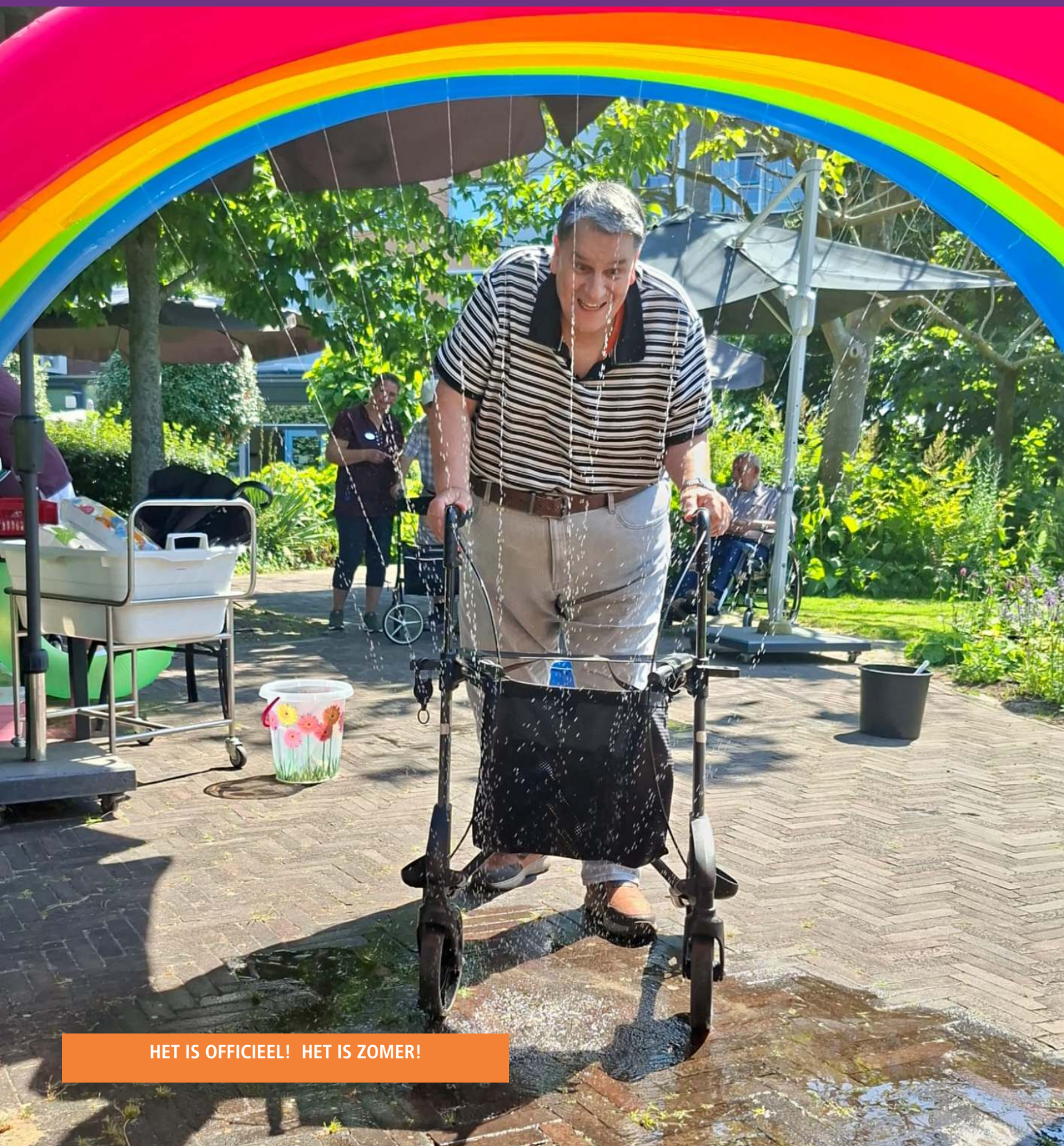


NIKO

hét bewonersblad voor De Nieuwpoort en De Palatijn



HET IS OFFICIEEL! HET IS ZOMER!

Juli 2026

VAN DE BESTUURDER

Poeh hé, wat is het warm vandaag.

