



de koperhorst

Het Bijblijvertje

JANUARI



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

BIJBLIJVERTJE

VIERENVEERTIGSTE JAARGANG NUMMER 1

UITGAVE JANUARI 2019

INHOUD:

Van de directie

Project rendier

Overlast bouwwerkzaamheden

Servicedienst 's Heerenlooggroep

Voedzame woorden / een klein gebaar

Sterrendiner 30 januari 2019

Terugblik december

Vooruitzicht januari

Activiteiten januari

Prijzen Koperhorst activiteiten

Abonnement dierentuin / duofiets

Overzicht voorzieningen



Van de directie

Vanaf deze plaats wil ik u, mede namens alle medewerkers een voorspoedig en gelukkig 2019 toewensen!

Activiteiten ter afsluiting van het oude jaar en aanvang van het nieuwe jaar

Oudjaar: Het oude jaar sluiten we af met een oudejaarsbingo met oliebollen en appelflappen en een licht koud buffet. Om 24.00 uur heffen we gezamenlijk het glas. Vanaf 20.30 uur bent u allen van harte welkom.

Nieuwjaarsreceptie: op woensdag 2 januari van 10.00 uur tot 11.30 uur is er een nieuwjaarsreceptie in de recreatiezaal. Ik hoop dat u allen komt om elkaar en de medewerkers van de Koperhorst nieuwjaar te wensen.

Doorkijk naar 2019

Ons jaarthema 2019 is wederom:

**Fijn dat we u
mogen leren kennen**



Nieuwe bestemming Davids Bolwerk

Zoals u misschien gemerkt heeft staat de tweede bouwlaag op dit moment leeg. Beweging 3.0 heeft de huur opgezegd en alle bewoners die daar verbleven zijn naar andere locaties van Beweging 3.0 verhuisd.

Vanaf juli gaan wij deze etage in gebruik nemen. Het is de bedoeling dat daar drie groepen groepswonen komen.

Nadat op de begane grond de oude keuken is omgetoverd in nieuwe kantoorruimtes zullen we deze etage gaan opknappen. Daarnaast zullen we nieuwe medewerkers voor de groepen gaan aantrekken. Dat is wel spannend omdat er een tekort is op de arbeidsmarkt voor zorgpersoneel. Desondanks hopen wij dat het wel gaat lukken. We kunnen dan 17 nieuwe cliënten van de wachtlijst een plekje aanbieden.

Als de tweede bouwlaag opgeknapt is zullen de cliënten van de derde bouwlaag er ook naar verhuizen, zodat we het logement kunnen gaan uitbreiden.

Invulling extra kwaliteitsgelden

Zoals u al eerder heeft kunnen lezen heeft het ministerie op een aantal gebieden extra geld voor de verpleeghuizen de komende jaren gereserveerd en de Koperhorst mag er een beroep op doen. Zonder u te vermoeien met allerlei geldstromen is het wel belangrijk voor u om te weten wat u er het komend jaar van gaat merken.

Het doel van de extra middelen is de verhoging van de kwaliteit van de zorg en welzijn wat het meest zichtbaar wordt in meer medewerkers en activiteiten om het welbevinden van de bewoners te verhogen en de deskundigheid van de medewerkers op een hoger niveau te brengen.

Waar zijn wij mee bezig:

- 1 September is er in elk team een extra leerling gestart. Zij gaan een verzorgende opleiding doen binnen de Koperhorst. Totaal zijn dat er 11.
- Op het logement, binnen het leerbedrijf zijn er 6 nieuwe leerlingen gestart die de opleiding tot helpende in de zorg gaan doen.
- Voor de woonondersteuners start volgend jaar weer een nieuwe groep om meer te leren over dementie. We gaan dat ook aan de medewerkers van het restaurant aanbieden.
- Elk team van Wonen met Zorg en Groepswonen krijgt in 2019 een maand lang begeleiding van een ergotherapeut die gespecialiseerd is om samen met het team te kijken op welke wijze wij dementerende bewoners zo goed mogelijk, individueel, kunnen begeleiden zodat zij zo prettig mogelijk kunnen leven.

Inzet coördinerend verpleegkundig team

Het verpleegkundig team werkt voor de hele organisatie. Er is 24 uur per dag minimaal één verpleegkundige van het team aanwezig. De verpleegkundigen geven gevraagd en ongevraagd advies en bewaken de inhoudelijke verpleegkundige/medische kwaliteit vanuit hun kennis en kunde. Zij zijn verantwoordelijk voor de kwaliteit van de verpleegkundige zorg en hebben een bewakende en lerende rol naar de teams. Ze staan de teams bij in complexe zorgvragen. Zij geven de bestuurder gevraagd en ongevraagd advies over de status van de kwaliteit van de zorg binnen de Koperhorst.

