



*de koperhorst*

*Het  
Bijblijvertje*

*FEBRUARI 2020*

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

## Wat te doen bij brand

### Brand melden:

- Overall in huis zijn 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. Het alarm komt bij de receptie aan en bij de meldkamer van de 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. Zij melden, als het nodig is, bij receptie en de brandweer dat er brand is en proberen de brand te blussen.

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

De bedrijfshulpverleners regelen de hulp die er nodig is om iedereen 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 de brand te voorkomen.

Zo gaan bij een brandmelding de branddeuren automatisch 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.



## BIJBLIJVERTJE

VIJFENVEERTIGSTE JAARGANG NUMMER 2

UITGAVE FEBRUARI 2020

### INHOUD:

Wat te doen bij brand  
Van de directie  
Verslag Cliëntenraad  
Verslag vergadering Raad van Toezicht  
Afval scheiden  
Energielabels  
Wijkmobiel  
's Heeren Loo  
Samenzangavond  
Dans dans dans  
Wijkmuseum Soesterkwartier  
Kunst en krijt  
Gezocht Koersbal  
Uitnodiging lezing  
Aanmeldformulier bloemschikken  
75 jaar vrijheid  
Feestmenu  
Sterrendiner 26 februari  
Terugblik januari  
Vooruitblik februari  
Activiteiten februari  
Prijzen Koperhorst activiteiten / maaltijden  
Abonnement dierentuin Amersfoort / Duofiets  
Overzicht voorzieningen



## **Van de directie**

### **Voorjaar**

Het effect van de zachte winter tot op heden is dat de sneeuwkllokjes al bloeien en hier en daar komen de krokussen ook al boven de grond. De dagen worden weer langer en de vogels zijn 's morgens vaak goed te horen. Kortom we gaan weer richting het voorjaar.

### **Carnaval**

Dit jaar start carnaval op donderdag 28 februari. Net als ieder jaar start Carnavalsvereniging De Keuters het carnavalsfeest bij ons. Zij bieden ons samen met het dweilorkest 'de Neuzenvreugde' een gezellige avond aan. Ook de stadsprins Joris XXXXI zal ons met zijn gevolg bezoeken. U komt toch ook? We starten om 19.30 uur.

### **Cliëntenraadpleging**

#### Inleiding

Medio oktober en eind 2019 hebben er in de flats en op alle groepen groeps gesprekken plaatsgevonden met bewoners en familieleden. Het doel was om inzicht te krijgen waar u tevreden over bent en wat we nog kunnen verbeteren. De gesprekken hebben plaats gevonden onder leiding van een externe onderzoeker.

In de flats is aan de bewoners die zorg thuis krijgen van ons ook nog gevraagd om een vragenlijst in te vullen.

#### Uitkomst

Ongeveer 46% van de bewoners of hun familie hebben aan de gesprekken deelgenomen. Jammer genoeg was de opkomst op sommige groepen heel laag waardoor we zo voor een enkel team niet een representatief beeld gekregen hebben. Koperhorst-breed is het beeld gelukkig wel representatief.

#### Wat doen we goed?

Het algemene beeld is dat men over de meeste aspecten van wonen en zorg tevreden is. Er werd aangegeven, dat de medewerkers betrokken zijn en zich goed verdiepen in de persoonlijke vraag van de bewoners. Men zag wel een verschil tussen de vaste medewerkers en de uitzendkrachten en vakantiewerkers in de zomer. Familie en bewoners geven duidelijk aan dat ze gehoord worden als ze iets aankaarten wat niet goed is en de omgeving veilig genoeg is om ook de minder goede zaken naar voren te brengen. Men is tevreden over het eten en vindt het leuk dat de keuken nu zo zichtbaar is. Familieleden ervaren dat, meer dan vorig jaar, medewerkers meer aandacht besteden aan de cliënten, maar ook aan de familie. Men voelt zich welkom en serieus genomen.