Ik schrijf dit op 18 juni en de zomer laat zich van haar beste kant zien. Morgen wordt het ruim dertig graden en dat merkt u ook. In diverse appartementen en op meerdere gangen lopen de temperaturen op.

Dat betekent dat onze collega's zich volop inzetten om het zo aangenaam mogelijk voor u te maken. Het hitteprotocol is van kracht en veel drinken is dan belangrijk, maar ook het gebruik van wat extra zout, bijvoorbeeld via het gratis soepje. Mijn moeder zei vroeger altijd dat te veel zout slecht zou zijn voor het hart, maar blijkbaar ligt dat anders tijdens warme dagen. Al geldt natuurlijk ook; alles waar je 'te' voor zet is niet goed. En dat zei mijn zus dan weer.

Zoals wij onze collega's vragen om het voor u zo comfortabel mogelijk te maken, zo zorgen wij ook goed voor hen. Er worden ijsjes uitgedeeld en onze facilitaire collega's zijn druk bezig met het plaatsen van airco's in gangen en huiskamers daar waar nodig. Ook steken onze teammanagers waar mogelijk hen een hart onder de riem.

Al met al ben ik trots op hoe we met elkaar omgaan met deze hitte en hoe we samen de steeds warmere zomers trotseren. Het is heerlijk om buiten te zitten in de zon, maar het moet binnen natuurlijk ook prettig blijven; lekker koel en comfortabel.

Met hartelijke groet,
George Braam



POST UIT DE IDEEËNBUS

Wij horen het graag van u als u leuke ideeën, tips of verbeterpunten voor NIKO heeft.

Door de post die wij de afgelopen jaren van bewoners en naasten hebben gekregen, hebben we leuke nieuwe activiteiten, zoals bijvoorbeeld de karaokemiddag georganiseerd. Maar ook kleine ergernissen worden verholpen, door kledinghaakjes in de openbare toiletten op te hangen en de randen van de traptreden bij de ingang van De Palatijn duidelijker te markeren.

Natuurlijk zijn niet alle ideeën te realiseren, maar we nemen alle post serieus en geven graag onze reactie. Maakt u ons blij met een idee, een suggestie of een tip?



WEEKOVERZICHT ACTIVITEITEN IN DE NIEUWPOORT

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 op de volgende dagen:



Maandag 6 en 20 juli.

Voor deze activiteit vragen we een bijdrage van € 5,00.

Geheugentraining* om 14.30 uur in de Erasmuszaal

DINSDAG

Luisteren naar klassieke muziek* om 10.30 uur in de Erasmuszaal

Beweegactiviteit* van 14.30 tot 15.15 uur in de Orangerie door Alkmaar Sport

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.

VRIJDAG



DJ Michael draait om de week op vrijdagmiddag plaatjes in de Orangerie. Deze maand is dat op **vrijdag 17 en 31 juli.**

Voor bezoekers die niet binnen stichting NIKO wonen, wordt voor deze activiteit een bijdrage gevraagd van € 5,-.

HAPPY HOUR van 15.00 tot 16.00 uur in de Orangerie.

HAPPY HOUR

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

SPREEKWOORDEN

Maak het spreekwoord af

1. Zo de ouden zongen
2. Met de hoed in de hand
3. De kruik gaat net zo lang te water
4. Men noemt geen koe zo bont
5. Wie met pek omgaat
6. Bij het scheiden van de markt

Hoe begint het spreekwoord?

1. zoals het gebekt is
2. dan tien in de lucht
3. dan komt men over de staart
4. maar niet zijn streken
5. valt er zelf in
6. is het grote niet weerd

BLOEMENCRYPTOGRAM

Welke bloem wordt hier bedoeld:

Voorbeeld: Een klein snaarinstrument

Antwoord: Viooltje

1. Deze bloem slaat
2. Plant die niets kan horen
3. Lid van het Koninklijk huis
4. Een bloem van een zuivelproduct
5. In de kledingkast zorgt het voor een lekker geurtje
6. Als je verliefd bent, geef je deze bloem aan je geliefde
7. Denk vooral aan mij!
8. Stralend hemellichaam en bron van warmte
9. Hoofddekseel van een kloosterling
10. Dit is een winters uurwerkje

WARM WEER



De mooie dagen staan weer voor de deur en we kunnen extra warm en zonnig weer verwachten. Dat wordt genieten!

