

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

Crea-ochtend (9.30 - 13.30 in het Atrium), deelname is gratis

Tabletcursus (14.00 - 16.00 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

Bingo (14.00 - 16.00 in het restaurant)

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

Woensdag

Stoelgymnastiek (11.00 - 12.00 in het Atrium)

Het lichaam ontspannen en versterken met eenvoudige oefeningen en aandacht voor de ademhaling.

Inclusief koffie / thee met een koekje na afloop.

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

1 mei: **Knutselen**

8 mei: **Kien met Catherien**

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

15 mei: **Muziekmiddag**

Verzoekjes kunnen worden aangevraagd en worden getoond op het grote beeldscherm.

22 mei: **Kien met Catherien**

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

29 mei: **Knutselen**

Donderdag

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

'Beauty'-verwenmiddagen, waarbij vooral gezelligheid, persoonlijke aandacht en sociaal contact centraal staan.

Deze maand alleen op 2 mei.

Vrijdag

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

Extra activiteiten in mei

VRIJDAG 3 MEI

✓ **Workshop Mindfulness** (14.00 - 16.30)
i.s.m. 'Ken je Kracht' - Locatie: BBD-ruimte
Mindfulness is leven met aandacht zodat u stopt met piekeren en minder stress ervaart.

DONDERDAG 9 MEI

✓ **Mandoline Ensemble** (14.30 - 16.30)
'Oefening Baart Kunst', locatie: Restaurant
Gratis, mogelijk gemaakt door CultuurSchakel

MAANDAG 13 MEI

✓ **Themadiner: Holland** (16.30 - 20.00)
Met een optreden van 'Rondje Hazes'.
locatie: De Prael - € 15,00 / Ooievaarspas € 7,50

WOENSDAG 15 MEI

✓ **Optreden 'de Kneuzelaars'** (14.30 - 16.00)
locatie: Restaurant
Gratis, mogelijk gemaakt door Fonds 1818.

VRIJDAG 17 MEI

✓ **Fotovoorstelling Shell-diner** (14.00 - 17.00)
Locatie: BBD-ruimte

ZATERDAG 18 MEI

✓ **Finale Eurovisie Songfestival** (20.00 - 24.00)
Live op grootbeeld tv.
Locatie: BBD-ruimte

DONDERDAG 23 MEI

✓ **Marijke Mode verkoop** (11.00 - 16.00)
Locatie: Atrium - Gratis.

ZATERDAG 25 MEI

✓ **Super Bingo** (14.00 - 16.30)
Locatie: Restaurant

VRIJDAG 31 MEI

✓ **Borrelmiddag** (14.30 - 16.30)
Met een optreden van Desiree Surie en vader.
Locatie: Restaurant

Stichting BBD - Esperantostraat 160 - 2518 LH Den Haag



Port Betaald



programma mei 2019

Vanaf woensdag 24 april 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-Themadiner: Holland! Met 'Rondje Hazes'

Maandag 13 mei vieren we ons eigen kleine land met vertrouwd en lekker eten bij onze burens in de Prael en een optreden van 'Rondje Hazes' die er weer een heerlijk meezingfestijn van gaan maken.

Fondsen korting



Museum Plus Bus

Vrijdag 10 mei gaan we met de Museum Plus Bus naar het Cobra-museum voor Moderne Kunst Amstelveen waar we werk van o.a. Karel Appel, Constant en Corneille kunnen gaan bewonderen.

Fondsen korting

BINGO!

BBD-Bingoboot

Maandag 6 mei is het weer tijd voor de BBD-Bingoboot. Ontspannen zittend met een mooi uitzicht over het steeds veranderende landschap, is het goed prijzen winnen!



Alle winnaars van harte gefeliciteerd!

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



KCOAK
Rooms Katholiek Oud- Armen Kantoor

- 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 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

WOENSDAG 1 MEI

✓ **Van Kleef museum met proeverij** (13.30 uur)
Lang geleden, toen de straten nog gehuld gingen in de dikke dampen van de steeds meer oprukkende industrialisatie, bloeide er in het oude Haagsche centrum een fabriek van jenevers, bitterextracten en li-keuren. Van Kleef stoomdistilleerderij is gevestigd aan de Lange Beestenmarkt, we bezoeken het museum en nemen deel aan de proeverij!
BBD-prijs: € 27,50 (inclusief rondleiding en proeverij)

DONDERDAG 2 MEI

✓ **Eten bij Bistro Berg & Dal** (17.30 uur)
Deze avond gaan we heerlijk dineren bij Berg & Dal. Een schitterend gelegen bistro in de bosjes van Pex met een driegangenuzetmenu voor € 19,50.
BBD-prijs: € 12,50 / Ooievaarspasprijs: € 6,25 (exclusief diner)

ZATERDAG 4 MEI

✓ **Museum BroekerVeiling** (10.00 uur)
In Broek op Langedijk vindt u de oudste veiling ter wereld waar in 1887 het veilen bij afslag is ontstaan. Deze manier van veilen wordt nu bij alle grote veilingen toegepast. Duik in de geschiedenis en beleef hoe een groenteveiling ruim een eeuw geleden verliep. De toegangsprijs bedraagt € 17,50 en dient apart te worden afgerekend. Met een Museumkaart is deze gratis!

