



de koperhorst

Het Bijblijvertje

MAART 2018

Paladijnenweg 275
3813 KA Amersfoort
033 472 62 14
Website: www.koperhorst.nl

BIJBLIJVERTJE

DRIEËNVEERTIGSTE JAARGANG NUMMER 3

UITGAVE MAART 2018

INHOUD:

Wat te doen bij brand

Van de directie

Hermeta – vervanging kozijnen / Pasen vieringen

Wijkmobiel

Petje af

Verkoop van de handwerkgroep

Herinnering aan

Zomertijd – Bloemen

Wandelroute de Koperhorst

Sterrendiner 28 maart

Terugblik februari

Activiteiten maart

Prijzen Koperhorst activiteiten

Abonnement dierentuin / Duofiets

Overzicht voorzieningen

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 verzorging 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

Voorjaar

Terwijl ik dit schrijf zijn de vooruitzichten dat het een hele koude week gaat worden met veel vorst, zelfs overdag. Er wordt al stiekem gedacht, zal er weer een keer een Elfstedentocht gereden kunnen worden?

Denkt het weer, ik mag niet onder doen voor schaats minnend Nederland, nu de olympische spelen afgelopen zijn, en kunnen we nu zelf allemaal gaan schaatsen?

En dat in de wetenschap dat het voorjaar er met rassen schreden aankomt. Overal zie je al bloeiende sneeuwkllokjes en krokussen. Het is ook alweer wat langer licht aan het worden.

In het laatste weekeinde van maart gaat ook de klok weer een uur vooruit! Dan krijgen we echt weer lange dagen en gaan we het voorjaar en de zomer weer tegemoet.

Rotonde

De rotonde is nu zo goed als klaar. Velen van u hebben de rotonde de afgelopen twee maanden langzamerhand zien veranderen. We hopen dat de rotonde voor de fietsers en auto's veiliger is geworden en er geen ongelukken meer gebeuren.

Met het aanpassen van de rotonde zijn ook de bushaltes verplaatst. de bus stopt nu niet meer op de Paladijnenweg, maar net om de hoek, aan de kant van onze tuin op de Holkerweg. Als u naar de rotonde loopt ziet u de bushokjes al staan. Het is iets verder dan voorheen, maar volgens de gemeente gaat het niet anders.

Vakantie met de Prins Willem Alexander

Van 12 tot en met 16 maart gaan er 55 bewoners, 31 medewerkers en vrijwilligers mee op vakantie met het schip de Prins Willem Alexander. De tocht gaat dit jaar vanuit Lelystad via Den Helder, Terschelling, Lemmer, Zutphen en komen in Arnhem weer aan. We wensen iedereen die meegaat een hele goede vaart, veel plezier en een behouden thuiskomst!

Open dag

De week van 12 tot en met 16 maart is uitgeroepen tot de Nationale Week van Zorg en Welzijn. Woensdag 14 maart is er een open dag voor mensen die in de Koperhorst willen komen wonen en of werken.

NLdoet

10 Maart is de landelijke dag van NLdoet. Vele vrijwilligers gaan dan iets gezelligs of iets nuttigs doen met / of voor mensen die daar niet aan toe komen of gewoon gezellig vinden. Nederland steekt dan, letterlijk, de handen uit de mouwen voor goede doelen.

Ook de Koperhorst wordt hierin niet vergeten! Vrijdag is er in het kader van NLdoet een optreden van de Muzidima's, 6 dames die een mooie muziekshow aan u voorschotelen.

Zaterdag 10 maart gaan een aantal vrijwilligers meehelpen met het inrichten van de boot. Ook daar zijn we heel blij mee. vele handen maken licht werk!

21 maart verkiezingen

Op woensdag 21 maart zijn er gemeenteraadsverkiezingen. Zoals altijd zal er een stembureau in de Koperhorst aanwezig zijn zodat u makkelijk kunt stemmen. Ik hoop dat velen van u daar ook gebruik van gaan maken. Uiteindelijk kiezen we 21 maart een gemeenteraad voor Amersfoort!

Om deel te kunnen nemen, dienen kiezers zich bij het stemlokaal te legitimeren met een **origineel** identiteitsdocument en een persoonlijke stempas. De stempassen worden nog verstuurd. Een ID-bewijs is een Nederlands paspoort, identiteitskaart of een rijbewijs. Zonder identiteitsbewijs kan er niet aan de stemming worden deelgenomen.

Serveren maaltijden

Reeds langer zijn we, binnen de Koperhorst aan het kijken wat nu de beste tijd is om een warme maaltijd te serveren. De afgelopen maanden is er onderzocht waar de voorkeur ligt. Hier kwam geen eensluidende keuze uit. Het enige wat duidelijk naar voren kwam is dat men op de afdelingen vindt dat de warme maaltijd nu te vroeg geserveerd wordt.

