

Activiteiten in Het Zamen

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

Alle activiteiten zijn rolstoeltoegankelijk.

De kosten voor de activiteiten zijn € 5,- of € 2,50 met Ooievaarspas, inclusief koffie, thee en hapjes tenzij anders aangegeven.

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.



EXTRA ACTIVITEITEN DEZE MAAND

DONDERDAG 9 MEI

✓ Rock & Rollparty in de Prael

(14.00 - 18.00 uur) Haagse Rock & Roll Party met swingende optredens van the Roustabouts, the Rockin' Giants en Jerry Velberg die geweldige swingende muziek spelen van Elvis Presley, Jerry Lee Lewis, Roy Orbison, Johnny Cash en vele anderen. Kaarten kosten € 12,50 en dienen apart te worden afgerekend. Er is een beperkt aantal kaarten beschikbaar. BBD-prijs € 12,50 / Ooievaarspasprijs € 6,25 (exclusief entree)

MAANDAG 13 MEI

✓ Themadiner in de Prael: Antillen

(18.00 - 20.00 uur) Met muzikale omlijsting van Gene Travis BBD-prijs € 22,- / Ooievaarspasprijs € 11,- (inclusief diner)

ZATERDAG 18 MEI

✓ Luxe lunch (12.00 - 14.00 uur)

In onze gezellige activiteitenruimte verwennen onze medewerkers u met een luxe lunch.

ZONDAG 26 MEI

✓ BBD-Superbingo (12.00 - 14.00 uur)

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

The Rockin' Giants spelen op 9 mei in de Prael



IEDERE MAANDAG

✓ Zangmiddag (14.00 - 16.00 uur)

Onder leiding van Michael Eschauzier op piano zingen we Nederlandse liedjes.

IEDERE DINSDAG

✓ Bingo (14.00 - 16.00 uur)

We spelen 6 rondes voor leuke prijzen. Een bingokaart kost € 2,50 extra.

WOENSDAG

✓ BBD-Soos met koffie, thee en hapjes

(14.00 - 16.00 uur) 1 en 15 mei: Kien met Catherien. De bingo-variant met 90 ballen. Eerste ronde gratis, daarna € 0,50 per ronde. 8 mei: Knutselen.

IEDERE DONDERDAG

✓ Met de BBD aan tafel (17.00 - 19.00 uur)

Onze medewerkers verrassen u met een maaltijd die ze zelf hebben bereid. BBD-prijs € 12,50 / Ooievaarspasprijs € 6,25 (inclusief eten en drinken)

VRIJDAG 10 EN 24 MEI

✓ BBD-Café (14.00 - 17.00 uur)

De spelletjes, quizjes en muziek worden verzorgd door Kees, het kienen en de bingo door Catherina. Er wordt een uurtje aan vastgeplakt voor gezellig keuvelen met een drankje. (voor wijn, bier en advocaat betaalt u € 1,- extra per drankje)



Lekker lunchen bij de BBD

Stichting BBD - Esperantostraat 160 - 2518 LH Den Haag



Port Betaald



programma mei 2024

Vanaf woensdag 24 april 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 verwelkomen iedereen die deze maand voor het eerst kennismakt met de BBD, we hopen dat u zich snel thuis zult voelen en wensen u veel plezier tijdens de uitstapjes.

We presenteren u weer een leuk en divers programma met splinternieuwe uitstapjes maar natuurlijk ook met gouwe ouwe activiteiten. Zo staan de eerste boottochtjes van dit jaar weer op het programma, heerlijk!

Vaartochten

We trappen het vaarseizoen af met enkele boottochten door het Westland met rederij Gantel.

Op 8 mei wordt u daarbij getraakteerd op koffie met gebak en op 28 mei bieden we u een ijsje aan.

Goede ideeën van deelnemers

Met enige regelmaat doen onze deelnemers een suggestie voor een leuk uitstapje en als die haalbaar zijn nemen we ze graag op in ons programma. Zo brengen we deze maand een bezoek aan Corpus in Oegstgeest op 14 mei en gaan we winkelen op Zuidplein in Rotterdam op 29 mei.

Nog meer nieuwe activiteiten

Onze medewerkers hebben weer een paar fijne nieuwe tochten uitgewerkt waarbij u veel moois en interessants ziet en ervaart. We beginnen op 1 mei met een panoramatocht door de Alblasserwaard en het rondje geschiedenis brengt u op 11 mei naar Medemblik en op 22 mei naar Vlissingen.

Corpus

Op 14 mei bezoeken we Corpus waar u een spectaculaire 'reis door de mens' maakt.

Wat is het lichaam bijzonder! Verwonder u in de baarmoeder over het ontstaan van nieuw leven, maak een wandeling door de mond en ga even zitten in de hersenen.

Bernadet maakte er deze leuke tekening over.