Vanaf 1 januari 2019 wordt er binnen het verpleegkundig team onderscheid gemaakt tussen niveau 4 en 5 verpleegkundigen. Zij krijgen ieder een eigen taak. De verpleegkundigen stimuleren het leveren van kwalitatief goede zorg waarbij zij medewerkers ondersteunen bij het leren en verbeteren ten aanzien van cliënt inhoudelijke processen.

Het verpleegkundig team heeft een gezamenlijke verantwoordelijkheid, waarbij er verschillende rollen, aandachtsgebieden en clusters van teams worden gevormd.

Rol en uitgangspunten voor de verpleegkundige niveau 4:

- Er is altijd een verpleegkundige in huis die werkt op niveau 4 (24 uur per dag). Het verpleegkundig team zorgt ervoor dat er altijd een verpleegkundige aanwezig is die bereikbaar is voor vragen en kan ondersteunen bij situaties waarbij verpleegkundige expertise gevraagd wordt.
- De verpleegkundige wordt gekoppeld aan een cluster van teams zodat er een goede relatie ontstaat met medewerkers en u als cliënt en uw mantelzorger. U krijgt zoveel mogelijk met dezelfde verpleegkundige te maken vanaf 2019.
- De verpleegkundige heeft een stimulerende rol ten aanzien van kwaliteit en continuïteit van zorg

Er worden 4 clusters van team(s) gevormd waar de verpleegkundigen aan gekoppeld worden:

- Groepswonen: Maartje Smit en Mariska Hughes. Zij zijn zorginhoudelijk ook meedenkend bij de dagbesteding.
- Wonen met zorg: Setay Ayan en Maartje Smit
- Flats (inclusief Team WMO) Rick Veldhuizen
- Logement: verpleegkundige José Burk en Karin Arlar

Rol en uitgangspunten van de verpleegkundige niveau 5

Elke dag is er een niveau 5 verpleegkundige aanwezig tijdens de kantoor tijden van ongeveer 8.45-18.00 uur. De inzet is zodanig dat de niveau 5 verpleegkundige zowel de ochtend als de avonddienst verpleegkundige niveau 4 treft en er een moment van overdracht is. De aandachtsgebieden van de verpleegkundigen binnen de organisatie vallen onder de verpleegkundige niveau 5, zijn bv infectiepreventie en wondzorg.

De verpleegkundige niveau 5 stimuleert middels coaching het leer en verbeter klimaat bij de teams t.a.v. de continuïteit en kwaliteit van zorg en betreft hierbij de verpleegkundige niveau 4.

Uitgangspunten verpleegkundige niveau 5

- Visie op kwaliteit van zorg begrijpelijk verwoorden en de resultaten van de verleende zorg monitoren en toetsen aan relevante kwaliteitskaders
- Neemt initiatief en heeft een signalerende functie richting bestuur, management, teamcoach en verpleegkundige niveau 4
- Proactieve houding door het goed inschatten van risico's organisatie breed
- Neemt initiatieven op het gebied van kwaliteitszorg

Verder willen we u in 2019, net als afgelopen jaar, een goede woonomgeving bieden waar het prettig wonen is, er voldoende gezelligheid is en u de zorg ontvangt die u nodig heeft in een veilige omgeving die met u afgesproken is.

In de jaarplannen van 2019 die de indeling van het kwaliteitsplan volgen komen naast de plannen die voortvloeien uit het kwaliteitsplan ook onderwerpen aan bod die we aanpakken naar aanleiding van het inspectierapport van de IGJ. Zij hebben ons in augustus een onaangekondigd bezoek gebracht. Eind december hebben we hun definitieve rapport ontvangen.

Wij schieten met name te kort in het goed cyclisch werken en afspraken goed vast te leggen en te borgen binnen het zorgleefplan. Daar zullen we in moeten gaan verbeteren. Dit zal het eerste half jaar van 2019 met de zorgteams opgepakt worden zodat we in juni aan de inspectie kunnen laten zien dat we wel op orde zijn.

Hieronder worden per thema de benoemde uitdagingen voor de komende periode nog eens op een rij gezet.

Een deel van de verbeterpunten lopen in elkaar over of zitten in elkaars verlengde.

1. Persoonsgerichte zorg en ondersteuning

- a. Verpleegkundig team belangrijke spil in kwaliteit en continuïteit van zorg.
- b. Verhoging kwaliteit methodisch werken en werkbaarheid zorgleefplan.
- c. Huisartsen en SOG rapporteren in ECD cliënten.
- d. Versterking samenwerking tussen SOG en de huisartsen met als doel borgen van een adequate medische zorg.
- e. Toegenomen kwaliteit van leven door een sensorisch waardevolle omgeving en begeleiding.
- f. Dilemma: uniciteit van cliënt/keuzevrijheid vs. strakke kader rond gezondheid en veiligheid.

