

NIKO

hét bewonersblad voor De Nieuwpoort en De Palatijn

NIKO IS ZICHTBAAR IN ALKMAAR EN OMSTREKEN!
LEES MEER OP BLADZIJDE 7

Adempauze nodig,
mantelzorger?

NIKO biedt
Logeertzorg

Stichting NIKO
Ouderenzorg Alkmaar
072-5185000
StichtingNIKO.nl

NIKO

3200

74-BJS-3

Maart 2025

POST UIT DE IDEEËNBUS

Wat fijn om weer post in onze ideeënbus te vinden! Hartelijk dank daarvoor. Hieronder geven wij u graag een reactie.

Accordeonist

Een bewoner leek het leuk als er eens een accordeonist zou optreden bij NIKO. Dat was een zeer leuk toeval, want er stond net een optreden op de planning van Accordeonvereniging Vita Nova! Op 15 februari hebben zij ons getraceerd op prachtige muziek.

Heeft u ook een goed idee? In De Palatijn vindt u de ideeënbus bij ingang en in De Nieuwpoort staat deze naast de receptie.



GEZOCHT:

LEDEN VOOR BEWONERSCOMMISSIE DE PALATIJN

De bewonerscommissie vormt de ogen en oren van De Palatijn. Deze commissie is het klankbord van alle bewoners. De wensen en meningen van de bewoners en hun vertegenwoordigers worden uitgesproken en gehoord en dus vormt de bewonerscommissie de officiële stem van de bewoners.

NIKO hecht daarom veel waarde aan het contact via de teammanagers met de bewonerscommissie, omdat we op deze manier samenwerken aan een prettige leef- en woonomgeving. Meerdere malen per jaar overlegt de bewonerscommissie met de teammanager van de Palatijn over allerlei zaken die bijvoorbeeld betrekking hebben op het woon- en leefklimaat.

Wij hebben dringend meerdere leden nodig die hieraan willen deelnemen.

Voelt u zich betrokken en vind u het leuk om de belangen van de bewoners en/of familieleden te behartigen. Meldt u zich dan alstublieft aan. Wij kunnen uw hulp goed gebruiken.

Aanmelden:

Bij Marianne Kroon, voorzitter van de cliëntenraad
Tel. 06-20471881 of via mail: m.kroon@stichtingniko.nl
U wordt dan uitgenodigd voor een kennismakingsgesprek met de commissie.
Heel erg bedankt!

LOGEERZORG BIJ NIKO

NIKO neemt graag tijdelijk de zorg van de mantelzorg over, zodat deze even op adem kan komen.

Zoals u misschien heeft gelezen in eerdere edities hebben we een professionele fotograaf gevraagd om beeldmateriaal te maken voor advertenties, folders en busreclame. Inmiddels adverteren we alweer een tijd op de lijnbussen in Alkmaar en omstreken. En dat loopt als een trein!



De bussen worden steeds vaker gelokaliseerd in de stad en ook daarbuiten! Wij hopen daarmee bekendheid te krijgen in de regio zodat mantelzorgers weten dat zij hun dierbaren veilig een tijdje bij NIKO kunnen onderbrengen zodat zij even tot rust kunnen komen.

Heeft u of een bekende van u de bus al zien rijden?

ACTIVITEITEN WEEKOVERZICHT

ELKE OCHTEND

Koffiedrinken vanaf 10.00 uur
in de Orangerie



MAANDAG

Koersbal om 10.15 uur in de Orangerie

Bingo om 14.30 uur in de Orangerie

Even weken: afd. 3,4,5, Duinvogel en extern
Oneven weken: De Kroon, tuinkamers, E.L.V,
afd. 2 + WMS

Voor deze activiteit wordt
een bijdrage gevraagd van €4,50.



DINSDAG

Luisteren naar klassieke muziek* om 10.30 uur in
de Erasmuszaal

Tekenen en schilderen* van 10.30 tot 11.30 uur in
de Gerrit de Geuszaal 2



Beweegactiviteit* van 14.30 tot 15.15 uur in
de Orangerie door Alkmaar Sport voor de niet mobiele
groep.

WOENSDAG

Bibliotheek van 09.30 tot 11.30 uur in de Kooimeerzaal

Muziek op verzoek* om 10.30 uur in de Erasmuszaal

Spelmiddag om 14.30 uur in de Orangerie

DONDERDAG

Wandelen* om 10.30 uur. Verzamelen in de Orangerie

Beweegactiviteit*

van 14.30 tot 15.15 uur in de Orangerie door Alkmaar
Sport voor de mobiele groep



VRIJDAG

DJ Michael om de week op vrijdagmiddag om 14.30 uur in de
Orangerie. Deze maand is dat op 14 en 28 maart.

Voor bezoekers die niet binnen stichting NIKO wonen, wordt
voor deze activiteit een bijdrage gevraagd van €4,50.

