



INFOBULLETIN APRIL 2025

Beste bewoners, mantelzorgers, vrijwilligers, familie en andere lezers,

April breekt aan. Een maand waarin de lente echt doorbreekt en we hopelijk kunnen gaan genieten van het voorjaar. De bollen buiten zijn al op verschillende plekken goed zichtbaar boven de grond en kleuren het landschap en de straten weer! Alsof ze met hun kleur de winter definitief uitzwaaien.

Het woord "lente" is een oude afleiding van lang en heeft betrekking op het lengen van de dagen ("lengte"). Het is verwant aan het Duitse Lenz en het Engelse lent, de veertig dagen durende vastentijd voor Pasen.

Ook deze maand staan er weer mooie activiteiten op het programma en u kunt meer naar buiten!

Ik wens u allen een fijne maand!

Sacha Blom
Zorgmanager de Ark



Redactieadres:

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

Kopij volgende uitgave;
uiterste aanleverdatum
22 APRIL 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 : APRIL

Dinsdag 1 april Verrassing

Prijs per busrit incl. consumptie : € 15,00

Middagrit : Vertrektijd 13.15 uur

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



VASTE ACTIVITEITEN

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

Maandagmiddag

14.30 uur: **HANDVERZORGING**

ledere 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)**

- Dinsdag 09.00 uur - 17.00 uur: Kapster
- Dinsdagmiddag 13.15 uur - 16.30 uur: Busuitjes om de week
14.30 uur - 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
-  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 APRIL

Onze bewoners krijgen een weekoverzicht van activiteiten. We merken dat bewoners dit als prettig ervaren en hebben besloten om dit voort te zetten.

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	01 april	10.30 uur 13.15 uur	Dansshow danscreatie Busuitje	Restaurant
---------	----------	------------------------	----------------------------------	------------

Donderdag	03 april	14.30 uur	Optreden Arthuro	Restaurant
Maandag	07 april	10.30 uur 14.30 uur	Yoga Belevingsviering	Restaurant Tuinkamer
Dinsdag	08 april	10.30 uur 14.30	Paasquiz Cupcake versieren	Restaurant Restaurant
				
Donderdag	10 april	10.00- 12.00 uur 14.30 uur	H & A Mode Optreden koor Happy together	Centrale Plein Restaurant
Maandag	14 april	10.30 uur	Yoga	Restaurant
Donderdag	17 april	10.30 uur	Bloemschikken, opgeven bij de receptie € 7,50	Restaurant
			14.30 uur Bloemschikken, opgeven bij de receptie € 7,50	Restaurant
Dinsdag	22 april	17.30 uur	Themadiner VBL	Restaurant
Woensdag	23 april	14.30 uur	Oranje spelen	Restaurant
Donderdag	24 april	15.00 uur	Muzikale oranje bingo	Restaurant
				
Zaterdag	26 april	14.30 uur	Optreden Hollandse Nieuwe	Restaurant
Maandag	28 april	10.30 uur	Yoga	Restaurant

SNACK VAN DE MAAND

Kosten: € 5,- inclusief drankje

Woensdag	02 april	Broodje saté
Woensdag	09 april	Pancake
Woensdag	16 april	Slaatje



Woensdag 23 april

Patat met kipnuggets

Woensdag 30 april

Broodje rookworst



THEMA-DINER

Dinsdag 22 april

17.30 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.



KONINGS DAG 26 APRIL

Koningsdag is de nationale feestdag waarop de verjaardag van de Koning wordt gevierd.

Omdat dit jaar 27 april - de verjaardag van de koning - op een zondag valt, worden de festiviteiten op zaterdag 26 april gehouden.

Koning Willem Alexander wordt 58 jaar.

Koning Willem-Alexander woont met leden van het Koninklijk gezin en leden van de Koninklijke familie de viering bij van Koningsdag in Doetinchem.

U kunt deze festiviteiten op uw TV zien.



Vrolijk Pasen

Vrolijk Pasen
het eerste krokusje ontwaakt
alles komt in bloei
de eerste lammetjes huppelen door de wei
kuikentjes verlaten het ei
ze verlangen naar genegenheid
Het wordt Pasen



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 BELEMMEERING UIT KUNNEN VOEREN.



DUO FIETS EN ROLSTOEL MET ONDERSTEUNING

Wist u dat u gebruik kunt maken van de duofiets en van de rolstoel met ondersteuning.

De duofiets 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. Uw familie / mantelzorger kan 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.

Daarnaast hebben we ook rolstoel met ondersteuning, dit is een rolstoel met een accu waardoor u ondersteuning krijgt tijdens het duwen van de rolstoel. Hierdoor is het niet vermoeiend en intensief om de rolstoel te duwen. Ook deze is te reserveren bij de receptie of in het weekend in het restaurant.

Voor vragen en reservering kunt u terecht bij de receptie.

VRIJWILLIGER DUOFIETS MAATJE GEZOCHT:

Vrijwilliger duo-fiets maatje- Samen de wind in de haren...

Heb jij zin om lekker buiten te zijn, een praatje te maken en tegelijkertijd iets moois te betekenen voor een ander? Dan is dit dé vrijwilligersfunctie voor jou!

Wij zoeken enthousiaste duo-fietsmaatjes die samen op pad willen gaan met onze bewoners. Onze duo-fiets heeft elektrische trapondersteuning, dus je hoeft geen topsporter te zijn-het gaat vooral om de gezelligheid en beweging in de buitenlucht!

