



INFOBULLETIN MEI 2026

Beste bewoners, mantelzorgers, vrijwilligers en andere lezers,

De maand mei is een maand om naar uit te kijken. De dagen worden langer, de zon laat zich steeds vaker zien en overal om ons heen komt het leven tot bloei. In mei staan we stil bij **Bevrijdingsdag**, een moment om dankbaar te zijn voor de vrijheid die we al zo lang mogen ervaren. Herinneringen worden gedeeld, verhalen doorgegeven - een waardevol stukje geschiedenis dat blijft verbinden.

Daarnaast brengt mei ons fijne momenten van rust en bezinning met **Hemelvaartsdag** en **Pinksteren**. Voor velen betekenen deze dagen even stilstaan, samen zijn met familie of gewoon genieten van een rustige wandeling.

En wat is mei zonder kleur? De **bollen staan in volle bloei**: tulpen, narcissen en hyacinten toveren tuinen, parken en bermes om tot een vrolijk schouwspel. Met het mooie weer nodigt alles uit om naar buiten te gaan, een bankje op te zoeken of de ramen open te zetten en de lente binnen te laten.

Samen maken we er een fijne maand van! 🌷



Redactieadres:

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

Kopij volgende uitgave;
uiterste aanleverdatum
22 mei 2026



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

ZONDAG 10 MEI MOEDERDAG



UITJE MET DE BUS



WAAR GAAT HET BUSJE DEZE MAAND NAAR TOE?

Bustochten in de maand Mei:

Prijs per busrit incl. consumptie : € 15,00

Middagrit : Vertrektijd 13.15 uur

05 mei naar een leuke bestemming

19 mei naar een leuke bestemming

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

OMA WEET RAAD TIPS:

Mieren in huis?

Strooi wat kaneel, koffiedik of azijn bij dorpels en kieren - mieren houden daar niet van.

Voorjaarsmoeheid

Elke dag even naar buiten: volgens oma helpt **zonlicht** tegen loomheid



VASTE ACTIVITEITEN

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

Maandagmiddag 14.30 uur: **HANDVERZORGING**

De activiteit hand en nagel verzorging vindt niet meer standaard wekelijks plaats op de maandagmiddag, dit in verband met andere activiteiten.
Op het activiteitenoverzicht, welke u elke week in de brievenbus ontvangt staat vermeld wanneer de hand en nagel verzorging plaats vindt.

Locatie: **Tuinkamer**



Dinsdag 09.00 - 17.00 uur: Kapster

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**
Iedere woensdag is er onder leiding Sandra gymnastiek
Zij helpt u met eenvoudige bewegingsoefeningen in beweging te blijven of te komen
U kunt ervoor 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

Donderdag 09.00 - 15.30 uur: Pedicure

Vrijdag 09.00 - 17.00 uur: Kapster

ACTIVITEITEN IN DE MAAND MEI

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.

Maandag	4 mei	10.30 uur	Dansles	Grote zaal
Dinsdag	5 mei	10.30 uur	Bewegen met Michael	Grote zaal
		13.00 uur	Busuitje naar een leuke	

bestemming

Donderdag	7 mei	10.30 uur 14.30 uur	Bloemschikken Bloemschikken	Grote zaal Grote zaal
				
Vrijdag	8 mei	10.00 uur	Marijke Mode verkoop	Centrale hal
Donderdag	14 mei	10.30 uur	Hemelvaartsdag viering o.l.v. Pastor Nabor	Kapel
Maandag	18 mei	10.30 uur	Dansles	Grote zaal
Dinsdag	19 mei	13.00 uur	Busuitje naar een leuke bestemming	
Donderdag	21 mei	14.30 uur	Muzikaal optreden van de Vlaardingse Maatjes	Grote zaal
Vrijdag	22 mei	10.30 uur	Belevingsviering o.l.v. Pastor Nabor	Tuinkamer
Dinsdag	26 mei	17.00 uur	Thema diner	Restaurant
Donderdag	28 mei	15.00 uur	Bingo	Grote zaal

SNACK VAN DE MAAND MEI

Kosten: € 5,- inclusief drankje

U kunt gezellig vanaf 16.00 uur tot 17.30 uur hieraan deelnemen



Woensdag 6 mei Slaatje

Woensdag 13 mei Broodje bal

Woensdag	20 mei	Patat met een kroket
Woensdag	27 mei	Pancakes(zijn pannenkoeken maar dan kleiner en dikker)



THEMA-DINER

Dinsdag 26 mei

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.



DUO FIETS

Wist u dat u gebruik kunt maken van de duofiets

Dit is een fiets voor 2 personen. De bestuurder bedient en bestuurt de fiets. De bijrijder mag meetrappen (hoeft niet). Het is een fiets met trapondersteuning. U kunt de fiets door de weeks reserveren bij de receptie en in het weekend bij de medewerkers van het restaurant.

Wanneer u niemand heeft die u kan begeleiden is het ook mogelijk om met de fiets vrijwilligster te fietsen of met een zorg assistent.

