

## 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

**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 - 16.30 in het restaurant)

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

#### Woensdag

**Qigong** (11.00 - 12.00 in het restaurant)

Ontspannen bewegingen die zowel staand als zittend gedaan kunnen worden.

**BBD Soos!** (14.00 - 16.00 in de BBD-ruimte)

High Tea en knutselen.

#### Donderdag

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

Een middagje heerlijke persoonlijke verzorging met opmaken, gezichtsmassage, nagels lakken etc.

### Extra activiteiten in augustus

#### WOENSDAG 20 SEPTEMBER

- ✓ **Themadiner - Salade Buffet** (18.00 - 21.00)  
Locatie: Restaurant, prijs € 12,50

#### DONDERDAG 21 SEPTEMBER

- ✓ **Rijdende Opticien** (13.30 - 14.30)  
Locatie: Atrium, gratis
- ✓ **Modeverkoop HIP-mode** (14.00 - 16.00)  
Locatie: Atrium, gratis

#### ZATERDAG 23 SEPTEMBER

- ✓ **Super Bingo** (14.00 - 16.30)  
De maandelijkse superbingo met superprijzen.  
We starten met 4 bingorondes, elke ronde daarna kost € 0,50 extra.  
Locatie: Restaurant

#### VRIJDAG 29 SEPTEMBER

- ✓ **Borrelmiddag met live-muziek** (15.00 - 17.00)  
Locatie: Restaurant, inclusief drankje en hapje.

#### ZATERDAG 30 SEPTEMBER

- ✓ **Optreden accordeonvereniging Grandiosa Con Anima** (14.30 - 16.00)  
Locatie: Restaurant, gratis

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 SEPTEMBER 2017

Vanaf woensdag 30 augustus kunt u zich opgeven voor de activiteiten



### BELEEF 65 JAAR TELEVISIEGESCHIEDENIS.

Op woensdag 13 september brengen we een bezoek aan het museum van Beeld & Geluid in Hilversum.

Beleef het verleden met een archief vol onvergetelijke herinneringen en verhalen in tal van bijzondere fragmenten uit 65 jaar televisiegeschiedenis.

BBD-prijs € 32,50  
(inclusief entree, rondleiding, koffie / thee met gebak en presentatie)



De BBD biedt ouderen 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.

### BIESBOSCH-EXPRESS

Op 23 september gaan we met het fluisterreintje 'de Biesbosch-express' een prachtige rondrit maken door de nieuwe Noordwaard.

Geniet van de Brabantse gastvrijheid en omgeving!  
BBD-prijs € 29,50 (inclusief koffie met een grienduif en fluisterrein)



### BBD-OUDERENSOOS!

Deze maand starten we op de woensdagmiddagen met de BBD-Ouderensoos.

Spelletjes spelen, creatieve activiteiten, gezellig keuvelen en dat alles onder het genot van een drankje en hapje.  
U komt toch ook ?

### 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**  
Roerwisch Catholijk Oudle Armen Kantoor

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

### Aangepaste datum Superbingo

Enmalig wordt de superbingo gehouden op de 3<sup>e</sup> zaterdag van de maand en wel op 23 september.

### Kosten bij afmelden

Bij verschillende activiteiten maken wij na de boekingen een reservering waardoor de kosten van die activiteit betaald dienen te worden. Dit heeft tot gevolg dat bij het afmelden van een geboekte activiteit de BBD de kosten bij u in rekening brengt. Wij vragen hiervoor uw begrip!

### Verrassingstocht in de regio

Op zondag 10 september wordt u verrast door onze begeleiders die weer een leuk uitstapje hebben bedacht. Onderweg maken we een stop voor een hapje en/of een drankje.  
BBD-prijs € 15,-  
Ooievaarspasprijs € 7,50 (consumpties voor eigen rekening)



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

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

**BBD-prijs € 3,- Ooievaarspaskorting van toepassing**

### ZATERDAG 2 SEPTEMBER

✓ **Bezoek Volendam** (11.00 uur)  
De eerste activiteit van de maand voert ons naar Volendam: waarschijnlijk het bekendste dorp van Nederland. Het dorp staat in heel Nederland en daarbuiten bekend om zijn palingsound maar ook om zijn typische klederdracht en de vissersbootjes. We maken er een lekker dagje van!  
BBD-prijs € 24,50

✓ **Neuzelbeurs Rijswijk** (12.00 uur)  
De Neuzelbeurs vindt plaats in De Broodfabriek in Rijswijk en is met meer dan 350 kramen de grootste koopjesmarkt van de regio. U bent van harte welkom op de Neuzelbeurs te bezoeken en een paar leuke koopjes op de kop te tikken!  
BBD-prijs € 12,50 / Ooievaarsprijis € 6,25 (inclusief entree)

