

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 oktober 2025

Vanaf woensdag 24 september kunt u zich opgeven voor de activiteiten

Lieve mensen,

Naast de leuke binnenactiviteiten op de Esperantostraat organiseren we deze maand natuurlijk ook weer veel leuke uitstapjes waarbij we zo her en der een frisse neus gaan halen. We wensen u weer veel leesplezier en hopelijk ziet u activiteiten waar u blij van wordt.

Haagse Museumtent

Met de Haagse Museumtent komen museummedewerkers langs om een presentatie te houden aan de hand van een korte film en een koffer gevuld met bijzondere voorwerpen. Er is altijd een creatieve/doe-activiteit en veel ruimte voor uitleg. Op 2 oktober komt Museum Bredius op bezoek en op 3 oktober is het de beurt aan Rijksmuseum de Gevangenpoort.

Voorlichting WMO / PGB

Jurist André Kolstee vertelt u op 16 oktober alles over de WMO (Wet Maatschappelijke Ondersteuning) en de PGB (Persoonsgebonden Budget).

Tochten deze maand

We gaan er weer heerlijk op uit deze maand met een verscheidenheid aan bustochtjes. We rijden langs de zee naar Zandvoort op 5 oktober, ook in Noord-Holland ligt Burgerveen waar we op 6 oktober naartoe rijden om de lekkerste paling te kopen, op 14 oktober doen we een rondje door het Westland en de omgeving van Rotterdam staat op 15 oktober op het programma. Dan doen we op 22 oktober nog een tocht in de omgeving van Bergschenhoek en de Reeuwijkse Hout bezoeken we op 28 oktober.

BBD-Superbingo

Op zondag 26 oktober staat onze Superbingo in het teken van Halloween...



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.

EXTRA ACTIVITEITEN DEZE MAAND

DONDERDAG 2 OKTOBER

✓ **Haagse Museumtent: museum Bredius** (13.00 - 15.00 uur) Aan de Hofvijver ligt museum Bredius, medewerkers van het museum komen vandaag bij ons een presentatie geven.

VRIJDAG 3 OKTOBER

✓ **Haagse Museumtent: de Gevangenpoort** (13.00 - 15.00 uur) U komt vanmiddag alles te weten over museum de Gevangenpoort.

DONDERDAG 16 OKTOBER

✓ **Voorlichting WMO / PGB** (13.00 - 15.00 uur) Informatiemiddag door jurist André Kolstee.

ZATERDAG 18 OKTOBER

✓ **Luxe lunch** (12.00 - 14.00 uur) U wordt vandaag verwent met een heerlijke lunch. BBD-prijs € 8,- / Ooievaarspasprijs € 4,-

MAANDAG 20 OKTOBER

✓ **Themadiner in de Prael** (18.00 - 20.00 uur) Het thema vanavond is Duitsland. Met muzikale omlijsting van Gouwe Ouwe. BBD-prijs € 25,- / Ooievaarspasprijs € 12,50 (inclusief diner en 2 consumpties)

ZATERDAG 25 OKTOBER

✓ **Met de BBD aan tafel** (13.00 - 15.00 uur) In onze gezellige activiteitenruimte serveren onze medewerkers u een warme maaltijd. BBD-prijs € 12,50 / Ooievaarspasprijs € 6,25 (exclusief vervoer)

ZONDAG 26 OKTOBER

✓ **Halloween Superbingo** (12.00 - 14.00 uur) De superbingo van deze maand staat helemaal in het teken van Halloween. We spelen 5 bingorondes, een kaart kost € 5,- en een extra kaart € 2,50

DONDERDAG 30 OKTOBER

✓ **BBD-Brunch** (10.30 - 12.00) Een lekkere combinatie van een ontbijt en een lunch verzorgd door BBD-medewerkers, BBD-prijs € 8,- / Ooievaarspasprijs € 4,- (inclusief brunch)

IEDERE MAANDAG

✓ **Zangmiddag** (14.00 - 16.00 uur) Heerlijk samen Nederlandse liedjes zingen.

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 1, 8 EN 15 OKTOBER

✓ **BBD-Soos met koffie, thee en hapjes** (14.00 - 16.00 uur) 1 en 15 oktober: Kienen en bingo met Catherien. De bingovariant met 90 ballen, we spelen ook een paar rondes bingo. Een bingokaart kost € 5,- en een extra kaart € 2,50 8 oktober: Knutselen.

IEDERE DONDERDAG

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

VRIJDAG 10 EN 24 OKTOBER

✓ **BBD-Café** (14.00 - 16.00 uur) Een gezellige middag met spelletjes, quizjes, muziek en bingo. Wij rekenen vanmiddag € 2,50 extra omdat er extra mooie prijzen te winnen zijn.

