

FEBRUARI

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.

Iedere werkdag lunch met op maandag en vrijdag live-muziek
12.00 - 14.00 uur / vanaf € 3,75

Iedere dinsdag en donderdag verse warme maaltijd
17.00 - 19.00 uur / € 8,- (met Ooievaarspas € 5,80)

Maandag

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

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

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

5 februari: **Knutselen**

12 februari: **Kien met Catherien**

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

19 februari: **Knutselen**

26 februari: **Kien met Catherien**

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

Donderdag

Beauty voor de Senior (14.00 - 17.00 in de BBD-ruimte op 6 en 20 februari)

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

Vrijdag

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

Borrelmiddag (14.30 - 16.30 in het restaurant)

Met rad van avontuur, spelletjes en iedere laatste vrijdag van de maand een live-optreden.

..... **EXTRA ACTIVITEITEN IN FEBRUARI**

ZONDAG 9 FEBRUARI

✓ **Haags Instrumentaal Jeugdensemble**

(14.30 - 16.30)

Locatie: Restaurant

gratis

Fonds 1818

VRIJDAG 14 FEBRUARI

✓ **Workshop WhatsApp**

(14.00 - 16.00)

Locatie: BBD-ruimte



ZATERDAG 15 FEBRUARI

✓ **Kienmarathon met Catherien**

(11.00 - 16.00) Locatie: BBD-ruimte

1e ronde gratis, daarna € 0,50 per ronde



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:

Stichting Eykenburg
Zorg- en dienstverlening voor ouderen

Bezoekers die begeleid vervoer behoeven naar en van Het Zamen kunnen ons bellen voor vervoer met wijkbus, taxibus of BBD.

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



Port Betaald



programma februari 2020

Vanaf woensdag 29 januari kunt u zich opgeven voor de activiteiten

De BBD biedt 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.

Een maand vol leuke activiteiten

We hebben voor deze maand weer een verrassend programma samengesteld met veel verschillende activiteiten.

Wat dacht u bijvoorbeeld van een **bezoek aan de orchideeënhoef** op zondag 9 februari of een **gratis Valentijn-ontbijt** op woensdag de twaalfde.

Ook leuk zal de **fotomiddag** worden waarbij we op groot scherm de foto's van de uitstapjes van de afgelopen tijd gaan bekijken.

Verder gaan we een middag schilderen en bezoeken we een chocolatier die voor ons bonbons zal maken.

Onze medewerkers zullen op verschillende dagen voor u koken in onze eigen activiteitenruimte en natuurlijk maken we allerlei tochtjes waarbij we genieten van het landschap en elkaars gezelschap.

Voldoende mogelijkheden dus om er even uit te zijn. We wensen u veel plezier.

Tot slot noemen we nog de **workshop bij Dolomiti IJssalon** op 19 februari, ook dat wordt vast een heerlijk uitstapje en onze tekenaar Bernadet heeft er, zoals we van haar gewend zijn, een vrolijke tekening bij gemaakt...

Maart: De maand van Het Zamen

Er worden in Het Zamen dagelijks gezellige, vrolijke, lekkere en muzikale activiteiten georganiseerd, daarvan bent u als lezer van dit programmablad vast al op de hoogte.

Volgende maand willen we daar nog een schepje bovenop doen en al die leuke mogelijkheden nog eens extra onder de aandacht brengen.

We gaan de hele maand bijzondere, feestelijke en verrassende activiteiten organiseren in het restaurant, het atrium én in de BBD-activiteitenruimte.

Als u zelf nog wensen of ideeën heeft, dan horen we dat graag!



bernadetboersma.com

DE ACTIVITEITEN VAN DE BBD WORDEN MEDE MOGELIJK GEMAAKT DOOR:



Güthschmidt
www.guthschmidt.nl



Fonds 1818

FONDS
SLUYTERMAN VAN LOO
OUDERENPROJECTEN



stichting
levi lassen

DE SAVORNIN
LOHMANNPLEIN
WINKELCENTRUM



KCOAK
Roemsk Catholijk Oudk Armen Kantoor

- Fundatie van Beijeren van Schagen
- Haags Groene Kruis Fonds
- Debman Foundation
- Stichting Ons Thuis

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	do	10.00	AH-xl	Elandstraat
ma	12.30	Lidl, Jumbo, Action	A. Diepenbroekhof	do	10.00	Hoogvliet	Kraaienstein
di	10.00	Jumbo en Markt	Leyweg	vr	10.00	AH en Jumbo	De Stede
di	10.00	Kleine Loo	Mariahoeve	vr	10.00	AH en Aldi	Sav. Lohmanplein
wo	11.00	Aldi en Markt	Loosduinen				(met rolstoelbus)
wo	12.00	Lidl, Jumbo, Action	A. Diepenbroekhof	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 FEBRUARI

