

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 (met rolstoelbus)
wo	11.00	Aldi en Markt	Loosduinen	vr	10.00	AH en Digros	Leidschenveen
wo	12.00	Lidl, Jumbo, Action	A. Diepenbroekhof				

BBD-prijs € 3,- Ooievaarspaskorting van toepassing

Mensen die niet zelf mee kunnen om boodschappen te doen, kunnen een beroep doen op onze bezorgdienst

ZONDAG 1 MAART

✓ **Midden Delflandtocht en Zuivelboerderij** (11.00 uur) We maken een tocht door dit mooie gebied en maken een stop bij kaas- en zuivelboerderij van Winden. In de boerderijwinkel kunt u eerlijk en gezond voedsel kopen, zoals boerenkaas, diverse zuivelproducten, eieren, vlees, honing, jam en mosterd.



BBD-prijs € 15,- / Ooievaarsprij € 7,50

ZATERDAG 7 MAART

✓ **Burgerveentocht en paling kopen** (11.00 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 kopje koffie te gaan drinken.

BBD-prijs € 15,- / Ooievaarsprij € 7,50 (exclusief koffie / thee, exclusief paling)

ZONDAG 8 MAART

✓ **Schildpaddencentrum Alphen aan de Rijn** (11.00 uur) In dit centrum vind u diverse schildpadden die door particulieren zijn afgestaan en deze worden onder de meest natuurlijke omstandigheden en op de juiste temperaturen gehuisvest.



BBD-prijs € 22,50 / Ooievaarsprij € 11,25 (inclusief entree)

VRIJDAG 13 MAART

✓ **Shell diner** (16.45 uur) Op het hoofdkantoor in Den Haag en op de locatie in Rijswijk wordt dit jaar opnieuw door Shell een exclusief diner met livemuziek aangeboden. Bij een grotere belangstelling dan het aantal beschikbare plaatsen, wordt deelname bepaald op basis van loting. Uw deelname wordt daarna door ons per brief bevestigd.



BBD-prijs: € 5,- / Ooievaarsprij: € 2,50 (inclusief diner en vervoer)

ZATERDAG 14 MAART

✓ **Alpacashow in Boekel** (11.00 uur) De alpaca is familie van de lama en wordt gehouden omwille van zijn zachte wol. In Boekel in Noord-Brabant worden ca 250 alpaca's in de Tuinmarkthallen gekeurd door een internationale keurmeester. Naast de keuring zijn er ook standjes waarin diverse (alpaca)producten te koop worden aangeboden.

BBD-prijs € 26,50 (inclusief entree)

AFBELLEN

Afmelden voor een afgesproken activiteit tijdens kantooruren: Tel: 070 - 364 66 61 of op zaterdag en zondag tussen 9.00 en 10.00 uur: 06 - 34 34 76 27

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

Alle prijzen zijn inclusief begeleiding en vervoer. Consumpties, boodschappen, entreekosten e.d. zijn voor eigen rekening tenzij anders is aangegeven.

ZONDAG 15 MAART

✓ **Filmhuis: Mijn Rembrandt** (15.00 uur) Voordat de film begint, wordt u koffie of thee en versgebakken cake naar keuze aangeboden. Deze film geeft een fascinerend inzicht in wat het werk van deze Nederlandse meester zo bijzonder maakt.

BBD-prijs € 15,- / Ooievaarsprij € 7,50 (inclusief koffie / thee met cake).

ZONDAG 15 MAART

✓ **Bazaar Beverwijk** (10:00) Deze grote overdekte markt bestaat uit een zevental onderdelen: Grand Bazaar, Zwarte Markt, Oosterse Markt, Mihrab, Goudsouk, Booghallen en Outlets met ruim 300 kramen, 700 winkels en 69 eetgelegenheden. De entree is gratis.



BBD-prijs € 19,50

ZATERDAG 21 MAART

✓ **Paaseierenexpositie Wassenaar** (11.00 uur) Hier zijn duizenden bewerkte en versierde eieren te zien en te koop.

BBD-prijs: € 15,- / Ooievaarsprij: € 7,50 (inclusief entree)

ZONDAG 22 MAART

✓ **Tuincentrum de Bosrand** (11.00 uur) In Rijsbergen in Noord Brabant ligt dit grote tuincentrum waar u allerlei planten, bloemen, tuinartikelen en paasversieringen kunt kopen. Onderweg wordt u koffie of thee aangeboden.

BBD-prijs € 19,50 (inclusief kopje koffie / thee)

ZATERDAG 28 MAART

✓ **Landgoed Hoenderdaell** (10.00 uur) Landgoed Hoenderdaell ligt tussen Anna Paulowna en Van Ewijcksluis in Noord-Holland. Het bestaat uit een 64 hectare groot park met woningen en grote grazers. Hiervan is 32 hectare opengesteld voor publiek.