Daarom gaan er vanaf 2 april enkele veranderingen plaatsvinden omtrent het tijdstip van het serveren van de warme maaltijd.

Aan de bewoners die op de zorgafdelingen eten of de maaltijd thuisgebracht krijgen zal de warme maaltijd vanaf 12.45 uur geserveerd worden. Nu is dat rond 12.00 uur .

Het tijdstip van het middageten in het restaurant blijft onveranderd : tussen 12.00 uur en 13.30 uur bent u welkom.

Ook de mogelijkheid om een terug gekoelde maaltijd bezorgd te krijgen blijft gewoon bestaan.

Uiteraard zullen de maaltijden van dezelfde kwaliteit zijn van wat u gewend bent.

Wat echter nieuw is, dat er aan het einde van de middag tussen 16.30 uur en 18.00 uur voor bewoners en bezoekers in het restaurant soep en een eenpansgerecht zal worden geserveerd.

U kunt deze mogelijkheid zien als een extra tijdstip voor een (eenvoudige) warme maaltijd naast de warme maaltijd tussen de middag.

Mocht u nog vragen hebben, horen wij dit graag.

Robert Sakkers



Beweeg project, samen met MTC

Vanaf 1 maart 2018 slaan de Koperhorst en De Fysioclub van het MTC, een vooruitstrevende fysiotherapiepraktijk in Amersfoort, de handen ineen. Samen gaan wij werken aan een gezond en sterk Koperhorst. We willen de bewoners en de medewerkers ondersteunen in het behouden of verbeteren van kracht en conditie en/of lichamelijke beperkingen zoveel mogelijk voorkomen.

Wat gaan wij doen?

Vanaf 1 maart komt Iris van Breemen-Fischer, geriatrie-fysiotherapeut in opleiding, op de donderdagmiddag, op 3 verschillende afdelingen de bewoners, als ze dat willen, testen op kracht en conditie. Als blijkt dat er lichamelijke klachten zijn of kunnen ontstaan, gaan we samen met de bewoner een persoonlijk beweegplan maken om weer sterker en gezonder te worden.

Wout werkt ook bij het MTC en blijft de behandelende fysiotherapeut voor velen van u. Hij en Iris werken nauw met elkaar samen!



Ook de medewerkers krijgen een dergelijk ondersteuningsplan aangeboden, om samen met u sterk en mobiel te worden en blijven.

I.W.M. Vriens,
Bestuurder

Vervanging Kozijnen in de serviceflat en het verzorgingshuis

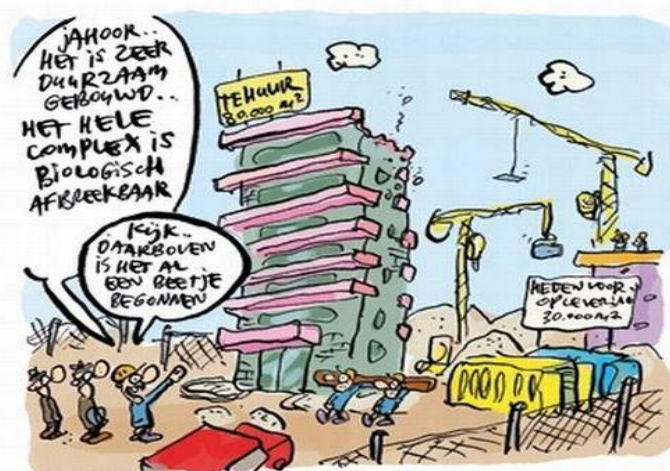
Het verzorgingshuis en de Service- en Zorgwoningen zijn gebouwd in 1977. Het wordt nu hoog tijd dat we het glas in uw ramen en deuren en de bijbehorende kozijnen gaan vervangen voor glas anno 2017. Dat is van een andere kwaliteit waardoor er minder tot geen warmte van binnen naar buiten lekt en de nieuwe kozijnen zijn tocht vrij. Dit is prettiger voor u, beter voor het milieu en de energierekening van de Koperhorst.

In de komende periode worden de gevels van de Koperhorst van het Verzorgingshuis en de Service- en Zorgwoningen daarom helemaal gerenoveerd. Medewerkers van Hermeta komen de kozijnen van uw woning inmeten, eruit halen en nieuwe plaatsen.

Al bijna 100 jaar is Hermeta actief op de Nederlandse markt. Van oudsher zijn ze producent van bouw- en meubelbeslag. De afgelopen decennia heeft het familiebedrijf uit Asperen een ware transformatie doorgemaakt en groeiden ze van een metaalbedrijf uit tot een innovatieve vooraanstaande partner in de keten met een interieurbouw-divisie en een gevelbouw-divisie. Hermeta denkt én doet vanuit het thema duurzaamheid.

