



INFOBULLETIN FEBRUARI 2025

Beste lezers,

De eerste maand van 2025 is alweer voorbij.

We hadden veel koude en donkere dagen, maar dat hoort ook bij de winter. Gelukkig waren er veel gezellige activiteiten, zoals Werelddag, waarvan u de foto's verderop in het infobulletin kunt zien.

Ook in februari worden er weer veel activiteiten georganiseerd. We maken het in de Ark in de winter maanden extra gezellig binnen.

De tuinkamer op VBL krijgt momenteel een opknapbeurt. De keukenkastjes zijn gewraapt, de wanden worden gesausd in bijpassende kleuren. In de tuinkamer worden activiteiten in kleine groepjes georganiseerd en er wordt met elkaar genoten van de avondboterham.

Veel leesplezier.



Redactieadres:

Receptie De Ark
Tel. 29 36 47
receptie.de.ark@careyn.nl

Kopij volgende uitgave;
uiterste aanleverdatum
22 Februari 2025



WAT KAN DE GESPECIALISEERD VERZORGENDE PSYCHOGERIATRIE VOOR U DOEN?

Heeft u vragen over de vorm van dementie van uw familie, of over de gedragskenmerken die er bij horen?

Mogelijk kunnen wij u handvatten bieden bij situaties die u moeilijk kunt overzien of uw verwijzen naar de juiste deskundige voor hulp.

Het omgaan met iemand met dementie is moeilijk!

Het Gespecialiseerd Verzorgenden Psychogeriatric is te bereiken op het volgende email adres, Team-GVP-DWONWN01@careyn.nl of via onze collega's op de afdeling of via de receptie.



Met vriendelijk groet,

Yvonne van Rijn, Petra de Vet en Joyce Peeters

HOE TEVREDEN BENT U OVER DE ARK?

Op ZorgkaartNederland.nl kunt u deze vraag beantwoorden. Het vraagt twee minuten van uw tijd. U kunt onze zorg een cijfer geven en u kunt uw ervaring delen met anderen. Daarmee helpt u nieuwe bewoners. Zij weten dan vooraf meer over deze locatie. De medewerkers gebruiken de website om de zorg nog beter af te stemmen op uw wensen.

Hoe kan ik een waardering plaatsen?

Ga naar de website www.zorgkaartnederland.nl en type in de zoekbalk: Ark, Wateringen. Klik op zoeken en vervolgens op Careyn De Ark. Als u daarna klikt op de oranje knop Waarderen > kunt u cijfers geven. Beschrijf vooral ook uw ervaringen in het open veld. Wanneer u dit artikel digitaal leest, klik dan [hier](#). U kunt dan direct beginnen met uw waardering.

UITJE MET DE BUS



WAAR GAAT HET BUSJE DEZE MAAND NAAR TOE?

Bustochten in de maand : Februari

Prijs per busrit incl. consumptie : € 15,00

Middagrit : Vertrektijd 13.15 uur

04 februari Verrassing

18 februari Verrassing

Natuurlijk kunnen er ritten zijn die niet doorgaan vanwege de weersomstandigheden of te weinig aanmeldingen. Hiervoor bij voorbaat onze excuses. Voor allen die met de bus meerijden Houdt de bus schoon.

Alvast bedankt.

U kunt zich aanmelden bij de receptie of via de mail receptie.de.ark@careyn.nl

BEDANKJE



Wat zijn de bewoners ontzettend verwend met oliebolle welke geschonken worden door o.a. “de ronde tafel” en de Wateringse Oliebollenkraam op het plein.

Hartelijk dank.



DE WENSBOOM

De wensboom die rond de kerst op het centrale plein stond heeft voor heel veel wensen gezorgd, onze dank daarvoor. Het was leuk te zien dat er zoveel wensballen in de boom hingen. Het was ook moeilijk om er enkele wensen uit te halen, maar het is gelukt!

De volgende wensen worden ingewilligd:

Pannenkoeken eten met alle bewoners van de Ark (hiervoor komt binnenkort een datum in de nieuwsbrief).

Een Vossejacht door het dorp, ook hiervoor gaan we de koppen bij elkaar steken, dat vergt nogal wat voorbereiding maar dat gaan we in de zomermaanden zeker uitvoeren, het wachten is op mooi weer.

En de laatste wens is om bij oude buurtjes op visite te gaan, dit wordt met de desbetreffende bewoner uitgevoerd.

Verder waren er in de boom ook heel veel wensen voor een gezellig liefdevol 2025 waar we elkaar respecteren om wie we zijn en behulpzaam zijn wanneer nodig.

Hier sluiten we ons geheel bij aan.