BBD-prijs € 24,50

ZONDAG 29 MAART

✓ **Tocht Groene Hart** (11.00 uur) De lente is pril maar aanleiding om de eerste voorjaarsbloei te gaan bewonderen in het Groene Hart. We maken een stop waar u iets kunt drinken of een hapje kunt eten.



BBD-prijs € 15,- / Ooievaarsprij € 7,50 (exclusief consumpties)

Stichting BBD - Esperantostraat 160 - 2518 LH Den Haag



Port Betaald



programma maart 2020

Vanaf woensdag 26 februari 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.

Maand van Het Zamen

Sinds enige tijd is de BBD gehuisvest aan de Esperantostraat in complex Het Zamen. In dit gebouw zijn verschillende mooie ruimtes waar wij, samen met onze partners, een uitgebreid aanbod aan activiteiten organiseren.

Deze activiteiten in, om en vanuit Het Zamen zijn zó gezellig en de moeite waard om te bezoeken dat we ze deze maand extra aandacht gaan geven. Het wordt een feestelijke maand met bijvoorbeeld elke donderdagmiddag een live-optreden, met achtereenvolgens De Kleine Band, De Zingende Slager, Peter en Jan (The Clarks) en Willeke Alberti.

We trappen de maand af met een openingsfeest op maandag 2 maart. Tijdens deze gezellige middag met optredens, hapjes en drankjes, geven we nadere uitleg over de activiteiten die deze maand gaan volgen. Deze middag is vooral ook leuk voor mensen die nog niet eerder een activiteit in Het Zamen hebben bezocht.

Natuurlijk gaat ook de boodschappenhulp gewoon door en we bieden ook allerlei gezamenlijke uitstapjes aan, maar wel iets minder vaak dan u van ons gewend bent.

Wij hopen u te mogen verwelkomen in Het Zamen en wensen u alvast heel veel plezier!



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
LOHMANPLEIN
WINKELCENTRUM



KCOAK
Rococo Katholiek Oudw. 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

Welkom in Het Zamen!

We openen deze 'Maand van Het Zamen' met een gezellige middag op 2 maart.

maandag

maandag 2 maart

Openingsfeest 'Maand van Het Zamen'

(14.00 - 16.00 in het restaurant, deelname is gratis)
Een gezellige middag met uitleg over de activiteiten, bijzondere gasten, liveoptredens en heerlijke hapjes en drankjes.

Iedere maandag

Crea-ochtend

(9.30 - 13.30 in het atrium, deelname is gratis).

Koersbal (14.00 - 16.00 in het atrium, gratis deelname)
De variant op Jeu de boules die binnen wordt gespeeld.

maandag 9, 16 en 23 maart

Zangmiddag

(14.00 - 16.00 in het restaurant)
Onder muzikale begeleiding van Michael Eschauzier zingen we oud-Hollandse liedjes.

'De BBD Verrast' met High Tea

(13.00 - 17.00 in de BBD activiteitenruimte)
We maken een korte tocht door de regio en sluiten af met een gezellig samenzijn onder het genot van diverse sandwiches, hartigheden en zoetigheden.
BBD-prijs € 12,50 / Ooievaarspas € 6,25

maandag 30 maart

Themadiner in de Prael: Lente

(17.00 - 20.00)
Met muzikale omlijsting van Gene Travis en genieten van een lekkere driegangemaaltijd bestaande uit osenstaartsoep, kippenpoot in bier klaargemaakt met groenten en dessertplankje.

BBD-prijs € 15,- / Ooievaarsprijis € 7,50
(inclusief diner, drankje en koffie / thee)



dinsdag

Iedere dinsdag

BoodschappenBingo

(14.00 - 16.00 in het restaurant)
Inclusief 4 bingorondes, elke ronde daarna kost € 0,50 extra.
Met prachtige prijzen, zoals boodschappenmanden en gratis uitstapjes met de BBD.



woensdag

Iedere woensdag

Soos (14.00 - 16.00 in de BBD-activiteitenruimte)
4 en 18 maart: Knutselen onder begeleiding, muziek-filmpjes op verzoek en gezellig een praatje maken. Inclusief hapjes, drankje en een advocaatje slagroom.
11 en 25 maart: Kienen, de bingo-variant met 90 ballen. Eerst ronde is gratis, daarna € 0,50 per ronde. U speelt voor leuke prijzen. Inclusief hapjes, drankje en een advocaatje slagroom.



donderdag

Iedere donderdag

Live Muziek Middag

(14.00 - 16.00 in restaurant / atrium)

5 maart De Kleine Band, oud-Hollandse kroegen- en zeemansliedjes (incl. hapje en drankje).