### ZONDAG 3 SEPTEMBER

✓ **Rondrit historische tram** (14.00 uur)  
Meerijden in een historische tram in Den Haag van bijna 100 jaar oud, die zich piepend en krakend voortbeweegt door de straten van Den Haag? Beleef zelf een rit met mobiel erfgoed door Den Haag zoals in de jaren '20, '30 of '50 van de vorige eeuw!  
BBD-prijs € 14,50 / Ooievaarsprijis € 7,25 (inclusief rondrit)

### MAANDAG 4 SEPTEMBER

✓ **Bloemencorso Zundert** (10.00 uur)  
Het corso van Zundert is het grootste corso van de wereld. Op corsomaandag worden de wagens tentoongesteld op het veilingterrein, waar we de wagens gaan bekijken. Tevens kunnen we de jaarmarkt bezoeken.  
BBD-prijs € 24,50 (inclusief entree)

### DINSDAG 5 SEPTEMBER

✓ **Burgerveentocht en paling kopen** (10.00 uur)  
Een fijne tocht richting Burgerveen met een stop bij de palingboer, waar u heerlijke vis kunt kopen. Natuurlijk stoppen we ook ergens om een bakje koffie te gaan drinken.  
BBD-prijs € 15,- / Ooievaarsprijis € 7,50 (exclusief koffie / thee, exclusief paling)

### WOENSDAG 6 SEPTEMBER

✓ **Zeehondensafari** (9.30 uur)  
We vertrekken vanuit Zierikzee voor een rondvaart van twee uur en gaan onder leiding van een natuurgids op zeehondensafari. De gids vertelt onderweg over het mooie nationaal park de Oosterschelde. Vanaf het schip kunnen de zeehonden gespot worden. Het is verstandig om een verrekijker mee te nemen.  
BBD-prijs € 34,50 (inclusief entree)

### DONDERDAG 7 SEPTEMBER

✓ **Eten en drinken bij Bistro Sfeer** (18.00 uur)  
Dit bistro-restaurant in Kijkduin serveert dagelijks verse producten tegen een betaalbare prijs. U kunt hier een hoofdgerecht nuttigen vanaf € 13,50.  
BBD-prijs € 12,50 / Ooievaarsprijis € 6,25 (exclusief eten en drinken)

### ZATERDAG 9 SEPTEMBER

✓ **Marktdag de Bilt** (11.00 uur)  
Op deze dag vindt de 9<sup>e</sup> editie van de Marktdag plaats. Een evenement met veel activiteiten waarvan de opbrengst bestemd is voor een goed doel. Daarnaast vindt de Oldtimerdag en de Vrijetijdsbraderie plaats, dit alles op één dag en in één dorp: De Bilt!  
BBD-prijs € 19,50

### ZONDAG 10 SEPTEMBER

✓ **Verrassingstocht in de regio** (11.00 uur)  
Vandaag wordt u verrast door onze begeleiders die weer een leuke uitstap hebben bedacht. Onderweg maken we een stop voor een hapje en/of een drankje.  
BBD-prijs € 15,- / Ooievaarsprijis € 7,50 (consumpties voor eigen rekening)

### MAANDAG 11 SEPTEMBER

✓ **'t Veluws Zandsculpturenfestijn** (10.00 uur)  
Het thema is 'Erop uit in eigen land'. Al die mooie gebouwen, streken en bekende attracties die Nederland rijk is, worden uitgebeeld in zand.  
BBD-prijs € 34,50 (inclusief entree)

### DINSDAG 12 SEPTEMBER

✓ **Workshop schilderen** (11.00 uur)  
Ontdek de kunstenaar in uzelf! Laat u uw kwast de vrije hand en komt u tot de uitwerking van een eigen idee of maakt u gebruik van een door ons uitgedacht thema? Alles kan en mag! U wordt professioneel begeleid en ter inspiratie kunt u wat kunstboeken bekijken. U gaat gegarandeerd met een leuk schilderij naar huis waar u trots op mag zijn.  
BBD-prijs € 22,- / Ooievaarsprijis € 11,- (inclusief workshop, thee, koffie)