VASTE ACTIVITEITEN

Maandag- Dinsdag en Donderdag ochtend is de Tuinkamer geopend vanaf 10.15 uur

Maandagochtend

10.30 uur: Stoelyoga

Bewegen en ontspannen is erg belangrijk voor ons. Daarom bieden wij u om de week deze yoga activiteit aan. Deze wordt verzorgd door Solide Yoga & Vitaliteit

Maandagmiddag



14.30 uur: **HANDVERZORGING**

Iedere maandagmiddag. U kunt in de ruimte van de Dagbesteding terecht voor een behandeling. Laat u zich verwennen met nagel- en handverzorging. Locatie: **Tuinkamer (voorheen dagverzorging)**

Dinsdagmiddag

13.15 uur - 16.30 uur: Busuitjes om de week

14.30 - 16.00 uur **KLAVERJASSEN** op het Centrale Plein

Woensdagochtend



10.30 uur: **GYMNASTIEK O.L.V. FYSIO IMPULSE**

Het afgelopen jaar zaten wij veel binnen. Dit kan een grote impact hebben op uw conditie, evenwicht en kracht. Iedere woensdagochtend komt een fysio van Fysiotherapiepraktijk **Impulse** groepsgym aanbieden.

Zij helpt u met eenvoudige bewegingsoefeningen in beweging te blijven of te komen.

U kunt dan koffie drinken van 10.00 - 10.20 uur

Woensdagmiddag

14.30 uur: **SJOELMIDDAG** in de recreatiezaal

Komt u allen gezellig sjoelen!



14.30 - 16.00 uur **KLAVERJASSEN** op het Centrale Plein

Deze maand zal er niet standaard elke maandag handverzorging zijn i.v.m. een kunstproject wat met 5 bewoners zal plaatsvinden.

ACTIVITEITEN IN DE MAAND FEBRUARI

Voortaan zult u de grote activiteiten in het infobulletin kunnen terug zien, de kleinere activiteiten die alleen voor onze bewoners van de Ark gelden krijgen de bewoners wekelijks een overzicht in hun postvakje of op hun kamer.

Dinsdag	04 februari	13.15 uur	Busuitje naar een leuke bestemming
Woensdag	05 februari	14.30 uur	Optreden fonds1818- Koor Jubilate in het restaurant.
Donderdag	06 februari	14.30 uur	Muzikaal optreden o.l.v. Duo Caro in het restaurant
Vrijdag	14 februari	14.30 uur	Valentijns high tea en quiz in het restaurant



Zondag	16 februari	14.30 uur	Carnavalsvereniging de Jolige Druif in het restaurant
--------	-------------	-----------	---



Dinsdag	18 februari	13.15 uur	Busuitje naar een leuke bestemming
---------	-------------	-----------	------------------------------------

Donderdag	20 februari	10.30 uur	Bloemschikken
		14.30 uur	Bloemschikken



Dinsdag	25 februari	17.30 uur	Themadiner
---------	-------------	-----------	------------

Woensdag 26 februari 10.30-11.30 uur

Elfstedentocht thema dag



14.00-16.00 uur

Elfstedentocht thema dag

Donderdag 27 februari 15.00 uur

Bingo in de grote zaal



Op vrijdag 14 februari organiseren we een high tea voor onze bewoners in de grote zaal. 🤝 📧 De bewoners van verblijf licht moeten zich hiervoor aanmelden via een aanmeldstrookje, deze hebben zij inmiddels in de bus ontvangen.

Het aanmeldstrookje kan tot 7 februari ingeleverd worden bij de receptie.

De high tea zal worden gehouden op vrijdag 14 februari van 15.00 - 16.00 uur in de grote zaal. 🤝

KLAVERJASSEN of BRIDGEN

In de ark wordt er op de middagen gezellig geklaverjast, er zouden nog wel weer nieuwe mensen aan toegevoegd kunnen worden, dus.....

kunt u klaverjassen? En vind u het leuk om mee te doen? Geef u op bij de receptie, dan wordt u op de lijst gezet. En wordt u gebeld als er spelers te kort zijn.



Wilt u op een van de middagen vast meedoen? Ook dat is een mogelijkheid. U kunt natuurlijk ook op de dinsdag, woensdag of donderdagmiddag langsgaan (centrale plein, ruimte voor het restaurant) om mee te doen of te kijken.

U kunt altijd even bij de activiteitenbegeleiders langskomen voor informatie; Marian of Sandra

Ook zijn we op zoek naar bewoners die kunnen bridgen, er is steeds vaker de vraag of we dat in de ark doen, dit wordt dan een nieuwe activiteit en deze moet nog worden opgestart, dus wachten we op bewoners en hun voorkeur om wanneer te gaan beginnen. Ook hiervoor kunt u terecht bij Marian en Sandra voor informatie.

RESTAURANT

Het restaurant is dagelijks gesloten van 14.00 - 14.30 uur i.v.m. lunchpauze.