✓ **ADO Den Haag - Vitesse** (17.30 uur)
In samenwerking met stichting de Grijsze Reigâh's gaan we vandaag naar het stadion van ADO voor de wedstrijd tegen Vitesse.
BBD-prijs: € 17,50 / Ooievaarsprij: € 8,75 (inclusief drankje en hapjes)

ZONDAG 2 FEBRUARI

✓ **Tocht Baarle Nassau** (11.00 uur)
We maken een tocht door Noord-Brabant en bezoeken het stadje Baarle-Nassau, waar u kunt shoppen en gezellig iets kunt eten of drinken.
BBD-prijs € 19,50 (exclusief consumpties)

MAANDAG 3 FEBRUARI

✓ **De BBD Verrast** (10.00 uur)
Onze medewerkers maken met u een mooie tocht in de regio en u krijgt een verrassing aangeboden.
BBD-prijs € 12,50 / Ooievaarsprij € 6,25 (inclusief verrassing)

DINSDAG 4 FEBRUARI

✓ **Workshop schilderen** (10.30 uur)
In het atelier van MIAW op de Noordwal kunt u onder professionele begeleiding de kunstenaar in uzelf ontdekken. Laat uw kwast de vrije loop of werk met een thema. U gaat vast en zeker met een leuk schilderij naar huis.
BBD-prijs: € 24,50 / Ooievaarsprij: € 12,25 (inclusief workshop, lunch, koffie/thee)



WOENSDAG 5 FEBRUARI

✓ **IKEA Delft** (10.00 uur)
We zorgen ervoor op tijd te arriveren, zodat u voordelig iets kunt eten of drinken in het restaurant.
BBD-prijs: € 9,50 / Ooievaarsprij: € 4,75 (exclusief eten en drinken)

DONDERDAG 6 FEBRUARI

✓ **Aan tafel met de BBD** (18.00 uur)
In onze gezellige activiteitenruimte gaan onze medewerkers u verrassen met een maaltijd die ze zelf hebben bereid.
BBD-prijs € 12,50 / Ooievaarsprij € 6,25 (inclusief eten en drinken)



ZATERDAG 8 FEBRUARI

✓ **Tocht Meije - Nieuwkoop** (11.00 uur)
De afgeveende plassegebieden bij Nieuwkoop gaan naar het oosten over in het niet verveende weidegebied langs het kleine, slingerende veenriviertje de Meije, dat van Woerdense Verlaat naar Zwammerdam loopt. Aan dit stroompje ligt het gelijknamig polderdorp waarin nog veel eeuwenoude boerderijen te bewonderen zijn. We maken een stop op een mooie locatie om wat te eten of te drinken.
BBD-prijs: € 15,- / Ooievaarsprij: € 7,50 (exclusief consumpties)

ZONDAG 9 FEBRUARI

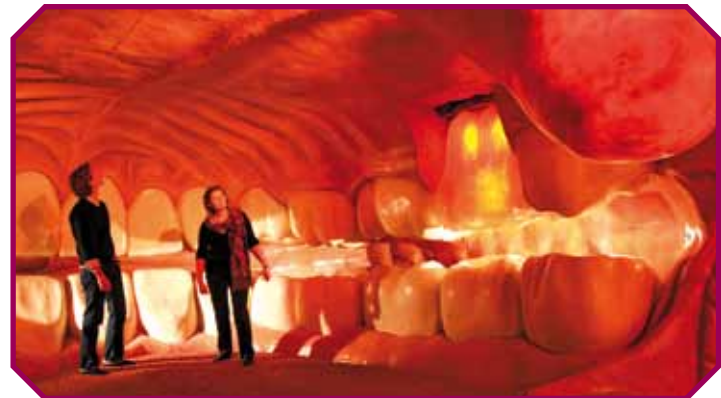
✓ **Orchideeënhoeve in Luttelgeest** (10.00 uur)
Onder het dak van de Orchideeënhoeve in Flevoland bloeien duizenden orchideeën en fladderen prachtige vlinders en papegaaien rond. Via een wandelpad ontdekt u de verschillende tuinen waarmee je van werelddeel naar werelddeel reist. Met een temperatuur van 21°C is het aangenaam warm in de Orchideeënhoeve. Alsof je in een oerwoud loopt. Hoogtepunt is de Zwevende Bloementuin: een betoverende tuin in de stijl van de Japanse kersenbloesemtijd.
BBD-prijs € 34,50 (inclusief entree)