2. Wonen en zorg

- a. Inrichten nieuwe afdelingen met laagdrempelig gebruik van buitenruimte.
- b. Project: Lichaamsbeweging op maat.
- c. Zingevingsvraagstukken nog meer integreren binnen dagelijkse werk.
- d. Meer specifiek aandacht voor de mantelzorger.
- e. Deskundigheidsbevordering en ondersteuning vrijwilligers.
- f. Behouden van de goede sfeer in het huis, ook bij verzwaring van een aantal doelgroepen.

3. Veiligheid

- a. Leren van (bijna) incidenten.
- b. Medicatiereview onderdeel van het MDO.
- c. Twee maandelijks trendmonitoring antibioticaresistentie.
- d. Borging en voortgang bewust gebruik van psychofarmaca.

4. Leren en verbeteren

- a. Ontwikkelen en implementeren leerhuis de Koperhorst.
- b. Toegenomen kwaliteit van leven door een sensorisch waardevolle omgeving en begeleiding.
- c. Meer inhoud geven aan het lerend netwerk binnen diverse lagen van de organisaties.
- d. Opzetten en scholen van een gezamenlijk auditteam en opstellen van een auditprogramma voor 2019.
- e. Op 4 deelgebieden uitvoeren van een audit en opstellen van een verbeterplan, daar waar nodig.
- f. GVP scholing voor 1 groep ondersteunende diensten, 1 groep woonondersteuners/niveau 2 en een groep niv. 3 en 4
- g. Scholing methodisch werken

5. Leiderschap, governance en management

- a. Implementeren veranderingen organisatiestructuur
- b. Zelforganisatie binnen de teams
- c. Actualiseren strategisch beleidsplan 2015- 2020.
- d. Ontwikkelen en implementeren leerhuis de Koperhorst.
- e. Behoud zittende medewerkers.
- f. Ontwikkelen van een cultuur van doorlopende persoonlijke ontwikkeling en een bijdrage leveren aan de opleiding van leerlingen (praktijkbegeleiding).
- g. Actualiseren strategisch opleidingsbeleid.
- h. Koppelen huisartsdossier (HIS) aan Nedap.
- i. Het coachen van de zorgteams om zowel procesmatig als ook zorginhoudelijk op een hoger niveau van zelf organiserend te komen.
- j. Samenwerking en professionele inbreng

6. Personeelssamenstelling

- a. Behoud zittende medewerkers.
- b. Ontwikkelen van een cultuur van doorlopende persoonlijke ontwikkeling en een bijdrage leveren aan de ontwikkeling van collega's (praktijkbegeleiding).
- c. Actualiseren strategisch opleidingsbeleid.
- d. Van individuele functioneringsgesprekken naar 360 graden feedback teamgesprekken en 60+ gesprekken.

7. Gebruik van hulpbronnen

- a. Evaluatie digitale factuurverwerking.
- b. Implementatie en evaluatie nieuw personeelsroosterprogramma
- c. Pilot Walk to Talk
- d. Wifi-netwerk aanpassen aan de vraag die domotica en ICT ontwikkeling hieraan stellen.
- e. Volledige benutting van de mogelijkheden die het huidige ECD (Nedap) biedt.
- f. Risicomanagement verder optimaliseren

Foto van Denderen



Kortom, we zullen er in 2019 hard aan gaan trekken!

Heeft u interesse in ons volledige jaarplan? Zie dan www.koperhorst.nl / organisatie.

Bewoners vakantie 2018

Net als andere jaren bieden we ook in 2019 de cliënten die gebruik maken van welke vorm van zorg en dienstverlening van de Koperhorst de gelegenheid om een week op vaarvakantie te gaan met de Ms. prins Willem Alexander. We varen in 2019 van 11 tot en met 15 maart.

De route ziet er als volgt uit:

We vertrekken maandag 12 maart vanuit Lelystad. Dan varen we naar Schoonhoven waar we rond 17.30 uur aankomen.

Op dinsdag varen we naar Gouda waar de boot rond de lunch aan zal meren.

Woensdag vervolgen we onze tocht naar Maassluis door de havens van Rotterdam! Rond 14.00 uur meren we in Maassluis aan.

Donderdag doen we Gorinchem aan en ook daar zijn we rond 14.00 uur.