Zij willen heel graag bij ons mooie, nieuwe gevels gaan maken. het plan is nu zo goed als klaar. In de aankomende weken worden de details van het plan verder uitgewerkt. Ze zijn de eerste voorbereidingen aan het treffen zoals het inmeten van de bestaande kozijnen. U herkent de mensen van Hermeta aan het witte veiligheidsvestje wat zij altijd zullen dragen met daarop de logo's van de Koperhorst en Hermeta.

Hermeta wil u hierbij uitnodigen om een wens te bedenken die wij voor u kunnen invullen. De wensboom biedt ruimte voor leuke wensen, zoals een fabrieksbezoek aan Hermeta om de productie van de nieuwe kozijnen te bekijken. Of een ervaring met een 3D-bril waarbij u direct een andere digitale wereld instapt, met de veiligheid van de Koperhorst om u heen.



Om u goed te kunnen informeren nodigen we de bewoners van Wonen met Zorg en de bewoners van de Service en Zorgwoningen uit op donderdag 5 april van 16.00 tot 17.30 uur of van 18.30 tot 20.00 uur in het restaurant. Zowel bewoners als familieleden zijn van harte welkom. Er zijn broodjes en soep aanwezig. U kunt zich opgeven bij de receptie.

Andreas Ververis, directeur Hermeta en Robert Sakkers, facilitair manager Koperhorst

Vieringen met Pasen 2018

*Witte Donderdag 29 maart,
aanvang: 16.30 uur in de bezinningsruimte*

Eucharistie met de Liturgie van Witte Donderdag met voorganger Pastor van der Borgh.

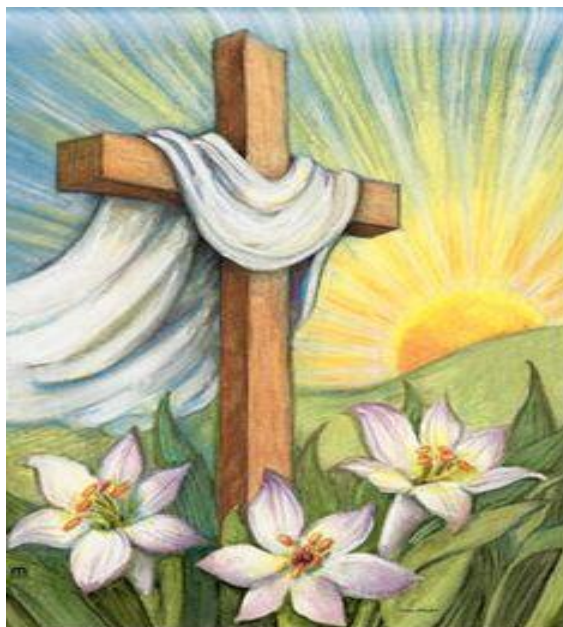
*Goede Vrijdag 30 maart,
aanvang 15.00 uur in de bezinningsruimte*

Kruisweg met voorganger Dominee B. Borger.

*Zaterdag 31 maart,
aanvang 16.30 uur in de recreatiezaal*

Paaswake met voorganger Diaken Frank Sieraal met aansluitend koffie met iets lekkers

Zondag 1 april, 1^e paasdag, zal er geen viering zijn.





Vanaf 1 maart is het mogelijk voor zowel bewoners als ouderen die in de wijk wonen gebruik te maken van de wijkmobiel. De wijkmobiel is een kleine elektrische auto die in de wijk Zielhorst en Schothorst gaat rijden om ouderen te vervoeren.

Hoe werkt het: Uiterlijk een dag van te voren reserveert u een rit via de telefoon of mail .

033-4763830 of reserveren@wijkmobiel.nl

(ma t/m vrij 13:00 tot 16:00)

De chauffeur brengt u van deur tot deur, dus geen lange stukken lopen. De rollator kan mee.

Kosten : **€2,00** per rit. Te voldoen per pin in de wijkmobiel
Ook kunt u bij de receptie een strippenkaart kopen.

Achter de receptie in het folderrek hangen flyers met alle informatie, en wilt u nog meer weten dan kunt u terecht bij ondergetekende.
Voorlopig rijdt de wijkmobiel op werkdagen van 9:00 tot 17:00 uur.
Mocht er veel vraag naar zijn, dan worden de tijden mogelijk verruimd.





Petje af voor Petje af

Petje af is een organisatie die 28 zondagen verdeeld over het jaar op een inspirerende wijze les geven aan kinderen van 10 t/m 14 jaar. De zondagen zijn verdeeld over blokken met verschillende thema's. Vandaag kregen de kinderen les in het vak journalistiek. In de les hadden de kinderen van een gastdocent achtergrondinformatie gekregen en vanmiddag kwamen de kinderen naar de Koperhorst om ouderen mensen te mogen interviewen. Voordat de leerlingen begonnen met de interviews werd hen verteld over het leven in een woon-zorgcentrum. De kinderen waren enthousiast en hadden veel vragen. De ouderen vonden het leuk om hun verhaal aan de leerlingen te vertellen. We willen ook de bewoners die ter plekke bereid waren om mee te doen en zelfs speciaal naar beneden kwamen hiervoor bedanken voor de medewerking. De kinderen hebben dankzij u een geweldige middag in de Koperhorst mogen beleven.



