



*de koperhorst*

*Het  
Bijblijvertje  
OKTOBER 2017*

Paladijnenweg 275  
3813 KA Amersfoort  
033 472 62 14  
Website: [www.koperhorst.nl](http://www.koperhorst.nl)

## BIJBLIJVERTJE

TWEEËNVEERTIGSTE JAARGANG NUMMER 10

UITGAVE OKTOBER 2017

### INHOUD:

Dankbetuigingen  
Wat te doen bij brand  
Van de directie  
Notulen cliëntenraadsvergadering  
Psychofarmaca  
Afscheid van Janny  
Jubilarissen  
Parkeren rondom de Koperhorst  
Checklist brandveiligheid  
Sterrendiner 25 oktober  
Wintertijd / De herfst komt / Verkoop handwerkgroep  
Een wens vervuld  
Het ekster echtpaar  
Uit het leven gegrepen  
Samenzangavond  
100 jaar !  
Even voorstellen..  
Terugblik september  
Activiteiten oktober  
Prijzen Koperhorst activiteiten  
Overzicht voorzieningen

## Dankbetuigingen

Wij willen een ieder bedanken tijdens ons 50-jarig huwelijk, voor de belangstelling, felicitaties, kaarten en natuurlijk de mooie bloemen die wij in grote getalen mochten ontvangen.

Nogmaals bedankt.

# Gerda en Steef Heideman

[illegible]

Bij het overlijden van de heer Buinink op 18 september j.l. willen wij graag stilstaan bij de periode die het echtpaar Buinink in de Koperhorst heeft gewoond.

Zij behoorden tot de eerste bewoners van de seniorenwoningen, en moesten omdat zij van een villa met heel veel tuin overstapten op een appartement, met gelukkig een tuintje toch wel erg wennen. In de bijna 17 jaar dat zij hier hebben gewoond, kregen zij het steeds meer naar hun zin met name omdat zij zo langzamerhand meer en meer op de medewerkers en medewerksters een beroep deden. Zij noemden zich terecht bevoordeeld omdat zij in een dusdanige veilige en uiterst vriendelijke omgeving toch geheel zelfstandig konden wonen met faciliteiten en hulp "om de hoek". Dit is met name voor de heer Buinink na het overlijden van zijn echtgenote, ruim een jaar geleden, een bijzondere uitkomst geweest. De liefdevolle aandacht op De Koperwiek en attente verzorging en verpleging die hij met name de laatste maanden heeft ondervonden hebben op ons, die daar nauw getuige van waren, grote indruk gemaakt en vervullen ons oprecht met gevoelens van dankbaarheid naar een ieder die voor de heer Buinink heeft gezorgd.

Namens zijn zuster en vrienden van de heer Buinink.

## **Wat te doen bij brand**

### Brand melden:

- Overall in huis zitten rookmelders die direct alarm slaan als er ergens iets aan de hand is.
- Op verschillende plaatsen in de gang hangen rode alarmkastjes. Die kunt u bij brand inslaan, dan wordt er alarm geslagen bij de receptie/brandweer.
- Via de rode knop in uw kamer de receptie waarschuwen.



### Actie na de brandmelding:

Voor u is het belangrijk dat u, indien mogelijk, bij de brandhaard weggaat.

Na een brandmelding komt de bedrijfshulpverlening gelijk op gang. Zij gaan naar de plaats van de brandmelding en kijken wat er aan de hand is, melden, als het nodig is bij de brandweer dat er brand is en proberen de brand te blussen.

Zij bepalen wat er verder moet gebeuren (b.v. ontruimen) totdat de brandweer komt.

Zij regelen de hulp die er nodig is om de cliënten te evacueren.

U als cliënt moet de aanwijzingen van de medewerkers van de Koperhorst of de brandweer volgen.

Binnen de Koperhorst zijn allerlei veiligheidsmaatregelen getroffen om verspreiding van een brand te voorkomen.

Zo gaan bij een brandmelding de branddeuren dicht, zijn de deuren van een woning 30 minuten brandvertragend en doen de liften het niet meer.

Hoort u dat er brand is, maar ziet u geen brand, blijf dan in uw appartement en wacht de instructies van de medewerkers af.



## **Van de directie**

### **Verjaardag Koperhorst**

12 Oktober vieren we onze verjaardag. We worden alweer 41 jaar! We vieren het met een BONTE AVOND waar zowel bewoners als medewerkers het beste van zich zullen laten zien. Wilt u ook een bijdrage leveren? U kunt u opgeven bij de AB.

Ik hoop dat we met zijn allen een hele gezellige avond zullen hebben!

## **Miljoenennota en begroting: Zorg**

De begroting van de overheid levert geen grote verrassingen op. De invoering van het Kwaliteitskader Verpleeghuiszorg staat centraal, waarover alle media met grote letters geschreven hebben. Wat wijkverpleging, het eerstelijnsverblijf en de GRZ ( revalidatie) betreft zijn er geen verrassingen.

Op het gebied van maatschappelijke ondersteuning en huishouding (Wmo) is er weinig nieuws, behalve dat in het kader van het terugdringen van stapelfacturen CAK de termijn voor het aanleveren van eigen bijdrage-gegevens door gemeenten en aanbieders op 28 dagen is gesteld. Deze termijn is een inzet voor de behandeling van de begroting voor VWS 2018 in november 2017.

Ook binnen de Zorgverzekeringswet , dus de zorg in de flats, verandert er volgend jaar niets. Elke zorgverzekeraar blijft zijn eigen eisen stellen en iedere verzekeraar bepaalt zelf de hoogte van de zak geld die wij in 2018 ontvangen. Dit jaar was het even spannend of ze de zorg die wij leveren aan alle cliënten die verzekerd zijn bij het Zilveren Kruis wel zouden betalen. Eind september heeft de verzekeraar gemeld dat ze alle kosten betalen en is het budget toereikend tot het einde van het jaar.

### **Verpleeghuiszorg**

In 2018 is er 435 miljoen euro extra beschikbaar - in vergelijking met de begroting van Prinsjesdag 2016 – voor, in de woorden van de staatssecretaris van VWS: “..een grote verbetering van de kwaliteit verpleeghuiszorg”. In totaal kan op termijn met zo’n 2,1 miljard euro extra per jaar worden voldaan aan de nieuwe normen voor goede zorg met meer tijd en aandacht en vaste gezichten voor bewoners van verpleeghuizen. Ook met het nieuwe kabinet komt in de komende jaren er stapsgewijs geld bij tot het niveau van 2,1 miljard structureel is

bereikt. Het Ministerie van VWS erkent dat een aantal jaar nodig is om voldoende extra medewerkers aan de slag te laten gaan. "

Voor de Koperhorst betekent dit dat we meer geld krijgen zodat er op Wonen met zorg en Groepswonen in 2018 dagelijks meer uren personeel ingezet kunnen worden.

Wij zijn hier heel blij mee en hopen voldoende medewerkers vanaf 2018 aan te kunnen trekken.

### **Kwaliteitsplan**

Het kwaliteitsplan wat wij voor het eind van het jaar af moeten hebben begint al duidelijk vorm te krijgen. Dit plan is een van de uitvloeiselen van het Kwaliteitskader wat door het Zorginstituut eind vorig jaar vastgesteld is. Hoewel het best wel veel energie kost om een dergelijk plan te maken , geeft het ook energie. Het was heel leuk om met een groep bestaande uit de Cliëntenraad, de Raad van Toezicht, de Ondernemingsraad, het managementteam en een aantal verpleegkundigen na te denken over onze invulling van kwaliteit voortkomend uit ons strategisch beleidsplan. Daaruit bleek dat we al veel doen en kunnen uitleggen waarom we het doen en we ons op een aantal punten nog kunnen verbeteren. Dit wordt in de jaarplannen van 2018 vastgelegd.

Als het plan klaar is komt het zeker op de website!

I.W.M. Vriens,  
Bestuurder

## **Notulen Cliëntenraadsvergadering dinsdag 12 september 2017**

Aanwezig:

Mw. A. Noortman (voorzitter), Mw. C. Vonk, Dhr. H. Bakker, Dhr. J. Roossien, Mw. M. Overberg, Mw. P. Aronstein, Mw. M. Kiers, Mw. S. Mank  
Mw. A. van Beekhuizen (notulen)  
Mw. I.W.M. Vriens (bestuurder)

### 1. Welkom en vaststellen van de agenda

Welkom en vastgesteld.

### 2. Notulen 4 juli 2017

Afgelopen week hebben er gesprekken voor de Cliëntenraadpleging plaatsgevonden. De opkomst was iets lager dan gehoopt.

