

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.



Stichting BBD - Esperantostraat 160 - 2518 LH Den Haag

Port Betaald



programma februari 2026

Vanaf woensdag 28 januari kunt u zich opgeven voor de activiteiten

Creatief op de BBD-Soos



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

WOENSDAG 4, 8 EN 11 FEBRUARI

✓ **BBD-Soos met koffie, thee en hapjes**

(14.00 - 16.00 uur)

4 en 8 februari: 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
11 februari: Knutselen.

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 13 EN 27 FEBRUARI

✓ **BBD-Muziekcafé** (14.00 - 16.00 uur)

Gezellige muziekmiddag met muziek uit vervlogen tijden. U mag ook zelf muzieknummers aanvragen en voor hapjes wordt gezorgd.

ZATERDAG 7 EN 21 FEBRUARI

✓ **Met de BBD aan tafel** (13.00 - 15.00 uur)

In onze gezellige activiteitenruimte serveren onze medewerkers een lekkere warme maaltijd. BBD-prijs € 12,50 / Ooievaarspas € 6,25 (exclusief vervoer)

EXTRA ACTIVITEITEN DEZE MAAND

ZATERDAG 14 FEBRUARI

✓ **Luxe lunch** (12.00 - 14.00 uur)

In onze gezellige activiteitenruimte verwennen onze medewerkers u met een luxe lunch. BBD-prijs € 8,- / Ooievaarspas € 4,-

MAANDAG 16 FEBRUARI

✓ **Themadiner in de Prael** (18.00 - 20.00 uur)

Het thema vanavond is Indonesië.

Met muzikale omlijsting van Jan Raats.

BBD-prijs € 25,- / Ooievaarspas € 12,50 (inclusief diner en 2 consumpties)

ZONDAG 22 FEBRUARI

✓ **BBD-Superbingo** (12.00 - 14.00 uur)

We spelen 5 bingorondes, een kaart kost € 5,- en een extra kaart € 2,50

DONDERDAG 26 FEBRUARI

✓ **BBD-Brunch** (10.30 - 12.00)

Een lekkere combinatie van een ontbijt en een lunch verzorgd door BBD-medewerkers, BBD-prijs € 8,- / Ooievaarspas € 4,- (inclusief brunch)



Een van onze gezellige activiteiten in De Prael

Fonds
1818



Güthschmidt
www.guthschmidt.nl



FONDS
SLUYTERMAN VAN LOO
OUDERENPROJECTEN

Stichting
Ons Thuis



Aeves
Benefit



stichting
levi lassen

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

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,

Buiten is het koud maar in onze busjes is het warm en gezellig, dus u kunt ook in deze wintermaand met een gerust hart met ons op stap. We hebben weer ons best gedaan om een afwisselend programma voor u samen te stellen dus hopelijk is er ook voor u iets van uw gading bij.

Winkelen

Met de BBD kunt u natuurlijk de wekelijkse boodschappen doen in uw favoriete supermarkt maar er staan ook iedere maand meer bijzondere winkels op het programma. Deze maand gaan we naar van der Spek in Zevenhuizen op 2 februari, op 9 februari staat Hornbach in Wateringen gepland, winkelen op de Frederik Hendriklaan doen we op 17 februari en op 28 februari reizen we zelfs af naar Duitsland om inkopen te doen.

Donateurs- en mailingbijdrage

In januari hebben wij een brief gestuurd met informatie over de jaarbijdrage voor het ontvangen van het maandprogramma. Voor de mensen die vanaf maart het programma willen blijven ontvangen maar de bijdrage nog niet hebben overgemaakt geldt dit bericht als een herinnering. Indien u de brief niet heeft ontvangen kunt u ons van maandag tot en met vrijdag bellen tussen 9.00 en 13.00 uur via 070 - 364 66 61.