Verkoop van de handwerkgroep

Op **dinsdag 20 maart van 10.00 uur- 15.00 uur** houden wij weer een verkoop van onze artikelen, gemaakt door de bewoners van de Koperhorst.

We hebben mooie **mutsen, sjaals, handschoenen, sokken, stola's, kindertruitjes en kindervestjes en vooral ook erg leuke knuffels.** De opbrengst van de verkoop is voor de **Vrienden van de Koperhorst!** Wij hopen u bij onze kraam in de hal te ontmoeten. Namens de leiding van de handwerkgroep,
Rie van der Meer

Tweede mededeling van de handwerkgroep:

Aan de bewoners, vooral de dames, van de Koperhorst.

De **Handwerkgroep** op woensdagmiddag stond onder leiding van **Rie van der Meer** met assistentie van 4 andere dames.

Ik, Rie van der Meer, ga stoppen met dit werk.

Nu, na bijna 10 jaar, ga ik de breinaalden en de wol overdragen aan:

Frouke de Jonge. Zij zal na Pasen het werk van mij overnemen weer met de andere dames. Frouke loopt al enige weken met ons mee.

Ik heb het erg fijn gevonden om met u samen te werken.

Er zijn in die tijd mooie dingen gemaakt door u! En ik heb fijne gesprekken gehad en lieve contacten. Dat zal ik héél erg missen.

Ik wens u alle goeds in de toekomst en nog vele gezellige uurtjes de handwerkgroep.

Rie van der Meer.



Herinnering aan -----

Aan het einde van de tweede wereldoorlog hadden mensen behoefte aan ontspanning. Bevrijdingsfeesten waren schering en inslag. Zo ontstonden er buurtverenigingen die van alles organiseerden. Dansfeesten op straat met een goede band. Voor jongeren was er ook altijd iets te doen, films van Dik Trom en Pietje Bel, waren hoogtepunten.

ik was dertien jaar. Het Sinterklaasfeest werd gevierd in "De Valk". in de Valkestraat, een zijstraat van de Langestraat. Daar werden we ook voorzien van cadeautjes. Geen dure, maar wel bv. waardevolle spelletjes. Ik kan mij nog herinneren, dat ik een schaakspel kreeg. Geen houten bord met mooie schaakstenen maar een kartonnen bord met fiches met daarop afgebeeld de afbeeldingen van schaakstenen, zoals toren, paard etc. Wij kenden de spelregels niet, maar kwamen snel tot de ontdekking, dat het anders is dan dammen. We schaften een boekje aan voor de spelregels. Zo hebben we dat ons eigen gemaakt. Vrij snel kochten we een boek van Dr. Max Euwe, maar toen werden we ook ondergedompeld in technische schaaktermen, zoals Spaans gambiet. De interesse voor het schaakspel nam toe.

In Amersfoort vonden veel schaakontmoetingen plaats. Simultaan werd gespeeld door bekende schaakmeesters uit te nodigen, die dan hun ronde deden. Wij zochten dan een bord op om het spel te kunnen volgen. Zo raakten wij verknocht aan het schaakspel. In de zomer hadden we vakantie van school(grote vakantie heette dat). Op hete dagen verveelden wij ons wel eens en hingen dan lusteloos rond. Dan kwamen de schaakborden op tafel(lees op de stoep). Woningen werden omlijst door hagen en een hek. Met onze rug naar het hek toe zaten we bv. met zijn achten op rij te schaken. Later heb ik het mijn kinderen ook nog geleerd. De schaakstukken heb ik onlangs gegeven aan mijn kleinzoon met de gedachte dat hij er misschien ook eens aan toekomt. Kort geleden zag ik hem spelen met mijn zoon. Misschien gaat het nog eens een generatie verder. Zelf heb ik het voor de laatste keer gespeeld in Portugal met grote stukken die je op moet tillen om ze te verzetten. Misschien voor u een reden het weer eens op te pakken.

Frits Grabowsky.





*** ZOMERTIJD *** ZOMERTIJD ***ZOMERTIJD

In de nacht van 24 op 25 maart 2018
gaat de klok een uur vooruit
Het is weer zomertijd !!



Bloemen

U zal vast wel gezien hebben dat er bij de balie mooie bloemen staan.
Deze bloemen krijgen wij elke week gedoneerd van bloemist Bloomon.
Wij zijn zeer verheugd dat zij ons, de Koperhorst, elke week van verse
bloemen voorzien!



