.00 uur)
Een bezoek aan dit nostalgische museum in Tinte is een must voor eenieder die het verleden een warm hart toedraagt. Met zijn cafeetje, kruidenierswinkel en zoetwarenhuis, die allemaal gevuld zijn met waren uit vervlogen tijd, waant u zich weer in vroegere tijden. En ook in de aansluitende tuin is het heerlijk vertoeven! BBD-prijs € 17,50 / Ooievaarsprij € 8,75 (inclusief entree)

WOENSDAG 13 JUNI

✓ **Zeehondensafari Zierikzee** (08.30 uur)
Op één van de zandbanken in de Oosterschelde is een grote groep zeehonden neergestreken waar we met laagtij heel dichtbij kunnen komen. Tijdens de speciale zeehondensafari van Frisia rondvaarten nemen we uitgebreid de tijd om in stilte van deze prachtige dieren te genieten. Een unieke kans! BBD-prijs € 36,50 (inclusief safari)



DONDERDAG 14 JUNI

✓ **Eten bij Zarautz op Scheveningen** (18.00 uur)
In het hart van Scheveningen dorp, vlakbij de Keizerstraat kunt u in dit gezellige restaurant lekker en betaalbaar eten, met o.a. kipsatéschotel, varkenschnitzel, visstooftopje of onbeperkt spareribs vanaf € 14,50. BBD-prijs € 12,50 / Ooievaarsprij € 6,25 (exclusief diner)

ZATERDAG 16 JUNI

✓ **Kunst in het Groene Hart** (11.00 uur)
Vandaag zijn we uitgenodigd op landgoed de Nootenhof te Snelrewaard in de provincie Utrecht voor een dag vol natuur en cultuur. Een exposé van Afrikaanse kappersborden met aansluitend een rondleiding over het pittoreske landgoed. Van daaruit gaan we richting Oudewater voor een tour de façade. Voor degenen onder ons die dan liever een terrasje pakken... die mogelijkheid is aanwezig. BBD-prijs € 17,50 (inclusief lunchpakketjes)

ZONDAG 17 JUNI

✓ **De BBD verrast!** (11.00 uur)
Genieten van een leuk uitstapje in de Haagse regio, inclusief koffie, thee en iets lekkers.

Zie ook 6 juni
BBD-prijs € 12,50
Ooievaarsprij € 6,25



MAANDAG 18 JUNI

✓ **Tuincentrum de Bosrand - Wassenaar** (10.00 uur)
Meer dan 25 jaar geleden klein begonnen en inmiddels uitgegroeid tot een ruim en modern tuincentrum waar geen dag hetzelfde is met een ruime keuze aan verse planten. BBD-prijs € 8,- / Ooievaarsprij € 4,-

DINSDAG 19 JUNI

✓ **Bronbeek museum Arnhem** (10.00 uur)
Museum Bronbeek belicht de koloniale vaderlandse geschiedenis. Centraal staan de invloed van de overheid op de koloniale samenleving en het optreden van het Koninklijk Nederlands-Indisch Leger (KNIL). De entreeprijs is € 6,- en dient apart te worden afgerekend. Voor 65-plussers € 3,- (op vertoon van legitimatie) en met een Museumkaart is de toegang gratis. BBD-prijs € 23,50 (exclusief entree)

WOENSDAG 20 JUNI

✓ **Stedentrip Bennekom en omgeving** (10.00 uur)
Bennekom centrum heeft een zeer gevarieerd aanbod aan winkels. Van bloemen tot boeken en van huishoudelijke artikelen tot brood. Daarnaast heeft Bennekom in de Veluwe als woonplaats een lange historie. Zo werden eind juli 2006 de resten van een boerderij met bijgebouwen uit de vroege ijzertijd (800 tot 500 v. Chr.) gevonden. We maken er een leuke dag van! BBD-prijs € 22,50