HAPPY HOUR van 15.00 tot 16.00 uur in de Orangerie



Voor activiteiten met een sterretje* dienen nieuwe
deelnemers zich eerst aan te melden bij de
activiteitenbegeleiding!

LENTE QUIZ

1. Hoeveel lammetjes krijgt een schaap doorgaans per keer?

4 – 8 – 6 - 1 à 2

2. Hoe lang broeden wilde eenden?

3 weken – 4 weken – 2 weken – 6 weken -ze broeden niet

3. Wanneer begint officieel de lente?

1 april - 1 maart - 10 maart - 20 maart

4. In welke maand worden de meeste lammetjes geboren?

februari – maart - april – mei

5. Een ander woord voor lente?

6. Welk bolgewas bloeit als eerste in de lente?

sneeuwkllokje – krokus – narcis - tulp

7. Maak de juiste combinatie:

Kip lammetje
 Varken veulen
 Paard kuikentje
 Koe biggetje
 Schaap kalfje

8. In welke beroemde attractie kun je in het voorjaar allerlei bloemen zien bloeien?

9. Welk bolgewas geurt sterk?



WOORDZOEKER

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

BOTERBABELLAARS
 BOTERWAFELTJES
 BUTTERCREAM
 DUIMDROP
 HAAGSE HOPJES
 HAVERSTRO
 JODENVET

KANEELSTOK
 LAURIERSTAAF
 NOUGAT
 PEPERMUNTBAL
 PERENDRUPS
 SALMIAKPOEDER
 SNOEPPAPIER

STROOPSOLDAATJE
 TOVERBALLEN
 TUMTUM
 ULEVELLEN
 WIJNBAL
 ZOETHOUT

REKENEN OP RIJM

Zeven zoete zuurtjes zaten in een fles, maar eentje rolde in de goot. Nu zijn het er nog maar

Zes zoete zuurtjes. Daar kwam een heel oud wijf, die heeft er eentje weggepikt. Toen waren het er nog

Vijf zoete zuurtjes. Toen kwam mijn nicht Marie, die heeft er twee gekregen. Toen waren er nog

Drie zoete zuurtjes. Toen kwam de kruidenier, die bracht voor mij een zuurtje mee. Toen waren er weer

Vier zoete zuurtjes., en toen kwam mijn Tante Mien, die deed zes zuurtjes in de fles. Toen waren het er

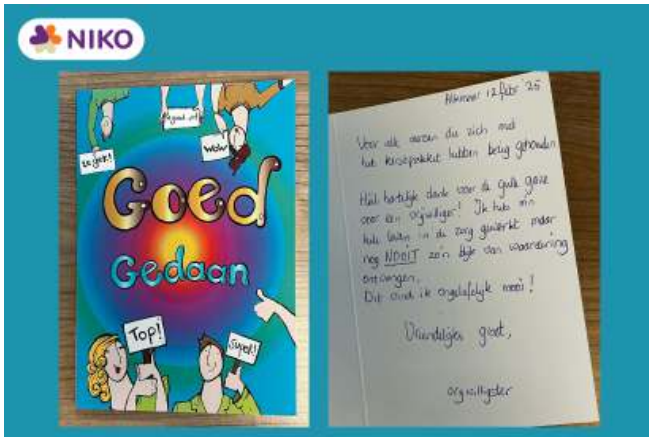
Tien zoete zuurtjes. Ik at ze op, alleen. Nu is het hele flesje leeg. Nou heb ik er geneen.

Annie M.G. Schmidt



EEN ONVERWACHT BEDANKJE

NIKO is heel blij met de inzet van vrijwilligers en zet ze dan ook graag in het zonnetje. Dit lieve kaartje kreeg de coördinator vrijwilligers in handen gedrukt van een dankbare vrijwilligster. Van dit soort berichten worden we best wel gelukkig...



BIJZONDERE MAALTIJD

Aangezien het zo koud is buiten gaan we lekker op een culinaire reis naar de Tropen!



Hoofdgerecht: Surinaamse masala kip met kousenband, ei en aardappel

Dessert: Mangoccino; mango, slagroom, pistache

Deelname aan deze bijzondere maaltijd is om 12.30 of 17.30 uur in De Orangerie.

Eet u liever op uw appartement?

Dat kan, geeft u dit dan door aan de dienstverlening.

Eet smakelijk!

KERKDIENTST

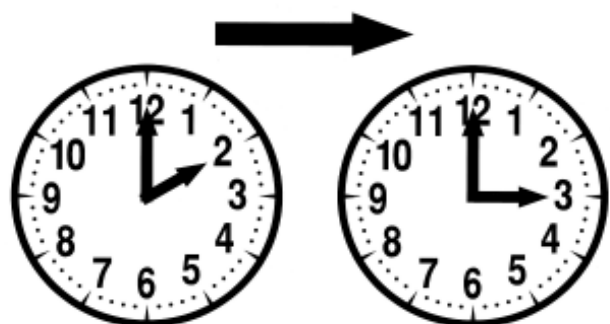
Op zaterdag 15 maart zal er om 15.30 uur een kerkdienst gehouden in de Stilteruimte op de 2de etage van locatie De Nieuwpoort.