Wandelroute de Koperhorst

Even voorstellen

Ik ben Melvin Kramer een student van het ROC Midden Nederland en ik zit momenteel in het 4e jaar van de opleiding 'Sport en Bewegen'.

Als afstudeer project heb ik ervoor gekozen om de beweging bij ouderen in een verzorgingshuis te verbeteren doormiddel van het lopen van verschillende wandelroutes.

In die wandelroute zullen ook verschillende oefeningen gedaan worden, zodat u zich fitter mag voelen. De wandelroute zal voor bewoners zijn die kunnen lopen, maar ook voor bewoners die bijvoorbeeld in een rolstoel zitten of met een rollator lopen.

Er lopen ook verzorgers en studenten mee voor ondersteuning.

Op **donderdag 22 maart** zullen we de eerste twee wandelroutes gaan lopen. De ene route is 1 km lang en de andere route is 2 km lang. De routes starten en eindigen bij de Koperhorst.. We starten om 11:00 met lopen en zorgen dat we ongeveer om 12 uur terug zijn. De bewoners die zich voor 22 maart hebben opgegeven verwachten we om 10:45 in de hal bij de receptie.

Op de volgende data zullen de volgende wandelroutes worden gelopen:

Dinsdag 27 maart	2 kilometer	11:00	Verzamelen om 10:45
Donderdag 29 maart	3 kilometer	11:00	Verzamelen om 10:45
Dinsdag 3 april	2 kilometer	11:00	Verzamelen om 10:45

Wilt u ook graag meelopen met één of meerdere wandelroutes, dan kunt u zich hieronder opgeven.

Ik loop ook mee op (omcirkel de data):

- Dinsdag 27 maart
- Donderdag 29 maart
- Dinsdag 3 april

Naam:

Kamer/flat nummer:

Voor deelname kunt u dit formulier inleveren bij de receptie.



Gastvrijheid in de Koperhorst !

Houdt u van lekker eten en bent u 55+?

Op woensdag 28 maart 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) :

€ 13,50 voor cliënten van het verzorgingstehuis

(bij afzegging van de reguliere maaltijd ontvangt u een waardebon en hoeft u slechts € 7,75 bij te betalen)

€ 13,50 voor flatbewoners en vaste wijkbewoners

€ 18,50 voor wijkbewoners, familieleden en gasten



Restaurant open: 16.30 uur

Begin maaltijd: 17.00 uur

MENU

Amuse van gerookte paling

**

Romige pompoen-paprikasoep

**

Gevulde parelhoen, ratatouille en zoete aardappelpuree met hummus

Wafeltje met een bolletje vanille ijs en bosvruchten

Koffie met een lekkernijtje



Reserveren voor het sterrendiner kan tot 26 maart bij de receptie.

Wilt u dan ook uw eventuele dieetwensen doorgeven? Telefoon:

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

Terugblik februari

8 februari Carnaval

De Keuters en Neuzenvreugde

De avond werd gevuld met veel gezelligheid, optredens van de Keuters en een muzikale omlijsting van muziekvereniging Neuzenvreugde. De sfeer zat er goed in en de polonaise werd meerdere malen gelopen.



18 februari Valentijns activiteit

Baptistengemeente Amersfoort

Kinderen van de baptistengemeente kwamen zondagmorgen langs om plantjes uit te delen en de bewoners te verblijden met muziek. De bewoners werden in het zonnetje gezet en hebben genoten.



19 februari Optreden

The Dutch vocals

Peter en Anja waren maandagmiddag aanwezig om de bewoners van de Koperhorst te entertainen met Dorus & de Jantjes. Ook waren ze gekleed in Volendamse stijl. Er werd meegezongen uit volle borst. Het was een gezellig feest!



21 februari Optreden

Gedeelde smart

Het gezelligste koor uit Amersfoort heeft voor veel gezelligheid gezorgd op woensdagavond in de Koperhorst. Ze waren allemaal Mooi in het rood gekleed en hebben veel liedjes uit de oude doos gezongen en een paar medleys. We hebben een leuke avond gehad.



ACTIVITEITEN MAART

In de maart maand kunt u weer de maandelijkse terugkerende activiteiten verwachten zoals de grote bingo en het optreden op de derde maandagmiddag. Duo Nootmuskaat zal komen optreden in de Koperhorst en levensliedjes en anekdotes van vroeger met u ophalen.

Ook gaan wij 12 maart tot en met 16 maart varen met 50 bewoners met de Prins Willem Alexander door Nederland. Het jaarlijkse NL doet. De grootste vrijwilligersactie van Nederland vind plaats op 9 en 10 maart. Wij worden op 10 maart ondersteund door vrijwilligers via NL doet met het inrichten van de boot. De hulp vinden wij ontzettend fijn!

Op vrijdag 9 maart komen de Muzidima's optreden, ook in het kader van NL doet. Zij hebben een vrolijk repertoire en een hoog meezinggehalte!