### WOENSDAG 13 SEPTEMBER

✓ **Beleef 65 jaar televisiegeschiedenis** (10.00 uur)  
Beleef het verleden met een archief vol onvergetelijke herinneringen en verhalen in tal van bijzondere fragmenten uit 65 jaar televisiegeschiedenis te Hilversum. Werp ook een blik op een aantal bijzondere museale objecten uit de depots van Beeld en Geluid. Twee uurtjes vol nostalgie, oude bekenden en onvergetelijke hoogtopen.  
BBD-prijs € 32,50 (inclusief entree, rondleiding, koffie / thee met gebak en presentatie)

### DONDERDAG 14 SEPTEMBER

✓ **Rondvaart Westland** (13.00 uur)  
Via de Gantel varen we naar Sonnehoeck waar we een kopje koffie of thee nuttigen. Hierna voert de rondvaart ons weer terug door het schitterende Westland!  
BBD-prijs € 22,- / Ooievaarsprijis € 11,- (inclusief vaartocht)

### VRIJDAG 15 SEPTEMBER

✓ **Vis eten bij visvereniging de Afrit** (18.00 uur)  
In de jachthaven van Scheveningen zijn we vandaag uitgenodigd door de leden van deze visvereniging. Zij gaan voor u verse vis bakken met frites en drie drankjes voor € 10,-  
BBD-prijs € 12,50 / Ooievaarsprijis € 6,25 (exclusief eten en drinken)

### ZATERDAG 16 SEPTEMBER

✓ **Havenfestival Alblasserdam** (11.00 uur)  
Een kleine 400 kramen en attracties brengen de gehele dag gezelligheid in en rond de Haven van Alblasserdam. Ook kunt u genieten van diverse optredens van Shanty koren uit de omgeving.  
BBD-prijs € 17,50 / Ooievaarsprijis € 8,75

### ZONDAG 17 SEPTEMBER

✓ **Museum In den Halven Maen** (11.00 uur)  
Deze kruidenierswinkel in Rockanje herbergt een grote verzameling blikken en verpakkingen van de kruidenier van toen. Maar er is veel meer te zien dan blikken. Wat dacht u van houten tandenborstels, poetsmiddelen en drogisterij-artikelen? Ook de inventaris heeft een uitstraling van vroeger tijden. Geniet van de nostalgie!  
BBD-prijs € 17,50 / Ooievaarsprijis € 8,75

### MAANDAG 18 SEPTEMBER

✓ **Fruitcorso Tiel** (10.00 uur)  
Het Fruitcorso in Tiel is een jaarlijks terugkerend gratis evenement, waarbij u fruit gaat zien zoals u het nog nooit heeft gezien. Appels, peren, noten, zaden, paprika's en druiven; allemaal maken ze deel uit van de corsostoet die door de straten van Tiel trekt.  
BBD-prijs € 22,50

### DINSDAG 19 SEPTEMBER

✓ **Prinsjesdag** (10.00 uur)  
Prinsjesdag is de traditionele start van het parlementaire jaar voor de Eerste en Tweede Kamer in Den Haag. Voorafgaand aan het voorlezen van de troonrede trekken Koning Willem-Alexander en Koningin Maxima in de Gouden cq. Glazen Koets, door de binnenstad, waar wij de stoet gaan bekijken.  
BBD-prijs € 9,50 / Ooievaarsprijis € 4,75

✓ **Amazing Oriental** (10.00 uur)  
Supermarkt, gelegen in de wijk Ypenburg waar u Oriëntaalse producten kunt kopen (voorheen Xotus)  
BBD-prijs € 9,50 / Ooievaarsprijis € 4,75

### WOENSDAG 20 SEPTEMBER

✓ **Museum Voorlinden** (10.00 uur)  
Museum Voorlinden is een particulier museum voor moderne en hedendaagse kunst op het Landgoed Voorlinden in Wassenaar. De erin ondergebrachte kunstverzameling van Joop van Caldenborgh staat bekend als de Caldic Collectie.  
BBD-prijs € 29,50 (inclusief entree)

### DONDERDAG 21 SEPTEMBER

✓ **Iedereen een Maaltijd!** (18.00 uur)  
Vandaag gaan we heerlijk dineren in Zoetermeer. U krijgt 3-gangen voor de prijs van € 15,-  
BBD-prijs € 12,50 / Ooievaarsprijis € 6,25 (exclusief diner)

✓ **Zeeheldentheater: 'Ik ben anders'** (19.30 uur)  
Deze avond is er een open podium voor cabaret, dans en variëteit. Alle acts spelen 15 minuten nieuw materiaal, iedere editie met danscrew, maar ook bijvoorbeeld mentalist Timon Krause die laatst te zien was in de finale van Holland's got talent.  
BBD-prijs € 19,50 / Ooievaarsprijis € 9,75 (inclusief entree)