Vrijdag varen we naar Dordrecht waar u van boord gaat en met de bus naar Amersfoort gebracht wordt. Tussen 14.30 uur en 15.30 uur bent u dan weer terug in de Koperhorst.

Iedereen die wil kan mee!

Er gaat voldoende verzorging vanuit de Koperhorst mee en de hele boot is ingericht voor mobiele en minder mobiele mensen.

Kosten

De kosten van deze vaarvakantie bedragen voor bewoners uit het verzorgingshuis € 450,- en voor de cliënten uit de flats € 475,- en uit de wijk en gasten €525,-.

Dit is all-in en inclusief een reisverzekering.

Heeft u zin om met ons een weekje op vakantie te gaan?

U kunt zich nog opgeven. Er zijn nog enkelen plaatsen beschikbaar.

Zie voor verdere informatie in de Bijblijver van december.

I.W.M. Vriens,
Bestuurder

Het RENDIER project



Een medewerkster van de Koperhorst vroeg zich af hoe je met een klein gebaar iets groots kunt bereiken bij de bewoners van de Koperhorst. Zij kwam op het idee om met de feestdagen aan elke voordeur een leuke kaart te hangen met een leuk gedicht erop namens alle medewerkers van de Koperhorst. Maar wel zelf gemaakt. Hoe leuk zal dat toch zijn!

Velen wilden aan dit projectje meewerken en zo kwam van het één het ander.

We kregen van vele medewerkers 1 euro en men kocht hiervoor: 36 vellen karton, we hebben 201 rendieren getekend en geknipt. Daarna 201 neuzen getekend en geknipt en 201 lintjes. Jonge, jonge, wat een werk, maar wat was het leuk!!!

We hebben veel voorwerk gedaan en op maandag 19 november hebben we met een klein aantal collega's een creatieve avond gehouden. We hadden koffie, thee, pepernoten, maar niemand had hier tijd voor, veel te druk met de rendieren. Ook de receptionistes hielpen gezellig mee.

Op maandag 17 december hebben wij alle rendieren aan de deuren opgehangen en wij hopen dat dit "Kleine gebaar" groot is geworden voor u en dat wij hiermee een glimlach op uw gezicht hebben kunnen krijgen. Het projectje is geslaagd en het geld dat wij over hadden hebben wij geschonken aan de Vrienden van de Koperhorst. Hieronder nog wat leuke foto's van onze creatieve avond.



Wij wensen u allen hele fijne feestdagen toe en een goed, gezond en liefdevol 2019

Namens alle medewerkers van de Koperhorst

Overlast door bouwwerkzaamheden

Door het in gebruik nemen van de nieuwe keuken is de oude keuken nu helemaal leeg, en er klaar voor om verbouwd te worden.

Maar voordat iets mooi wordt, dient er eerst gesloopt te worden.

Vanaf 7 januari wordt er begonnen met slopen en afbreken.

Een gedeelte van de fietsrekken en het voetpad langs de oude keuken zal dan niet gebruikt kunnen worden.

Er zal ook geluidsoverlast zijn, maar uiteraard proberen we dat zoveel mogelijk te beperken.

Mochten er vragen zijn, dan kunt u altijd bij mij terecht.

Robert Sakkers

Facilitair Manager



Helpen zit ons in de genen, voor u komen wij graag in de benen.

Op maandag, dinsdag, donderdag en vrijdag zijn cliënten vanuit 's Heerenloo onder begeleiding van Lisanne en Wilma in de Koperhorst aan het werk. Deze medewerkers zijn herkenbaar aan hun blauwe poloshirt. De groep vanuit 's Heerenloo vinden het fijn om wat voor een ander te kunnen betekenen. Vanuit die gedachte hebben zij de servicedienst en wandelclub opgezet.

SERVICEDIENST 'S HEERENLOOGROEP

Op maandag, dinsdag, donderdag en vrijdag tussen **9:30** en **15:30** uur, staan de medewerkers voor u klaar om diverse klusjes voor u te doen. Aanmelden van klussen op: **06-10457388 of de receptie.**

Voorbeelden van klussen:

- Het halen en brengen naar het restaurant, kapper en/of winkeltje.
- Een boodschap voor u in het winkelcentrum doen.
- Oud papier of plastic afval wegbrengen.
- Uw post voor u uit uw brievenbus halen en bij u thuis brengen
- Lichte huishoudelijke klussen zoals: afwas, was opvouwen en/of strijken.
- Fruit voor u schoonmaken, aardappels schillen.

WANDELGROEP 'S HEERENLOOGROEP

Elke dinsdag en vrijdagochtend tussen 10:00 en 11:30 uur heeft u de mogelijkheid om mee te gaan wandelen. Per keer kunnen er ongeveer vier mensen mee. U kunt plaatsnemen in een rolstoel zodat u kunt genieten van een rondje in de omgeving.

