

Activiteiten in Het Zamen

Activiteiten aan de Esperantostraat bij de BBD of in restaurant De Prael.

Alle activiteiten in Het Zamen en De Prael zijn rolstoeltoegankelijk. De kosten voor de activiteiten zijn € 5,- of € 2,50 met Ooievaarspas, inclusief koffie of thee. Extra consumpties kosten € 1,-.

Wie niet op eigen gelegenheid kan komen, kan voor vervoer gebruik maken van de Taxibus, de wijkbus € 3,- (voor mensen uit omliggende wijken) of de BBD € 4,- (met Ooievaarspas € 2,-).

Alle activiteiten in Het Zamen zijn mede mogelijk gemaakt door de diverse Fondsen die ons steunen.

Fondsen
korting

Zo begint de 'dikke dames' workshop...



IEDERE MAANDAG

✓ **Zangmiddag** (14.00 - 16.00 uur)
Heerlijk samen Nederlandse liedjes zingen onder leiding van Albert-Jan van der Neut.

IEDERE DINSDAG

✓ **Bingo** (14.00 - 16.00 uur)
We spelen zes of zeven rondes voor leuke prijzen. Een bingokaart kost € 5,- en een extra kaart € 2,50

IEDERE WOENSDAG

✓ **BBD-Soos met koffie, thee en hapjes**
5 augustus (14.00 - 16.00 uur): Kienen en bingo met Catherien.
Kienen is de bingovariant met 90 ballen, we spelen ook een paar rondes gewone bingo. Een bingokaart kost € 5,- en een extra kaart € 2,50
12, 19 en 26 augustus (13.30 - 15.30 uur): Verspreid over deze drie woensdagen geven we een workshop 'Dikke Dames' maken (zie foto's). De totale kosten bedragen € 25,- (met ooievaarspas € 12,50) voor de drie workshops. De activiteit gaat door bij minimaal vijf deelnemers.

IEDERE DONDERDAG

✓ **Sociaal / juridisch spreekuur**
(12.00 - 15.00 uur) Op dit spreekuur kunt u met André Kolstee (jurist) diverse problemen bespreken. U kunt ons bellen om een afspraak te maken.

VRIJDAG 7 EN 21 AUGUSTUS

✓ **BBD-Muziekcafé** (14.00 - 16.00 uur)
Gezellige muziekmiddag zonder bingo met muziek uit vervlogen tijden. Daarbij staat 1 artiest centraal en vullen we de rest van het programma op met verzoeknummers, bijzondere muziekfragmenten en een muziekquiz met leuke prijzen. Voor hapjes wordt gezorgd.

EXTRA ACTIVITEITEN DEZE MAAND

ZATERDAG 8 AUGUSTUS

✓ **luxe lunch** (12.00 - 14.00 uur)
In onze gezellige activiteitenruimte verwennen onze medewerkers u met een luxe lunch. BBD-prijs € 8,- / Ooievaarspasprijs € 4,-

ZATERDAG 22 AUGUSTUS

✓ **Met de BBD aan tafel** (13.00 - 15.00 uur)
Vandaag wordt er weer een lekkere warme maaltijd geserveerd, eet u gezellig mee? BBD-prijs € 12,50 / Ooievaarspasprijs € 6,25

ZONDAG 9 AUGUSTUS

✓ **BBD-Visborrel** (13.00 - 15.00 uur)
Vanmiddag gaan wij in onze activiteitenruimte verschillende soorten vis proeven en uiteraard moeten die vissen ook zwemmen. BBD-prijs € 19,50 / Ooievaarspasprijs € 9,75 (inclusief vis en drankjes)

ZONDAG 30 AUGUSTUS

✓ **Superbingo** (12.00 - 14.00)
Bij mooi weer gaan we naar Madestein, bij slecht weer spelen we in onze activiteitenruimte
We spelen 5 bingorondes, een kaart kost € 5,- en een extra kaart € 2,50



En zo prachtige worden dan de 'dikke dames'

Stichting BBD - Esperantostraat 160 - 2518 LH Den Haag



Port Betaald



programma augustus 2026

Vanaf woensdag 29 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.

Lieve mensen,

We wensen iedereen een mooie zomermaand en we hopen dat er in dit afwisselende programma ook voor u iets te vinden is om plezier aan te beleven.