Tochten

Alles is misschien leuker als het mooi weer is maar ook onze wintertochten zijn gezellig en de moeite waard. We doen de Reeuvijkse Houttocht op 1 februari, een wintertocht in de regio rijden we op 8 februari, we gaan toeren door de omgeving van Schoonhoven op 10 februari en een snerttocht staat voor 15 februari op het programma. Over deze laatste tocht maakte Ber Boorsma weer een leuke tekening.



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

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.

ZONDAG 1 FEBRUARI

✓ **Reeuwijkse Houttocht** (11.00 uur)
U maakt een mooie tocht door de Reeuwijkse Hout, een afwisselend polderlandschap ontstaan door vervening en turfwinning. U krijgt een lunchpakket aangeboden.
BBD-prijs € 19,50 / Ooievaarspasprijs € 9,75 (inclusief lunchpakket)



MAANDAG 2 FEBRUARI

✓ **Van der Spek Zevenhuizen** (11.00 uur)
Vroeger waren ze bekend als 'het appelboertje' en werd alleen fruit uit eigen boomgaard verkocht maar inmiddels zijn ze uitgegroeid tot een combinatie van een uitgebreid tuincentrum en een verswinkel met groente, kaas, fruit, koek, snoep en veel meer lekkers.
BBD-prijs € 15,- / ooievaarspasprijs € 7,50

DINSDAG 3 FEBRUARI

✓ **Burgerveentocht en paling kopen** (10.00 uur)
Een fijne tocht richting Burgerveen met een stop bij de palingboer, waar u overheerlijke vis kunt kopen.
BBD-prijs: € 15,-



Fijn winkelen, die geraniums kunnen altijd nog

Op zoek naar een mooi koopje



WOENSDAG 4 FEBRUARI

✓ **Rondje Kringloop** (11.00 uur)
Zoekt en gij zult vinden! Vandaag doen we een aantal kringlopen aan in de regio, voor ieder wat wils.
BBD-prijs € 19,50 / Ooievaarspasprijs € 9,75 (inclusief lunchpakket)



ZONDAG 8 FEBRUARI

✓ **Wintertocht in de regio** (11.00 uur)
Wellicht in winterse sferen maken we een mooie tocht in de regio. U krijgt van ons een lunchpakket aangeboden.
BBD-prijs € 19,50 / Ooievaarspasprijs € 9,75 (inclusief lunchpakket)



MAANDAG 9 FEBRUARI

✓ **Hornbach in Wateringen** (11.00 uur)
We gaan naar de grootste bouwmarkt van Nederland, met ook een groot tuinassortiment en een dierenafdeling.
BBD-prijs € 9,50 / Ooievaarspasprijs € 4,75

DINSDAG 10 FEBRUARI

✓ **Tocht Schoonhoven en omgeving** (11.00 uur)
We maken een mooie tocht in de omgeving van Schoonhoven en bezoeken ook even het stadje zelf.
BBD-prijs € 19,50 / Ooievaarspasprijs € 9,75 (inclusief lunchpakket)



Boodschappen in groepsverband

maandag	10.00 uur	Lidl, Jumbo, Action	Alphons Diepenbrockhof
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			

WOENSDAG 11 FEBRUARI

✓ **Rondje Geschiedenis: Haagse standbeelden** (12.00 uur)
Den Haag kent vele standbeelden en herinneringsmonumenten: elk met hun eigen verhaal. In onze ontmoetingsruimte krijgt u een korte uitleg over de betekenis en geschiedenis van de beelden, waarna we via een prachtige route met onze busjes op pad gaan om ze te bezoeken. Onderweg wordt u een glaasje glühwein met wat lekkers aangeboden.
BBD-prijs € 15,- / Ooievaarspasprijs € 7,50



VRIJDAG 13 FEBRUARI

✓ **ADO Den Haag - MVV** (19.00 uur)
Op het moment van dit schrijven staat ADO nog steeds glorieus aan kop in de competitie, gaat u mee om ons cluppie naar de volgende overwinning te juichen?
In samenwerking met stichting de Grijsze Reigâh's gaan we vandaag naar het stadion van ADO voor de wedstrijd tegen MVV.
BBD-prijs € 25,- / Ooievaarspasprijs 12,50 (inclusief entree)