Veel bewoners en familie die deel genomen hebben aan de gesprekken zouden de Koperhorst aanbevelen aan anderen.

### Waar kunnen we nog in verbeteren?

In de communicatie ligt een kans om te verbeteren. Met name m.b.t. een betere overdracht rond de afspraken, die zijn vastgelegd met de bewoner en de familie. Daar gaat het nog wel eens mis waardoor er misverstanden ontstaan die niet nodig geweest zouden zijn.

Niet iedereen weet wie exact de contactverzorgende is en er zijn nog familieleden die Caren-zorgt niet gebruiken.

### Korte samenvatting per vraag:

- Doen de medewerkers hun werk met plezier?

De meeste deelnemers vinden van wel. Er is warmte, liefde en aandacht. "Ook al hebben medewerkers het druk ze geven niet het gevoel dat je zeurt".

- Vindt u dat de medewerker u kent?

Daar zit een duidelijk verschil tussen de vaste medewerkers of studenten en de invallers en vakantiekrachten. De vaste krachten kennen hun cliënten goed. Dat blijkt uit kleine dingen die het leven aangener maken. Ook de communicatie met de familieleden is beter.

Bij invalkrachten is het zeker op groepswoon vaker dan gewenst onrustiger op de groep en krijgt men ook niet altijd het juiste antwoord.

- Hebben we aandacht voor welzijn en welbevinden?

Doorgaans is daar voldoende aandacht voor. Als het heel druk is, of er staan onbekende medewerkers op de groep gaat het niet altijd goed.

Naast de medewerkers op de groep werden de receptie en de medewerkers van het restaurant genoemd. Men ervaart veel aandacht en wordt het ook positief ervaren. Ook was men te spreken over het grote aantal en de diversiteit van activiteiten die er georganiseerd worden.

- Hebben de medewerkers tijd voor de benodigde zorg?

Niet altijd, zo lijkt het. Medewerkers zijn lang niet altijd "zichtbaar" en met (nodige) administratieve zaken bezig. Ook mist men nog wel eens iemand op de huiskamer.

- Kunt u bij medewerkers terecht, ook als zaken niet zo goed lopen?

Over het algemeen wel. Soms duurt het te lang en escaleert iets onnodig wat men jammer vindt. Het meest genoemde punt van aandacht is de was en het verwisselen van kledingstukken.

- Hebben de medewerkers voldoende kennis?

Als het niet goed gaat ligt het vaak aan de overdracht die niet altijd goed gaat. Verder valt het op dat er de ene dag 4 op een groep staan en op een ander moment niemand te vinden is.

Men is tevreden over het feit dat er snel geschakeld wordt met een verpleegkundige of de arts als een medewerker inschat dat dit nodig is.

Er zijn ook verslagen per team gemaakt. Elk team heeft deze ontvangen en gaan, samen met hun teamverpleegkundige kijken wat ze kunnen verbeteren.

In 2020 zal er wederom een raadpleging plaats vinden en wij hopen dat er dan nog meer bewoners en hun familie aan de gesprekken deel willen nemen.

Want:

**Uw mening telt. Wij vinden het belangrijk om te horen wat u van het leven in de Koperhorst vindt en we willen graag van u leren!**

### **Tandheelkundige zorg / Mondzorg**

Voor velen van u is het ingewikkeld om nog naar de tandarts te gaan. Om die reden heeft de Koperhorst al een aantal jaren geleden contact gelegd met MondzorgPlus. Wij vinden het belangrijk dat iedereen de mogelijkheid heeft tot het bezoeken van de tandarts op een laagdrempelige manier. De tandartsen, tandprotheticen en preventieassistenten van MondzorgPlus komen hiervoor naar de Koperhorst toe en verlenen deze zorg dus in uw vertrouwde omgeving.