Lijkt het je leuk om iemand een onvergetelijke fietservaring te bezorgen? Meld je dan aan en trap samen met onze bewoners naar mooie momenten 😊
Interesse? Neem dan contact op met Adrie Koning 06-23997849/email:

Ad.Koning@careyn.nl



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



De bewoners hebben weer prachtige tekeningen gemaakt, deze worden samengevoegd en dit vormt uit eindelijk één mooi schilderij.



Optreden van de Waterlanders



Optreden Varia band

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 hebben 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”



WEERSPREUKEN

April veel regen, brengt grote zegen.

Aprilvlokjes brengen meiklokjes

Op één april geen zon, vaak water in de ton.

Als het in april regenen wil, blijven de boeren niet stil.

Gras dat in april wast, staat in mei vast.

April maakt de bloem, en mei bekommt de roem.

Valt in april veel nat, dan zwemmen de druiven tot in het vat.

Verschaft april vele schone dagen, dan pleegt mei de last te dragen.

Als april lacht, boerke wees voor uw oogst bedacht



CLIËNTERAAD

Nieuws van de cliëntenraad:

De cliëntenraad heeft 2 brieven ontvangen met vragen:

Vraag:

Kunnen de bewoners die naar de kapel willen binnendoor naar de kapel, bij slecht weer?

Antwoord:

Dit is helaas niet mogelijk, want dan moet men via KSW en dat is te onrustig voor de bewoners die daar wonen.

Vraag:

Is het mogelijk dat de buizen aan de buitenkant bij de ramen van de appartementen schoongemaakt worden?

Antwoord:

De glazenwassers maken alleen de ruiten schoon. Kozijnen en buizen worden daarin niet meegenomen.

Op donderdag 20 maart was er een informatiebijeenkomst voor nieuwe bewoners. Deze is goed bezocht en er waren veel vragen en opmerkingen. In het volgende bulletin komen we hierop terug.

De cliëntenraad zoekt nieuwe leden.

Wij vergaderen 1 keer in de 6 weken met de zorgmanager.

Heeft u interesse? Neem dan s.v.p. contact met ons op via de mail of de brievenbus.



KERKELIJKE ACTIVITEITEN APRIL



Kapeldiensten op zondag

Zondag 6 april, 10.30

Passiezondag

Gbl. R. v/d Knaap

Zondag 13 april, 10.30
Palmzondag
Pastor Nabor Langstraat

Vrijdag 18 april, 15.00
Plechtigeden van Goede Vrijdag
Pastor Nabor Langstraat

Zondag 20 april, 10.30
Hoogfeest van Pasen
Pastor Nabor Langstraat

Zondag 27 april, 10.30
Koningsdag
Voorganger nog niet bekend



Bloemen op Goede Vrijdag

Goede Vrijdag is een van de meest bijzondere vieringen van het jaar. Een scharniermoment tussen Witte Donderdag en Pasen in. Goede Vrijdag is een viering van hoop en perspectief, dat er door duisternis heen er een licht mag schijnen. Op Goede Vrijdag lezen we het lijdensverhaal van Jezus, zingen en luisteren we naar muziek, we delen de communie met elkaar en er is een kruishulde.

Voor de kruishulde wordt u uitgenodigd om een gele of witte bloem mee te nemen. De koster zal deze vooraf samenbundelen tot een boeket en deze bij de kruishulde bij het kruisbeeld neerzetten.



Herdenkingsdienst overleden bewoners



Sept. 2024 – jan. 2025

Woensdag 2 april | 19:30 | in de kapel

PUZZEL KONINGSDAG



WOORDZOEKER KONINGSDAG

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

Koningsdag	Zaklopen	Nederland
Koningin	Koekhappen	Vlag
Prinses	Vrijmarkt	Rood
Maxima	Muziek	Wit
Alexander	Amalia	Blauw
Beatrix	Oranje	Feest
Amsterdam	Zwaaien	Kroon

PRIKBORD; dingen die u misschien nog wilt weten!

Beste bewoners,

Denkt u er aan om uw voordeur dicht te doen

Beste bezoekers,

Wij verzoeken u om uitsluitend de **hoofdingang**

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!	van de Ark te gebruiken, zowel als u het gebouw binnenkomt en het gebouw weer verlaat. Hartelijk dank voor uw medewerking
Openingstijden Receptie de Ark Maandag t/m vrijdag: 09.00 - 17.30 uur Zaterdag en zondag : Gesloten	Openingstijden Counter / Winkel Maandag t/m zondag: 09.30 - 17.00 uur Openingstijden Pedicure / Kapster Kapster is dinsdag en vrijdag aanwezig en de pedicure is op donderdag aanwezig
Vrijwilligers 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	Activiteiten Voor activiteiten kunt u zich wenden tot Marian van Galen en Sandra Spronsen. Zij zijn te bereiken in de Ark: 0174-29 36 47
Asito Care 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.	Bericht voor familieleden Wanneer u 's avonds laat of 's nachts het verzorgingshuis binnengaat, wilt u zich dan even melden bij de medewerkers van de verzorging?
Pastoraal medewerker 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	Meyra Voor rolstoelen en scoot-mobiels en kleine problemen aan uw rollator. Kunt u contact opnemen met Meyra tel: 071-54 26 017
Compliment of klacht 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.	WIFI 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