Om teleurstellingen te voorkomen is het fijn dat u zich om zich uiterlijk een dag van te voren opgeeft.

Aanmelden voor de wandelgroep op: **06-10457388 of de receptie.**

Voedzame woorden.

Als we met elkaar praten, gaat het vaak over voorvallen of plannen. We zeggen: En hoe is het met je? We vragen naar alledaagse dingen, maar vaak willen we iets anders horen. Wat we graag willen horen, is "ik heb vandaag aan je gedacht" of "ik heb je gemist" of "ik wilde, dat je hier was" of "ik houd van je". Het is niet altijd gemakkelijk om zoiets te zeggen, maar zulke woorden kunnen de onderlinge band wel versterken. Tegen iemand zeggen, op wat voor manier ook "ik houd van je" is altijd goed nieuws. Niemand zal daarop zeggen. "Dat hoef je niet meer te zeggen, dat wist ik al".

Woorden die liefde en bevestiging uitstralen zijn net als brood. Zulke woorden houden je innerlijk in leven.

Henri Nouwen. (wijsheid en geloof voor elke dag)

EEN KLEIN GEBAAR.

Een klein gebaar, een lieve lach.....
zomaar op een grauwe dag
een arm om je heen.....
Een vriendelijk woord, dat wordt gezegd.....
dat kan je plotseling weer wilskracht geven.....
Om door te vechten in het leven
en door de tranen van verdriet.....
je weer de schoonheid van het leven ziet.....
Zodat je weet, dat er op deze aarde.....
nog mensen zijn van waarde.....
Die geven uit hun hart.....
en delen in je smart.....

Larix.



Gastvrijheid in de Koperhorst !

Houdt u van lekker eten en bent u 55+?
Op woensdag 30 januari 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) :

€ 14,50 voor cliënten van het verzorgingstehuis

(bij afzegging van de reguliere maaltijd ontvangt u een waardebon en hoeft u slechts € 8,30 bij te betalen)

€ 14,50 voor flatbewoners

€ 19,75 voor wijkbewoners, familieleden en gasten

Restaurant open: 16.30 uur

Begin maaltijd: 17.00 uur

MENU

Lolly van gevogelte
met preiselberencompote

**

Parelhoender met een sausje met
kastanje champignons
Aardappelgratin
Winterse groenten

**

"Huisgemaakt" appeltaartje
met vanillesaus en kaneelijs

Koffie met een drankje op het nieuwe jaar

Reserveren voor het sterrendiner kan tot 28 januari bij de receptie.
Bewoners kunnen vanaf 1 januari reserveren en gasten vanaf 16 januari.
Wilt u dan ook uw eventuele dieetwensen doorgeven? Telefoon: 033 – 472
62 14 Wees er snel bij, want vol=vol!



Terugblik december

Zaterdag 1 december

De Schoorsteenblazers

Een groots Sinterklaas & Pieten feest in de Koperhorst. Met blazers en Sint muziek kwam de stoet vrolijkheid in de Koperhorst brengen. De bekende Sinterklaasliedjes werden luid meegezongen door de bewoners.

Het was een heus Sinterklaasfeest om van na te genieten.

Maandag 10 december

ABN AMRO heeft een gezellige middag gebracht in de Koperhorst. 18 kerstboompjes met versiering en lekkers werden versierd door de bewoners en de medewerkers. En na afloop mochten de bewoners ze zelf een leuk plekje geven. Dank jullie wel voor de leuke middag



Dinsdag 11 december

Kerstdiner bij de KPN Amersfoort met optredens van Iris Hond en Frans Bauer.

De KPN heeft gezorgd voor een fantastische avond, met veel gezelligheid, lekker eten en een fantastische gastvrijheid. De Koperhorst en andere zorginstellingen werden hartelijk ontvangen en een avondvullend programma werd ons aangeboden.

Hartelijk bedankt!



Vrijdag 14 december Kerstmarkt

De Koperhorst stond in het teken van de jaarlijkse Kerstmarkt. Inmiddels is de Koperhorst omgetoverd in een kerstspookje, met de vele kerstbomen, versiering en het kerstdorp. Er was genoeg vertier de hele dag, we hebben genoten van gezelligheid, lekkernijen, vele kraampjes waar je naar hartenlust kon shoppen, de kerstloterij en het Heel Schothorst zingt koor!

17 december Kerstoptreden

Denise & Marcel

We hebben kunnen genieten van Denise op haar gitaar en Marcel op zijn accordeon. Kerstliedjes kwamen voorbij waar we lekker op mee konden zingen. Het was een leuke middag!