MondzorgPlus biedt professionele mondzorg aan ouderen in zorgcentra, voor behoud van het gebit én bevordering van de algehele gezondheid. MondzorgPlus neemt alle tijd om mondzorg te verlenen en aandacht te schenken aan een goede mondverzorging. Een goede mondverzorging heeft een positief effect op de algehele gezondheid en kwaliteit van leven. Ook voor cliënten met een gebitsprothese is een goede mondzorg en regelmatige controle zeer belangrijk.

De tandartsen van MondzorgPlus stellen een behandelplan op. Vervolgens zorgen de tandartsen voor de periodieke controle van tanden, kiezen, tandvlees, gebitsprothese en mondslijmvliezen. Indien nodig voeren zij de vervolgbehandelingen, zoals het vullen van gaatjes en het trekken van tanden en kiezen, uit. De mondhygiënisten en preventie-assistenten assisteren de tandarts, reinigen de mond, geven adviezen aan cliënten, familie en verzorging en voeren de administratie uit.

MondzorgPlus geeft ondersteuning op maat bij de verzorging van de mond. Samen met de cliënt, familie en/of verzorging wordt een plan opgesteld waarin de cliënt naar behoefte hulp krijgt met de onderhoud van de mond.

Heeft U vragen? Uw contactverzorgende of teamverpleegkundige kan u verder helpen.

## Koffie drinken / meenemen

Reeds enige tijd verbaasden we ons als MT dat er hele dienbladen met beertjes cappuccino uit het apparaat voor de medewerkers de lift in verdwenen. Na enige navraag was dit onderweg naar bewoners, die dan uiteindelijk lauwe cappuccino op de afdeling of in de flat geserveerd kregen. Ik vind dit geen goed idee.



Koffie is heerlijk! Hier in de Koperhorst kan iedereen daar van meegenieten, bewoners en medewerkers. Dit kan in het restaurant of in de huiskamer op de afdeling waar men woont en voor de medewerkers staat er in de hal een apparaat waar zij koffie of cappuccino kunnen tappen. De bewoners krijgen in het restaurant gratis koffie met een koekje. U kunt er ook speciale koffies bestellen zoals de cappuccino, of de latte.. Daar betaalt u wel een klein bedrag voor.

Wilt u op de huiskamer cappuccino hebben of koffie met warme melk dan kan de woonondersteuner of de verzorgende daar voor zorgen. Overall staan koffiezet apparaten en melk is zo warm gemaakt en opgeklopt. Maar u zal er wel om moeten vragen. Op die manier is de koffie veel lekkerder dan half lauwe koffie vanuit de automaat.

Dit geldt ook voor de bewoners uit de flat. Er kan voor u op uw appartement koffie gezet worden zoals u dat graag wilt. Dan heeft u en de lekkere geur en lekkere koffie!

## Veranderingen in de zorg in de flat

Na een druk bezochte bijeenkomst met bewoners en medewerkers in november 2019 onder leiding van Liane Lemmers, de manager Zorg, hebben we gezamenlijk besloten om de zorgmedewerkers van beide flats in 1 team samen te voegen. De reden hiervan was dat de zorg niet echt logisch meer gepland kon worden. Hierdoor ontstonden overvolle zorgroutes, en veel heen en weer geloop binnen de flats. De medewerkers hadden het gevoel tekort te schieten en dat ze u niet konden helpen zoals ze het graag zouden willen.

Het doel van samenvoegen is dat u, als bewoner, het complete team vaste medewerkers leert kennen. En, op deze manier, leert ook elke medewerker u als bewoner beter kennen. We streven ernaar dat er na verloop van tijd op elke gang, horizontaal van beide flats een klein

vertrouwd team(pje) ontstaat. Dit is natuurlijk geen peulenschil, het moet groeien en de tijd krijgen om iedereen aan iedereen te laten wennen. Samen met het team doen Danielle Hol en Miranda de Groot als teamverpleegkundigen er alles aan om het zo goed mogelijk te laten verlopen. Ze nemen de vragen en mogelijke onvrede serieus en proberen zo snel als mogelijk actie tot verbetering in te zetten.