### ZATERDAG 23 SEPTEMBER

✓ **Biesbosch-Express** (9.30 uur)  
De dag begint met koffie en een grienduul (rondo / vanillevulling / chocolaatje) en wordt gevolgd door een rondrit met de Biesbosch-express, een fluistertreintje dat een prachtige rondrit maakt door de nieuwe Noordwaard. Geniet van de Brabantse gastvrijheid en omgeving!  
BBD-prijs € 29,50 (inclusief koffie met een grienduul en fluistertrein)



### ZONDAG 24 SEPTEMBER

✓ **Struisvogelexcursie** (11.00 uur)  
Op Struisvogelboerderij Heierhof in Riethoven (Noord-Brabant) komt u van alles te weten over deze merkwaardige en aardige beesten. Het persoonlijke en leuke verhaal wordt enthousiast verteld in een originele sfeervolle potstal. U komt alles te weten over struisvogel vlees, eieren, veren, cosmetica en leerproducten.  
BBD-prijs € 34,50 (inclusief excursie, proeverij, koffie / thee met gebak)

### MAANDAG 25 SEPTEMBER

✓ **Workshop schilderen** (11.00 uur)  
Ontdek de kunstenaar in uzelf!  
Zie ook 12 sept.  
BBD-prijs € 22,- / Ooievaarsprijis € 11,- (inclusief workshop, thee, koffie)

### DINSDAG 26 SEPTEMBER

✓ **Punselie Stroopkoekjesfabriek in Gouda** (10.00 uur)  
Al sinds 1872 zorgt bakkerij Punselie voor de geur van versgebakken koekjes in de oudste straten van Gouda. Met heel veel passie zwaait Ronald Punselie de scepter in dit nostalgische bakkersbedrijf. Hier worden we ontvangen met koffie en thee en verse Punselie koekjes, waarna een rondleiding volgt. Na afloop is er voor iedereen een tasje met koekjes voor thuis!  
BBD-prijs € 29,50 (inclusief entree, rondleiding, tasje met koekjes)



Een bezoek aan het dierenpark op landgoed Hoenderdael in Anna Pauwlowna

### WOENSDAG 27 SEPTEMBER

✓ **IKEA Delft** (10.00 uur)  
Betaalbare woninginrichtingsproducten. Uiteraard zorgen we ervoor dat wij vroeg arriveren, zodat u voordelig iets kunt eten en / of drinken in het restaurant.  
BBD-prijs € 9,50 / Ooievaarsprijis € 4,75 (exclusief eten en drinken)

### DONDERDAG 28 SEPTEMBER

✓ **Rondvaart op de Linge** (10.00 uur)  
De vertrekplaats van de rondvaartboot ligt aan de rand van het oude centrum van de Glasstad Leerdam. Bij vertrek heeft u een schitterend uitzicht op de haven, de oude stadswallen en de Royal Leerdam Kristal fabrieken. Tijdens de rondvaart van twee uur geniet u van een ademnemend stukje Nederland. Vanachter glas in de luxe binnensalons of in de zon met een frisse neus op de buitendekken ziet u het prachtige decor van de Linge aan u voorbijtrekken. Ondertussen komt u van alles te weten over de omgeving.  
BBD-prijs € 32,50 (inclusief rondvaart)

### VRIJDAG 29 SEPTEMBER

✓ **Pizza en pasta eten van Alforno** (18.00 uur)  
Aan het einde van de zomer gaan we eten bestellen bij onze oud-medewerker Said, dat wij in onze eigen activiteitenruimte gaan nuttigen. U kunt een keuze maken uit pizza's en pasta's vanaf € 6,50.  
BBD-prijs € 12,50 / Ooievaarsprijis € 6,25 (exclusief eten)

### ZATERDAG 30 SEPTEMBER

✓ **Batavia Stad** (11.00 uur)  
Batavia Stad Fashion Outlet is een unieke beleving met meer dan 150 prachtige winkels. Ontdek alle internationale modemerken en shop met 30-70% korting!  
BBD-prijs € 22,50



Workshop Schilderen

**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.

## 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 gelegendeid bent om ons tijdens kantooruren te bellen dan kunt u tijdens het weekend afbellen via tel. 06 - 34 34 76 27 (alleen op zaterdag en zondag tussen 9.00 en 10.00 uur)

## STEUN DE BBD

Draagt u de BBD een warm hart toe en wilt u helpen om onze diensten mogelijk te blijven maken? Wij zijn heel blij als u donateur wilt worden voor € 30,- per jaar. Bel ons voor meer informatie of een acceptgirokaart.