DE ACTIVITEITEN VAN DE BBD WORDEN MEDE MOGELIJK GEMAAKT DOOR:

Fonds 1818

Güthschmidt
www.guethschmidt.nl



FONDS
SLUYTERMAN VAN LOO
OUDERENPROJECTEN

Stichting
Ons Thuis

VISUAL
VOICE
GEMAAKT GEPRINT GEWELDIG!

Aeves
Benefit

west
radio tv internet



stichting
levi lassen

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

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.

WOENSDAG 1 MEI

✓ Panoramatocht Alblasserwaard

(10.00 uur) Vandaag staat een prachtige tocht dwars door de Alblasserwaard op het programma die ons voert door onder andere Hardinxveld-Giessendam, Giessenburg en Goudriaan om te eindigen in het pittoreske vestingstadje Nieuwpoort. We rijden hoog over de dijken voor het mooiste zicht op de waterrijke omgeving en we stoppen voor een lekker bakje koffie in boerderij de Koperen Knop, een prachtige boerderij en museum uit het begin van de 17e eeuw met veel stijlkamers en werktuigen van door de eeuwen heen. Voor consumpties kunt u terecht in het inpandige restaurant, maar bij goed weer ook op het terras en in de theetuin. Bezoek aan het museum zelf kost € 5,- extra (met Museumjaarkaart gratis). De volgende stop is de Graanbuurt in Giessenburg, een bijzonder complex van kleine ambachts- en modewinkeltjes, maar ook van horecagelegenheden en foodstores. We sluiten af met een borrel in Nieuwpoort. Oh, wat is het leven toch mooi..... BBD-prijs € 29,50 (inclusief lunchpakket en afsluitend drankje)

ZATERDAG 4 MEI

✓ Japanse Tuin Clingendael (11.00 uur)

De Japanse Tuin ligt in het midden van landgoed Clingendael. In de tuin vindt u zeldzame bomen en planten. Omdat de tuin al heel oud is en kwetsbaar, is deze maar 8 weken per jaar open.

Kon'nichiwa (fijne middag)
BBD-prijs € 8,- / Ooievaarspasprijs € 4,-

ZONDAG 5 MEI

✓ Stichting De Paardenkamp Soest

(11.00 uur) Op 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)

MAANDAG 6 MEI

✓ Burgerveentocht en paling kopen

(10.00 uur) Een fijne tocht naar de palingboer in Burgerveen waar u heerlijke vis kunt kopen. BBD-prijs: € 15,-

Het vestingstadje Nieuwpoort



DINSDAG 7 MEI

✓ Rondje Nieuwkoop en Meije

(10.00 uur) We maken een mooie tocht dwars door het Groene Hart en gaan genieten van een schilderachtige omgeving met uitgestrekte polders. U krijgt een lunchpakket aangeboden. BBD-prijs € 19,50 / Ooievaarspasprijs € 9,75 (inclusief lunchpakket)

WOENSDAG 8 MEI

✓ Vaartocht met koffie en gebak

(11.30 uur) De eerste vaartocht van het jaar met rederij de Gantel maken we vanuit Monster naar Poeldijk en terug en onderweg stappen we uit bij restaurant de Vineyard waar u wordt getraakteerd op koffie met gebak. Na het bezoek varen we nog een stuk naar de Monsterse haven. BBD-prijs € 25,- / Ooievaarspasprijs € 12,50 (inclusief vaartocht, koffie met gebak)

VRIJDAG 10 MEI

✓ ADO Den Haag - Jong PSV (19.00 uur)

In samenwerking met stichting de Grijsje Reigâh's gaan we vandaag naar het stadion van ADO voor de wedstrijd tegen Jong PSV. BBD-prijs € 25,- / Ooievaarspasprijs 12,50 (inclusief entree).

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

Wie niet zelf mee kan om boodschappen te doen, kan een beroep doen op onze bezorgdienst.

ZATERDAG 11 MEI

✓ Rondje Geschiedenis Medemblik

(10.00 uur) Vandaag gaan we op pad naar kasteel Radboud, een dwangburch uit 1288, gebouwd door graaf Floris V en prachtig gelegen direct aan het IJsselmeer. In onze activiteitenruimte krijgt u voor vertrek een korte inleiding in de geschiedenis van onze graven van de 13e eeuw. Dezelfde graven die met de bouw van het Binnenhof en de Ridderzaal onze stad 's Gravenhage stichtten. Mooie verhalen over moord en doodslag, riddertoernooien en boerenopstanden. Onderweg maken we in Opperdoes een korte stop bij een aardappelboer voor liefhebbers van de lekkerste aardappel van Nederland: de Opperdoezer Ronde. Het kasteel zelf is werkelijk prachtig en u wordt rondgeleid via een audiotour. De entree van het kasteel bedraagt € 9,50 en dient apart te worden afgerekend (gratis met Museumjaarkaart of Vriendenloterij VIP-kaart). Wel is het kasteel alleen toegankelijk voor mensen die nog goed ter been zijn en trappen kunnen beklimmen. We sluiten de dag af met een mooie route langs het IJsselmeer en een borreltje. BBD-prijs € 34,50 (inclusief lunchpakket en borrel, exclusief entree kasteel)