Om u zo goed mogelijk van dienst te zijn houdt Liane met enige regelmaat inloopmomenten waar iedereen persoonlijk zijn of haar verhaal kwijt kan, vragen kan stellen en wensen met betrekking tot de zorgverlening kan bespreken. U gaat altijd met een afspraak de deur uit waarbij u samen hebt besproken hoe en of het iets anders kan. Het gebeurt in vertrouwen, u hoeft niet bang te zijn dat andere flatbewoners meeluisteren.

Met de Cliëntenraad wordt overlegd wat wel en niet mogelijk is om écht in gezamenlijkheid toe te werken naar de gewenste woon, leef- en werkomgeving. U wordt per keer uitgenodigd met een datum voor deze inloop momenten.

### **Openingstijden van de bar**

Dagelijks is de bar geopend van 14.30 – 18.00 uur. Elke dag staat daar een enthousiaste vrijwilliger voor u klaar om u van dienst te zijn.

Bij speciale evenementen kunnen de tijden afwijken. Houdt u de weekflyers in de liften in de gaten.

I.W.M. Vriens, bestuurder.



## **Verslag vergadering Cliëntenraad dinsdag 7 januari om 13.30 uur**

Aanwezig: mw. A. Noortman (voorzitter), dhr. B. Burm, dhr. H. Bakker, mw. M.G. Ruckert, mw. P. Aronstein, dhr. L. Rooke, mw. M. Overberg (vertrouwenspersoon), mw. I.W.M. Vriens (bestuurder), mw. W. Polhoud (notulist)

Afwezig met kennisgeving: mw. J. Vellinga, dhr. F. Grabowsky

### **1.Welkom en vaststellen agenda**

De voorzitter heet iedereen welkom.

### **2.Notulen 5 november**

De notulen worden vastgesteld.

### **3.Notulen 13 november**

Op bladzijde 11 van het jaarplan staat een stukje over veilige zorgrelatie. Dit beperkt zich tot de medewerkers. De Cliëntenraad zou dit breder willen zien.

Notulen worden vastgesteld.

### **4.Notulen Cliëntenraad en RVT 25 November**

Na correctie van een taalkundig foutje worden deze vastgesteld.

### **5.Jaarplannen 2020**

Iedereen heeft de jaarplannen gelezen en er zijn een paar vragen waar kort over wordt gepraat. De volgende vergadering zullen Annemarie en Lianne aanwezig zijn om toelichting te geven over de wet Zorg en Dwang (Annemarie) en Lianne over haar ervaringen in de zorg en hoe de zorg nu georganiseerd is. Tevens geeft de Cliëntenraad mee te willen denken over de vragen die met een cliëntraadpleging worden gesteld.

### **6.Begroting 2020**

We zullen 2019 waarschijnlijk afsluiten met een positief saldo.. Voor 2020 zijn de tarieven van de ZZP 4 sterk verlaagd en van ZZP 5 sterk verhoogd.

Mw. Vriens licht toe waar onze inkomsten en uitgaven het komend jaar op gebaseerd zijn en hoe dit is opgebouwd. De Koperhorst heeft voor 2020 een net sluitende begroting.

### **7.Aanvraag kwaliteitsgelden 2020**

In de kwaliteitsgelden zijn meegenomen in de gehele begroting van de Koperhorst. Ze moeten echter wel bij het zorgkantoor apart aangevraagd worden met een plan er onder. 85% Van het aan te vragen bedrag dienen zorg-personeelskosten te zijn en 15% mag besteed worden aan innovatie technologie en scholing.

Voor 2020 hebben we een keuze gemaakt om in te zetten op extra uren binnen de groepen en het verpleegkundig team sterk uit te breiden en te versterken. De zorg zal daardoor met 12 FT groeien.