19 december sporten bij het Atrium

Fanatiek!

Inmiddels alweer de vierde keer dat we met een grote club bewoners van de Koperhorst naar het Atrium zijn gegaan om een sportles te krijgen van Havo/Vwo leerlingen. Een traditie die ook volgend jaar weer zal worden voortgezet. Leuke en afwisselende activiteiten werden aangeboden waaraan iedereen aan kon mee doen. Er werd flink gesport maar ook veel gelachen! Top!



31 december Jaarwisseling!

Happy newyear!

Alle bewoners van de Koperhorst waren welkom om gezamenlijk het nieuwe jaar in te luiden. Een koud buffet werd geserveerd, waar we van hebben genoten. Een gezellige oudejaarsbingo met leuke prijsjes, één en al gezelligheid!

Er werd natuurlijk geproost op het nieuwe jaar en voor wie wil kon genieten op het balkon van al het vuurwerk.



Welkom januari



Allereerst iedereen de beste wensen voor het jaar 2019! Dat we nog veel leuke activiteiten mogen neerzetten.

Januari de maand van goede voornemens, koude temperaturen, nieuwjaarsrecepties en we kunnen vast nog veel meer bedenken.

Ieder geval hoeft u zich niet te vervelen deze maand, want we hebben weer leuke activiteiten op het programma staan.

Op woensdag 2 januari zal de jaarlijkse nieuwjaarsreceptie plaatsvinden waarin we een toast uitbrengen op het nieuwe jaar.

Op woensdag 9 januari wordt er een theatervoorstelling aangeboden door de Jukmannen, zij zullen u op ludieke wijze meenemen terug in de tijd met een interactief theaterspel. Inschrijven kan bij de activiteitenbegeleiding.

Het maandelijkse optreden is op maandag 21 januari. U kunt dan genieten van De Lady's, Nederlandstalig, Engelstalig, De Sixties. Kortom, het komt allemaal voorbij!

Dans! Vanaf eind januari drie keer per maand op de dinsdagmiddag kunt u deelnemen aan een muzikale, energieke dans-workout op een speelse en luchtige manier. Iedereen is welkom!

Voor de exacte tijdstippen kunt u gebruikmaken van de overzichten.

Een fijne maand toegewenst!

Activiteitenbegeleiding



♥ Dans ♥
♥ met je ♥
♥ hart en je ♥
voeten zullen
♥ volgen

Dinsdag 1 januari, nieuwjaarsdag

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



Woensdag 2 januari

10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte
Nieuwjaarsreceptie in de ontmoetingsruimte
Bloemenman in de hal
14:00 uur: Handwerken in de ontmoetingsruimte
Schildersgroep in de personeelskamer,
opgeven voor deelname bij de activiteitenbegeleiding
14:30 uur: Café



Donderdag 3 januari

10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte
10:30 uur: Bewegen op muziek voor groepswonen in de ontmoetingsruimte
14:30 uur: Café
19:00 uur: Koffie drinken in de hal



Vrijdag 4 januari

10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte
Koersbal voor flatbewoners in de ontmoetingsruimte
14:00 uur: Klaverjassen in de ontmoetingsruimte
14:30 uur: Café
15:30 uur: Tapasbar



Zaterdag 5 januari

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



Zondag 6 januari

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



Maandag 7 januari

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

14:00 uur: Repaircafé

14:30 uur: Schaakclub en canasta in het café
Café

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

17:00 uur: Kookclub in de Hilt



Dinsdag 8 januari

10:00 uur: Repetitie Koperhorst koor in de ontmoetingsruimte
Koffie drinken in de ontmoetingsruimte

14:30 uur: Café

Varia in de ontmoetingsruimte: **nagels lakken en rode**

koffer

19:00 uur: Koffie drinken in de hal



Woensdag 9 januari

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 personeelskamer,
opgeven voor deelname bij de activiteitenbegeleiding
Handwerken in de ontmoetingsruimte

14:30 uur: **Optreden in de ontmoetingsruimte: de Jukmannen**
Café



Donderdag 10 januari

10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte

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

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

19:00 uur: Koffie drinken in de hal



Vrijdag 11 januari



- 10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte
Koersbal voor flatbewoners in de ontmoetingsruimte
14:00 uur: Klaverjassen in de ontmoetingsruimte
14:30 uur: Café
15:30 uur: Tapasbar



Zaterdag 12 januari

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



Zondag 13 januari

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



Maandag 14 januari

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



Dinsdag 15 januari

- 10:00 uur: Repetitie Koperhorst koor in de ontmoetingsruimte
Koffie drinken in de ontmoetingsruimte
14:30 uur: Varia in de ontmoetingsruimte: **kleine bingo**
Samen dansen in de ontmoetingsruimte
Café
19:00 uur: Koffie drinken in de hal