✓ Onderweg maken we een stop voor koffie / thee.
BBD-prijs: € 19,50 (inclusief koffie / thee, exclusief toegang)



ZONDAG 5 MEI

✓ **De BBD Verrast** (11.00 uur)
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. Na afloop krijgt u nogmaals iets lekkers en wordt u weer thuisgebracht.
BBD-prijs: € 12,50 / Ooievaarspasprijs: € 6,25

MAANDAG 6 MEI

✓ **BBD-Bingoboot** (10.00 uur)
Het is weer tijd voor de BBD-Bingoboot! Midden in het Groene Hart vertrekt het schip van Rederij van Hulst om 11.00 uur voor een drie uur durende rondvaart met verschillende bingorondes met mooie prijzen.
(€ 0,50 per kaart, u kunt meerdere kaarten kopen.)
BBD-prijs: € 22,- / Ooievaarspasprijs: € 11,- (exclusief vaartocht)

DINSdag 7 MEI

✓ **Eten Wateruin Naaldwijk** (12.00 uur)
Te midden van koikarpervijvers, voliëres, bomen en rotsblokken kunt u all-inclusive genieten van diverse internationale keukens. Gevarieerde wok-gerechten worden vers bereid waar u bij staat. De prijs voor het onbepaald eten en drinken bedraagt € 16,- p.p. en dient apart te worden afgerekend.
BBD-prijs: € 15,- / Ooievaarspasprijs: € 7,50 (exclusief eten en drinken)



WOENSDAG 8 MEI

✓ **Workshop schilderen** (10.30 uur)
Een leuke schilderworkshop in het atelier van MIAW op de Noordwal te Den Haag waarbij u professioneel wordt begeleid. U gaat gegarandeerd met een leuk schilderij naar huis waar u trots op mag zijn.
BBD-prijs: € 18,- / Ooievaarspasprijs: € 9,- (inclusief workshop, lunch, koffie/thee)

DONDERDAG 9 MEI

✓ **Aan tafel met de BBD** (17.00 uur)
BBD-medewerkers organiseren een gezellige avond met een maaltijd en een drankje.
BBD-prijs: € 12,50 / Ooievaarspasprijs: € 6,25 (inclusief eten en drinken)
✓ **Bezoek Pelgrimshoeve** (13.30 uur)
Snuffelen op deze tweedehandsmarkt die gevestigd is in een boerderij.
BBD-prijs: € 9,50 / Ooievaarspasprijs: € 4,75

VRIJDAG 10 MEI

✓ **Cobramuseum** (09.00 uur)
Vandaag gaan we met en dankzij de Museum Plus Bus gratis naar het Cobramuseum voor Moderne Kunst Amstelveen. De vaste collectie omvat werken van onder anderen Karel Appel, Constant, Corneille en Jan Sierhuis.
Let op: Deelnemers moeten in staat zijn om in te stappen in de turingcarbus.

MuseumPlusBus BBD-prijs: € 12,50 (inclusief entree, koffie / thee en lunch in het museum café)

ZATERDAG 11 MEI

✓ **Bazaar Beverwijk** (11.00 uur)
De Bazaar in Beverwijk, een kleurrijke combinatie van 100.000 m² outlets, winkels, kramen en eetkramen. U vindt hier producten uit de hele wereld.
BBD-prijs: € 17,50

ZONDAG 12 MEI

✓ **Huifkartocht Beekse Hoeve** (11.00 uur)
Een gevarieerde huifkartocht met paarden door de bossen en heidevelden van de Veluwe.
BBD-prijs: € 34,50 (inclusief tocht en lunchpakketje)

MAANDAG 13 MEI

✓ **BBD-Themadiner – Holland!** (16.00 uur)
Deze maand gaan we heerlijk terug naar eigen bodem met een Hollandse avond bij onze burens in restaurant De Prael, aangevuld met een aantekelijng optreden van 'Rondje Hazes'!
BBD-prijs: € 15,- / Ooievaarspasprijs: € 7,50