Dikke dames Knutselen

Deze maand geven we een 'Dikke Dames'-workshop verspreid over drie woensdagen op 12, 19 en 26 augustus van 13.30 - 15.30 uur (zie foto's op de pagina van Het Zamen). Het is heel leuk om te doen en u zult uzelf verbazen over het mooie resultaat. De kosten zijn € 25,- (met ooievaarspas € 12,50) voor de drie middagen samen.

ADO Den haag

Ook dit seizoen bezoeken we, in samenwerking met Stichting de Grijze Reigâh's, alle thuiswedstrijden van ADO Den Haag die dit jaar in de eredivisie uitkomt. De eerste thuiswedstrijd is op zondag 16 augustus tegen Groningen.

Superbingo

De laatste zondag van de maand is er weer een superbingo. Bij mooi weer gaan we naar buiten bij Madestein, bij slecht weer spelen we in onze activiteitenruimte.

Hitteprotocol

Eind juni hebben we een aantal activiteiten moeten annuleren vanwege de extreme hitte. Bij temperaturen boven de 30 graden wordt intern besloten of activiteiten wel of niet kunnen doorgaan, hierbij nemen we ook de adviezen van de GGD in beraad. We willen natuurlijk dat u plezier heeft en niet dat u lijdt onder de warmte, we hopen op begrip hiervoor.

Ritje op een trike

Op 30 augustus heeft u voorlopig voor het laatst de kans om met de Guardian Angels een ritje te maken op zo'n fantastische trike (motor op 3 wielen).



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 13.00 uur

DE ACTIVITEITEN VAN DE BBD WORDEN MEDE MOGELIJK GEMAAKT DOOR:

Fonds
1818

PANNENKOEKENHUIS
Boerderij Meyendel

VISUAL
VOICE
GEMAAKT! GEPRINT! GELEVERD!

VREDE EN RECHT
Den Haag

Güthschmidt
www.guthschmidt.nl

Autobedrijf Ryscar

FONDS
SLUYTERMAN VAN LOO
OUDERENPROJECTEN

Stichting
Ons Thuis

Aeves
Benefit

stichting
levi lassen

west
radio tv internet

- Fundatie van Beijeren van Schagen
- Haags Groene Kruis Fonds
- Debman Foundation
- Koningin Emma Fonds
- Stichting Sint Nicolaas Gasthuis

Gezamenlijke uitstapjes

Bij al deze activiteiten wordt u met een van onze busjes thuis opgehaald waarna we u in de activiteitenruimte van de BBD ontvangen met koffie of thee.

Alle prijzen zijn inclusief begeleiding en vervoer.

Consumpties, boodschappen, entreekosten e.d. zijn voor eigen rekening tenzij anders aangegeven.

ZATERDAG 1 AUGUSTUS

✓ **De Bazaar in Beverwijk** (10.00 uur)

Voorheen de Zwarte markt bestaat uit een winkelgebied met meerdere hallen die langs een wandelboulevard staan. Er zijn meer dan 1000 winkels, horeca outlets en kramen in de hallen waar u van alles kunt bekijken en kopen.

BBD-prijs € 24,50

ZONDAG 2 AUGUSTUS

✓ **Toeristentrein Hellevoetsluis** (10.30 uur)

We maken een rondrit van twee uur door Hellevoetsluis en omgeving in een leuk elektrisch toeristentreintje.

Er is een beperkt aantal plaatsen beschikbaar.

BBD-prijs € 22,50 / Ooievaarspasprijs € 11,25 (inclusief rondrit)

MAANDAG 3 AUGUSTUS

✓ **Vaartocht Kagerplassen** (11.00 uur)

Met rederij van Hulst maken we een vaartocht vanuit Warmond van een uur over de Kagerplassen, een uitgestrekt merengebied in het Groene Hart.

BBD-prijs € 25,- / Ooievaarspasprijs € 12,50

(inclusief vaartocht)

DINSDAG 4 AUGUSTUS

✓ **Winkelcentrum Pijnacker** (11.00 uur)

Winkelcentrum Ackershof is gesplitst in twee overdekte passages en telt 8.500 m² winkeloppervlakte met in totaal 75 winkels bestaande uit een mix van landelijke ketens en lokale ondernemers.

BBD-prijs € 12,50 / Ooievaarspasprijs € 6,25



Toeristentreintje in en rond Hellevoetsluis



Lekker aan de friet

WOENSDAG 5 AUGUSTUS

✓ **Rondje Kringloop** (11.00 uur)

Zoekt en gij zult vinden! Vandaag doen we weer een aantal kringlopen aan in de regio.