U bent van harte welkom.



ZOMERTIJD

In de nacht van zaterdag 29 maart op zondag 30 maart gaat de zomertijd weer in en mag de klok weer één uur vóóruit!



DEMONSTRATIE ROLSTOELDANSEN

Op woensdag 5 maart vind een bijzondere demonstratie rolstoeldansen plaats.

Komt u ook kijken?

U bent van harte welkom vanaf 14.30u in De Orangerie.

Voor bezoekers die niet binnen stichting NIKO wonen, wordt een bijdrage gevraagd van € 9,-

ROLLATORCHECK CHIEL VAN DER STELT

Van Der Stelt Zorgmiddelen en Homeservice is op

donderdag 13 maart

van 10.00 tot 15.00 uur

weer in de Orangerie in De Nieuwpoort.

Komt u ook even langs om, tegen een vergoeding, uw rollator of rolstoel te laten checken?

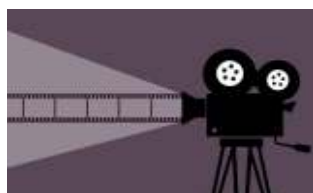


www.homeservicevanderstelt.nl
 infovanderstelt@zorgmiddelenenhomeservice.nl

FILMMIDDAG

Komt u ook een filmpje kijken op zondag 16 maart?

Houd de informatieborden en de affiches in de Orangerie in de gaten. De film wordt om 14.30 uur gedraaid in de Orangerie.



Voor bezoekers die niet binnen stichting NIKO wonen, wordt een bijdrage gevraagd van €4,50

ROZE CAFE IN DE NIEUWPOORT

Vrijdag 21 maart vindt de eerste editie van het Roze Café plaats in de Theetuin in De Nieuwpoort

Het is een plek om informatie te geven, dus eigenlijk is iedereen welkom die nieuwsgierig is of die de roze gemeenschap een warm hart toedraagt.

Kom ook voor een gezellig samenzijn vol kleurrijke ontmoetingen voor ouderen en jongeren in samenwerking met Safe Space en Pink Society om 14.30 uur!



VOORSTELLING THEATER TOEMAAR

Vrijdag 28 maart: Voorstelling van Theater Toemaar
 Om 14.30u in de Orangerie



Voor bezoekers die niet binnen stichting NIKO wonen, wordt een bijdrage gevraagd van €9,-

INA GAAT MET PENSIOEN

Donderdag 20 februari was het de laatste werkdag van Ina van Westerop bij NIKO. Zesenvestig jaar lang heeft zij met veel liefde en toewijding gewerkt als keukenassistente. Eerst in De Kooimeer en na de fusie met De Nieuwpoort heeft zij zich met heel haar hart ingezet voor NIKO. Vroeger ging het een beetje anders aan toe...

Hoe begon jouw carrière?

'Op 1 september 1978 ben ik begonnen als keukenassistente in De Kooimeer. Toen noemde we het nog een bejaardentehuis. Ook liep ik met de meals on wheels en 's avonds met de broodwagen. We sneden zelf het vleeswaren en kaas en sealden dit zelf om uit te delen tijdens de broodmaaltijd.'



Ina van Westerop

In mijn carrière heb ik heel veel mensen zien komen en gaan. Alles was toen uiteraard heel anders. De directie bestond toen uit nonnen, eerst zr. Pauleta en daarna zr. Marcoline. Later werd het bestuur gevormd door Gerard Erkamp.'

Na de fusie was het zeker wennen voor jou en je collega's om in een ander pand te werken?

'In het begin moest ik inderdaad erg wennen, ik houd niet zo van grote veranderingen maar dat was een proces waar niet alleen ik maar ook mijn collega's van De Kooimeer doorheen moesten. Gelukkig heb ik gauw mijn plekje gevonden in de spoelkeuken en de koude keuken.'

De laatste jaren waren erg fijn werken voor mij vanwege de open keuken. Hierdoor heb ik veel meer contact met de bewoners en het is leuk dat zij ook meer betrokken zijn bij de keuken.'

Vroeger was het natuurlijk anders werken. Wat is het verschil tussen toen en nu?

'Het verschil is wat mijn functie betreft niet zo heel groot. Wel werd er vroeger veel meer zelf gekookt en werd alles met de hand gesneden. Bewoners kregen vaak een extraatje tussendoor. Dingen werden gewoon anders aangepakt dan nu. Wat leuk is, is dat het allemaal weer een beetje terugkomt. Bij NIKO wordt nu ook steeds vaker zelf eten bereid. Dat is heel goed.'