Woensdag 16 januari

- 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 personeelskamer,
opgeven voor deelname bij de activiteitenbegeleiding
Handwerken in de ontmoetingsruimte
- 14:30 uur: Café
- 15:00 uur: Gymnastiek in de ontmoetingsruimte
voor mobiele cliënten



Donderdag 17 januari

- 10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte
- 10:30 uur: Bewegen op muziek voor groepswonen in de
ontmoetingsruimte
- 14:30 uur: Creatieve middag in de ontmoetingsruimte: **huisje**
Café
- 19:00 uur: Koffie drinken in de hal



Vrijdag 18 januari

- 10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte
Verkoopochtend in de hal: sieraden
Koersbal voor flatbewoners in de ontmoetingsruimte
- 14:00 uur: Klaverjassen in de ontmoetingsruimte
- 14:30 uur: Café
- 15:30 uur: Tapasbar



Zaterdag 19 januari

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



Zondag 20 januari

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



Maandag 21 januari

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

14:30 uur: Schaakclub en canasta in het café

Optreden in de ontmoetingsruimte: de Lady's
Café

17:00 uur: Bakgroep in de Hilt



Dinsdag 22 januari

10:00 uur: Repetitie Koperhorst koor in de ontmoetingsruimte

Verkoopochtend in de hal: loomgebreide artikelen

Koffie drinken in de ontmoetingsruimte

14:30 uur: Varia in de ontmoetingsruimte: **spelletjes en nagels lakken**
Café

19:00 uur: Koffie drinken in de hal



Woensdag 23 januari

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 personeelskamer,
opgeven voor deelname bij de activiteitenbegeleiding
Handwerken in de ontmoetingsruimte

14:30 uur: Café

15:00 uur: Gymnastiek in de ontmoetingsruimte
voor mobiele cliënten



Donderdag 24 januari

10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte

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

14:30 uur: Café



Creatieve middag in de ontmoetingsruimte: **bloemschikken**
€ 5,00 bijdrage voor de materiaalkosten. Wij vragen u

een bakje mee te nemen. Voor cliënten is deze activiteit op
de materiaalkosten na gratis.

15:00 uur: Verkoop lekker hapje voor 1 euro

19:00 uur: Koffie drinken in de hal



Vrijdag 25 januari

- 10:00 uur: Koersbal voor flatbewoners in de ontmoetingsruimte
Koffie drinken in de ontmoetingsruimte
- 14:00 uur: Klaverjassen in de ontmoetingsruimte
- 14:30 uur: Café
- 15:30 uur: Tapasbar



Zaterdag 26 januari

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



Zondag 27 januari

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



Maandag 28 januari

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



Dinsdag 29 januari

- 10:00 uur: Repetitie Koperhorst koor in de ontmoetingsruimte
Koffie drinken in de ontmoetingsruimte
- 14:30 uur: Varia in de ontmoetingsruimte: **nagels lakken en rode koffer**



Samen dansen in de ontmoetingsruimte

Café

- 19:00 uur: Koffie drinken in de hal



Woensdag 30 januari

- 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 personeelskamer,
opgeven voor deelname bij de activiteitenbegeleiding
Handwerken in de ontmoetingsruimte
- 14:30 uur: Café
- 17:00 uur: Sterrendiner in de ontmoetingsruimte**



Donderdag 31 januari

- 10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte
- 10:30 uur: Bewegen op muziek voor groepswonen in de ontmoetingsruimte
- 14:30 uur: Café
Creatieve middag in de ontmoetingsruimte: **sneeuwpopje**
- 19:00 uur: Koffie drinken in de hal



Prijzen Koperhorst activiteiten 2019

- 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	€ 5,10 per kaart	€ 2,60 per kaart
Voorstellingen	€ 5,10	gratis
Sjoelen	gratis	gratis
Handwerken	gratis	gratis
Creatieve middag, variabele materiaalkosten bij bijv. bloemschikken	variabel	gratis
Variamiddag	gratis	gratis
Kleine bingo	€ 2,10 per kaart	€ 1,55 per kaart
Gymnastiek	€ 2,75	gratis
Oefenochtend Koperhorstkoor (onder leiding van Marian)	€ 2,75	gratis
Bakclub	€ 4,00	€ 4,00
Schilderen, inclusief materiaal	€ 3,35	€ 2,75
Koffieochtend	Gratis	gratis
Kerkelijke vieringen	Gratis	gratis
Middagcafé	gratis (excl. Dranken)	gratis excl. dranken
Kookgroep	n.v.t.	€ 6,45 excl. dranken
Cursussen	variabel	variabel
Uitstapjes	variabel	variabel
Schaken/dammen	gratis	gratis
Koersbal	gratis	gratis
Klaverjassen	gratis	gratis
Biljartclub	gratis	gratis
Wijkloop op werkdagen van 10.00 – 16.00 uur	€ 10,60 voor warme maaltijd, twee activiteiten, koffie en thee. € 7,95 bij gedeelte	

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 dierentuin Amersfoort

De Koperhorst heeft een abonnement van 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 de normale entree prijs.
- 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.
- Het parkeren is er niet bij inbegrepen.