Op donderdag 22 maart is er een wandelroute uitgezet door Melvin Kramer van het sportcollege. U kunt hier zich nog voor aanmelden bij de receptie en meelopen met de tocht. Zit in u in een rolstoel, ook dan is het zeker mogelijk.

De danslessen van Fabienne van Eldik worden nog twee keer gegeven, op donderdag 1 maart en donderdag 8 maart. Houdt u van dansen, muziek en samen zijn laat deze kans dan niet schieten. De activiteit is voor iedereen toegankelijk. Lopend, met de rollator of in een rolstoel. Iedereen kan mee doen!

In het overzicht staan de exacte tijdstippen overal vermeld, en houdt u ook de affiches in de gaten.

Welkom maart



Donderdag 1 maart

10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte

Verkoopochtend in de hal: van der Klooster, mode

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

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

15:00 uur: Dansles in de bezinningsruimte

19:00 uur: Koffie drinken in de hal



Vrijdag 2 maart

10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte

13:30 uur: Klaverjassen in de ontmoetingsruimte

14:30 uur: Café

15:30 uur: Tapasbar



Zaterdag 3 maart

10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte

14:30 uur: Café

16.30 uur: Katholieke viering in de bezinningsruimte met aansluitend koffiedrinken



Zondag 4 maart

10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte

14:30 uur: Café



Maandag 5 maart

10:00 uur: Koersbal voor groepswonen in de bezinningsruimte
Koffie drinken in de ontmoetingsruimte

14:00 uur: Repaircafé

14:30 uur: Schaakclub, canasta, jokeren in het café
Café

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

17:00 uur: Kookclub in de Hilt



Dinsdag 6 maart

10:00 uur: **Verkoopochtend in de hal: Dierenbescherming**

Koffie drinken in de ontmoetingsruimte

Repetitie Koperhorst koor in de bezinningsruimte

14:30 uur: Varia in de ontmoetingsruimte: **rode koffer**

Café

19:00 uur: Koffie drinken



Woensdag 7 maart

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

19:30 uur: Bingo in de ontmoetingsruimte



Donderdag 8 maart

10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte

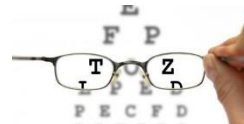
Optiek Stoffer in de hal

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

14:30 uur: Creatieve middag in de ontmoetingsruimte: **paasbord**

Café

19:00 uur: Koffie drinken in de hal



Vrijdag 9 maart

10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte

13:30 uur: Klaverjassen in de ontmoetingsruimte

14:30 uur: Café

Optreden voor NL doet:

'Muzidima's' in de ontmoetingsruimte

15:30 uur: Tapasbar



Zaterdag 10 maart

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



Zondag 11 maart

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



Maandag 12 maart

8:45 uur: Uitzwaaien bootvakantiegangers

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



Dinsdag 13 maart

- 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
19:00 uur: Koffie drinken



Woensdag 14 maart

10:00 tot 14:00 uur: open huis voor iedereen die belangstelling heeft

en vragen heeft over het wonen in de Koperhorst

- 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



Donderdag 15 maart

10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte

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

14:30 uur: Café

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

19:00 uur: Koffie drinken in de hal



Vrijdag 16 maart

10:00 uur: **Lezing over Jan Terlouw in de bezinningsruimte**

Koffie drinken in de ontmoetingsruimte

13:30 uur: Klaverjassen in de ontmoetingsruimte

14:00 uur: Thuiskomst bootvakantiegeers

14:30 uur: Café

15:30 uur: Tapasbar



Zaterdag 17 maart

10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte

14:30 uur: Café

16.30 uur: Katholieke viering in de bezinningsruimte
met aansluitend koffiedrinken



Zondag 18 maart

10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte

14:30 uur: Café



Maandag 19 maart

10:00 uur: Koersbal in de bezinningsruimte voor groepswonen

Koffie drinken in de ontmoetingsruimte

14:30 uur: Schaakclub, canasta, jokeren in het café

Optreden in de ontmoetingsruimte: Duo Nootmuskaat

Café

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

17:00 uur: Bakgroep in de Hilt



Dinsdag 20 maart

10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte
Repetitie Koperhorst koor in de bezinningsruimte
Verkoopochtend in de hal: Rode kruis handwerk

artikelen

14:30 uur: Varia in de ontmoetingsruimte: **kleine bingo**
Café
19:00 uur: Koffie drinken



Woensdag 21 maart

Gehele dag is er een stembureau voor de gemeenteraadsverkiezingen en de sleepwet in de hal