### **8.Prijzen 2020 en rolstoelhuur**

Voor 2020 zijn de prijzen met gemiddeld 2.3% verhoogd, conform de prijsindex van de overheid. De prijzen van de activiteiten blijven hetzelfde. De prijzen van de maaltijden zijn iets verhoogd. Als mensen een rolstoel willen gebruiken voor een dag (deel) kan dat kosteloos. Willen mensen deze langer gebruiken dat kan dit gehuurd worden voor maximaal één week voor €12,50. In de Bijblijver staat een overzicht van alle prijzen.

### **9.Terugblik op de decembermaand**

Er wordt met plezier teruggekeken naar alle festiviteiten in de maand december. Toch zijn er naar aanleiding van de kerstmarkt wat aandachtspunten. Er staat een vergadering gepland met de facilitaire dienst om dit nog eens kritisch te bekijken en naar aanleiding daarvan verder afspraken te maken.

### **10.Rondvraag en sluiting**

- Graag een nieuwe microfoon, aangezien deze steeds uitvalt.
- Meneer Bakker gaat samen met Wima 4 mei voorbereiden.
- Er zijn vragen en onduidelijkheden omtrent de mondzorg.  
Mw. Vriens gaat hierin actie ondernemen.

De voorzitter bedankt iedereen voor haar en zijn aandacht. De volgende vergadering vindt plaats op dinsdag 3 maart om 13:30 in vergader-ruimte 1.



**Verslag vergadering van de Raad van Toezicht van Stichting  
Verzorgingshuis de Koperhorst, te Amersfoort Gehouden op maandag  
25 november 2019**

**Aanwezig:**

Raad van Toezicht/ Bestuurder:

Dhr. D.J. Bakker	Voorzitter Raad van Toezicht
Dhr. P.J. van den Boogaard	Lid Raad van Toezicht
Mw. S. Blokker	Lid Raad van Toezicht
Dhr. L. Kruiswijk	Lid Raad van Toezicht
Mw. D. Cuperus	Lid Raad van Toezicht
Mw. M. Meulmeester	Lid Raad van Toezicht
Mw. I.W.M. Vriens	Bestuurder, Raad van Bestuur

Cliëntenraad:

Dhr. F. Grabowsky	Lid Cliëntenraad, Wonen met zorg
Mw. M.G. Ruckert	Lid Cliëntenraad, Zorgservicewoningen
Mw. A. Noortman	Voorzitter Cliëntenraad
Mw. P. Aronstein	Secretaris Cliëntenraad, Seniorenwoningen
Dhr. H. Bakker	Lid Cliëntenraad, Seniorenwoningen
Dhr. L. Rooke	Lid Cliëntenraad, Groepswonen
Dhr. B. Burm	Lid Cliëntenraad

Overige:

Mw. M. Overberg	Cliëntenvertrouwenspersoon
Mw. A. Bos	Notulist

Afwezig met bericht:

Mw. J. Vellinga	Lid Cliëntenraad, Wonen met zorg
-----------------	----------------------------------

---

**Welkom en planning gesprek**

De voorzitter van de Raad van Toezicht (RvT), dhr. Douwe Jan Bakker opent de vergadering van de Raad van Toezicht van Stichting Verzorgingshuis de Koperhorst en heet de leden van de Cliëntenraad (CR) welkom. Er volgt een voorstelronde.

Afgesproken wordt om aan de hand van het verslag van het vorige gesprek, te spreken over ervaringen en werkzaamheden van de CR in het afgelopen jaar.

Vraag van de RvT: Hoe woont u of uw familielid hier? Woont u hier met plezier?  
Wat is er minder prettig?

CR: Een nadeel in de Seniorenwoningen is dat de appartementen niet over een open balkon beschikken. (Zijn inpandige balkons.)

RvT: Is er behoefte aan een klein stukje van de tuin om zelf te tuinieren? CR: Dergelijke signalen zijn niet ontvangen. Wel de vraag waarom er buiten wel fitnessstoestellen zijn en binnen niet. Hier is wel behoefte aan.

