

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 juli 2026

Vanaf woensdag 24 juni kunt u zich opgeven voor de activiteiten

Albert-Jan van der Neut, dirigent van ons koor



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 8, 15 EN 22 JULI

✓ **BBD-Soos met koffie, thee en hapjes** (14.00 - 16.00 uur)
8 en 22 juli: 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
15 juli: 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 10 EN 24 JULI

✓ **BBD-Muziekcafé** (14.00 - 16.00 uur)
Gezellige muziekmiddag zonder bingo met muziek uit vervlogen tijden. Daarbij staat 1 artiest centraal en vullen we de rest van het programma op met verzoeknummers, bijzondere muziekfragmenten en een muziekquiz met leuke prijzen. Voor hapjes wordt gezorgd.

EXTRA ACTIVITEITEN DEZE MAAND

ZONDAG 12 JULI

✓ **Rondje zomerse cocktails** (15.00 - 17.00 uur)
Vanmiddag komen we gezellig bij elkaar om te genieten van de zomer. We gaan, met behulp van een heuse bartender en mixoloog, proeven van de heerlijkste en mooiste cocktails. Dit alles met veel zomers fruit, bijpassende hapjes en een caribisch muziekje.
BBD-prijs € 19,50 / Ooievaarspasprijs € 9,75

ZATERDAG 18 JULI

✓ **Met de BBD aan tafel** (13.00 - 15.00 uur)
Vandaag wordt er weer een lekkere warme maaltijd geserveerd, eet u gezellig mee?
BBD-prijs € 12,50 / Ooievaarspasprijs € 6,25

ZONDAG 26 JULI

✓ **Superbingo** (12.00 - 14.00 uur)
We spelen 5 bingorondes, een kaart kost € 5,- en een extra kaart € 2,50

DONDERDAG 30 JULI

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



Lekker lunchen bij de BBD

DE ACTIVITEITEN VAN DE BBD WORDEN MEDE MOGELIJK GEMAAKT DOOR:

Fonds 1818



Güthschmidt
www.guthschmidt.nl



FONDS
SLUYTERMAN VAN LOO
OUDERENPROJECTEN



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,

Gaat u met ons mee op een uitstapje om de zomer te vieren? De keuze is weer groot, veel plezier met dit nieuwe maandprogramma!

Donaties

Wij danken iedereen hartelijk voor de donaties die zijn overgemaakt in verband met de sterk gestegen brandstofprijzen. Hierdoor kunnen wij de eigen bijdragen voor de activiteiten en uitstapjes gelukkig nog steeds betaalbaar houden.

Omdat de brandstofprijzen helaas nog niet zijn gedaald, blijven donaties van harte welkom, ze kunnen worden overgemaakt op rekeningnummer NL39 RABO 0300 8990 76, ten name van Boudewijn Struijk Foundation.

Vaartochten

Het is altijd zo heerlijk om in de zomer te gaan varen, deze maand maken we boottochten op 6 juli over de Kagerplassen met rederij van Hulst en op 7 juli door het Westland met rederij de Gantel.

Kersentocht

Op zondag 5 en op dinsdag 14 juli hebben we kersentochten door de Betuwe gepland zodat u heerlijke versgeplukte kersen kunt kopen.

Rondjes met Kees

Met veel enthousiasme organiseert Kees voor ons leuke, leerzame en originele uitstapjes. Deze maand heeft hij weer drie 'Rondjes' voor u in petto. Op 8 juli is er het beroemde Rondje Kringloop, op 22 juli staat een Rondje Brabants en Gelders landschap op het programma en op 25 juli kunt u mee met het Rondje 'verdrongen land'.

Visje happen

Bijna iedere maand gaan we naar Scheveningen, voor de gezelligheid en om een overheerlijk visje te eten. De 29ste is het weer zover.