Duofiets

U kunt 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 3 GANGEN MAALTIJD 2019

Cliënten Senioren/ Service- en Zorgwoningen	:	€ 6,15
Bezorgtoeslag thuis per keer	:	€ 0,65
Wijkbewoners	:	€ 6,15
Gasten/losse maaltijd	:	€ 7,25
Sterrendiner voor het verzorgingshuis geldt, bij afzegging reguliere warme maaltijd, dan ontvangt u een waardebon en hoeft u slechts €8,30 bij te betalen, incl. 2 drankjes deze bon kunt u ophalen bij de receptie!		
Sterrendiner flatbewoners incl. 2 drankjes	:	€ 14,50
Sterrendiner vaste wijkbewoners incl. 2 drankjes	:	€ 14,50
Sterrendiner wijk/familie/gasten incl. 2 drankjes	:	€ 19,75
Feestmenu, waarvan 1 gast gratis		€ 19,25
Diepvriesmaaltijd	:	€ 5,60
Avondmaaltijd (soep en gerecht van de dag)	:	€ 6,45
Alleen soep	:	€ 1,65
Alleen avondmaaltijd	:	€ 4,80

PRIJSLIJST CAFÉ 2019

Frisdranken	:	€ 0,75
Tomatensap/Chocolademelk/Vruchtensap	:	€ 1,05
Sinaasappelsap vers	:	€ 1,10
Advocaat	:	€ 1,50
Bier	:	€ 1,30
Wijn	:	€ 1,50
Gedistilleerd	:	€ 1,90

PRIJS ALARMERINGSMATERIALEN ZORG THUIS

Hals/polsalarm per maand	:	€ 8,80
Bewegingsmelder per maand	:	€ 21,75

TARIEF TECHNISCHE DIENST

Per 15 minuten (huurders)	:	€ 10,00
Extra per uur	:	€ 38,75

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	€ 51,75
* Verpleging	€ 71,75
* Dagdeel Koperwiek	€ 36,00
* Huishoudelijke zorg	€ 18,75
* Logement Heerepoortje	€ 37,65 excl. zorgkosten en maaltijden € 11,00 per dag.
* Logeerkamer	€ 53,75 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 deponeren.
Helpdesk automatisering	Aanwezig alleen op afspraak via de activiteitenbegeleiding - in de hal -

Huisartsenpraktijken	Huisartsenpraktijk Sagenhoek, Paladijnenweg 613, 3813 KD, Amersfoort 033 - 472 5000 Huisartsenpraktijk Orion, Ringweg Koppel 15 3813 BA Amersfoort 033 - 479 0000 Beide praktijken zijn geopend voor patiënten die wonen in de Koperhorst
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.
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 ontmoetingsruimte -
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 van 7.30 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 € 6,15. U kunt
alleen contactloos of met uw pinpas pinnen.
Voor gasten uit de wijk of van familie zijn de
kosten van een maaltijd € 7,25.
Er is ook een avondmaaltijd mogelijk vanaf
16.30-18.00 uur voor € 6,45. Opgeven is
niet nodig.

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
of via vertrouwenspersoon@gmail.com

**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 op vrijdag weer terug. Of vrijdag meegenomen en op de 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.

Wijkmobiel

Van maandag tot en met vrijdag tussen 9.00 en 17.00 uur rijdt in de wijken Schothorst/Zielhorst/De Hoef en Kattenbroek de wijkmobiel. Een kleine elektrische auto die u van deur tot deur brengt. Een ritje kost € 2,00. U kunt reserveren bij de receptie van de Koperhorst, of op telefoonnummer 06-40831647.

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. Als u het Bijblijvertje niet meer per mail wilt ontvangen, dan kunt u dit ook naar dit mailadres sturen, dan melden wij u af.

Redactie van het Bijblijvertje

Ingrid Kramer en Renske Versteeg

U kunt kopij sturen naar info@koperhorst.nl

of afgeven bij de receptie. Kopij inleverdatum: **27 januari 2019**