DINSdag 14 MEI

✓ **Rondje Geschiedenis** (10.00 uur)
Papiermolens en Monumentale Interieurs
We gaan vandaag naar Westzaan en Zaandijk en terug naar de 17de en 18de eeuw. We worden rondgeleid door de enige nog werkzame papiermolen ter wereld; de 'Schoolmeester'. Al eeuwen wordt in de Zaanstreek het beste papier ter wereld gemaakt. Zo is de Onafhankelijkheidsverklaring van de Verenigde Staten van Amerika (4 juli 1776) gedrukt op Zaans papier. Aansluitend bezoeken we museum Honig Breethuis waar we worden rondgeleid door prachtige originele stijkkamers.
Let op: deze activiteit is niet geschikt voor mensen die niet goed ter been zijn.
BBD-prijs: € 32,50 (inclusief koffie / thee met gebak, entrees en rondleidingen en een lunchpakketje. Exclusief consumpties bij de afsluiting van de dag)



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

✓ **Koempoelan Tabitha** (14.15 uur)
Tijdens deze Indische Soos maken we er een gezellige middag van met een glaasje rozenstroop, een heerlijk Indisch hapje en bekende Indische liedjes.
BBD-prijs: € 10,- / Ooievaarspasprijs: € 5,-

WOENSDAG 15 MEI

✓ **Achelse Kluis** (10.00 uur)
De Achelse Kluis, officieel de abdij Onze-Lieve-Vrouw-van-La-Trappe-van-de-Heilige-Benedictus geheten, is een voormalige cisterciënzer abdij deels op Belgisch, deels op Nederlands grondgebied. De abdij bezit een brouwerij, een herberg-brasserie, een voedingswinkel (met o.a. een keur aan bieren), een galerie voor religieuze artikelen en een expositieruimte.
We maken er een mooie dag van.
BBD-prijs: € 27,50

DONDERDAG 16 MEI

✓ **Lunch Esloo College** (12.30 uur)
In samenwerking met de Hofpas Den Haag kunt u deze middag voor slechts € 2,50 lunchen bij het Esloo College in Den Haag. In het restaurant van het Esloo College wordt bedient door horecastudenten. De Hofpas krijgt u hier gratis bij en ontvangt u eerdags thuis op de mat.
BBD-prijs: € 10,-
Ooievaarspasprijs: € 5,- (exclusief lunch)

ZATERDAG 18 MEI

✓ **Tocht Westland en Paviljoen de Zweth** (10.00 uur)
We maken een mooie tocht door het Westland en sluiten af bij Paviljoen de Zweth dat een schitterend uitzicht over de polders van Midden-Delfland heeft.
BBD-prijs: € 15,- / Ooievaarspasprijs: € 7,50 (exclusief consumpties)

ZONDAG 19 MEI

✓ **Brunch bij de Waterreus** (10.30 uur)
Door onze samenwerking met de Hofpas kunnen we u deze maand een uitgebreide brunch bij het Scheveningse strandrestaurant De Waterreus voor slechts € 10,- aanbieden!
De Hofpas krijgt u hier gratis bij en ontvangt u eerdags thuis op de mat.
BBD-prijs: € 10,- / Ooievaarspasprijs: € 5,- (exclusief brunch)

✓ **Rondrit Haags historische tram** (12.00 uur)
Meerijden in een historische tram van bijna 100 jaar oud, die zich piepend en krakend voortbeweegt door de straten van Den Haag. We bezoeken tevens het vernieuwde Haags Openbaar Vervoer Museum!
BBD-prijs: € 22,- / Ooievaarspasprijs: € 11,- (inclusief rondrit en museumbezoek)

MAANDAG 20 MEI

✓ **Kringloop Loosduinsekade** (10.00 uur)
Vandaag zijn we weer uitgenodigd door Schroeder voor een bezoek aan de Kringloop aan de Loosduinsekade om weer lekker te struinen en neuzelen. Ontvangst met koffie met wat lekkers.
BBD-prijs: € 8,- / Ooievaarspasprijs: € 4,-

DINSdag 21 MEI

✓ **Kaaspakhuis te Woerden** (10.00 uur)
We laten ons rondleiden door een gids in het Kaaspakhuis en maken het bezoek extra bijzonder met een overheerlijk proefplankje.
BBD-prijs: € 23,50 (inclusief rondleiding en proefplankje)

WOENSDAG 22 MEI

✓ **Vaartocht Westland** (10.00 uur)
Vandaag combineren we de mooie lokale rondvaart met een bezoek aan 'Natuurlijk Westland', voorheen 'de Werkbij', voor een bakje koffie met honingtaart. Hier is ook een winkel met bijenproducten.
BBD-prijs: € 22,- / Ooievaarspasprijs: € 11,- (exclusief consumpties)