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 JULI

✓ Winkelcentrum en markt Vlaardingen

(11.00 uur) We gaan naar Liesveld, een gezellig winkelcentrum met een groot aanbod aan winkels zoals AH, Dirk, Zeeman, Wibra, die Grenze, Zeeman, Kippie en ook een markt. BBD-prijs € 17,50 / Ooievaarspasprijs € 8,75

ZATERDAG 4 JULI

✓ Vissen Madestein met pannenkoeken

(11.00 uur) We nemen de tafels, stoelen en parasols mee en hebben gezorgd voor hengels, visvergunningen en aas. We gaan op een mooie locatie in recreatiegebied Madestein een viswedstrijd houden, waarmee u de BBD-wisselbeker kunt winnen als u de meeste vissen vangt. Als u niet van vissen houdt, kunt u lekker genieten van het uitzicht en de gezelligheid. We gaan voor u pannenkoeken bakken en er wordt voor een drankje gezorgd. Uiteraard rekenen we op mooi weer. Mocht dit tegenvallen, dan maken wij een mooie tocht en gaan we een pannenkoek eten in Meyendel met een frisdrank (geen alcohol). BBD-prijs € 25,- / Ooievaarspasprijs € 12,50 (inclusief alles)

ZONDAG 5 JULI

✓ Betuwe kersentocht (11.00 uur)

We maken een mooie tocht door de Betuwe, dé fruituin van Nederland. Onderweg proeft u van de heerlijke verse kersen die verkocht worden in stalletjes langs de weg. BBD-prijs € 24,50 (inclusief lunchpakket)



De viswedstrijd in Madestein van vorig jaar

Het is al gezellig voordat we er zijn



MAANDAG 6 JULI

✓ Vaartocht Kagerplassen (11.00 uur)

Met rederij van Hulst maken we een vaartocht vanuit Warmond van een uur over de Kagerplassen: een uitgestrekt merengebied in het Groene Hart. BBD-prijs € 25,- / Ooievaarspasprijs € 12,50 (inclusief vaartocht)

DINSdag 7 JULI

✓ Rondvaart met de Gantel (10.30 uur)

We varen een mooie route via de Monsterse Vaart en de Gantel naar Poeldijk, dan een klein stukje terug, daarna de Nieuwe Vaart door Honselersdijk, vervolgens langs bloemenveiling en door Naaldwijk en langs 's-Gravenzande weer naar Monster. De vaartocht duurt drie uur en onderweg wordt u getraakteerd op een frisdrank, frites en keuze uit een kaassoufflé, kroket of frikandel. BBD-prijs € 34,50 (inclusief vaartocht, frites en een snack)

WOENSDAG 8 JULI

✓ Rondje Kringloop (11.00 uur)

Zoekt en gij zult vinden! Vandaag doen we een aantal kringlopen aan in de regio, u vindt vast iets van uw gading. BBD-prijs € 19,50 / Ooievaarspasprijs € 9,75 (inclusief lunchpakket)

MAANDAG 13 JULI

✓ Pannenkoekenboerderij Meyendel

(11.00 uur) De eigenaar van de pannenkoekenboerderij trakteert u op een pannenkoek of broodje naar keuze en twee drankjes. Houd u er echter rekening mee dat het even kan duren voordat u aan de beurt bent. BBD-prijs: € 9,50 / Ooievaarspasprijs: € 4,75 (inclusief pannenkoek of broodje en 2 drankjes)

Boodschappen in groepsverband

maandag	10.00 uur	Lidl, Jumbo, Action	Alphons Diepenbroekhof
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

DINSdag 14 JULI

✓ Betuwe kersentocht (11.00 uur)

Vandaag maken we weer een tocht door de prachtige Betuwe waarbij we onderweg proeven van de kersen die verkocht worden in stalletjes langs de weg. BBD-prijs € 24,50 (inclusief lunchpakket)

WOENSDAG 15 JULI

✓ Braderie 's-Gravenzande (11.00 uur)

De braderie vormt een onderdeel van de Feestweek 's-Gravenzande met vele uitnodigende kraampjes waar u de lekkerste hapjes en beste koopjes aantreft en er is live muziek. BBD-prijs € 12,50 / Ooievaarspasprijs € 6,25

ZONDAG 19 JULI

✓ Avifauna (11.00 uur)

Bij Avifauna kunt u allerlei vogels en andere dieren bewonderen in hun natuurlijke leefomgeving. Ontdek de meest kleurrijke vogels tijdens uw reis door Avifauna waar u ook rode panda's, halfapen, mara's en de reuzenmierenerter van dichtbij kunt bewonderen. Voer zelf nectar aan de lori's, woon de spectaculaire vogeldemonstraties en leerzame voederpresentaties bij, of laat u verrassen door de kleuren en geluiden in de Tropenhal. De entree bedraagt € 23,- en dient apart te worden afgerekend. BBD-prijs € 19,50 (exclusief entree)



Rondsnuffelen en plezier maken bij de kringloop

Oef, gaat dat passen???