Voor de Koperhorst is het belangrijk om te zien hoe tevreden men in het geheel is over de Koperhorst en waar onze verbeterpunten liggen. Volgende Cliëntenraadsvergadering hopen we dat er een uitkomst is over de ingevulde formulieren.

Iedereen die niet geweest is, heeft een schriftelijke vragenlijst ontvangen.

Silfke van Dijk van het Zorgkantoor dankt de Cliëntenraad hartelijk voor de openheid die ze bij de vorige vergadering ervoer.

### 3. Ingkomen en uitgegane stukken

Op 9 oktober is er een landelijk congres voor Cliëntenraden. Mw. Overberg heeft zich ingeschreven voor 4 workshops.

### 4. Plannen Waardigheid en Trots 2017 /2018

Vorig jaar is een twee jarig plan in het kader van Waardigheid en Trots voor de Koperhorst ingediend. Voor 2017 hebben we, na het indienen van het plan een tariefopslag ontvangen om de plannen uit te kunnen voeren.

1 deel van het plan gaat om 'Welbevinden', dat is o.a. muziektherapie op de afdeling. Naast Mariska is er een stagiaire begonnen die zich bezig houdt met de ontwikkeling van een individueel programma voor muziek voor de bewoners. Het andere deel van het plan bevat de GVP scholing voor zorgmedewerkers. de voortgang van het plan kunt u lezen in de kwartaalrapportages van het jaarplan. De Cliëntenraad gaat akkoord met de aanvraag.

### 5. Halfjaarlijkse rapportage jaarplannen en financiën

De plannen staan voor een heel jaar in deze rapportage.

Eén van de leden vraagt zich af n.a.v. pagina 12 van deze rapportage of er werkelijk maar 1 persoon op 11 mensen staat in de aanleunflat.

Mw. Vriens geeft aan dat er meer personeel is aangetrokken voor de flats voor in de avonduren. Tijdens deze dienst kunnen de mensen douchen en hoeft dat niet meer tijdens de ochtendroutes te gebeuren.

Verder geeft Mw. Vriens aan dat in de flats alleen de uren gedeclareerd mogen worden die ook werkelijk achter de voordeur in het huis van de bewoner geklokt wordt. De uren van medewerkers die ze in de flat niet bij een cliënt aanwezig kunnen bij de zorgverzekeraar niet in rekening gebracht worden.

In 2018 komt er meer geld voor de intramurale zorg zodat we meer personeel aan kunnen trekken. Dat zal nog een hele klus worden omdat er nu een krapte is op de arbeidsmarkt.

Financieel gaat het goed met de Koperhorst.

Er zijn extra woonondersteunersuren ingezet. Toch lijkt het of de Koperhorst iets overhoudt. De loonkosten zijn positief voor het 2<sup>e</sup> kwartaal. In het 3<sup>e</sup> kwartaal komen de vakantiekrachten bij de loonkosten er boven op. De loonkosten zullen voor het 3<sup>e</sup> kwartaal dus iets minder positief zijn.

Binnen de WLZ is de herschikking achter de rug. Zorgkantoor heeft nu 1005 van het toegestane budget toegekend.

Met de nieuwe CV-ketels merken we nu al dat we nu al op energie sparen.

We verwachten dat we vanaf maart de puien van het intramurale deel en de Service- en Zorgflat kunnen gaan vervangen. Doordat er asbest in de puien zit, duurt het allemaal langer dan gedacht.

Er wordt geen steiger tegen de gehele gevel gezet. We gaan het per appartement doen. De huidige puien zullen er zo uitgehaald worden dat er geen asbest vrij kan komen. De glaspui wordt in zijn geheel afgevoerd en elders 'vernietigd'. Daarna wordt deze verdieping gesaneerd en zo gaat de sanering naar de onderliggende verdieping. Daarna weer 1 lager. En zo verder tot de begane grond.

Zij de puien aan deze kant klaar, gaat de steiger naar de flats ernaast en wordt ook daar van boven naar beneden gewerkt. Dat houdt ook in dat men slecht 1 dag niet in het appartement kan blijven.

Waarschijnlijk gaat de hele vervanging een half jaar duren.

#### 6. Tijdstip warme maaltijd in de Koperhorst

Er is een enquête geweest over de warme maaltijd. In het restaurant wil 50% het tijdstip van 12 uur behouden, 50% wil de warme maaltijd naar de avond.

Bij de afdelingen Wonen met zorg en Groepswonen willen de meeste bewoners naar de avond maaltijd.

Een idee is: om 's middags en 's avonds een warme maaltijd aan te bieden. Een ander idee is om 's middags een lichtere maaltijd aan te bieden zoals soep met brood en dan in de avond een warme maaltijd.

Personeel technisch komt er heel wat bij kijken, welke vorm er ook gekozen wordt. Dit onderwerp wordt vervolgd.

#### 7.Brandpreventieplan

Mw. Overberg neemt dit op met Robert Sakkers.

#### 8.Invullen checklist veiligheid bij cliënten

De vrijwilligers van de TD gaan deze checklist invullen samen met een bewoner wanneer hij/zij dit niet alleen kan. Dat is wel zo handig want zien zij een stekkerdoos die niet goed functioneert, dan kunnen ze dat gelijk maken.

#### 9.Filmopname Koperhorst

Er zijn door een documentaire maker van de EO opnames gemaakt in de Koperhorst. Voor alsnog gaat hij niets doen met dit materiaal.

#### 10.Filmvertoning als activiteit

De 1<sup>e</sup> filmvertoning is niet geslaagd. Er was een zwart/wit film in het Engels zonder ondertiteling. Voor een volgende keer wordt hier op gelet. Wellicht is het een idee de film halverwege stoppen en een drankje en een lekkernij aan te bieden net als in de bioscoop.

#### 11.Gastvrijheid met sterren

16 november is de uitslag...

#### 12.Rollators tijdens het eten en bedieningsproblemen

Er komen geregeld klachten binnen over het rollatorgebruik tijdens de maaltijd in de Koperhorst.

De klacht is: als je in rolstoel binnenkomt dan staan er zoveel rollators dan kan men er niet langs.... En een rolstoelbewoner voelt zich niet welkom.

De voorzitter heeft de proef op de som genomen om weer eens mee te eten. Zij kan beamen dat deze klacht gegrond is. De eigenaren van de rollators zijn niet al te behulpzaam en willen niet dat hun rollator te ver weg staat, wat ook weer te begrijpen is.

In principe moeten de rollators aan de kant. Wellicht door een andere indeling van de zaal.

Op sommige plekken duurt het wat langer voor er bediend wordt. Misschien een idee om de volgorde van de bediening eens te wijzigen.

Mw. Vriens gaat over beide klachten nog eens overleggen of het anders kan.

### 13.Plek grootbeeld TV in de personeelskantine

De TV staat redelijk in het zicht in de personeelskantine. De TV wordt daar het meest gebruikt. De TV is te oud om nog gestolen te worden. Daar hoeft men niet bang voor te zijn.

### 14.Parkeren door werkauto's

Men heeft de instructie gekregen om niet op de parkeerplaats te staan. Ze worden de weg gewezen naar de parkeerplek naast de Koperhorst. Robert Sakkers gaat wat strenger optreden tegen "foutparkeerders". We zullen de [politie vragen of ze een handhavingsbeleid willen gaan voeren.

Dhr. Bakker oppert het idee om de bewoners parkeerplekken naast elkaar te geven, evt met een rode driehoek zodat heel duidelijk is dat dit een gereserveerde plek is. Dit is een goed idee. de heer sakkers zal ermee aan de slag gaan.

### 15.Rondvraag en sluiting

Mw. Vriens geeft aan dat er plannen zijn voor diverse verbouwingen binnen de Koperhorst. Zo zouden de afdelingen Groepswonen naar de begane grond moeten kunnen door laagbouw in de tuin bij de flats. Er wordt op die wijze een binnentuin gecreëerd waar bewoners vrij rond kunnen lopen. de huidige PG afdeling wordt dan omgezet naar huur appartementen met VPT. Medio 2019 verloopt de huur van Davids Bolwerk. Deze afdeling zou dan plaats maken voor een groter afdeling voor tijdelijk verblijf / logeren / revalidatie.

De gemeente staat niet onwelwillend tegenover deze verbouwingen aangezien Amersfoort zit te springen om meer van dit soort verblijfsplekken.

De Koperhorst is één van de eersten waar ondergrondse containers komen in de wijk. De Rova is hiervoor langs geweest.

Voorvergadering: 31 oktober aan de leestafel om 13.30 uur

Nieuwe data: 7 november Cliëntenraadsvergadering om 13.45 uur.

In het vorige Bijblijvertje heeft u kunnen lezen over het project, “beter af met minder”, bewust gebruik van psychofarmaca.