BBD-prijs € 19,50 / Ooievaarspasprijs € 9,75

(inclusief lunchpakket)

MAANDAG 10 AUGUSTUS

✓ **Orchideeënwinkel Wateringen** (11.00 uur)

In de Orchid Store van orchideeënkwekerij ter Laak kunt u prachtige orchideeën bekijken en kopen die zij zelf kweken. U krijgt in de winkel een bakje koffie aangeboden.

BBD-prijs € 12,50 / Ooievaarspasprijs € 6,25

(inclusief koffie)

DINSDAG 11 AUGUSTUS

✓ **Veluwe Heidetocht** (10.30 uur)

We maken een mooie tocht en hopelijk staat de heide in bloei met hun paarsgekleurde bloemen. U krijgt een lunchpakket aangeboden.

BBD-prijs € 24,50 (inclusief lunchpakket)

WOENSDAG 12 AUGUSTUS

✓ **Rondje Zierikzee** (10.00 uur)

Vandaag duiken we in de prachtige geschiedenis van het oude vestingstadje Zierikzee aan de Oosterschelde. Na een mooie aanrijdroute en een rondrit door de stad bezoeken we het plaatselijke historische Stadhuismuseum en worden we vervolgens rondgeleid door de bijzondere middel-eeuwse gevangenis Gravensteen.

De entree van het Stadhuismuseum bedraagt € 10,- en dient apart te worden afgerekend, met een museumjaarkaart is de entree gratis.

De dag sluiten we af met een borrel met hapjes in een café.

BBD-prijs € 39,50 (inclusief lunchpakket, rondleiding en afsluitende borrel met hapjes, exclusief entree Stadhuismuseum)

Boodschappen in groepsverband

maandag	10.00 uur	Lidl, Jumbo, Action	Alphons Diepenbroekhof
maandag	11.00 uur	Dirk van den Broek	Centrum
dinsdag	10.00 uur	Jumbo, Aldi en markt	Leyweg
woensdag	10.00 uur	Aldi, AH en markt	Loosduinen
donderdag	10.00 uur	AH xl	Elandstraat
vrijdag	10.00 uur	Jumbo, AH en Lidl	De Stede
vrijdag	10.00 uur	Hoogvliet	Kraaienstein
vrijdag	10.00 uur	AH en Aldi	Savornin Lohmanplein

BBD-prijs € 3,- / Ooievaarspasprijs € 1,50

ZONDAG 16 AUGUSTUS

✓ **ADO - Groningen** (11.00 uur)

Lukt het ADO dit jaar om ook in de eredivisie om goede resultaten te boeken? In samenwerking met stichting de Grijsse Reigâh's gaan we vandaag naar het stadion van ADO voor de wedstrijd tegen Groningen.

BBD-prijs € 25,- / Ooievaarspasprijs 12,50 (inclusief entree)

MAANDAG 17 AUGUSTUS

✓ **De Paardenkamp Soest** (11.00 uur)

Deze activiteit is in juli niet doorgegaan vanwege de hitte maar nu gaan we dan toch naar boerderij het Gagelgat in Soest. Paarden die niet in de worst zijn verdwenen, genieten hier gezamenlijk van hun oude dag. Wat een inspirerend initiatief, een verdiend paardenpensioen! Een bakje doen we in het aanpalende theehuis het Oude Paard.

BBD-prijs € 24,50

(inclusief lunchpakket, exclusief consumptie)

DINSDAG 18 AUGUSTUS

✓ **Burgerveentocht en paling kopen**

(10:00 uur) Een fijne tocht richting Burgerveen met een stop bij de palingboer, waar u heerlijke vis kunt kopen.

BBD-prijs: € 15,-



't Is weer een gezellig cluppie



Stoomtrein Katwijk - Leiden

WOENSDAG 19 AUGUSTUS

✓ **Rondje IJsselmeer** (10.00 uur)

En daar gaan we weer... De laatste keer was nog voor de coronatijd maar vandaag gaan we wederom voor de tocht der tochten. Een hele dag op pad langs de meest pittoreske plaatsen aan het IJsselmeer. Via Monnickendam, Edam en Hoorn rijden we aan op Enkhuizen, waar we inschepen op de veerdienst naar Stavoren. De vaartocht duurt bijna anderhalf uur. Aan de andere kant van het water gaan we via Hindeloopen, Workum, Makkum en de afsluitdijk weer op weg naar Noord-Holland. In Medemblik en aan de voet van kasteel Radboud, met uitzicht over het IJsselmeer, sluiten we de dag af met een borrel met hapjes. BBD-prijs € 57,50 (inclusief lunchpakket, vaartocht en afsluitende borrel met hapjes)