Zou u hier rekening mee willen houden en uw bestelling zoveel mogelijk voor of na die tijd willen plaatsen.



Hartelijk dank voor uw medewerking

SNACK VAN DE MAAND

Kosten: € 5,- inclusief drankje



Woensdag 05 februari Broodje Rookworst

Woensdag 12 februari Poffertjes

Woensdag 19 februari Toast Hawaii

(op de afbeelding ziet u een Toast Hawaii)



Woensdag 26 februari Géén hapje

Heeft u misschien een keer een wens / idee voor een leuk hapje van de week dan kunt u dit melden bij de collega's van het restaurant en misschien kunnen zij dit dan een keer verzorgen.

THEMA-DINER FEBRUARI

Dinsdag 25 februari 17.00 uur: THEMA-DINER



Bewoners van De Ark die 's avonds met hun gast(en) aan het themadiner deel wensen te nemen, kunnen dit **per direct** kenbaar maken in het restaurant. Kosten gasten zijn € 27,50 per persoon.

Tijdens het themadiner van januari, april, september en november is er een lid van de Cliëntenraad aanwezig waar u eventueel vragen aan kunt stellen na afloop. U kunt ze herkennen aan hun badge.

ACTIVITEITEN- EN CONSUMPTIEKAARTEN

Wij willen graag extra aandacht vragen voor het bestaan van activiteiten- en consumptiekaarten. Beide kaarten zijn te verkrijgen in € 10,00 en € 20,00.

U kunt de consumptiekaart aanschaffen in het restaurant en bij de receptie.

De activiteitenkaart kunt u aanschaffen bij de receptie.

Met de consumptiekaart kunt u bijvoorbeeld uw wijntje of borreltje betalen maar ook de snackmiddag of de boodschappen uit het winkeltje. Met de activiteitenkaart kunt u bijvoorbeeld het bloemschikken of de bingo betalen.

Het is voor u en voor ons prettig als er meer met de kaarten wordt gewerkt, wij hoeven zo minder geld in ontvangst te nemen en schrappen van uw kaart af wat nodig is. Is uw kaart vol dan kunt u een weer nieuwe aanschaffen.

VERZOEK: PARKEREN IN DE VAKKEN

Wij willen u vriendelijk verzoeken om **uitsluitend** in de parkeervakken te parkeren!!!! Ook bij slecht weer.

Helaas gebeurt het regelmatig dat er auto's geparkeerd worden voor de ingang van de Ark.

Tevens een verzoek aan bezoekers met een fiets /scooter om deze te plaatsen in de daarvoor bestemde rekken.

OP DEZE MANIER KUNNEN WIJ MET ELKAAR ZORGEN DAT HULPVERLENERS (BRANDWEER / AMBULANCE) HUN WERK ZONDER BELEMNERING UIT KUNNEN VOEREN.



VERSTELWERKZAAMHEDEN AAN UW KLEDING

Hebt u kleding waar kleine verstelwerkzaamheden aan nodig zijn? Iedere 1^e vrijdag van de maand is er een vrijwilligster aanwezig in de recreatiezaal om uw kleding te herstellen vanaf 14.00 uur.



ROLSTOELBANDEN OPPOMPEN

Er is een vrijwilliger om de banden van uw rolstoel op te pompen. Geef uw naam door bij de receptie.

Dit geldt niet voor de scootmobiel, hiervoor kunt u terecht bij Meyra Retail en service of fietsenmaker.

CONSUMPTIE VOOR BEZOEKERS VOOR EIGEN REKENING



Bezoekers van de recreatiezaal van de Ark dienen voor o.a. koffie/thee te betalen

Dit geldt niet voor de bewoners van Careyn De Ark.



GROTE LETTER BOEKEN BIBLIOTHEEK

Vrijdagochtend om de week is de bibliotheek geopend van 10.00 uur tot 11.30 uur. U vindt de bibliotheek op de 3e etage, appartement 300

14 FEBRUARI VALENTIJNSDAG

Happy
Valentine's
Day

FOTO'S ACTIVITEITEN



Foto's van een geweldige Werelddag.





Kapeldiensten op zondag



Zondag 02 februari, 10.30 uur
Maria Lichtmis
Gbl. R. v/d Knaap

Zondag 09 februari, 10.30 uur
5^e zondag door het jaar
Pastor Nabor Langstraat

Zondag 16 februari, 10.30 uur
6^e zondag door het jaar
Ds. D. Meijer

Zondag 23 februari, 10.30 uur
7^e zondag door het jaar
Pastor Nabor Langstraat

WEERSPREUKEN

Is februari nat en koel, dan wordt juli dikwijls heet en zwoel.
Ligt de wind in februari stil, dan komt hij zeker in april.
Geeft sprokkelmaand de winter niet, hij is voor Pasen in 't verschiet.
Nooit is de schrikkelmaand zo fel of ze geeft haar vijf zomerse dagen wel