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



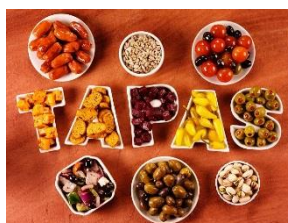
Donderdag 22 maart

10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte
Verkoopochtend in de hal: H en A mode
10:30 uur: Bewegen op muziek voor groepswonen in de bezinningsruimte
14:30 uur: Café
Creatieve middag in de ontmoetingsruimte: **bloemschikken**
€ 5,00 bijdrage voor de materiaalkosten. U hoeft geen 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 23 maart

10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte
13:30 uur: Klaverjassen in de ontmoetingsruimte
14:30 uur: Café
15:30 uur: Tapasbar



Zaterdag 24 maart

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



Zondag 25 maart

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



Maandag 26 maart

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



Dinsdag 27 maart

- 10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte
Repetitie Koperhorst koor in de bezinningsruimte
Verkoopochtend in de hal: paasstukjes en sieraden
- 14:30 uur: Varia in de ontmoetingsruimte: **rode koffer**
Café
- 19:00 uur: Koffie drinken



Woensdag 28 maart

- 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
- 17:00 uur: Sterrendiner in de ontmoetingsruimte**



Donderdag 29 maart



10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte

Verkoopochtend in de hal: Harry Kerkhofs mode

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

14:30 uur: Café

Creatieve middag in de ontmoetingsruimte: **bonbondoos**

versieren

16:30 uur: Witte donderdagviering met voorganger

Pastor van der Borgh in de bezinningsruimte

19:00 uur: Koffie drinken in de hal



Vrijdag 30 maart

10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte

13:30 uur: Klaverjassen in de ontmoetingsruimte

14:30 uur: Café

15:00 uur: Kruisweg door Ds. B. Borger in de bezinningsruimte

15:30 uur: Tapasbar



Zaterdag 31 maart

10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte

14:30 uur: Café

16.30 uur: Paasviering met voorganger Diaken Frank Sieraal in de ontmoetingsruimte aansluitend koffie met iets lekkers



Zondag 1 april, 1^e paasdag

12:30 uur: Paasdiner in de ontmoetingsruimte

Kosten: € 13,25 voor flatbewoners en vaste wijkbewoners,

€ 18,50 voor wijkbewoners, gasten en familieleden

opgeven kan tot 26 maart 2018



Prijzen Koperhorst activiteiten 2018

- 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.

Activiteit:	Entree gasten:	Entree cliënten:
Bingo	€ 5,25 (inclusief 1 bingo kaart)	€ 2,75 per bingokaart
Voorstellingen	€ 5,25	gratis
Sjoelen	€ 1,65	gratis
Handwerken	€ 1,65	gratis
Creatieve middag	variabele materiaalkosten bij b.v. bloemschikken.	gratis + variabele materiaalkosten bij b.v. bloemschikken.
Variamiddag	€1,65	Gratis + €1,65 als er bingo is
Gymnastiek	€ 2,75	gratis
Oefenochtend Koperhorstkoor	€ 2,75	gratis
Bakclub	€3,75	€3,75
Schilderen	€2,75 + evt. variabele materiaalkosten	€2,75
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	€ 0,65	gratis
Koersbal vrijdag	€ 0,65	gratis
Klaverjassen	€ 0,65	gratis
Biljartclub	€ 0,65	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 2018

Cliënten Senioren/ Service- en Zorgwoningen	:	€ 5,75
Bezorgtoeslag thuis	:	€ 0,60
Wijkbewoners	:	€ 5,75
Sterrendiner flatbewoners incl. 2 drankjes	:	€ 13,50
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	:	€ 13,50
Sterrendiner wijk/familie/gasten incl. 2 drankjes	:	€ 18,50
Gasten/losse maaltijd	:	€ 6,75
Feestmenu	:	€ 18,00
Diepvriesmaaltijd	:	€ 5,25

PRIJSLIJST CAFÉ 2018

Frisdranken	:	€ 0,70
Tomatensap/Chocolademelk/Vruchtensap	:	€ 1,00
Sinaasappelsap vers	:	€ 1,10
Advocaat	:	€ 1,40
Bier	:	€ 1,20
Wijn	:	€ 1,40
Gedistilleerd	:	€ 1,80

PRIJS ALARMERINGSMATERIALEN ZORG THUIS

Hals/polsalarm per maand	:	€ 8,25
Bewegingsmelder	:	€21,75

TARIEF TECHNISCHE DIENST

Per 15 minuten (huurders)	:	€ 9,50
Extra per uur	:	€ 37,25

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	€ 47,50
*	Verpleging	€ 72,50
*	Dagdeel Koperwiek	€ 35,15
*	Huishoudelijke zorg	€ 18,00
*	Logement Heerepoortje	€ 36,75 excl. zorgkosten en maaltijden € 10,25 per dag.
*	Logeerkamer	€ 52,50 per nacht