Zorgt u er wel voor om tijdig de zonwering omlaag te doen en voldoende te ventileren? Vergeet niet om voldoende te drinken, minstens twee liter water!

Denk aan uw huid wanneer u naar buiten gaat en ga, indien mogelijk, alleen 's morgens naar buiten, ter bescherming van uzelf.

Draag lichte, luchtige kleding, het liefst van katoen, linnen of andere natuurlijke vezels.

Houd de warmte zoveel mogelijk buiten door rechtstreekse zoninval te vermijden, de zonwering te gebruiken en deuren en ramen overdag dicht te houden. Zorg ervoor dat u 's avonds en 's nachts uw ruimte maximaal lucht.

Vermijd overmatige inspanningen en neem veel rust. Als u het warm heeft, maak dan uw gezicht, hals, polsen en benen nat en herhaal dit regelmatig.

Wij wensen u een fijne zomer!

ZOMERS

Zomers van tóen, zijn groener en warmer, zomers van nú zijn een tikkeltje armer.

Maar straks zijn de zomers van nú net zo groen en zo warm, want dan zijn het de zomers van tóen



- Toon Hermans -

MAANDOVERZICHT ACTIVITEITEN

Vrijdag 3 juli 12.30 uur	Tuinfeest De Nieuwpoort**
Maandag 6 juli 14.30 uur	Bingo*
Vrijdag 10 juli 14.30 uur	Mannensoos
Zaterdag 11 juli 15.30 uur	Kerkdienst in het Stiltecentrum
Dinsdag 14 juli 12.00 uur	Thema lunch
Vrijdag 17 juli 14.30 uur	DJ Michael in de Orangerie*
Maandag 20 juli 14.30 uur	Bingo*
Vrijdag 24 juli 14.30 uur	Mannensoos
Woensdag 29 juli 14.30 uur	Zomers optreden Michel Coenen***
Donderdag 30 juli 17.00 uur	Bijzondere maaltijd
Vrijdag 31 juli 14.30 uur	DJ Michael in de Orangerie*

* Voor deze activiteit vragen we een bijdrage van € 5,00.

** Deze activiteit is uitsluitend voor bewoners van NIKO

*** Voor deze activiteit vragen we een bijdrage van € 10,00.

KERKDIENTST

Op zaterdag 11 juli zal er om 15.30 uur een kerkdienst gehouden in de Stilte ruimte op de 2de etage van locatie De Nieuwpoort.

U bent van harte welkom.

BIJZONDERE MAALTIJD

Deze maand is de bijzondere maaltijd helemaal in zomerse sferen!

Op donderdag 30 juli gaan we namelijk heerlijk BBQ-en!



Deelname aan deze bijzondere maaltijd is om 17.30 uur in de Orangerie.

Voor WMS en Duinvogel wordt de maaltijd op de huiskamers geserveerd.

Eet smakelijk!

REBUS

LOS DE REBUS OP!

Wie is deze bekende presentatrice van tv?



W=M



TUINFEEST!

Op vrijdag 3 juli organiseert de AB samen met de keuken weer een knallend tuinfeest. Van 12.30 tot 16.00 bent u van harte welkom.



DEZE MIDDAG IS UITSLUITEND VOOR DE BEWONERS VAN NIKO.

MANNENSOOS

Op vrijdag 10 en 24 juli is er een mannensoos in De Nieuwpoort, een speciale middag voor de echte mannen!

Van 14:30 - 16:00 uur in de Theetuin



CAMPING DE NIEUWPOORT



Vanaf zaterdag 25 juli staat er vanwege het thema zomer een caravan in de tuin.

De caravan blijft 1,5 a 2 weken staan en zorgt net als voorgaande jaren voor een echt camping gevoel!

Komt u ook gezellig langs?



ZOMERS OPTREDEN

Woensdag 29 juli komt Michel Coenen voor u optreden in de tuin. We hopen op warm en zonnig weer, u komt toch ook??



Aanvang: 14:30 uur in de binnentuin van De Nieuwpoort.

Voor dit optreden vragen we een bijdrage van €10,00.

JUBILEUM DE PALATIJN FEESTELIJK GEVIERD!