WIST U DAT

Wist u dat wanneer u in de badkamer een wasmachine of wasdroger heeft staan daarnaast ook een aftekenlijst hangt?
Deze aftekenlijst dient maandelijks afgetekend te worden nadat u of uw familie of naaste de filters schoon gemaakt. Dit is een vereiste van de brandweer zodat we kunnen aangeven dat dit maandelijks daadwerkelijk wordt uitgevoerd. Lukt het u nu niet, of heeft u geen familie of naaste die dit kan doen meldt u dit dan bij de receptie.
Dank u wel voor uw medewerking, zo houden we met elkaar de Ark een “veilige omgeving”



Woordzoeker Winter

E T M N P O C S M S I N M T G T
 M F Y P E R D K S N A E M O O Z
 C O B D T T S I E I N O H H L E
 L I X R A F N S F K A M A A H Z
 O P J O S C H A A T S E N E A R
 I E A I N R N S W S M G Q X R S
 J H S N E E U W V L O K D E E K
 S E T P E H C S W U E E N S E E
 P O P W U E E N S I K A E R E F
 E C Q D W I U R T S T P N L S O
 G H J P B G N N E E E L S V B N
 E S R A A L W U E E N S A O K E
 L G L M L O A M E L B P K A R A
 E T E U L I I B G T A S A I J E
 L R E T E M O M R E H T J P M S
 D N T S N R Q O B N I U G I P O

Sneeuw
 ijspegel
 sjaal
 sleeen
 ski
 pinguin
 trui
 ijsbeer
 wit
 schaats
 eskimo
 sneeuwpop
 wanten
 slee
 schaatsen

muts
 iglo
 jas
 sneeuwvlok
 sneeuwlaars
 sneeuwschep
 sneeuwballen
 thermometer



PRIKBORD; dingen die u misschien nog wilt weten!

<p>Beste bewoners,</p> <p>Denkt u er aan om uw voordeur dicht te doen als u uw appartement verlaat? Wij willen de bewoners verzoeken om GEEN KETTING op de deur te doen. In een noodgeval kunnen de medewerkers er dan niet in om u te helpen!</p>	<p>Beste bezoekers,</p> <p>Wij verzoeken u om uitsluitend de hoofdingang van de Ark te gebruiken, zowel als u het gebouw binnenkomt en het gebouw weer verlaat. Hartelijk dank voor uw medewerking</p>
<p>Openingstijden Receptie de Ark</p> <p>Maandag t/m vrijdag: 09.00 - 17.30 uur Zaterdag en zondag : Gesloten</p>	<p>Openingstijden Counter / Winkel</p> <p>Maandag t/m zondag: 09.30 - 17.00 uur</p>
<p>Vrijwilligers</p> <p>Wilt u graag iets weten over vrijwilligers werk, dan kunt u zich wenden tot de vrijwilligers coördinator Adrie Koning: Ad.Koning@careyn.nl of 06-23997849</p>	<p>Activiteiten</p> <p>Voor activiteiten kunt u zich wenden tot Marian van Galen en Sandra van Spronsen. Zij zijn te bereiken in de Ark: 0174-29 36 47</p>
<p>Asito Care</p> <p>Heeft u een vraag of een klacht inzake de schoonmaak van uw appartement, meldt dit bij de receptie. Receptioniste vermeldt dit in het logboek van Asito en medewerkster Asito gaat dit voor u oplossen.</p>	<p>Bericht voor familieleden</p> <p>Wanneer u 's avonds laat of 's nachts het verzorgingshuis binnengaat, wilt u zich dan even melden bij de medewerkers van de verzorging?</p>
<p>Pastoraal medewerker</p> <p>Wanneer de pastorale medewerker Pastor N. Langstraat wilt spreken, dan kunt u dit aanvragen bij de receptioniste. Indien de receptioniste niet aanwezig is kan dit ook via de verzorging</p>	<p>Meyra</p> <p>Voor rolstoelen en scoot-mobiels en kleine problemen aan uw rollator. Kunt u contact opnemen met Meyra tel: 071-54 26 017</p>
<p>Compliment of klacht</p> <p>Als u een klacht heeft, bespreek deze dan eerst met de medewerker of de EVV-Eerst Verantwoordelijke Verzorgende. Meestal wordt in dergelijk gesprek de klacht opgelost. Indien u niet tevreden bent met het antwoord of de oplossing kunt u zich wenden tot de receptie. Tevens kunt u daar ook de klachtenprocedure opvragen.</p>	<p>WIFI</p> <p>Wilt u gebruik maken van onze WIFI dan kunt u naar Careyn Gasten gaan met het wachtwoord: SamenwerkthetBeter Careyn De Ark Herenstraat 85, 2291 BD Wateringen Tel: 0174-29 36 47</p> 