Overzicht voorzieningen en dienstverlening de Koperhorst

Batterijenbox	Voor het inleveren van uw batterijen - begane grond, bij de folderhoek -
Bibliotheek	Vrijwilliger aanwezig op maandag, woensdag en vrijdag van 10.00 – 11.30 uur voor hulp bij het lenen van uw boeken. - begane grond, hal -
Cliëntadviseur	Mevrouw M. Schalkwijk, telefonisch afspraak maken via: 033 – 472 62 14 Aanwezig: Maandag: 8.30 - 14.30 uur Dinsdag : 8.30 - 14.30 uur Woensdag: 13.30 - 19.30 uur Donderdag: 8.30 - 14.30 uur
Cliëntenraad	Heeft u vragen of opmerkingen voor de Cliëntenraad dan kunt u een boodschap in het groene brievenbusje in de hal doen.
Coupeuse	Reparatie- of veranderwerk van uw kleding: Mw. v. d. Steen 033 – 475 31 17 Uw kleding wordt gehaald en teruggebracht
Diëtisten Midden Nederland	Laura Hilhorst te bereiken op 06 - 27 54 46 21 Fax: 033 - 533 63 94 www.dietistenmn.nl
Fysiotherapie.	Elke dag is Wout van den Bedem (fysiotherapeut van MTC de Fysioclub) in de Koperhorst aanwezig. 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.
Glasbakken	A.u.b. glas <u>NIET</u> in de vuilnisbakken maar in de glasbakken, in de bergkast op de afdelingen verzorging.
Helpdesk automatisering	Aanwezig alleen op afspraak via de activiteitenbegeleiding - in de hal -

Identiteitskaart maken

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.
Maken van pasfoto's aan huis :
Ronald Kersten 06 – 51 40 36 57

Kapsalon Silvester
(dames- en herenkapper)

Donderdag van 8.30 uur tot 17.00 uur
Gaarne een afspraak maken via de receptie
- kapsalon, parterre –

Kerkdiensten

1^e Zaterdag van de maand een heilige communiedienst, om 16.30 uur.
2^e Zaterdag van de maand een protestantse kerkdienst om 16.30 uur.
3^e Zaterdag van de maand een eucharistieviering om 16.30 uur.
4^e Zaterdag van de maand een protestantse kerkdienst om 16.30 uur.
- in de bezinningsruimte -

Keuken

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.

MondZorgPlus
Tandartspraktijk

Zalmweg 1-B
4941 VX Raamsdonksveer
Telefoon: 088 – 93 66 300
E-mail: info@mondzorgplus.nl
Aanwezig op afspraak

Opticien

Om de 6 weken is de Firma Stoffer Optiek in huis van 10.00 – 12.00 uur
- in de hal –
U kunt ook bellen voor een afspraak
06 – 38 82 72 35

Orthopedische
schoentechniek

Hanssen footcare 033 - 456 02 62
U kunt bellen om een afspraak te maken.

Oud papier

Inleveren iedere maandag
(voor 13.00 uur) - in de hal -

Pedicure

(Regina Gemke)
(Petra de Groot)
(Hennie v.d. Bunt)

Maandag, woensdag en vrijdag.
Aanwezig op maandag
Aanwezig op woensdag
Aanwezig op vrijdag
Gaarne een afspraak maken via de receptie
- kapsalon/pedicure, parterre -

Radio-uitzendingen

(de Golfbreker)

"Verzoekprogramma "De Koperwiek"
(87.6 mhz).
- Vrijdag van 16.00 uur tot 17.00 uur:
De Koperwiek
- Maandag van 16.00 uur tot 17.00 uur:
De Koperwiek herhaling

Receptie

Dagelijks bemand van 7.30 uur tot
22.00 uur

Repair café

Elke 1^e maandag van de maand.
Van 14.00 – 16.00 uur in de
ontmoetingsruimte

Restaurant

(de Koperhorst)

Dagelijks bent u welkom vanaf 12.00 uur.
Een 3-gangen diner kost u € 5,75 u kunt
alleen contactloos of met uw pinpas pinnen,
contant betalen is niet meer mogelijk.
Voor gasten uit de wijk of van familie zijn de
kosten van een maaltijd € 6,75

Schoonheidsspecialiste

Aanwezig op dinsdag.
Gaarne een afspraak maken via
mobiele nummer 06 – 47 95 61 72
- kapsalon/pedicure, parterre -

Taalcafé

Iedere 2^e en de 4^e van de maand in de
ontmoetingsruimte van 13.30-15.00. Voor
iedereen die de Nederlandse taal beter wil
leren lezen, spreken en schrijven

**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

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

Dinsdag aanwezig.
Afspraak maken kan via 06-23044199 of,
via reflexplus@outlook.com

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 t.a.v. redactie Bijblijvertje.

Redactie van het Bijblijvertje

Ingrid Kramer en Renske Versteeg

U kunt kopij sturen naar info@koperhorst.nl

of afgeven bij de receptie. Kopij inleverdatum: **26 maart 2018**