CR: De werkdruk van personeel aan het begin van het jaar was groot, nu is het opgelost en is er weer rust. Ook in de zomer en bij het openen van de nieuwe groepswonen groepen was het erg druk voor medewerkers en met alle nieuwe medewerkers en de benodigde uitzendkrachten.

CR: Mijn vrouw woont hier nu ruim een jaar op groepswonen en komt van Beweging 3.0. Wat ik zo fijn vind is dat zij in de Koperhorst zichzelf mag en kan zijn. Ze voelt zich hier thuis, met haar wensen wordt rekening gehouden en iedereen kent haar. Als ze wil kan ze bijv. uitslapen en lekker laat naar bed. Ze gebruikt nu ook bijna geen medicijnen meer. Dit allemaal in tegenstelling tot de jaren dat zij hiervoor op de verpleeghuisafdeling van Beweging 3.0 woonde.

RvT: hoe wordt u bij de zorg betrokken?

Lid CR: Ik help tussen de middag bij de warme maaltijd en het toiletteren van mijn vrouw, we wandelen een stuk en 's avonds kom ik weer terug en herhalen we dit programma weer. We hebben samen met medewerkers het zorgleefplan opgesteld.

Vraag van de RvT: Mensen komen hier vaak in crisis binnen, wat zou de KH kunnen doen om dit te voorkomen?

CR: Mensen voorbereiden op wat komen gaat, zoals de verhuizing en alles wat daar bij hoort.

Bestuurder: Sinds kort hebben we iemand die alle cliënten vooraf thuis een bezoek brengt en al samen met de toekomstige cliënt en hun familie in kaart brengt wie ze zijn, wat voor leven ze geleid hebben, waar ze behoefte aan hebben. Maar ook wat mogen en kunnen ze van ons verwachten en wat verwachten wij van familie?

CR: Wat mijn vrouw en mij heeft geholpen was het thuisbezoek van de contactverzorgende. Verder heb ik een keer of twaalf voorafgaand aan het inhuzen met mijn echtgenote de Koperhorst bezocht, om haar te laten wennen.

Verder reageert men snel, wat heel fijn is.

CR: Laat je familie of relaties de verhuizing regelen.

RvT: Onderlinge bejegening, hoe hebben we hier iets aan gedaan?

CR: Het gaat nu een stuk beter, mede doordat verschillende CR-leden zelf mondig zijn wanneer mensen zich onheus gedragen. Zorgmedewerkers vragen bewoners ook nadrukkelijk of de bewoner die zij komen brengen mag aanschuiven.

RvT: Wat is de tip van de CR voor bewoners: Niet meegaan in onvriendelijk gedrag, de vertrouwenspersoon evt. om hulp vragen en bij medewerkers aangeven dat er iets niet lekker loopt.

Ook de vertrouwenspersoon heeft een actieve rol. Zij nodigt nieuwe bewoners wel eens uit om samen naar beneden te gaan.

RvT: Weten mensen dat u in de CR zit?

CR: Ja, Steeds meer. Een van de CR-leden stuurt de nieuwe bewoners ook een welkomkaartje met info over de CR. We zouden wel terloops wat meer kunnen prikkelen, aan de koffie, bij activiteiten, vragen of er iets is wat we kunnen meenemen.

Tijdens een gesprek in het kader van de cliëntenraadpleging (door een onafhankelijk bureau) werden van de 8 bewoners er maar 3 door hun familie vertegenwoordigd. Dat is jammer.

Ook merkt de CR op dat familie het Bijblijvertje niet leest en dus nauwelijks weet wat er in de KH speelt of wat de CR doet. De betrokkenheid zou groter mogen zijn.

Bestuurder: Misschien kunnen we aanbieden het Bijblijvertje per e-mail aan mensen toe te sturen. CR: Dat kan een idee zijn.