MAANDAG 10 FEBRUARI

✓ **Louwman museum** (10.00 uur)
Het Louwman Museum is een museum voor historische auto's, koetsen en motorfietsen aan de Leidsestraatweg.
De entree bedraagt € 16,- en dient apart te worden afgerekend. Met een museumjaarkaart en op vertoon van uw ooievaarpas is de entree gratis.
BBD-prijs € 12,50 / Ooievaarsprij € 6,25 (exclusief entree)

DINSDAG 11 FEBRUARI

✓ **Corpus, reis door de mens** (10:00)
Bij CORPUS, Latijn voor lichaam, staat de attractie 'reis door de mens' centraal. Hierbij doorlopen de bezoekers groepsgewijs in 55 minuten de verschillende organen van het menselijk lichaam. Elke deelnemer krijgt bij de entree een audiotour, die tekst en uitleg geeft tijdens de rondleiding begeleid door film, geur en lichteffecten. De reis begint bij de knie, van hieruit loopt men door het lichaam via diverse menselijke organen waaronder de baarmoeder, de darmen, de longen, het hart, het hoofd, met de mond, de neus en het oor en uiteindelijk de hersenen. Vanuit de hersenen kan men door 'mijn CORPUS' lopen, het interactieve deel van de educatieve attractie. Tijdens de reis gaat men naar boven via verschillende bewegende platformen waarbij men met 3D-brillen naar een scherm kijkt.
BBD-prijs € 37,50 (inclusief entree)



WOENSDAG 12 FEBRUARI

✓ **Valentijnsontbijt** (10:00)
In de kantine van sportvereniging Madestein krijgt u gratis een Valentijnsontbijt aangeboden.
BBD-prijs € 8,- / Ooievaarsprij € 4,- (inclusief ontbijt)

DONDERDAG 13 FEBRUARI

✓ **Pannenkoek in Bleiswijk** (17.00 uur)
In een ouderwets gezellig houten chalet kunt u een pannenkoek eten vanaf € 6,75 per persoon.
BBD-prijs € 12,50 / Ooievaarsprij € 6,25 (exclusief eten en drinken)

ZATERDAG 15 FEBRUARI

✓ **ADO Den Haag - PSV** (18.30 uur)
In samenwerking met stichting de Grijsze Reigâh's gaan we vandaag naar het stadion van ADO voor de wedstrijd tegen PSV.
BBD-prijs: € 17,50 / Ooievaarsprij: € 8,75 (inclusief drankje en hapjes)

ZONDAG 16 FEBRUARI

✓ **Fotomiddag bij de BBD** (12.00 uur)
Onder het genot van een hapje en een drankje gaan we vanmiddag op een groot beeldscherm foto's bekijken die de afgelopen maanden tijdens activiteiten door de medewerkers zijn gemaakt.
BBD-prijs € 12,50 / Ooievaarsprij € 6,25 (inclusief hapjes en drankjes)

MAANDAG 17 FEBRUARI

✓ **Lunch Gouden Leeuw Voorschoten** (12.00 uur)
In dit sfeervolle restaurant kunt u onbeperkt lunchen voor € 16,50 per persoon. Keuze uit diverse warme en koude gerechten.
BBD-prijs: € 12,50 / Ooievaarsprij: € 6,25 (exclusief lunchbuffet)

DINSDAG 18 FEBRUARI

✓ **Bezoek Stanislas College** (10.00 uur)
U wordt ontvangen door de praktijkleerlingen met koffie / thee met wat lekkers, daarna is er een rondleiding door het leerwerkcentrum, vervolgens is er nog een hapje en een drankje en gaat u onder begeleiding bingo spelen met een Rad van Avontuur.
BBD-prijs: € 8,- / Ooievaarsprij: € 4,- (inclusief bingo, hapje en drankje)

WOENSDAG 19 FEBRUARI

✓ **Workshop Dolomiti IJssalon** (10.00)
Onder begeleiding gaat u een ijsartaart maken die u na afloop mee naar huis mag nemen.
BBD-prijs € 19,50 / Ooievaarsprij € 9,75 (inclusief workshop en ijsartaart maken)

DONDERDAG 20 FEBRUARI

✓ **Visje happen op Scheveningen** (18.00 uur)
We rijden langs de boulevard van Scheveningen en maken een stop om vis te eten.
BBD-prijs € 12,50 / Ooievaarsprij € 6,25 (exclusief eten)

ZATERDAG 22 FEBRUARI

✓ **De BBD Verrast** (10.00 uur)
U maakt een leuke tocht door de regio en krijgt een verrassing aangeboden.
BBD-prijs € 12,50 / Ooievaarsprij € 6,25 (inclusief verrassing)