Inmiddels heeft de tweede meting plaats gevonden door het onderzoeksteam van het Universitair Medisch Centrum Groningen. Eind oktober krijgen wij hiervan een terugkoppeling, waarvan wij u ook op de hoogte zullen brengen.

Binnen de Koperhorst is er aandacht voor dit onderwerp en wordt er gekeken welke alternatieve middelen er ingezet kunnen worden zodat de cliënt zich zo prettig en comfortabel mogelijk voelt. Het is van belang dat de familie/mantelzorgers hier ook in worden betrokken. Hoe doen we dit met elkaar en wat hebben we voor informatie en kennis van elkaar nodig? De volgende tips kunnen ons daarbij helpen.

### **5 tips om psychofarmaca te verminderen in ouderenzorg**

**1.** *Ga na waar de cliënt van houdt. Betrek de familie daarbij en wees flexibel, ook als het om zorghandelingen gaat.*

**2.** *Laat de cliënt meehelpen bij dagelijkse taken. Gewoon de dingen die ze vroeger ook deden, zoals afwassen, aardappels schillen of de planten water geven. Het geeft ze het gevoel dat ze meetellen en van betekenis zijn.*

**3.** *Laat de cliënt zoveel mogelijk bewegen. Mensen met dementie zitten soms een hele dag aan tafel. Dat veroorzaakt spierstijfheid en drukplekken. Meer bewegingsvrijheid en af en toe een wandeling scheelt al enorm.*

**4.** *Begin met eenvoudige pijnbestrijding, bijvoorbeeld paracetamol. Als dat werkt, weet u dat de onrust door pijn veroorzaakt wordt. Daarna volgt een zoektocht naar de oorzaak van de pijn, maar intussen ervaart de cliënt minder onrust met een minder sterk middel.*

**5.** *Zet familie in op ‘onrustige’ momenten. Als u merkt dat het tussen 7 en 9 uur 's avonds onrustig is op de groep, kunt u vragen of familieleden hun bezoek daarop afstemmen en rond die tijd bij hun naaste willen zitten.*



Lieve bewoners,

Na 47 jaar in de zorg, waarvan 38 jaar in de Koperhorst mag ik dan eindelijk gaan genieten van mijn (vervroegd) pensioen!

Ooit op 16 jarige leeftijd en nog zo groen als gras begonnen in de psychiatrie in een Joods psychiatrisch ziekenhuis, wat al een belevenis op zich was, kwam ik met die ervaring 9 jaar later in de Koperhorst terecht. En wat een enorm verschil met nu!! Er is in die 38 jaar, zowel in de zorg, als in de Koperhorst zelf ontzettend veel verandert.

Ik heb het allemaal meegemaakt: de renovatie van het verzorgingshuis; van 2 appartementen werd 1 mooi groot appartement gemaakt; iets bescheidener de renovatie in de serviceflats; de nieuwbouw met de kantoorgang en de Koperwiek met daarboven de afdelingen voor kleinschalig wonen; de nieuwe ontvangsthall en seniorenflat en de ingebruikname van de 2de etage door Beweging 3.0.

En dan de afgelopen jaren nog de renovatie van het restaurant. Bijna teveel om op te noemen!

En wat ik nog steeds bijzonder vind is dat ik sowieso 2 generaties heb mogen verzorgen! Het is dus een aantal keren voorgekomen, dat ik de zoon of dochter van een eerdere bewoner onder mijn hoede heb gehad!

Soms een heel aparte, maar mooie ervaring!

En dan wat de zorg betreft. Deze is in niets meer te vergelijken met de tijd, waarin ik hier kwam werken! Dat is ook logisch. De tijden zijn veranderd en waar men vroeger uit vrije wil en nog volledig gezond hier kwam wonen is dat nu ondenkbaar geworden!

De vooruitgang heeft voor veel positiefs gezorgd, maar ook een aantal negatieve zaken met zich meegebracht. We ervaren met z'n allen de hoge werkdruk door de intensievere zorg en de enorme bureaucratie, maar laten we hopen, dat de toekomst zich wat rooskleuriger laat zien.

De overheid doet in elk geval al een stap in de goede richting door extra geld ter beschikking te stellen.

Ik op mijn beurt ben er trots op, dat ik in die 38 jaar mijn steentje bij heb kunnen dragen aan dat wat de Koperhorst geworden is; een warm huis om in te wonen en ik wil u laten weten, dat ik dat tot op de dag van vandaag met heel veel plezier en liefde heb gedaan!

Ik zal mijn neus zeker nog wel eens laten zien; die belofte heb ik enkelen van u al moeten doen, maar ik ga nu dus eerst genieten van mijn vrije tijd en dingen doen, die er door het werk (logisch)

nog wel eens bij in schoten!

Mocht u dit nog lezen voor die tijd, dan hoop ik velen van u te zien bij mijn afscheid op 29 september a.s.

tijdens het vrijdagmiddagcafé!

Rest mij u allen het allerbeste te wensen met nog vele fijne jaren binnen de Koperhorst!

Lieve groeten, Janny de Graaf.



## Jubilarissen

Op vrijdag 15 september werden drie jubilarissen in het zonnetje gezet.

Jacob Visser was 12 1/5 jaar in dienst.

Renske Geertsma was 25 jaar in dienst.

Klaas vd Glind was 40 jaar in dienst.

Er waren veel bewoners, medewerkers en oud medewerkers die de jubilarissen kwamen feliciteren, en uiteraard werden zij ook toegesproken.

Uiteraard werd er geproost met een hapje en een drankje.

Renske, Jacob en Klaas, bedankt voor jullie jarenlange inzet, en we hopen dat jullie nog vele jaren bij de Koperhorst blijven.



Nog een bedankje namens de jubilarissen zelf :

Wij willen iedereen bedanken die ons op wat voor manier dan ook gefeliciteerd heeft met ons jubileum op vrijdag 15 september in het café.

We zijn heel erg verwend en willen graag iedereen daarvoor hartelijk bedanken en hopen nog vele jaren hier te mogen werken met veel plezier. Ook het personeel die iedereen heeft voorzien van een hapje en drankje enorm bedankt !

Hartelijke groeten Klaas, Jacob en Renske

## Parkeren rondom de Koperhorst

Zoals u allemaal wel weet is het aantal parkeerplaatsen rondom de Koperhorst beperkt. Zeker met het najaar in aantocht zal de auto weer vaker gebruikt gaan worden.

Helaas komt het regelmatig voor dat er verkeerd geparkeerd wordt. Hierdoor komt de toegankelijkheid en de veiligheid in het geding. We zouden de gasten, bezoekers en familieleden van cliënten willen verzoeken om hun auto's alleen in de daarvoor bestemde vakken te parkeren.

Dus niet bij de gele streep op de oprit, ook niet op de kruisen voor de hoofdingang etc.

U mag ook parkeren op de naastgelegen parkeerterreinen van de school en de Amerpoort mits u daar ook de bordje respecteert van de gereserveerde plekken.

Samen met de afdeling handhaving van de gemeente Amersfoort hebben we de afspraak dat zij binnenkort ook op het parkeerterrein van de Koperhorst bekeuringen kunnen gaan geven voor fout parkeerders. Maar laten we dit met ons allen graag proberen te voorkomen.

Facilitair manager

Robert Sakkers



HET VOORDEEL VAN EEN SUV...

[www.tomcartoon.be](http://www.tomcartoon.be)



## Checklist brandveiligheid woning Koperhorst

Naar aanleiding van 3 informatie middagen aan het begin van het jaar gegeven door de brandweer hebben we samen met de Cliëntenraad een checklist voor alle woningen binnen de Koperhorst gemaakt. Het doel van deze checklist is om samen met de cliënt de woning als deze is ingericht na te lopen op mogelijk brandgevaar.

1. Iedere nieuwe cliënt krijgt bij opname de checklist
2. De medewerker TD (of vrijwilliger) bezoekt na 4 weken nieuwe cliënt en neemt de checklist door.
3. De bestaande cliënten worden 1 keer per jaar door medewerker/vrijwilliger TD bezocht en de woning wordt aan de hand van de checklist gecontroleerd en besproken.
4. Naar aanleiding van de geconstateerde tekortkomingen wordt er direct naar oplossingen gezocht.

Vanaf **maandag 2 oktober** zal een medewerker van de TD met de checklist een aanvang maken om de woningen te inspecteren. We gaan starten in het verzorginghuis en dan de service flats.



## ***Gastvrijheid in de Koperhorst !***

Houdt u van lekker eten en bent u 55+?  
Op woensdag 25 oktober koken de koks van De Koperhorst een heerlijke maaltijd.

Samen met uw familie, vrienden en kennissen kunt u hiervan genieten.  
In ons sfeervolle restaurant zorgen onze medewerkers ervoor dat u niets tekort komt.