CR: Restaurantbediening is voor verschillende bewoners nog een probleem, medewerkers geven aan dat zij verschillende bewoners eerst bedienen omdat zij anders hun beklag gaan doen bij de bestuurder. Mensen klagen soms ook wel erg snel.

Met het sterrendiner wordt met opzet een wisselend ritme in bedienen aangehouden. Sowieso fantastisch hoe ze dat doen.

RvT: Weet u waar u adviesrecht over heeft? Het is zo belangrijk dat u weet dat u en stem hebt?

CR: De sollicitatieprocedure rond de zorgmanager, de communicatie er om heen, hier werd de CR pas bij in een laat stadium bij betrokken. De bestuurder was vervolgens wel direct bereid om hierover in gesprek te gaan.

We zijn lid van de vereniging van cliëntenraden (LOC). We bespreken alles altijd voor en overleggen over agendapunten. We voelen geen schroom om kritische vragen te stellen aan de bestuurder. Verder informeert de bestuurder ons goed. We hebben ook de cliëntenraden binnen het lerend netwerk bezocht.

#### Rondvraag:

- Dhr. Bakker: prachtige en zeer druk bezochte herdenkingsdienst voor mensen die in het afgelopen jaar overleden zijn.
- Dhr. Rooke: Trots op de ambitie waar we vanuit de toekomstambitie naar streven.
- RvT: Fijn om zo'n enthousiaste CR te spreken.

Sluiting:

De voorzitter van de RvT dankt een ieder voor zijn bijdrage aan het gesprek en sluit de vergadering.

## Afval scheiden

In 2030 wil Amersfoort een afval loze stad zijn. Om dit te bereiken moeten we ons afval scheiden, dit maakt het mogelijk om alles opnieuw als grondstof te gebruiken. Minder restafval is goed voor het milieu, de gezondheid en houdt de inzameling van afval betaalbaar.

Wat betekent dit nu voor u en de Koperhorst:

Eind januari zijn er op het terrein van de Koperhorst nieuwe ondergrondse containers geplaatst. Daar kunt u, uw glas, karton en PMD afval kwijt. PMD staat voor Plastic Blik en Drinkpakken. In deze Bijblijver staat een bijlage waarop precies staat vermeld wat er in deze container mag en wat niet.

Het overige afval mag in de vuilniszak bij het restafval. Wat ook weer in de container mag worden gedeponerd.

Als u nog vragen heeft kunt terecht bij ondergetekende.

Robert Sakkers  
Facilitair manager



# In de week van 2 maart wordt uw woning bezocht door medewerkers van 1Regielabel

## Energielabels (woningen)

### Huidig energielabel

Het verplicht om bij verhuur van woningen een energielabel aan de huurder te overhandigen. Van daar dat de Koperhorst in de week van 2 maart medewerkers van 1regie label opdracht heeft gegeven de serviceflat en de senioren flat te inspecteren om te bepalen wat het energie label van de woning is.

Een meer specifieke planning volgt nog tevens zal er een medewerker van de technische dienst van de Koperhorst aanwezig zijn bij de inspectie

## Energie-Index (Woningen) - WWS

### Woningcorporaties en verhuurders met verhuureenheden onder de sociale huurgrens

Verhuurders welke woningen verhuren onder de sociale huurgrens zijn verplicht om voor elke wooneenheid een Energie-Index vast te stellen. Deze Energie-Index, vastgelegd in een Energie-Indexrapport, bepaald mede het aantal huurpunten (WWS) van een woning.

1Rgielabel.nl is BRL9500-01 gecertificeerd voor het uitvoeren van de werkzaamheden om een Energie-Indexcertificaat van een (huurwoning) af te geven. Voor diverse woningcorporaties stellen wij deze Energiecertificaten op, actualiseren wij deze en verzorgen wij het beheer van de data. Ook commerciële verhuurders met wooneenheden onder de sociale huurgrens maken op dit gebied gebruik van onze diensten.