Afgelopen vrijdag 5 juni was het groot feest in woonzorglocatie De Palatijn! Het 10-jarige jubileum werd gevierd met de bewoners, vrijwilligers en medewerkers van deze locatie. Lekker kleinschalig, maar wel feestelijk zoals past bij de doelgroep van De Palatijn.

Het feest werd geopend door locatiemanager Annemarieke Borren, waarna bestuurder George Braam kort terugblikte op tien jaar De Palatijn.

De Palatijn werd in 2016 door Stichting NIKO in gebruik genomen en biedt sindsdien een warme woonplek aan 48 ouderen met dementie. De behoefte aan een nieuwe locatie kwam mede voort uit de aanstaande sluiting van locatie De Kooimeer in 2019.

NIKO vond een passend nieuw onderkomen in het voormalige zorghotel, waar diverse faciliteiten behouden bleven.



Tijdens de viering werd ook het recent vernieuwde restaurant officieel geopend. De stijlvolle inrichting viel bijzonder goed in de smaak; bewoners en medewerkers reageerden enthousiast op het nieuwe hart van de locatie.

Daarna was het tijd om te proosten op tien mooie jaren en kon het feest beginnen!



De DJ startte de muziek en vanuit de foodtruck in de achtertuin werden heerlijke hapjes rondgebracht.

Met trots kijkt Stichting NIKO terug op tien mooie jaren en met vertrouwen vooruit naar de volgende tien jaar.

90-JARIGEN BANKJE

EEN NIEUWE NAAM OP HET 90-JARIGEN-BANKJE

Mevrouw Hoolwerf werd onlangs 90 jaar! Zo bijzonder en wat een immense schat aan levenservaring. Bij De Palatijn komt er in dat geval een nieuw naamplaatje bij op het 90-jarigen-bankje.



Van harte gefeliciteerd!



PAS OP MET DE HITTE

Denk aan juffrouw Scholten, die is vandaag gesmolten, helemaal gesmolten, op de Dam.



Dat kwam door de hitte, daar is ze in gaan zitten als je soms wil weten hoe dat kwam.

Ze hebben het voorspeld: Pas op, juffrouw je smelt! Maar ze was ontzettend eigenwijs... Als een pakje boter, maar dan alleen wat groter, is ze uitgelopen, voor het paleis.

Enkel nog haar tasje lag daar in een plasje... Alle kranten hebben het vermeld op de eerste pagina. Kijk het zelf maar even na.

Ja, daar staat het, kijk maar: dame smelt. Die arme juffrouw Scholten... helemaal gesmolten...

Als dat jou en mij eens overkwam...

Laten we met de hitte overall gaan zitten, maar vooral niet midden op de Dam.
- Annie MG Schmidt -

BEWONERSBLAD NIKO ONLINE

Het is mogelijk om bewonersblad NIKO digitaal te lezen.

Hiervoor gaat u naar de website:
www.stichtingniko.nl
U vindt NIKO onder het kopje "Actueel".

Wij wensen u veel leesplezier!

ANTWOORDEN

SPREEKWOORDEN:

1. Zo de ouden zongen zo piepen de jongen
2. Met de hoed in de hand komt men door het ganse land
3. De kruik gaat net zo lang te water tot zij barst
4. Men noemt geen koe zo bont of er is een vlekje aan
5. Wie met pek omgaat wordt er mee besmeurd
6. Bij het scheiden van de markt leert men de kooplui kennen

Hoe begint het spreekwoord

1. Ieder vogeltje zingt zoals het gebekt is
2. Beter een vogel in de hand dan tien in de lucht
3. Komt men over de kop dan komt men over de staart
4. Een vos verliest wel zijn haren maar niet zijn streken
5. Wie een kuil graaft voor een ander valt er zelf in
6. Wie het kleine niet eert is het grote niet waard

BLOEMENCRYPTOGRAM:

1. Klapproos
2. Dovenetel
3. Margriet
4. Boterbloem
5. Lavendel
6. Roos
7. Vergeet-me-niet
8. Zonnebloem
9. Monnikskap
10. Sneeuwkllokje



Redactie van bewonersblad NIKO:

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

Foto voorpagina: Mike Bink