Kom gezelligheid opsnuiven en genieten van een heerlijke maar ook spannende maaltijd.

### ***Prijs (inclusief 2 consumpties) :***

**€ 13,05 voor cliënten van het verzorgingstehuis**

(bij afzegging van de reguliere maaltijd ontvangt u een waardebon en hoeft u slechts € 7,55 bij te betalen)

**€ 13,05 voor flatbewoners en vaste wijkbewoners**

**€ 18,05 voor wijkbewoners, familieleden en gasten**

Restaurant open: 16.30 uur

Begin maaltijd: 17.00 uur

### ***MENU***

\*\*\*

Amuse van gerookte zalm  
geserveerd op een ratatouille



\*\*

Risotto  
van diverse schelp- en schaaldieren

\*\*

Hazenrugfilet met een wilde bramensaus,  
stoofpeertje, knolselderijpuree en spruiten



\*\*\*

Eigengereid "appeltaartje"  
met vanillesaus en kaneelijs



\*\*\*

Koffie met een likeurtje

\*\*\*

Reserveren voor het sterrendiner kan tot 23 oktober bij de receptie.

Wilt u dan ook uw eventuele dieetwensen doorgeven?

Telefoon: 033 - 472 62 14 Wees er snel bij, want vol=vol

Dagje dierentuin afdeling Wonen met Zorg 4 12 september 2017  
Een wens in vervulling

Eindelijk was het dan zover, ons lang geplande dagje naar Dierenpark Amersfoort.

Om 10.00 uur was het vertrek vanaf de Koperhorst, met dank aan Firma



Pon die de bus sponsorde. Hoewel de weergoden ons niet echt gunstig gestemd waren zat de goede stemming er bij een ieder in.

Rond 10.30 uur aangekomen in het park viel helaas de eerste regenbui, maar dat mocht de pret niet drukken. Vol goede moed op naar het restaurant waar de koffie en het saucijzenbroodje, met dank aan de wensboom, ons goed smaakte.

Na de koffie togen wij in ons regenkloffie de dierentuin in, nog geen 10 minuten aan de wandel viel er een dikke regenbui, waardoor er hier en daar een nat pak ontstond met hilariteit bij een ieder. Schuilend in het Dinobos wachten tot de bui over was ... Om weer wat op te warmen en eerder dan gepland terug naar het restaurant om te lunchen. De patatten en de kroketten smaakten ons allen goed.

En ja hoor, daar was hij dan eindelijk, de zon ... opgewarmd en met gevulde magen de middag in. Lekker wandelen en genieten nu van de dieren en op ons gemak nu alles lekker kunnen bekijken zonder regen. De tijgers lieten zich van hun beste kant zien waar menige cliënt erg van genoot. Erg indrukwekkend die grote katten werd er gezegd.

De giraffen kwamen ook ons begroeten. Al met al was het een zeer geslaagde dag, rond 15.30 uur was een ieder moe maar voldaan weer in de Koperhorst. Inmiddels worden er alweer nieuwe plannen gesmeed voor een volgend uitje.

**Het Ekster Echtpaar.** (vervolg H.Bakker 415)

Dagenlang had Zij de eieren warm gehouden  
Voorzichtig en met liefde toegedekt  
Ik ben stijf, afgefallen is mijn lijf  
Het wordt tijd dat jij een aantal dagen  
zonder vragen, het van mij overneemt  
dan kan ik ook eens weer genieten  
van een vrije vleugelslag.

Je verzorging was goed, geen enkele klacht  
Maar samen kinderen groot brengen  
Is samen werken , samen zorgen  
Voor vandaag maar ook voor morgen  
Dat is afgesproken zij Hij.  
Ik ga zitten en JIJ bent vrij.  
Maar let wel op mijn eten  
Dat moet zijn van goede kwaliteit  
En natuurlijk stipt op tijd.

Je hebt het maar voor het zeggen.  
Maar wie heeft de eitjes mogen leggen ?  
Juist mijn brave man ,dat was ik Je Vrouw  
En het is dat ik van je hou.  
Maar doe je plicht en ga zitten  
en hou op met dat fitten  
Wij wisselen van beurt om en om op het nest.  
Dus doe, je best,!  
Enkele dagen later geschreeuw en getier  
Kom een kijken kom eens hier !  
*Zie je die kleine kopjes die kleine snaveltjes ?*  
Daar uit die eitjes ? t, zijn toch dotjes.

*Samen genoten ze van dat wonder.t* ,Was toch heel bijzonder.  
Vier jonge ekstertjes .lang gewacht  
Nu samen zorgen voor dit nageslacht

\*\*\*\*\*

Toelichting; Eksters blijven hun leven lang bij elkaar, ze hebben 1 x per jaar een broedsel.

De jongen komen na ongeveer 18 dagen uit het ei, zijn blind en hulpeloos.

*Na 3 weken verlaten ze het nest ,de vleugels zijn na 1 jaar volledig, bij het uitkomen wegen ze 7 gram en na 3 weken 180 gram. Bijzonder dat het jong dat het eerste is het brutaalst is*

\*\*\*\*\*

EN ZEKER ALS HET EEN VROUWTJE IS



## ***“Uit het leven gegrepen”***

In “Het Bijblijvertje” van vorige maand, las ik het stukje van de directie over het **“Project Psychofarmaca, beter af met minder”**. In mijn werk kom ik regelmatig mensen tegen die deze medicijnen gebruiken. Zo ook met mevrouw Van Rood. Ik kwam op de afdeling kleinschalig wonen en zag haar in de stoel zitten. Stil, geen interesse in de mensen, heel boos en ze wilde niets. Ik vroeg aan de zorg naar haar gemoedstoestand. De zorg gaf mij ook het telefoonnummer van haar contactpersoon en ‘s avonds heb ik haar dochter gebeld. De familie was verdrietig, dit is hun moeder niet meer. Ze gaan al wat minder vaak op bezoek. Ze zit de hele dag, ze zegt niets en kijkt ons alleen maar boos aan. En als ze iets zegt, komt dit met een schreeuw naar buiten. Hier slikt ze medicijnen voor. Daarbij heeft ze ook nog eens hele dikke benen van het vocht. Wat een triest verhaal, zowel voor mevrouw Van Rood als voor haar familie. Zij vroeg wat ik voor haar moeder zou kunnen betekenen. Mijn basis is de ontspannen voetmassage, hierdoor produceer je oxytocine ook wel “knuffelhormoon” genoemd. De mensen zie je tijdens de massage ontspannen. Ik leg haar uit dat op de voetzool diverse zones in verbinding staan met de organen. Druk ik midden onder de voet dan stimuleer ik de darmen. Druk ik over de bal van de voet dan stimuleer ik de longen. Druk ik iets lager dan stimuleer ik de nier met als gevolg dat na een aantal massages het vocht in de benen af neemt. Ik hoor de klachten aan en kan dan in combinatie met een ontspannen voetmassage een zone extra aandacht geven. Ik masseer graag 1 op 1 in een rustige ruimte. Ik doe dit ook met mevrouw Van Rood. Zij heeft inmiddels het vertrouwen dat ze alles tegen mij kan zeggen. Zo zat ze een keer in mijn salon tijdens de massage te kokhalzen. Ik schrok en vroeg wat er aan de hand was. Ze spuugde een pil uit in haar hand. “Bah”, zei ze. “Ik vind dit zo vies, ik krijg allemaal troep te slikken”. In overleg met de arts, zorg en de familie is de medicatie voorzichtig verminderd. Ik masseer haar nu al weer 2 jaar om de 2 weken. Antidepressiva en plastabletten slikt zij niet meer. Het is elke keer weer gezellig als ze komt en haar benen blijven door de massage slank. De familie neemt haar weer mee met familie etentjes en soms een dagje uit. Ze geniet er weer van. Ik ging haar laatst weer ophalen voor een heerlijke ontspannen massage. Ze was boos op de dames van de zorg. In mijn salon vroeg ik aan haar wat er aan de hand was. “Ik weet niet meer wat er is, maar ik ben heel boos”, zei ze. Ze liep rood aan en begon hevig te hoesten. Dat klonk niet best en ik gaf haar wat water. Toen ze wat rustiger werd ging ik verder met masseren. Ik bracht haar na de massage naar de afdeling en vroeg aan de zorg waarom mevrouw Van Rood zo boos is. Dit is lastig, ze heeft longontsteking en wil haar antibiotica niet. Tja, mevrouw Van Rood, nu is het “wel” nodig dat u een pilletje slikt.

***Voetreflexzone massage therapist***

***Inge Waardenburg***



## GENIETEN VAN DE HERFSTKLEUREN

Om gelijk maar een misverstand uit de weg te ruimen, de onderstaande uitnodiging gaat niet over de schoonheid van het najaar.