ZONDAG 23 AUGUSTUS

✓ **Stoomtrein Katwijk - Leiden**

(10.00 uur) Waan je voor even terug in de tijd en geniet van de sfeer van vroeger toen de stoomtrein nog een belangrijke rol had in het vervoer van mensen, goederen en grondstoffen. In het binnen- en buitenmuseum met een oppervlakte van ruim 1,5 ha komt u meer te weten over de geschiedenis en het gebruik van smalspoor.

De entree van het museum bedraagt € 13,50 en dient apart te worden afgerekend. Met een museumjaarkaart is de entree gratis. U heeft de hele dag toegang tot het museum en kunt met dit kaartje ook ritten maken met de stoomtrein. De trein rijdt naar halteplaats Wassenaarse Wetering aan de overzijde van het Valkenburgse Meer. De stoomtrein wordt daar naar de voorzijde gereden om u weer terug te brengen naar het station. BBD-prijs € 25,- / Ooievaarspasprijs € 12,50 (inclusief lunchpakket, exclusief entree)

MAANDAG 24 AUGUSTUS

✓ **Vaartocht + rondleiding druivenkas**

(10.30 uur) We varen van Monster naar Poeldijk en gaan dan via de Gantel naar druivenkas en restaurant the Vineyard waar u een rondleiding door de druivenkas krijgt en in het restaurant gedeelte koffie of thee kunt drinken. Hierna varen we weer naar de opstapplaats in Monster. BBD-prijs € 29,50 (inclusief vaartocht, koffie / thee en rondleiding)

DINSDAG 25 AUGUSTUS

✓ **Toeristentrein Hellevoetsluis** (10.30 uur)

We maken een rondrit van twee uur door Hellevoetsluis en omgeving in een elektrische toeristentrein. Het aantal plaatsen is beperkt.

BBD-prijs € 22,50 / Ooievaarspasprijs € 11,25 (inclusief rondrit)

WOENSDAG 26 AUGUSTUS

✓ **Scheveningen 'visje happen'** (13.00 uur)

We gaan Scheveningen weer onveilig maken en eten er een lekker visje. BBD-prijs € 15,- / Ooievaarspasprijs € 7,50 (exclusief consumpties)

Ook als je niet makkelijk loopt, kom je met de BBD overal



Afbellen en ophaaltijd

- 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
- Bij alle activiteiten kunt u vanaf anderhalf uur vóór de genoemde tijd opgehaald worden.

Zien de trike en de berijders er niet geweldig uit?



ZATERDAG 29 AUGUSTUS

✓ **Rondje Oudhollandse cafe's**

(19.00 uur) Wat eind juni werd geannuleerd vanwege de extreme hitte, gaan we vandaag opnieuw proberen, gezellig met elkaar borrelen in het centrum van onze eigen stad. We bezoeken drie leuke kroegjes op minder dan 50 meter van elkaar waar u een drankje krijgt aangeboden met een hapje. BBD-prijs € 29,50 (inclusief drie drankjes en hapjes)

ZONDAG 30 AUGUSTUS

✓ **Stichting Guardian Angels 4 Kids**

(10.00 uur) We zijn voor de laatste keer dit jaar uitgenodigd bij de Guardian Angels, waar u op de mooie trikes (motor op 3 wielen) mee mag rijden om dit eens te ervaren. In natuurgebied de Bernisse, gelegen tussen Voorne en Putten hebben we afgesproken bij Paviljoen Simons. De mensen die niet mee willen rijden kunnen hier een lekker bakje koffie drinken en ze hebben ook lekkere zelfgemaakte appeltaart. BBD-prijs € 22,50 / Ooievaarspasprijs € 11,25 (exclusief consumpties)

MAANDAG 31 AUGUSTUS

✓ **Pannenkoekenboerderij Meyendel**

(11.00 uur) U wordt getrakteerd door de eigenaar van boerderij Meyendel. Houd u er echter rekening mee dat het even kan duren voordat u aan de beurt bent. BBD-prijs: € 9,50 / Ooievaarspasprijs: € 4,75 (inclusief pannenkoek of broodje naar keuze met twee drankjes)