ZONDAG 23 FEBRUARI

✓ **Challenge cup en NK Kunstrijden** (12.00)
In de Uithof in Den Haag gaan we genieten van het kunstrijden op het ijs tijdens de Challenge Cup. Dit is een wedstrijd waarin jonge, aanstormende talenten in de leeftijd van 10 jaar tot de senioren de kans krijgen zich op mondiaal niveau te meten met hun mede-atleten. Voor de Nederlandse deelnemers staan ook de nationale titels op het spel.
U wordt door de organisatie getraakteerd op koffie / thee met wat lekkers en ook krijgt u als herinnering een deken aangeboden.
Aan het eind van de middag is de prijsuitreiking.
BBD-prijs € 22,50 / Ooievaarsprij € 11,25 (inclusief entree, thee / koffie met wat lekkers en een deken)



MAANDAG 24 FEBRUARI

✓ **Pannenkoeken Meyendel** (11.00 uur)
De eigenaar van boerderij Meyendel biedt u gratis een pannenkoek of broodje met twee drankjes aan.
BBD-prijs € 8,- / Ooievaarsprij € 4,- (inclusief pannenkoek of broodje naar keuze met 2 drankjes)
✓ **Themadiner in de Prael: Winter** (16.00 uur)
Met muzikale omlijsting gaan we genieten van een heerlijk winters diner.
BBD-prijs € 15,- / Ooievaarsprij € 7,50 (inclusief diner)



DINSDAG 25 FEBRUARI

✓ **Workshop schilderen** (10.30 uur)
In het atelier van MIAW op de Noordwal kunt u onder professionele begeleiding de kunstenaar in uzelf ontdekken. Verras uzelf met een leuk schilderij.
BBD-prijs: € 24,50 / Ooievaarsprij: € 12,25 (inclusief workshop, lunch, koffie/thee)
✓ **Rondje Geschiedenis: de Vliet** (10.00 uur)
Vandaag trekken we met onze busjes langs de Vliet; van Leiden tot Schiedam. De Vliet heeft een fantastische geschiedenis als waterweg. We focussen ons zoals altijd op de 16e en 17e eeuw, maar ook de Romeinse tijd (kanaal van Corbulo) en de laatste eeuwen komen aan bod. We bezoeken prachtige plekjes (bruggetjes, tolhuizen, historische monumenten, jaagpaden e.v.a.): plekjes waarvan u het bestaan vast niet wist. Daarnaast nuttigen we koffie en gebak op een idyllische locatie en sluiten de dag af in een klein historisch museum.
BBD-prijs € 18,50 (inclusief koffie, gebak, museumbezoek en lunchpakket)



WOENSDAG 26 FEBRUARI

✓ **Van Noppen Chocolade atelier** (11.00 uur)
We gaan naar Ridderkerk waar een enthousiaste chocolaterij zijn ambacht demonstreert tijdens het maken van allerlei bonbons en uiteenlopende chocoladefiguren en u meeneemt in het proces van 'boon tot bonbon'. U keurt ter plekke de kwaliteit: zo vers heeft u nog nooit een bonbon geproefd! Koffie/thee zijn inbegrepen. Ook kunt u winkelen in de cadeaushop.
BBD-prijs € 19,50 (inclusief demonstratie en koffie / thee)

DONDERDAG 27 FEBRUARI

✓ **Aan tafel met de BBD** (18.00 uur)
In onze gezellige activiteitenruimte gaan onze medewerkers u verrassen met een maaltijd die ze zelf hebben bereid.
BBD-prijs € 12,50 / Ooievaarsprij € 6,25 (inclusief eten en drinken)

ZATERDAG 29 FEBRUARI

✓ **Filmhuis: Alleman** (15.00 uur)
Bezoek Filmhuis met vooraf een gratis kopje koffie of thee en versgebakken cake naar keuze.
Alleman is de vaak bekroonde documentaire waarin Bert Haanstra de alledaagse Nederlandse bevolking "Jan en Alleman" afbeeldt. Een film uit 1963 laat Nederland en zijn bewoners op komische, maar ook serieuze wijze zien in hun bestaan. De smetteloze beelden tonen in een lange rij vermeend typisch Hollandse dingen: boten, kerken, zoenen, trouwen, uitgaan, geboorte, vlijtigheid, schaatsen. De scènes gaan alles af: van afstoffen in het huishouden tot het Koninklijk Huis, waar unieke beelden zijn te zien van een fotosessie van de koninklijke familie met daarin prins Bernhard nadrukkelijk aanwezig met de voor hem zo kenmerkende olijke opmerkingen.
BBD-prijs € 15,- / Ooievaarsprij € 7,50 (inclusief koffie / thee met cake).
✓ **ADO Den Haag - Heracles** (17.30 uur)
In samenwerking met stichting de Grijsze Reigâh's gaan we vandaag naar het stadion van ADO voor de wedstrijd tegen Heracles.
BBD-prijs: € 17,50 / Ooievaarsprij: € 8,75 (inclusief drankje en hapjes)

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.

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