De herfst is duidelijk merkbaar o.a. in de kleurenschat van bomen en struiken.

Veelkleurigheid is ook van toepassing op het tweemaandelijks zang – en luisteruurtje dat we eind deze maand organiseren in de recreatieruimte van ons zorgcentrum.

We zingen een aantal oude vertrouwde liederen en gezangen uit het nieuwe liedboek.

De meeste bewoners zijn bekend met de zondagavonden die we geregeld organiseren. Voor nieuwe bewoners een kort overzicht.

We zingen op **zondagavond 29 oktober** een achttal geestelijke liederen.

Dit keer hebben we gekozen voor liederen die de grootheid van onze Schepper en de veelkleurigheid van de schepping vertolken.

We onderbreken het programma – dat in regel een klein uur duurt – tweemaal voor een muzikaal intermezzo. Dan kan de stem even tot rust komen. Naar een passende invulling van het tussenspel zijn we nog op zoek.

Halverwege het programma luisteren we naar een korte overdenking. Mevrouw Bertha Kruizinga zal die verzorgen.

Bertha is pastoraal medewerkster in een zorgcentrum elders in de stad.

We beginnen om kwart voor acht. Na de samenkomst schenken we een kopje koffie of thee. Dat biedt een mooie gelegenheid een praatje te maken met buurtbewoners die met ons mee komen zingen.

We zien uit naar uw komst! Van den Enden.



Mw. Gantevoort honderd jaar

Mw. Gantevoort vierde op 20 september haar honderdste verjaardag op afdeling de Heidevlinder, waar zij woont. Deze bijzondere leeftijd mocht uiteraard niet ongemerkt voorbijgaan. 's Morgens was er taart en bezoek van familie en medewerkers. En 's middags kwam burgemeester Bolsius op bezoek. Alles bij elkaar was het een gezellige dag.



Hallo, wij zijn Kicky, Anouska en Ashley wij beginnen dit jaar aan de opleiding helpende. Met veel frisse moed gaan we er tegen aan!  
Ik ben Kicky en ben 30 jaar, ik woon in Amersfoort. Ik heb gekozen voor deze opleiding, omdat via vrijwilligerswerk erachter ben gekomen dat ik het werken met ouderen heel leuk vind.  
Ik ben Anouska, 19 jaar. Waarom ik deze opleiding wil doen, omdat ik graag verder wil studeren voor verpleegkundige.  
Ik ben Ashley en ik ben 18 jaar. Waarom ik deze opleiding heb gekozen is, omdat ik graag zou willen door studeren in de zorg.  
Wij hopen de komende jaren op een goede samenwerking!

Groetjes van Kicky, Anouska en Ashley

Hallo, wij zijn Soraya Bouyambib en Sascha van de Wakker.  
Wij zijn 16 en 18 jaar, wonen beide in Amersfoort en beginnen dit jaar enthousiast aan de opleiding helpende zorg binnen de Koperhorst. Jullie kunnen ons de eerste periode tegenkomen bij de receptie en op etage 6 grootschalig. Soraya wil hierna uitgroeien tot kinderverpleegkundige en Sascha gaat hierna ook doorstuderen maar weet nog niet goed welke kant zij op wilt. Wij hopen op een leerzame en gezellige tijd bij de Koperhorst.

Met vriendelijke groet,  
Soraya Bouyambib en Sascha van de Wakker

Hoi,  
Wij zijn Kumari, Gerwin en Anneli.  
Wij doen hier de opleiding zorg en welzijn helpende niveau 2.  
Ik ben Kumari: Ik ben 16 jaar, ik kom uit Soest.  
Ik sport graag, en spreek af met vrienden in mijn vrije tijd.  
In de toekomst wil ik graag verpleegkundige worden, deze opleiding gebruik ik om verder te komen.  
Ik ben Gerwin: ik ben 25 jaar.  
Ik hou van hardlopen, in mijn vrije tijd vind ik het leuk om naar de bioscoop te gaan, en om een biertje te drinken.  
In de toekomst wil ik ook graag verpleegkundige worden en deze opleiding gebruik ik om verder te komen.  
Anneli: Ik ben 21 jaar.  
In mijn vrije tijd wandel ik graag met mijn honden.  
Ik hou ervan om uit te gaan met vrienden, of om een terrasje te pakken.  
Ik wil later in de zorg gaan werken.

Wij hopen op een fijne samenwerking!

Hallo wij zijn Alex en Fleur en wij gaan de opleiding helpende zorg en welzijn niveau 2 doen. Wij volgen deze opleiding intern in de Koperhorst. Dat betekent dat wij de lessen hier in de Koperhorst doen en wij gaan op verschillende afdelingen werkervaring opdoen.

Ik ben Alex en ben 21 jaar oud. Ik woon in Bunschoten op kamers en dit bevalt me prima. Mijn hobby's zijn koken, vrienden afspreken, film kijken en lekker lang in bed blijven liggen. Daarnaast heb ik nog goed contact met mijn ouders en heb ik een broertje en een broer. Ik hoop hierbij graag mijn diploma te behalen en wil graag verder studeren. Ik wil graag pedagogisch medewerker worden omdat het me heel erg leuk lijkt. Ik heb veel zin in om deze opleiding te starten.

Ik ben Fleur en ben 16 jaar oud. Ik woon in Amersfoort samen met mijn moeder. Mijn hobby's zijn naar de bioscoop gaan, steden bezoeken, met vriendinnen terrasjes pakken en met familie leuke dingen doen. Ik heb mijn middelbare school diploma gehaald en wil voor deze opleiding ook graag mijn diploma halen. Later wil ik graag verder studeren voor verloskundige omdat ik het leuk vind om met baby's te werken en de moeders graag te helpen (vaders ook). Het lijkt me erg leuk om hier te starten om in de Koperhorst een begin te maken.

Groetjes Alex en Fleur.



# Terugblik september

**12 september**

## **Dierentuin grootschalig wonen 4**

De bewoners van grootschalig wonen 4 hebben een geweldige dag in de dierentuin gehad. Ondanks de regen was het genieten. Een leuk uitje met medewerkers en vrijwilligers van de Koperhorst.



**13 september**

## **Spoorwegmuseum Utrecht**

Vrijwilliger Gerrit heeft met 7 bewoners van de Koperhorst het spoorwegmuseum bezocht. Er was genoeg te doen en te zien.



**18 september**

## **Shanty koor Krakend Tuig**

Het was een groot feest met vrolijke liedjes. Er werd volop meegezongen en gedanst. Het was een leuke midda



# Activiteiten Oktober

De komende maand is er weer van alles te beleven in de Koperhorst. Om te beginnen vindt op woensdag 12 oktober de jaarlijkse bonte avond plaats. De aanmeldingen stromen binnen, en ik kan alvast verklappen dat het een echte bonte avond gaat worden. Er zal een diversiteit van acts ten tonele komen. Soms met een lach en soms met een traan. We hopen dat u met velen zult komen.

Op dinsdag 17 oktober zal het Zora dag zijn in de Koperhorst. U zult Zora, de zorgrobot vast wel eens voorbij hebben zien komen. Zora woont nu twee jaar in de Koperhorst en wordt regelmatig ingezet op de verschillende afdelingen voor activiteiten. Op de Zora dag zal de activiteitenbegeleiding een groot deel van de dag in de ontmoetingsruimte zitten met Zora. We zullen laten zien wat Zora kan, en wat ze er allemaal heeft bijgeleerd de afgelopen jaren. Er is ruimte voor vragen en uitleg.

Team activiteiten.