Je hebt vast heel veel meegemaakt, wat zijn je mooiste herinneringen?

'Mijn mooiste herinnering zijn er een paar, zoals de gezellige personeelsfeesten en playbackavonden. Een van de leuke dingen was het uitje naar Euro Disney in Parijs. We verbleven drie dagen met collega's in huisjes op een vakantiepark. Het was heel bijzonder en gezellig! Ook de vieringen van de jubilarissen waren altijd heel gezellig met koude buffetten en hapjes. Dat waren leuke feestjes voor zowel personeel als bewoners.'

Niet zo'n mooie herinnering is toen ik flink uitgled in de keuken vanwege een plasje water en op drie plekken mijn knieschijf brak. Ik werd onmiddellijk met de ambulance naar het ziekenhuis gebracht! Dat was een ervaring! Mijn collega Nel Verwer is toen de hele dag bij mij in het ziekenhuis gebleven, dat vergeet ik nooit meer...'

Wat ga je niet missen?

'Werken natuurlijk haha! Maar ik denk dat ik de reuring zeker wél ga missen. En de gezelligheid met collega's. Ik woon vlakbij, in het nieuwe Kooimeercomplex waar vroeger De Kooimeer stond, mijn vroegere werkplek. Ik denk dat ik zeker af en toe langs kom om een bakkie te doen.'

Straks heb je heel veel tijd over! Wat zijn eigenlijk je plannen voor na je pensioen?

'Ik heb gelukkig veel hobby's waar ik mij mee bezig houd zoals legpuzzels maken en kruiswoordpuzzels. Ik ga graag naar musicals, de laatste die ik gezien heb was Jesus Christ Superstar! Ook fiets ik graag. Wat ik verder nog wil doen met mijn vrije tijd daar moet ik nog een invulling aan gaan geven. Maar ik ga mij zeker niet vervelen.'

Nu ga ik eerst lekker genieten van mijn vrije tijd na een lang arbeidsverleden van 46 jaar!'



ROKEN

Het moet omstreeks 1980 zijn geweest dat ik op de MAVO in Heerhugowaard tijdens de koffiepauze pleinbeurt had. Een groepje leerlingen van 4B kwamen wat verlegen naar mij toe en wilden mij wat vragen.

"Mijnheer, er is morgen lerarenvergadering. Wilt u voor ons een goed woordje doen?" Ik vroeg hen wat ik moest doen. "Nou, mijnheer, wij willen tijdens de koffiepauze van het plein af." Ik vroeg nog: "Waarom willen jullie van het plein af?"

"Nou, dat snapt u toch wel? We willen een sjekkie roken." En ik weer: "Maar jullie weten toch dat roken slecht is?." En zij in koor: "Ja, meneer, en u dan?" Toen moet ik gezegd hebben: "Ja, mij mag je niet meetellen; ik ben verslaafd."

Maar ik schrok van mezelf en mompelend lieten ze mij alleen staan.

Ja, ik was echt verslaafd. Het eerste wat ik 's morgens deed was een sigaartje opsteken en

's avonds het laatste mijn sigaartje in de asbak leggen. Toen ik eerder in 1960 wegens maagklachten in het Elizabethziekenhuis lag rookte ik zelfs onder de dekens...



Toen ik die avond thuis kwam had mijn vrouw boodschappen gedaan en gaf mij de Wilde Havana's die ze voor mij mee zou nemen. "Ik ben gestopt met roken", zei ik. Ik hoor haar nog zeggen: "Ja, ja, dat kennen we nou wel."

"Nee, echt, ik rook niet meer. Die sigaartjes zijn mooie weggevertjes."

Sinds die dag heb ik niet meer gerookt. Het is me gelukt dankzij 4B.

Jan Bosman



VANDAAG BEN IK
BIJ MIJZELF
OP VISITE



Maria Bendermacher

ANTWOORDEN

LENTEQUIZ:

1. één of twee 2. vier weken 3. twintig maart 4. april
5. voorjaar 6. sneeuwklompje 7. kip-kuikentje, varken-biggetje, paard-veulen, koe-kalfje, schaap-lammetje 8. keukenhof 9. hyacint

WOORDZOEKER: Elk pondje gaat door het mondje

DOMINOSOM

In de vorige editie is de oplossing van de dominosom van het blad afgevallen. Bij deze ontvangt u alsnog het antwoord!

SOM=13			
2	3	5	3
3	3	1	6
4	5	4	0
4	2	3	4

Redactie van bewonersblad NIKO:

Team Communicatie | communicatie@stichtingniko.nl
Activiteitenbegeleiding | activiteitennp@stichtingniko.nl

Foto voorpagina: OV Media