MAANDAG 20 JULI

✓ Van der Spek Zevenhuizen (11.00 uur)

Ooit 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 21 JULI

✓ Regiotocht + IJsboerderij (11.00 uur)

We maken een mooie tocht in de regio en gaan bij IJsboerderij de Jong in Zoeterwoude een ijsje eten die u van ons krijgt aangeboden. BBD-prijs € 22,50 / Ooievaarspasprijs € 11,25 (inclusief ijsje)

WOENSDAG 22 JULI

✓ Brabants en Gelders landschap

(10.00 uur) Vandaag staat er weer een prachtige rit op het programma, met onderweg veel water, pontjes, vestingstadjes en kastelen gaan we buiten de gebaande paden om richting het land van Maas en Waal. We sluiten af met een heerlijk ijsje. BBD-prijs € 34,50 (inclusief lunchpakket en ijsje)

ZATERDAG 25 JULI

✓ Rondje 'verdrongen land' (10.00 uur)

Vandaag gaan we op pad richting Tholen in Zeeland voor een bijzonder stukje Nederlandse geschiedenis. In de loop der eeuwen heeft de Noordzee heel wat Zeeuwse dorpen onder water gezet als gevolg van hevige stormen en slecht waterbeheer. We gaan ons focussen op het verdrongen dorp Reymerswaal en doen voor het verhaal niet alleen het stadje Tholen, maar ook st. Annaland en Halsteren aan. De laatste voor een bezoek aan het plaatselijke museum dat de geschiedenis van de omgeving vertelt. We sluiten af met een borrel met hapjes. BBD-prijs € 37,50 (inclusief lunchpakket, entree museum en afsluitende borrel met hapjes)

ZONDAG 26 JULI

✓ Stichting Guardian Angels 4 Kids

(10.00 uur) We zijn uitgenodigd bij de Guardian Angels waar u op de mooie trikes (motor op drie wielen) mee mag rijden om dit eens te ervaren. In natuurgebied de Bernisse, gelegen tussen Voorne en Putten hebben we afgesproken bij Paviljoen Simons. De mensen die niet mee willen of kunnen rijden, kunnen hier een lekker bakje koffie drinken en ze hebben ook lekkere zelfgemaakte appeltaart. BBD-prijs € 22,50 / Ooievaarspasprijs € 11,25 (exclusief consumpties)

Een rit over het strand met strandrups 'de vrijheid'



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.

Samen smaken de ijsjes beter



MAANDAG 27 JULI

✓ Geitenboerderij 't Geertje (11.00 uur)

't Geertje is een veehouderij in Zoeterwoude met geiten, koeien, kippen, schapen, varkens en pony's. Er is ook een zuivelmakerij en een landwinkel waar u hun biologische producten kunt kopen. BBD-prijs € 15,- / Ooievaarspasprijs € 7,50

DINSdag 28 JULI

✓ Strandrups ter Heijde aan zee (10.00 uur)

We maken een twee uur durende rit over het strand met de strandrups vanuit ter Heijde richting Kijkduin en Hoek van Holland. De strandrups is geschikt voor mensen die niet zo goed ter been zijn en rijdt in een rustig tempo van 5 km per uur. Op de strandrups krijgt u koffie / thee. BBD-prijs € 22,50 / Ooievaarspasprijs € 11,25 (inclusief rit, koffie en thee)

WOENSDAG 29 JULI

✓ Scheveningen 'visje happen' (13.00 uur)

We gaan weer naar Scheveningen voor een overheerlijk visje. BBD-prijs € 15,- / Ooievaarspasprijs € 7,50 (exclusief consumpties)