## Zondag 1 oktober

10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte  
14:30 uur: Zondagmiddagcafé



## Maandag 2 oktober

10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte  
Koersbal in de bezinningsruimte voor kleinschalig wonen  
Biljarten in het café  
**14:00 uur: Repaircafé**  
14:30 uur: Café  
Schaakclub, canasta, jokeren in het café  
15:00 uur: Gymnastiek voor de minder mobiele cliënten  
in de bezinningsruimte



## Dinsdag 3 oktober

10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte  
Repetitie Koperhorst koor in de bezinningsruimte  
14:30 uur: Varia in de ontmoetingsruimte: **puzzels en spelletjes**  
Café  
Biljarten in het café  
19:00 uur: Koffie drinken



## Woensdag 4 oktober, *dierendag*

9:30 uur: Sjoelen in de ontmoetingsruimte  
10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte  
Bloemenman in de hal  
14:00 uur: Schildersgroep in de activiteitenruimte,  
opgeven voor deelname bij de activiteitenbegeleiding  
Handwerken in de caféhoek  
14:30 uur: Café  
15:00 uur: Gymnastiek in de bezinningsruimte voor mobiele cliënten  
16:30 uur: Eucharistieviering in de bezinningsruimte  
**19:30 uur: Bingo in de ontmoetingsruimte**



## Donderdag 5 oktober

10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte  
Pianospel in de ontmoetingsruimte

**Verkoopochtend in de hal: bedeltjes voor het goede doel**

10:30 uur: Bewegen op muziek voor groepswonen  
in de bezinningsruimte

14:00 uur: Biljarten in het café

14:30 uur: Creatieve middag in de ontmoetingsruimte: **herfstkaart**  
Café

19:00 uur: Koffie drinken in de hal



## Vrijdag 6 oktober

10:00 uur: Koersbal in de bezinningsruimte  
Koffie drinken in de ontmoetingsruimte  
Biljarten in het café

13:30 uur: Klaverjassen in de ontmoetingsruimte

14:30 uur: Vrijdagmiddagcafé

15:30 uur: Tapasbar



## Zaterdag 7 oktober

10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte

14:30 uur: Zaterdagmiddagcafé

16.30 uur: Katholieke viering in de bezinningsruimte  
met aansluitend koffiedrinken



## Zondag 8 oktober

10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte

14:30 uur: Zondagmiddagcafé



## Maandag 9 oktober

10:00 uur: Koersbal in de bezinningsruimte voor kleinschalig wonen

**Verkoopochtend in de hal: honing e.d. van een imker**

Koffie drinken in de ontmoetingsruimte

Biljarten in het café

14:30 uur: Café

Schaakclub, canasta, jokeren in het café

15:00 uur: Gymnastiek voor de minder mobiele cliënten  
in de bezinningsruimte



## Dinsdag 10 oktober



- 10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte  
Repetitie Koperhorst koor in de bezinningsruimte  
14:30 uur: Varia in de ontmoetingsruimte: **rode koffer**  
Café  
Biljarten in het café  
19:00 uur: Koffie drinken

## Woensdag 11 oktober

- 9:30 uur: Sjoelen in de ontmoetingsruimte  
10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte  
Bloemenman in de hal  
14:00 uur: Handwerken in de caféhoek  
Schildersgroep in de activiteitenruimte,  
opgeven voor deelname bij de activiteitenbegeleiding  
14:30 uur: Café  
15:00 uur: Gymnastiek in de bezinningsruimte voor mobiele cliënten  
16:30 uur: Eucharistieviering in de bezinningsruimte



## Donderdag 12 oktober

- 10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte  
**Verkoopochtend in de hal: Rode kruis**  
10:30 uur: Bewegen op muziek voor groepswonen  
in de bezinningsruimte  
14:00 uur: Biljarten in het café  
14:30 uur: Café  
Creatieve middag in de ontmoetingsruimte: **koksmuts**  
19:00 uur: Koffie drinken in de hal  
**19:30 uur: Bonte avond in de ontmoetingsruimte**



## Vrijdag 13 oktober

- 10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte  
Koersbal in de bezinningsruimte  
Biljarten in het café  
13:30 uur: Klaverjassen in de ontmoetingsruimte  
14:30 uur: Vrijdagmiddagcafé  
15:30 uur: Tapasbar



## Zaterdag 14 oktober

- 10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte
- 14:30 uur: Zaterdagmiddagcafé
- 16.30 uur: Protestante viering in de bezinningsruimte met aansluitend koffiedrinken



## Zondag 15 oktober

- 10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte
- 14:30 uur: Zondagmiddagcafé



## Maandag 16 oktober

- 10:00 uur: Koersbal in de bezinningsruimte voor kleinschalig wonen  
Koffie drinken in de ontmoetingsruimte  
Biljarten in het café
- 14:30 uur: Schaakclub, canasta, jokeren in het café  
**Optreden in de zaal: Marinus Magic**  
Café
- 15:00 uur: Gymnastiek in de bezinningsruimte voor minder mobiele cliënten



## Dinsdag 17 oktober

- 10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte  
Repetitie Koperhorst koor in de bezinningsruimte
- 14:30 uur: Varia in de ontmoetingsruimte: **kleine bingo**  
Café  
Biljarten in het café
- 19:00 uur: Koffie drinken



## Woensdag 18 oktober

- 9:30 uur: Sjoelen in de ontmoetingsruimte
- 10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte  
Bloemenman in de hal
- 14:00 uur: Handwerken in de caféhoek  
Schildersgroep in de activiteitenruimte, opgeven voor deelname bij de activiteitenbegeleiding
- 14:30 uur: Café
- 15:00 uur: Gymnastiek in de bezinningsruimte voor mobiele cliënten
- 16:30 uur: Eucharistieviering in de bezinningsruimte



## Donderdag 19 oktober

10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte

Pianospel in de ontmoetingsruimte

10:30 uur: Bewegen op muziek voor groepswonen  
in de bezinningsruimte

14:00 uur: Biljarten in het café

14:30 uur: Café

Creatieve middag in de ontmoetingsruimte: **zeepompje**

**15:00 uur: Verkoop lekker hapje voor 1 euro in de caféhoek**

19:00 uur: Koffie drinken in de hal



## Vrijdag 20 oktober

10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte

Koersbal in de bezinningsruimte

Biljarten in het café

**10:15 uur: Voorleesochtend in de personeelsruimte**

13:30 uur: Klaverjassen in de ontmoetingsruimte

14:30 uur: Vrijdagmiddagcafé

15:30 uur: Tapasbar



## Zaterdag 21 oktober

10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte

14:30 uur: Zaterdagmiddagcafé

16.30 uur: Katholieke viering in de bezinningsruimte  
met aansluitend koffiedrinken



## Zondag 22 oktober

10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte

14:30 uur: Zondagmiddagcafé



## Maandag 23 oktober

- 10:00 uur: Koersbal in de bezinningsruimte voor kleinschalig wonen  
Koffie drinken in de ontmoetingsruimte  
Biljarten in het café
- 14:30 uur: Café  
Schaakclub, canasta, jokeren in het café



## Dinsdag 24 oktober

- 10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte  
Repetitie Koperhorst koor in de bezinningsruimte
- 14:30 uur: Varia in de ontmoetingsruimte: **puzzels en spelletjes**  
Café  
Biljarten in het café
- 19:00 uur: Koffie drinken

## Woensdag 25 oktober

- 9:30 uur: Sjoelen in de ontmoetingsruimte
- 10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte  
Bloemenman in de hal
- 14:00 uur: Handwerken in de caféhoek  
Schildersgroep in de activiteitenruimte,  
opgeven voor deelname bij de activiteitenbegeleiding
- 14:30 uur: Café
- 16:30 uur: Eucharistieviering in de bezinningsruimte
- 17:00 uur: Sterrendiner in de ontmoetingsruimte**



## Donderdag 26 oktober

- 10:00 uur: **Optiek Stoffer in de hal**  
Koffie drinken in de ontmoetingsruimte
- 10:30 uur: Bewegen op muziek voor groepswonen  
in de bezinningsruimte
- 14:00 uur: Biljarten in het café
- 14:30 uur: Café  
Creatieve middag in de ontmoetingsruimte: **bloemschikken**  
**€ 4,50 bijdrage voor de materiaalkosten. Wij vragen u zelf een bakje mee te nemen.** *Voor cliënten is deze activiteit op de materiaalkosten na gratis. Bezoekers van buitenaf betalen € 2,60 exclusief materiaalkosten*
- 19:00 uur: Koffie drinken in de hal



## Vrijdag 27 oktober

- 10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte
- Koersbal in de bezinningsruimte
- Biljarten in het café
- 13:30 uur: Klaverjassen in de ontmoetingsruimte
- 14:30 uur: Vrijdagmiddagcafé
- 15:30 uur: Tapasbar



## Zaterdag 28 oktober

- 10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte
- 14:30 uur: Zaterdagmiddagcafé
- 16.30 uur: Protestante viering in de bezinningsruimte met aansluitend koffiedrinken



## Zondag 29 oktober

- 10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte
- 14:30 uur: Zondagmiddagcafé
- 19:45 uur: Samenzangavond in de ontmoetingsruimte**



## Maandag 30 oktober

- 10:00 uur: Koersbal in de bezinningsruimte voor kleinschalig wonen
- Koffie drinken in de ontmoetingsruimte
- Biljarten in het café
- 14:30 uur: Café
- Schaakclub, canasta, jokeren in het café
- 15:00 uur: Gymnastiek in de bezinningsruimte voor minder mobiele cliënten



## Dinsdag 31 oktober

- 10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte
- Repetitie Koperhorst koor in de bezinningsruimte
- 14:30 uur: Varia in de ontmoetingsruimte: **rode koffer**
- Café
- Biljarten in het café