U kunt u opgeven bij de receptie.



WEERSPREUKEN

- De maand mei is nog wel eens stout en maakt de lente graag eens koud.
- Bijenzwerm in mei, is een goed teken voor de wei.
- Avond dauw en zon in mei, is hooi met karren op de wei
- Kamillegeur in mei, brengt de zomer dichterbij.
- Is mei nat, een droge juni volgt zijn pad



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

FOTO'S ACTIVITEITEN - TERUGBLIK



Er werden gezellige paashangers gemaakt, kijk maar naar de resultaten op de foto's



Wat kon een ieder genieten van een geweldige High tea, de zaal zat helemaal vol en iedereen genoot volop!



ROLLATOR

Ode aan de rollator

O rollator als ik jou niet had
Dan kon ik niet meer alleen op pad
O rollator als ik jou niet bezat
Dan zat ik voortdurend op mijn gat
O rollator wat fijn dat je bestaat
Je bent mijn steun en toeverlaat
Je gaat overal met mij naartoe
En ben ik onderweg een beetje moe
Dan zet ik mij even op jouw plankje neer
En na een poosje rusten gaat het wel weer
Met zware tassen sjouwen is nu voorbij
Die vervoer jij heel gemakkelijk voor mij
Je overheerst het beeld op pleinen en straten
En onderweg even rustend met iemand praten
Wel even de rem vastgetrokken
Anders komen er zeker brokken
Even eruit, dan hoeft je niemand tot last te zijn
Dat gevoel van zelfstandigheid is erg fijn
En je hoeft je er echt niet voor te schamen
Iedere gebruiker kan dat beamen
De uitvinder van de rollator, ons aller vriend
Heeft de hoogste onderscheiding verdiend
Als je dus niet meer alleen kunt gaan en staan
Schaf dan maar snel een rollator aan

Tinie Klaassens

Lieve bewoners en medewerkers en vrijwilligers van de ark.

Het zit erop, na 50 jaar hard werken mag ik van mijn pensioen gaan genieten. Ik kan op een hele mooie tijd hier in de ark terugkijken, wat hebben we er altijd weer een feestje van gemaakt!

Alle activiteiten groot en klein, alle uitstapjes, alle optredens, het was hier altijd gezellig.

Mede door jullie heb ik de laatste jaren met heel veel plezier gewerkt.

Ik dank jullie hartelijk voor het vertrouwen in mijn soms wel chaotische ideeën en uitwerking 😊

Ik kon hier in de Ark mede door jullie die heerlijke Westlandse mentaliteit mezelf zijn en daardoor misschien het beste in mij en jullie 😊 naar boven halen.

Het ga jullie goed.

Liefs Marian

KERKELIJKE ACTIVITEITEN



Kapeldiensten op zondag

Zondag 5 ^e zondag van Pasen	03 mei	10.30 uur	Gbl. R. v/d Knaap
Zondag <i>Viering vervalt</i>	10 mei	-----	Vervalt
<u>Donderdag</u> Hemelvaartsdag	14 mei	10.30 uur	Pastor Nabor Langstraat
Zondag Wezenzondag	17 mei	10.30 uur	Pastor P. van Beurden
Zondag Pinksteren	24 mei	10.30 uur	Pastor Nabor Langstraat

PUZZEL



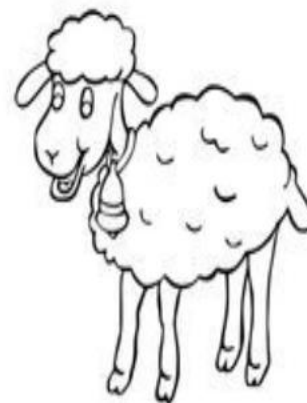
Lente



Zoek de 21 woorden!

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

- O BIJ
- O BLOEM
- O BLOESEM
- O EENDJE
- O EITJES
- O GIETER
- O HYACINT
- O KALF
- O KONIJN
- O KRIEBELS
- O KROKUS
- O KUIKEN
- O LAM
- O LENTE
- O NARCIS
- O NEST
- O TULP
- O VEULEN
- O VLINDER
- O VOGEL
- O VOORJAAR



©Crea met Kids/De Knutseljuf Ede

PRIKBORD; dingen die u misschien nog wilt weten!

<p>Bij de receptie kunt u de duofiets of de elektrische rolstoel lenen. U kunt samen met familie hier gebruik van maken. U kunt ook op de dinsdag /woensdag met een Sjaakie(begeleider) hier gebruik van maken. Voor meer info of reserveren kunt u langslopen bij de receptie.</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 Restaurant is gesloten van 14.00-14.30 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 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>Problemen met uw rolstoel - scootmobiel of ander hulpmiddel</p> <p>Meld dit bij de zorg zij kunnen een reparatieverzoek indienen bij de leverancier!</p> <p>De rollator is uw eigendom dus graag uw naaste vragen om hier naar te kijken</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> 