DE ACTIVITEITEN VAN DE BBD WORDEN MEDE MOGELIJK GEMAAKT DOOR:

Fonds 1818



Güthschmidt
www.guthschmidt.nl



FONDS
SLUYTERMAN VAN LOO
OUDERENPROJECTEN



stichting
levi lassen



- 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.

WOENSDAG 1 OKTOBER

✓ **Amazing Oriental** (12.00 uur)
Supermarkt in de wijk Ypenburg waar u Chinese, Thaise, Indonesische, Japanse en Koreaanse producten kunt kopen. Ook bevindt zich hier een restaurant waar u Aziatische hapjes kunt proeven. BBD-prijs € 8,- / Ooievaarspasprijs € 4,-

ZATERDAG 4 OKTOBER

✓ **Winkelen in Duitsland** (10.00 uur)
We gaan de grens over naar Nettetal in Duitsland (net over de grens bij Venlo) waar de boodschappen een stuk goedkoper zijn dan in Nederland. In dit mooie overdekte winkelcentrum treft u allerlei winkels aan waar u kunt rondsnuffelen. BBD-prijs € 29,50

ZONDAG 5 OKTOBER

✓ **Kusttocht naar Zandvoort** (11.00 uur)
We maken een mooie tocht langs de kust richting Zandvoort aan Zee en op de terugweg houden we een stop bij Meyendel om wat te gebruiken. BBD-prijs € 17,50 / Ooievaarspasprijs € 8,75 (exclusief consumpties)

MAANDAG 6 OKTOBER

✓ **Burgerveentocht en paling kopen** (11.00 uur)
Een fijne tocht richting Burgerveen met een stop bij de palingboer om heerlijke vis te kopen. BBD-prijs: € 15,-

DINSDAG 7 OKTOBER

✓ **Winkelcentrum Vier Meren in Hoofddorp** (11.00 uur)
Mooi overdekt winkelcentrum met ruim 100 winkels, verdeeld over twee verdiepingen. Hier treft u winkels zoals: AH, Action, Hema, Etos en nog veel meer. BBD-prijs € 17,50

Wat was het fijn om buiten te picknicken



WOENSDAG 8 OKTOBER

✓ **Rondje Kringloop** (11.00 uur)
Het wordt weer een mooie dag waarop we drie leuke kringlopen in de omgeving bezoeken. We nemen een lunchpakketje mee. BBD-prijs € 17,50 / Ooievaarspasprijs € 8,75 (inclusief lunchpakket)

ZATERDAG 11 OKTOBER

✓ **Rondje Geschiedenis: Wilg en Riet** (10.00 uur)
We maken weer een prachtige tocht door de Biesbosch, een van de meest karakteristieke landschappen van Nederland. Er zijn moerassen, grienden en wilgenbossen, rietkragen langs getijstroom en binnenmeren, foeragerende trekvogels en grote rivieren. Vandaag rijden we vooral door de Dordtse kant en brengen we een bezoek aan het prachtige Natuurmuseum Twintighoeven (gratis toegankelijk), waar het verhaal wordt verteld van het harde leven van de bewoners. Door de eeuwen heen werd er vooral gewerkt met wilgentenen en riet, waarbij de produkten werden vervoerd door grote delen van Nederland. Een bijzondere geschiedenis, die mede wordt verteld door deskundige vrijwilligers. Het museum heeft bovendien een prachtige tuin met gewassen, planten en bloemen, die van nature in het gebied voorkwamen en vaak dienden als voedsel. De dag sluiten we af met een tocht door het Nationale Park van de Biesbosch aan de overkant van de Merwede. BBD-prijs € 29,50 (inclusief lunchpakket, koffie of thee in het museum en een borrel met hapjes in de bus)

Fondsen
korting

Fondsen
korting

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			

ZONDAG 12 OKTOBER

✓ **Tocht bij Rotterdam + Herinneringsmuseum** (11.00 uur)
We maken een mooie rondrit door de omgeving van Rotterdam en sluiten af met een bezoek aan het Herinneringsmuseum van Humanitas met allerlei spullen uit de 20e eeuw. Er zijn compleet ingerichte 'stijlkamers' uit vervlogen jaren, meubilair uit de jaren zeventig, fietsplaatjes en distributiekaarten uit de oorlog en nog veel meer. BBD-prijs € 19,50 / Ooievaarspasprijs € 9,75

MAANDAG 13 OKTOBER

✓ **IKEA Delft** (11.00 uur)
Ook deze maand weer een uitstapje naar ons favoriete warenhuis IKEA. Gewoon de uitgezette route volgen en je komt van alles tegen, ook de Köttsbular natuurlijk; de Zweedse gehaktballetjes. BBD-prijs € 9,50 / Ooievaarspasprijs € 4,75