## Prijzen Koperhorst activiteiten

- Gasten van cliënten en/of wijkbewoners, dienen bij bezoek van activiteiten te betalen voor een geldig toegangsbewijs. Zie onderstaand schema.
- Cliënten die gebruik maken van de activiteiten betalen geen entree (bij verzorgingshuistarief/servicekosten inbegrepen). Enkele uitzonderingen, zie schema.
- Tenzij anders vermeld zijn koffie en thee bij de entreprijzen inbegrepen.

| <b>Activiteit:</b>             | <b>Entree gasten:</b>                                   | <b>Entree cliënten:</b>                                             |
|--------------------------------|---------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|
| Bingo                          | € 5,10<br>(inclusief 1 bingo kaart)                     | € 2,60 per bingokaart                                               |
| Voorstellingen                 | € 5,10                                                  | gratis                                                              |
| Sjoelen                        | € 1,55                                                  | gratis                                                              |
| Handwerken                     | € 1,55                                                  | gratis                                                              |
| Creatieve middag               | variabele<br>materiaalkosten bij b.v.<br>bloemschikken. | gratis +<br>variabele<br>materiaalkosten bij b.v.<br>bloemschikken. |
| Variamiddag                    | €1,55                                                   | Gratis + €1,55 als er<br>bingo is                                   |
| Gymnastiek                     | € 2,60                                                  | gratis                                                              |
| Oefenochtend<br>Koperhorstkoor | € 2,60                                                  | gratis                                                              |
| Bakclub                        | €3,60                                                   | €3,60                                                               |
| Schilderen                     | €2,60 + evt. variabele<br>materiaalkosten               | €2,60                                                               |
| Koffieochtend                  | Gratis                                                  | gratis                                                              |
| Kerkelijke vieringen           | Gratis                                                  | gratis                                                              |
| Middagcafé                     | gratis excl. dranken                                    | gratis excl. dranken                                                |
| Kookgroep                      | n.v.t.                                                  | € 6,05 excl. dranken                                                |
| Cursussen                      | variabel                                                | variabel                                                            |
| Uitstapjes                     | variabel                                                | variabel                                                            |
| Schaken/dammen                 | € 0,55                                                  | gratis                                                              |
| Koersbal vrijdag               | € 0,55                                                  | gratis                                                              |
| Klaverjassen                   | € 0,55                                                  | gratis                                                              |
| Biljartclub                    | € 0,55                                                  | gratis                                                              |

## **Activiteiten**

Cliënten uit de Koperhorst betalen voor het merendeel van de aangeboden activiteiten niets, tenzij de Koperhorst er aanvullende kosten voor moet maken zoals bloemen voor het bloemenschikken, dagtochten, cursussen etc. Hiervoor worden de werkelijke kosten doorberekend.

## **Abonnement dierenpark Amersfoort**

Wij als Koperhorst hebben een abonnement op dierenpark Amersfoort. U kunt hier gebruik van maken als u dat wilt, samen met een begeleider/introducé.



Wat zijn de voorwaarden:

- Als cliënt van de Koperhorst betaalt u  6,50 per bezoek .
- Uw begeleider heeft gratis entree. Heeft u meer begeleiders bij u dan betalen zij  21,00 entree.
- Bij het binnengaan van het park dient u de abonnementspas te tonen aan de kassa.
- Wilt u hiervan gebruik maken, bij de receptie van de Koperhorst ligt de abonnementspas klaar. Reserveert u de pas bij de receptie om teleurstellingen te voorkomen.

## **Duofiets**

Sinds juni 2015 kunt u een elektrische duo-fiets huren voor  5,- per dag om samen met een kennis of een andere liefhebber een leuk fietstochtje te maken. Dit is gerealiseerd door Hooglandse Maatjes. Neemt u hiervoor contact op met Tilly Peet 033-4331800.



### **PRIJSLIJST MAALTIJDEN 2017**

|                                                                                                                                                                                                |   |         |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---------|
| Cliënten Senioren/ Service- en Zorgwoningen                                                                                                                                                    | : | € 5,60  |
| Bezorgtoeslag thuis                                                                                                                                                                            | : | € 0,55  |
| Wijkbewoners                                                                                                                                                                                   | : | € 5,60  |
| Sterrendiner flatbewoners incl. 2 drankjes                                                                                                                                                     | : | € 13,05 |
| Voor het verzorgingshuis geldt, bij afzegging reguliere warme maaltijd ontvangt u een waardebon en hoeft u slechts €7,55 bij te betalen, incl. 2 drankjes deze kunt u ophalen bij de receptie! |   |         |
| Sterrendiner vaste wijkbewoners incl. 2 drankjes                                                                                                                                               | : | € 13,05 |
| Sterrendiner wijk/familie/gasten incl. 2 drankjes                                                                                                                                              | : | € 18,05 |
| Gasten/losse maaltijd                                                                                                                                                                          | : | € 6,60  |
|                                                                                                                                                                                                |   |         |
| Feestmenu                                                                                                                                                                                      | : | € 17,65 |
| Diepvriesmaaltijd                                                                                                                                                                              | : | € 5,00  |

### **VITRAGE WASSEN IN HET VERZORGINGSHUIS**

Op verzoek van een cliënt kan een huishoudelijke medewerkster van de Koperhorst de vitrage wassen.

Kosten:

|                                                            |   |         |
|------------------------------------------------------------|---|---------|
| O Het wassen van de vitrage per kamer                      | : | € 22,65 |
| O Het wassen van een valletje per kamer                    | : | € 11,25 |
| Op verzoek kunnen wij uw bovenkleding laten wassen Kosten: |   |         |
| O Waskosten per maand                                      | : | € 59,20 |
| O Waskosten per wasmachine                                 | : | € 6,10  |

### **PRIJSLIJST CAFÉ 2017**

|                                      |   |        |
|--------------------------------------|---|--------|
| Frisdranken                          | : | € 0,65 |
| Tomatensap/Chocolademelk/Vruchtensap | : | € 0,90 |
| Sinaasappelsap vers                  | : | € 1,05 |
| Advocaat                             | : | € 1,35 |
| Bier                                 | : | € 1,15 |
| Wijn                                 | : | € 1,35 |
| Gedistilleerd                        | : | € 1,75 |

### **PRIJS ALARMERINGSMATERIALEN ZORG THUIS**

|                          |   |        |
|--------------------------|---|--------|
| Hals/polsalarm per maand | : | € 8,10 |
| Bewegingsmelder          | : | €21,15 |

### **TARIEF TECHNISCHE DIENST**

|                           |   |         |
|---------------------------|---|---------|
| Per 15 minuten (huurders) | : | € 9,10  |
| Extra per uur             | : | € 36,40 |

## **WILT U (MEER) ZORG ONTVANGEN**

Wilt u (meer) zorg ontvangen dan waar u volgens uw indicatie recht op heeft of wilt u zorg ontvangen zonder indicatie, dan bestaat de mogelijkheid deze via de Koperhorst in te kopen. U kunt dit met uw contactverzorgende of teamleider bespreken.

De kosten hiervoor bedragen per uur:

|   |                         |                                                        |
|---|-------------------------|--------------------------------------------------------|
| * | Persoonlijke verzorging | € 44,99                                                |
| * | Verpleging              | € 69,98                                                |
| * | Dagdeel Koperwiek       | € 35,15                                                |
| * | Huishoudelijke zorg     | € 17,55                                                |
| * | Logement Heerepoortje   | € 35,00 excl. zorgkosten en maaltijden € 10,- per dag. |
| * | Logeerkamer             | € 50,00 per nacht                                      |



## Overzicht voorzieningen en dienstverlening de Koperhorst

|                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|-----------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Administratie</b>              | Donderdag van 10.00 – 12.00 uur open voor geldopname, maximaal € 100,00 per opname<br><i>(alleen wanneer u niet op een andere manier kunt regelen om aan cash geld te komen aangezien de Koperhorst geen bank is)</i>                                               |
| <b>Batterijenbox</b>              | Voor het inleveren van uw batterijen<br>- begane grond, bij de folderhoek -                                                                                                                                                                                         |
| <b>Bibliotheek</b>                | Vrijwilliger aanwezig op maandag, woensdag en vrijdag van 10.00 – 11.30 uur voor hulp bij het lenen van uw boeken.<br>- begane grond, hal -                                                                                                                         |
| <b>Cliëntadviseur</b>             | Mevrouw M. Schalkwijk, telefonisch afspraak maken via: 033 – 472 62 14<br>Aanwezig:<br>Maandag: 8.30 - 15.00 uur<br>Dinsdag : 8.30 - 15.00 uur<br>Woensdag: 13.30 - 19.30 uur<br>Donderdag: 8.30 - 15.00 uur                                                        |
| <b>Coupeuse</b>                   | Reparatie- of veranderwerk van uw kleding:<br>Mw. v. d. Steen 033 – 475 31 17<br>Uw kleding wordt gehaald en teruggebracht                                                                                                                                          |
| <b>Diëtisten Midden Nederland</b> | Laura Hilhorst te bereiken op<br>06 - 27 54 46 21<br>Fax: 033 - 533 63 94 <a href="http://www.dietistenmn.nl">www.dietistenmn.nl</a>                                                                                                                                |
| <b>Fysiotherapie.</b>             | Elke dag is Wout van den Bedem (fysiotherapeut van het MTC) in de Koperhorst aanwezig.<br>Indien behandeling gewenst is (met of zonder verwijzing) dan kunt u dat aan de receptie of de verzorging doorgeven. Wout zal dan contact met u opnemen voor een afspraak. |
| <b>Glasbakken</b>                 | A.u.b. glas <u>NIET</u> in de vuilnisbakken maar in de glasbakken, in de bergkast op de afdelingen verzorging.                                                                                                                                                      |