Zó leuk die alpaca's

Niet achter de geraniums maar samen op pad



ZONDAG 12 MEI

✓ Alpaca farm in Vorstenbosch (10.30 uur)

Op deze farm in Noord-Brabant kunt u alpaca's voeren en aaien. U kunt er iets eten of drinken en er is een alpacashop met allerlei producten van alpaca wol. BBD-prijs € 24,50

MAANDAG 13 MEI

✓ Acrylverf schilderen (13.30 uur)

De familie Goedman Art Supplies biedt u weer een gratis middag schilderen aan waarbij u les krijgt van een kunstenaar. Dit vindt plaats in de vrije ruimte bij Goedman in de Prins Hendrikstraat. U krijgt koffie en een koekje aangeboden. BBD-prijs € 8,- / Ooievaarspasprijs € 4,- (inclusief schilderen, koffie en een koekje)

DINSDAG 14 MEI

✓ Corpus: reis door de mens (10.00 uur)

Bij Oegstgeest zit een reusachtige mensfiguur langs de snelweg. In deze reus ontdekken we de wonderen van het menselijk lichaam. Hoe reageert het lichaam op een splinter? Wat gebeurt er in uw oor als u naar muziek luistert en waar zit het commandocentrum van uw lijf? Via de roltrap komt u in de knie, daar start de reis (met een audiotour) en u eindigt in de hersenen. De entree bedraagt € 25,- en dient apart te worden afgerekend. BBD-prijs € 19,50 / Ooievaarspasprijs € 9,75 (exclusief entree)

WOENSDAG 15 MEI

✓ Kringloopmarathon (10.00 uur)

Vandaag doen we het eens anders, we treden buiten ons 'Ooievaarsgebied'. Het wordt daarmee wat duurder, maar daar krijgt u wel wat voor terug! We gaan via een prachtige route over dijken en polderwegen naar Nieuwegein, Vianen en IJsselstein om vlak bij elkaar gelegen kringlopen te bezoeken. En dat zijn er veel! BBD-prijs € 22,50 (inclusief lunchpakket)

DINSDAG 21 MEI

✓ Tocht Biesbosch (11.00 uur)

We hebben weer een prachtige route uitgestippeld met verrassende plekjes in één van de mooiste natuurgebieden van Nederland. BBD-prijs € 24,50 (inclusief lunchpakket)

WOENSDAG 22 MEI

✓ Rondje Geschiedenis Vlissingen

(10.00 uur) Via een mooie route door Zeeuws-Vlaanderen en Walcheren gaan we naar Vlissingen dat door haar strategische ligging een belangrijke rol heeft gespeeld in de Nederlandse geschiedenis. We gaan naar het Muzeeum, (voorzien van liften en een restaurant) waar we van alles kunnen leren over het leven op boten, de VOC en over het leven van Michiel de Ruyter die een groot deel van zijn leven op de plek van het huidige museum doorgebracht. De entree van het museum bedraagt € 15,- en dient apart te worden afgerekend (gratis met Museumjaarkaart of Vriendenloterij VIP-kaart) Op de terugweg nemen we nog een oorlam in een plaatselijke herberg..... Ik zou zeggen monster aan bij de BBD! BBD-prijs € 32,50 (inclusief lunchpakket en borrel, exclusief entree museum)

Cappuccino en gezelligheid



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.

Ons bezoek aan Des Indes



ZATERDAG 25 MEI

✓ Rondje snuffelen in Delft (13.00 uur)

Vanmiddag gaan we lekker slenteren langs de vele gezellige kraampjes van de antiek- en brocantemarkt langs de grachten van de historische binnenstad van Delft. Aansluitend gaan we met zijn allen gezellig borrelen in een leuk café. Het eerste drankje en hapje zijn op kosten van de BBD. Hoera en proost! BBD-prijs € 19,50 / Ooievaarspasprijs € 9,75

MAANDAG 27 MEI

✓ Pannenkoekenboerderij Meyendel

(11.00 uur) U wordt door de eigenaar getraakteerd op een overheerlijke pannenkoek met drankjes. BBD-prijs: € 8,- / Ooievaarspasprijs: € 4,- (inclusief pannenkoek of broodje naar keuze met 2 drankjes)

DINSDAG 28 MEI

✓ Vaartocht met ijsje (11.30 uur)

We varen een twee uur durend rondje door Poelzone, Monsterse Vaart en Gantel naar Poeldijk. Ter hoogte van de Poeldijkse vaart wordt u getraakteerd op een ijsje. BBD-prijs € 25,- / Ooievaarspasprijs € 12,50 (inclusief vaartocht, ijsje)

WOENSDAG 29 MEI

✓ Winkelcentrum Zuidplein (11.00 uur)

Winkelcentrum Zuidplein is een groot overdekt winkelcentrum in Rotterdam-Zuid met 155 winkels. BBD-prijs € 15,- / Ooievaarspasprijs € 7,50