DONDERDAG 23 MEI

✓ **Aan tafel met de BBD** (17.00 uur)
BBD-medewerkers organiseren een gezellige avond met een maaltijd en een drankje.
BBD-prijs: € 12,50 / Ooievaarspasprijs: € 6,25 (inclusief eten en drinken)

ZATERDAG 25 MEI

✓ **De BBD Verrast** (11.00 uur)
Een verrassende activiteit 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. Na afloop krijgt u nogmaals iets lekkers en wordt u weer thuisgebracht.
BBD-prijs: € 12,50 / Ooievaarspasprijs: € 6,25

ZONDAG 26 MEI

✓ **Filmhuis filmvoorstelling** (15.00 uur)
Filmvoorstelling 'Claire Darling' (94 min./ Frans gesproken/ NL. ondertiteld). Een komedie-drama met Catherine Deneuve. Ontvangst met koffie / thee met zelfgebakken cake.
BBD-prijs: € 12,50 / Ooievaarspasprijs: € 6,25
✓ **Tong Tong Fair** (12.00 uur)
De Tong Tong Fair bestaat uit de beroemde Grand Pasar met het Indonesië-Paviljoen, de Eetwijk met tientallen Aziatische restaurants en waroengs, en het internationale Tong Tong Festival, een cultureel programma rond de mix van Oost en West in podiumkunsten, exposities, gesproken woord en actualiteit. Een dagticket is € 15,- en dient apart afgerekend te worden. Op vertoon van uw Ooievaarspas is deze € 6,-.
BBD-prijs: € 10,- / Ooievaarspasprijs: € 5,- (exclusief toegang)

MAANDAG 27 MEI

✓ **Bezoek Japanse Tuin** (10.00 uur)
De Japanse Tuin is het pronkstuk van landgoed Clingendael met zijn prachtige bomen en planten.
BBD-prijs: € 8,- / Ooievaarspasprijs: € 4,- (inclusief kopje koffie / thee)
✓ **Boerderij Meyendel** (11.00 uur)
De eigenaar van boerderij Meyendel trakteert BBD-klienten 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 MEI

✓ **Rondje Cultuur Culinaire** (16.00 uur)
Vandaag staat India op het programma. We eten op kantoor een keur van huisgemaakte traditionele hapjes uit India; het land waar we in de 17de eeuw diverse VOC-handelsposten hadden. Met behulp van foto's, filmpjes en verhalen gaan we terug in de tijd. Onder het genot van thee natuurlijk en diverse alcoholische en niet-alcoholische drankjes.
BBD-prijs: € 19,50 (inclusief hapjes en drankjes)

WOENSDAG 29 MEI

✓ **Winkelen Oosterwijk** (10.00 uur)
We begeven ons vandaag in de mooie omgeving van het Brabantse land en gaan Oosterwijk aandoen om gezellig te winkelen.
BBD-prijs: € 22,50
✓ **Grand Café 2019** (14.00 uur)
Stichting De Mix organiseert een serie (muziek-)voorstellingen in het Zeeheldentheater speciaal voor ouderen. Gedurende de voorstelling wordt o.a. wereldmuziek, dans, zang, klassiek, jazz, nostalgisch, multicultureel gespeeld. Na de voorstelling wordt een drankje geserveerd. Op vertoon van uw Ooievaarspas is de toegang gratis! Een vrijwillige bijdrage aan stichting De Mix is altijd welkom.
BBD-prijs: € 8,- / Ooievaarspasprijs: € 4,- (inclusief entree)

DONDERDAG 30 MEI

✓ **Burgerveentocht met pioenrozen** (11.00 uur)
We rijden naar Burgerveen met de bekende stop alwaar u paling kunt kopen. We vervolgen de tocht richting Noordwijk met een koffiestop bij restaurant 'Langs Berg en Dal'. Aansluitend is er gelegenheid pioenrozen te kopen!
BBD-prijs: € 19,50 (inclusief koffie / thee, exclusief paling en pioenrozen)

VRIJDAG 31 MEI

✓ **Bloemschikken bij Tabitha** (14.15 uur)
Vandaag kunt u weer een mooi bloemstukje maken.
BBD-prijs: € 15,- / Ooievaarspasprijs: € 7,50 (inclusief bloemstukje)



STEUN DE BBD

Draagt u de BBD een warm hart toe en wilt u helpen om onze diensten mogelijk te blijven maken? Bel ons en we sturen u alle informatie toe.

Voor alle activiteiten geldt dat u vanaf anderhalf uur vóór de genoemde tijd opgehaald kunt worden.
Alle prijzen zijn inclusief begeleiding en vervoer.
Consumpties, boodschappen, entreekosten e.d. zijn voor eigen rekening tenzij anders is aangegeven.