|                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Helpdesk automatisering</b>                       | Aanwezig alleen op afspraak via de activiteitenbegeleiding<br>– in de hal –                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| <b>Identiteitskaart maken</b>                        | Als u echt niet meer in staat bent om naar het gemeentehuis te gaan dan kunt u een identiteitskaart aan huis in orde maken. Belt u dan het gemeentehuis telefoonnr. 14033.<br>Maken van pasfoto's aan huis :<br>Ronald Kersten 06 – 51 40 36 57                                                                                                               |
| <b>Kapsalon Silvester</b><br>(dames- en herenkapper) | Donderdag van 8.30 uur tot 17.00 uur<br>Gaarne een afspraak maken via de receptie<br>- kapsalon, parterre –                                                                                                                                                                                                                                                   |
| <b>Kerkdiensten</b>                                  | 1 <sup>e</sup> Zaterdag van de maand een heilige communiedienst, om 16.30 uur.<br>2 <sup>e</sup> Zaterdag van de maand een protestantse kerkdienst om 16.30 uur.<br>3 <sup>e</sup> Zaterdag van de maand een eucharistieviering om 16.30 uur.<br>4 <sup>e</sup> Zaterdag van de maand een protestantse kerkdienst om 16.30 uur.<br>- in de bezinningsruimte - |
| <b>Keuken</b>                                        | U kunt wanneer u iemand van de keuken wenst te spreken zich wenden tot de receptie. Er zal dan iemand van de keuken naar u toe komen of er zal een afspraak met u worden gemaakt wanneer er een medewerker van de keuken beschikbaar is.                                                                                                                      |
| <b>MondZorgPlus<br/>Tandartspraktijk</b>             | Zalmweg 1-B<br>4941 VX Raamsdonksveer<br>Telefoon: 088 – 93 66 300<br>E-mail: <a href="mailto:info@mondzorgplus.nl">info@mondzorgplus.nl</a><br>Aanwezig op afspraak                                                                                                                                                                                          |

|                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                         |
|-----------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Opticien</b>                                                             | Om de 6 weken is de Firma Stoffer Optiek in huis van 10.00 – 12.00 uur<br>- in de hal –<br>U kunt ook bellen voor een afspraak<br>06 – 38 82 72 35                                                                                                      |
| <b>Orthopedische schoentechniek</b>                                         | Hanssen footcare 033 - 456 02 62<br>U kunt bellen om een afspraak te maken.                                                                                                                                                                             |
| <b>Oud papier</b>                                                           | Inleveren iedere woensdagmorgen (voor 13.00 uur) - in de hal -                                                                                                                                                                                          |
| <b>Pedicure</b><br>(Regina Gemke)<br>(Petra de Groot)<br>(Hennie v.d. Bunt) | Maandag, woensdag en vrijdag.<br>Aanwezig op maandag<br>Aanwezig op woensdag<br>Aanwezig op vrijdag<br>Gaarne een afspraak maken via de receptie<br>- kapsalon/pedicure, parterre -                                                                     |
| <b>Radio-uitzendingen</b><br>(de Golfbreker)                                | “Verzoekprogramma “De Koperwiek” (87.6 mhz).<br>- Vrijdag van 16.00 uur tot 17.00 uur:<br>De Koperwiek<br>- Maandag van 16.00 uur tot 17.00 uur:<br>De Koperwiek herhaling                                                                              |
| <b>Receptie</b>                                                             | Dagelijks bemand van 7.30 uur tot 22.00 uur                                                                                                                                                                                                             |
| <b>Restaurant</b><br>(de Koperhorst)                                        | Dagelijks bent u welkom vanaf 12.00 uur.<br>Een 3-gangen diner kost u € 5,60 u kunt alleen contactloos of met uw pinpas pinnen, contant betalen is niet meer mogelijk.<br>Voor gasten uit de wijk of van familie zijn de kosten van een maaltijd € 6,60 |
| <b>Schoonheidsspecialiste</b>                                               | Aanwezig op dinsdag<br>Gaarne een afspraak maken via mobiele nummer 06 – 47 95 61 72<br>- kapsalon/pedicure, parterre -                                                                                                                                 |

**Tandtechnisch  
laboratorium  
Primi Dentes**

De specialist voor uw kunstgebit!  
Waarvoor kunt u bij ons terecht?  
Vernieuwing van uw kunstgebit  
Kunstgebit op implantaten (klikgebit)  
Correcties van het kunstgebit

Vrijblijvend advies,  
voorlichting over verzorging  
Wij helpen u graag! U kunt ons telefonisch  
bereiken via 06 - 42 10 03 27 of  
026 - 848 48 87  
Email: [primidentes@gmail.com](mailto:primidentes@gmail.com)

**Technische dienst**

Reparaties opgeven via receptie

**Trombosedienst**

Dinsdag- en donderdagochtend  
- 8.15 uur - 9.00 uur in de hal -

**Verjaardag/feesten**

U kunt bij ons ook uw feestje organiseren,  
voor reserveringen en vragen kunt u terecht  
bij de huishouding parterre

**Veilig thuis/  
Ouderenmishandeling**

Voor hulp en advies kunt u contact  
opnemen met het steunpunt Veilig Thuis,  
bereikbaar via telefoonnummer  
0800-2000

**Vertrouwenspersoon**

Mevrouw Overberg is de vertrouwenspersoon  
in de Koperhorst. Zij is op maandag en  
woensdagochtend tijdens de koffie aanwezig.  
U kunt rechtstreeks in contact komen tijdens  
het koffiedrinken op de afdelingen of  
recreatiezaal. Daarnaast kunt u via de  
receptie een afspraak maken of een  
boodschap in het groene busje in de hal  
doen.

**Voetreflex-  
massage**

Inge Waardenburg

Aanwezig op dinsdag  
Afspraak maken via de receptie  
Van 8.00 uur – 12.00 uur  
's Middags is het mogelijk op uw kamer  
- kapsalonruimte, parterre -

**Vuilnis ophalen**

Woensdag vanaf 11.00 uur seniorenflat  
Vrijdag vanaf 11.00 uur serviceflat  
Alleen vuilnis, geen glas- of papierwerk  
(zie onder kop "Glasbakken" en "Oud papier")

**Wasserij t.b.v.  
het verzorgingshuis**

Maandag en donderdag wordt op alle afdelingen de vuile was opgehaald en op dinsdag en vrijdag schoon terug gebracht. Ook wasgoed kan gemerkt worden. Dinsdag meegenomen en vrijdags weer terug. Of vrijdag meegenomen en dinsdag terug.

**Winkel  
(De Kopershoek)**

Maandag t/m vrijdag geopend van:  
9.30 uur tot 15.30 uur.  
Zaterdag geopend van:  
9.30 uur tot 11.30 uur.  
- parterre -

**Wijkinloop**

Als wijkbewoner is het mogelijk om een dag of dagdeel mee te "liften" op de faciliteiten die de Koperhorst te bieden heeft. U moet dan denken aan twee activiteiten op een dag, de warme maaltijd en koffie en thee. Deze wijkinloop is mogelijk op werkdagen van 10.00 tot 16.00 uur en de kosten bedragen € 10,00 voor de hele dag. Voor een gedeelte van de dag bedragen de kosten € 7,50. Voor verdere informatie kunt u terecht bij de activiteitenbegeleiding.

**Oproep voor alle lezers van het Bijblijvertje :**

Wilt u het Bijblijvertje voortaan digitaal ontvangen, mailt u dan uw naam en emailadres naar [info@koperhorst.nl](mailto:info@koperhorst.nl) t.a.v. redactie Bijblijvertje.

Redactie van het Bijblijvertje

Ingrid Kramer en Renske Versteeg

U kunt kopij sturen naar [info@koperhorst.nl](mailto:info@koperhorst.nl)

of afgeven bij de receptie. Kopij inleverdatum: 26 oktober 2017