✓ **Diner en dans Wijndaelercentrum** (16.00 uur)
Heerlijke soep, een satéschotel en een ijsdessert. Vanaf 19.30 uur klinken de klanken van de sixties. Een rockband zal iedereen in beweging brengen en wij hopen dat de voetjes van de vloer zullen gaan. De prijs van de maaltijd en het optreden is € 20,- en dient apart afgerekend te worden. BBD-prijs € 12,50 / Ooievaarsprij € 6,25 (exclusief diner)

VRIJDAG 22 JUNI

✓ **Paleis Soestdijk** (10.00 uur)
Een bezoek aan Paleis Soestdijk is en blijft bijzonder. Tijdens uw bezoek leert u Paleis Soestdijk kennen waarin prinses Juliana en prins Bernhard lange tijd hebben gewoond. De originele sfeer is zoveel mogelijk behouden gebleven. Het gebouw is authentiek en bijna zeventig jaar intensief bewoond. Dit maakt het tot een kwetsbaar onderdeel van ons cultureel erfgoed. De entreeprijs bedraagt € 13,50 en dient apart te worden afgerekend. BBD-prijs € 24,50 (exclusief entree)



ZATERDAG 23 JUNI

✓ **Huifkartocht Veluwe** (11.00 uur)
Een sterk span paarden stapt stevig over de avontuurlijke bosweggetjes in de omgeving van Otterlo en voert u naar de mooiste plekjes. Stap in de huifkar en neem plaats achter de twee krachtpaters voor een huifkartocht over de Veluwe. BBD-prijs € 32,50 (inclusief koffie met gebak en tocht)



ZONDAG 24 JUNI

✓ **Rondje Geschiedenis - de Zuiderzee** (10.00 uur)
Vandaag gaan we op pad door polderland en over het IJsselmeer. Heen met de boot van Enkhuizen naar Stavoren, terug over de Afsluitdijk. Naast de geweldige panorama's staat de geschiedenis van het meer centraal. Al vanaf de late middeleeuwen werd van hieruit rijkdom vergaard door de wereldzeeën te bevaren. Natuurlijk komt ook het huzarenstukje 'Afsluitdijk' aan bod. We beginnen de dag met koffie en gebak. Voor onderweg krijgt u een lunchpakketje mee. Voor eigen rekening zijn alleen nog de consumpties aan het einde van de dag. Waar we de dag afsluiten is op dit moment nog niet bekend, maar de locatie zal zoals altijd weer bijzonder zijn. BBD-prijs € 34,50 (inclusief lunchpakketje en koffie met wat lekkers, exclusief overige consumpties)

MAANDAG 25 JUNI

✓ **Volvo Ocean Race** (10.00 uur)
De Volvo Ocean Race is de langste en zwaarste zeilrace ter wereld. Dit jaar eindigt deze legendarische race voor het eerst in de historie in Nederland. Na 45.000 zeemijlen is Den Haag de ultieme bestemming. We krijgen exclusief toegang tot het terrein waar u alles van dichtbij kunt meemaken! *Met dank aan de gemeente Den Haag kunnen we u deze activiteit gratis aanbieden!* *Inclusief lunchpakketjes.*

✓ **Winkelen Kringloop Scheveningen** (10.00 uur)
Vandaag zijn we wederom uitgenodigd door Schroeder voor een bezoek aan de Kringloop op Scheveningen om weer lekker te struinen. Ontvangst met koffie met wat lekkers en dan rondbanjeren met eventueel nog een rondje boulevard! BBD-prijs € 8,- / Ooievaarsprij € 4,-

DINSDAG 26 JUNI

✓ **Lunch Gouden Leeuw Voorschoten** (11.30 uur)
Bij deze vestiging van Van der Valk kunt u voor € 16,50 onbeperkt lunchen. De naastgelegen versmarkt is ook het bezoeken waard! BBD-prijs € 12,50 / Ooievaarsprij € 6,25 (exclusief lunch)



Optreden van 'De lach en de Traan' in Het Zamen met als speciale gast Wieteke van Dort

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