Op weg voor weer een leuke uitstap

Haagse Harry, een van de vele Haagse standbeelden



ZONDAG 15 FEBRUARI

✓ **Tocht in de regio met snert** (13.00 uur)
We maken een mooie tocht door de regio en sluiten af in onze activiteitenruimte met een overheerlijk kop erwtensoep.
BBD-prijs € 19,50 / Ooievaarspasprijs € 9,75 (inclusief soep)



DINSDAG 17 FEBRUARI

✓ **Winkelen op de Frederik Hendriklaan** (11.00 uur)
'De Fred', zoals de laan in de volksmond wordt genoemd, telt een enorme diversiteit aan winkels. Het aanbod in de ruim honderd winkels varieert van kleding tot wonen en van slapen tot eten. Loop eens binnen bij het Haagsch Snoep-huis voor overheerlijk ouderwets schepsnoep of luxe bonbons of kijk je ogen uit bij Paagman, de grootste boekhandel van Den Haag.
BBD-prijs € 9,50 / Ooievaarspasprijs € 4,75

WOENSDAG 18 FEBRUARI

✓ **Rondje Geschiedenis: Fort bij Vechten** (11.00 uur)
Vandaag gaan we op pad naar Bunnik, waar in 1867 een fort is gebouwd ter verdediging van de stad Utrecht. Het fort maakte deel uit van de Nieuwe Hollandse Waterlinie en is nu een Rijksmonument. Binnen is een mooi museum gevestigd dat het verhaal van zijn geschiedenis vertelt. Na het museumbezoek maken we nog een mooie tocht door de omgeving om enkele soortgelijke forten te aanschouwen. In de busjes krijgt u daarbij warme chocolademelk aangeboden met wat lekkers. De entree van het museum bedraagt € 12,- met een museumkaart is de entree gratis.
BBD-prijs € 24,50 (inclusief lunchpakket en chocolademelk, exclusief entree museum)



MAANDAG 23 FEBRUARI

✓ **Pannenkoekenboerderij Meyendel** (11.00 uur)
Ook dit jaar blijft de gulle aanbieder van de eigenaar van boerderij Meyendel staan. Houd u er echter rekening mee dat het even kan duren voordat u aan de beurt bent.
BBD-prijs: € 8,- / Ooievaarspasprijs: € 4,- (incl. pannenkoek of broodje naar keuze met twee drankjes)

DINSDAG 24 FEBRUARI

✓ **Bezoek Pelgrimshoeve** (12.30 uur)
De snuffelmarkt in Zoetermeer is begonnen als bazar. Vanwege het grote succes werd de bazar omgezet in een permanente tweedehandsmarkt waar het altijd leuk rondstruinen is.
BBD-prijs: € 12,50 / Ooievaarspasprijs: € 6,25

Bankjes en de BBD... allebei onmisbaar



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.

Een van de forten van de Nieuwe Hollandse Waterlinie



WOENSDAG 25 FEBRUARI

✓ **Scheveningen 'visje happen'** (13.00 uur)
We gaan weer naar Scheveningen om een lekker visje te eten.
BBD-prijs € 12,50 / Ooievaarspasprijs € 6,25 (exclusief consumpties)

VRIJDAG 27 FEBRUARI

✓ **ADO Den Haag - VVV** (19.00 uur)
Wie gaat er mee naar het stadion van ADO voor de wedstrijd tegen VVV?
BBD-prijs € 25,- / Ooievaarspasprijs 12,50 (inclusief entree)

ZATERDAG 28 FEBRUARI

✓ **Winkelen in Duitsland** (10.00 uur)
We gaan net over de grens boodschappen doen, over het algemeen zijn producten in Duitsland goedkoper dan bij ons.
BBD-prijs € 25,-