DINSDAG 14 OKTOBER

✓ **Rondrit Westland + 't Nederhofsje** (11.00 uur)
We maken een mooie tocht door het Westland en brengen een bezoek aan historisch koffiehuisje 't Nederhofsje in Honselersdijk. Deze knusse locatie wordt gerund door mensen met een verstandelijke beperking. U krijgt een bakje koffie en / of thee aangeboden. In het kleine winkeltje is ook koffie en thee te koop. BBD-prijs € 17,50 / Ooievaarspasprijs € 8,75 (inclusief bakje koffie / thee)

WOENSDAG 15 OKTOBER

✓ **Rondje Rotjeknor** (11.00 uur)
Het is alweer even geleden maar het was een groot succes: toeren met de tram door het centrum van Rotterdam. Met verschillende trams zien we veel van de bezienswaardigheden van de stad waaronder de kubuswoningen, de Coolsingel en het stadhuis, het Centraal Station, Delfshaven en het Oude Noorden. We stappen in op de beginhaltes van de lijnen, zodat we verzekerd zijn van een fijne zitplaats. Ook wordt er ergens een plekje voor een bakkie pleur ingepland. BBD-prijs € 29,50 (inclusief lunchpakket, tramkaartjes en een bakkie onderweg)

Fondsen
korting

Fondsen
korting

VRIJDAG 17 OKTOBER

✓ **ADO Den Haag - Dordrecht** (19.00 uur)
We gaan vandaag naar het stadion van ADO voor de wedstrijd tegen Dordrecht. BBD-prijs € 25,- / Ooievaarspasprijs 12,50 (inclusief entree)

ZONDAG 19 OKTOBER

✓ **Heerlijkheid Mariënwaerd in Beesd** (11.00 uur)
We bezoeken Heerlijkheid Mariënwaerd, een landgoed van ruim 900 hectare aan de rand van het Betuwse dorp Beesd in Gelderland. Het landgoed is al sinds 1734 in handen van dezelfde familie en is opengesteld om vrij over te wandelen. In de winkel zijn biologische landgoedproducten verkrijgbaar zoals moestuinjams, chutneys, curd, kazen, sappen en nog veel meer (h)eerlijks van het landgoed zoals Lakenvelder rundvlees, huisgemaakte appeltaart en de beroemde walnotentaartjes van barones Van Verschuer. Daarnaast is er nog een uitgebreid assortiment biologische producten, groenten en fruit. BBD-prijs € 22,50

DINSDAG 21 OKTOBER

✓ **Van der Spek Zevenhuizen** (11.00 uur)
Deze verswinkel + tuincentrum is altijd een bezoekje waard. BBD-prijs € 15,- / ooievaarspasprijs € 7,50



Even wachten bij Ikea tot het busje voor komt rijden

WOENSDAG 22 OKTOBER

✓ **Tocht omgeving Bergschenhoek** (11.00 uur)
Ten noorden van Rotterdam ligt een mooi natuurgebied langs de rivier de Rotte en nabij het vliegveld Rotterdam / the Hague Airport. We maken een mooie tocht in deze omgeving en u krijgt een lunchpakket aangeboden. BBD-prijs € 19,50 / Ooievaarspasprijs € 9,75 (inclusief lunchpakket)

DONDERDAG 23 OKTOBER

✓ **Wereld Aanschuiftafel: Suriname** (17.00 uur)
Georganiseerd door de Participatiekeuken aan de Guntersteinweg in Den Haag, vandaag met een Surinaamse culinaire en culturele beleving. BBD-prijs € 12,50 / Ooievaarspasprijs € 6,25 (inclusief diner)

ZATERDAG 25 OKTOBER

✓ **ADO Den Haag - FC Den Bosch** (15.30 uur)
In samenwerking met stichting de Grijs Reigâh's gaan we vandaag naar het stadion van ADO voor de wedstrijd tegen FC Den Bosch. BBD-prijs € 25,- / Ooievaarspasprijs 12,50 (inclusief entree)

Daar bij die molen...



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.

Heerlijke pannenkoeken bij Meyendel



MAANDAG 27 OKTOBER

✓ **Pannenkoekenboerderij Meyendel** (11.00 uur)
U wordt weer 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: € 8,- / Ooievaarspasprijs: € 4,- (inclusief pannenkoek of broodje naar keuze met 2 drankjes)

✓ **Danspaleis en Diner** (17.00 - 20.00 uur)
Feestelijke avond met een heerlijk en gezond driegangendiner gecombineerd met een dansavond georganiseerd door de Participatiekeuken in samenwerking met het Danspaleis. BBD-prijs € 12,50 / Ooievaarspasprijs € 6,25 (inclusief diner)

DINSDAG 28 OKTOBER

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

WOENSDAG 29 OKTOBER

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

Fondsen
korting



Gezelligheid op de BBD-Soos