12 maart De Zingende Slager, Hollandse en Engelstalige hits van alle tijden (incl. hapje en drankje).

19 maart Peter en Jan, bekend van de huisband van TV-programma Veronica Inside en van The Clarks. Zij spelen hits uit de jaren 60 en 70 (incl. hapje en drankje).

26 maart Willeke Alberti, een uniek optreden van Nederlands bekendste zangeres!

(bij meer belangstelling dan het aantal beschikbare plaatsen, zullen de toegangsbewijzen bij loting worden toegekend).
(incl. kopje thee)

Met de BBD aan tafel

(18.00 - 20.00 in de BBD-activiteitenruimte)

Onze medewerkers verrassen u vandaag met een lekkere warme maaltijd met op:

5 maart Bloemkool en broccoli met kaassaus en balletje gehakt

12 maart Aardappels met gebakken kipfilet en salade

19 maart Hokkien Singapore met noedels

26 maart Spaghetti en macaroni

Donderdag 5 en 19 maart

Beauty voor de Senior

(14.00 - 17.00 in de BBD-activiteitenruimte)

Verwenmiddagen met hand- en gezichtsverzorging, waarbij persoonlijke aandacht en sociaal contact centraal staan.



vrijdag

Iedere vrijdag

Bewegingsles op muziek

(14.00 - 15.00 in het atrium, deelname is gratis)

vrijdag 6, 20 en 27 maart

Lunch met livemuziek

(12.00 - 14.00 in het restaurant)
Lekker lunchen vanaf € 3,75 met livemuziek door conservatoriumstudenten:

6 maart Hue Blanes op piano met zang.

20 maart Laura Balikov en Stanislav Jar, zij spelen samen op de piano

27 maart Hue Blanes op piano met zang

De BBD Draait Door

(14.00 - 16.00 in het restaurant)
Gezellige middag met o.a. Rad van Avontuur, een quiz of bingo met mooie prijzen, muziek en nog heel veel meer. Inclusief hapjes en een drankje.

Kaartavond (19.00 - 21.00 in de BBD-ruimte)
Gezellig samenzijn met klaverjassen en jokers. Inclusief hapje en drankje.



zaterdag

zaterdag 14 maart

Kienmarathon (11.00 - 16.00 in het restaurant)
De bingo-variant met 90 ballen. Eerst ronde is gratis, daarna € 0,50 per ronde. U speelt voor leuke prijzen. Inclusief hapjes en een drankje

zaterdag 28 maart

Super Bingo (14.00 - 16.30 in het restaurant)
Inclusief 4 bingorondes, elke ronde daarna kost € 0,50 extra en de superronde € 1,-
Er zijn prachtige prijzen beschikbaar zoals boodschappenmanden en gratis uitstapjes met de BBD.
Inclusief hapje en drankje



zondag

zondag 8 en 22 maart

Rondje geschiedenis

(14.00 - 16.00 in de BBD-activiteitenruimte)
Een gezellig samenzijn met bijzondere verhalen, anekdotes en begeleidende filmpjes. Inclusief hapje en drankje.
8 maart: Sterke vrouwen: Vanmiddag bezien we enkele vrouwen die de afgelopen eeuwen een belangrijke rol hebben gespeeld in de Haagse samenleving. Van Aleid van Poelgeest en Jacoba van Beieren in de 13^e en 14^e eeuw, tot Neeltje Pronk en Alexandrine Tinne in de 18^e en 19^e eeuw.

22 maart: Van Haagse dingen die voorbij zijn: Terug naar het Den Haag van het einde van de 19^e eeuw, bezien door het oog van Louis Couperus. Je hoeft geen enkel boek van deze schrijver te hebben gelezen om mee te kunnen gaan in zijn wereld. Ontroerende en nostalgische beelden van met name straatatferen, met een wat wrange nasmaak, wellicht door een vergelijk met huidige tijden.



De bijdrage voor de activiteiten in het Zamen is € 5,- of € 2,50 met Ooievaarspas inclusief koffie en thee, tenzij anders aangegeven.

Voorafgaand aan de activiteiten kunt u in het restaurant van een heerlijke lunch genieten.

maandag t/m vrijdag van 12.00 tot 14.00 uur, vanaf € 3,75

Verse warme maaltijden uit de nationale en internationale keuken worden in het restaurant geserveerd door de MaaltijdExpress.

dinsdag en donderdag vanaf 16.00 uur

De kosten zijn € 8,50 en op vertoon van uw Ooievaarspas € 6,30

Het menu vindt u op de posters in Het Zamen of informeer er telefonisch naar.