Koppelstraat 95A  
5741 GB Beek en Donk  
www.1Rgielabel.nl

T 0492 82 00 90  
F 0492 38 48 72  
info@1Rgielabel.nl



# Wijkmobiel

Wist u dat de wijkmobiel doordeweeks ook in de avond rijdt tot 22.00 uur en u daar gebruik van kunt maken!

En een strippenkaart kunt aanschaffen bij de chauffeurs.

€2,- per enkele rit.

De wijkmobiel rijdt in de wijk Schothorst, Zielhorst en de Hoef.

Reserveren kan bij de receptie of u kunt bellen naar:

De chauffeurs brengen u met een glimlach van A naar B en terug.





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

### **BOODSCHAPPENDIENST 's HEERENLOOGROEP**

Elke **maandag** en **donderdagmiddag** om **14:00 uur** heeft u de mogelijkheid om mee te gaan met de boodschappenclub. Met maximaal vier deelnemers gaan we naar het winkelcentrum zodat u boodschappen kunt doen. Als u mee wilt, dient u zich minimaal een dag van te voren aan te melden.

### **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.

Voorbeelden van klussen:

- Het halen en brengen naar het restaurant, kapper en/of winkeltje.
- 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.

Voor alle bovenstaande diensten kunt u zich aanmelden op nummer:

**06-10457388**

aanmelden bij de receptie kan ook.



## ZING EN LUISTER MET ONS MEE

**Het nieuwe jaar is al weer een aantal weken oud.**

**Tijd voor ons werkgroepje om het zang – en luisteruurtje van zondag-avond 16 februari voor te bereiden.**

Voor de nieuwkomers in ons zorgcentrum is het goed te weten dat we twee-maandelijks een samenzang-uurtje organiseren in de recreatieruimte.

### **Wat gaan we doen?**

Elke samen-zangavond ziet er in de regel als volgt uit:

- ⑩ we zingen samen een achttal christelijke liederen;
- ⑩ we luisteren naar een korte overdenking;
- ⑩ we genieten tweemaal van een muzikaal intermezzo;
- ⑩ na afloop drinken we samen een (gratis) kopje koffie/thee.

Het liederen-programma bestaat uit: psalm/gezangen en liederen uit de bundel Opwekking en het Liedboek.

De avond begint om **19.45** uur en duurt in de regel een klein uur.

### **Korte overdenking en muzikaal intermezzo**

Halverwege de avond luisteren we naar een korte overdenking.

Het onderwerp van de overdenking spoort met het thema dat we in de bijeenkomst aanhouden.

Voor de afwisseling onderbreken we het programma tweemaal voor een muzikaal intermezzo. De ene keer is dat een optreden van een koor, een andere keer een muziekgezelschap, of een solist(e).

Buurtbewoners zingen met ons mee om onze stem te versterken.

### **Programma zanguurtje zondagavond 16 februari a.s.**

Het thema voor de bijeenkomst op 16/2 is op het moment dat u deze uitnodiging leest, nog niet vastgesteld.

Wel bekend is dat ds. A.O. Reitsema – oud-predikant van de Ontmoetingskerk

in Vathorst – de overdenking zal verzorgen.

Voor het muzikale gedeelte van de avond hebben we het Gospel-koor "Cellar

Gospel 70" bereid gevonden voor ons te zingen en te spelen.

### **Welkom!**

Overbodig te vermelden dat we uw komst zeer op prijs stellen. Ook als u nog niet eerder bent geweest, of u hebt weinig of niets met de kerk, sluit met ons samen de zondag af.

Geniet van het samenzijn, de liederen en de muziek.

We komen als kerkgangers met veel genoeg naar u toe.

Graag tot ziens, P. van den Enden.



# Dans Dans Dans



## DANS met Mariska! *Vanuit de stoel*



Het maakt blij.  
Het kan er voor zorgen te ontspannen en  
zorgen los te laten.  
Het maakt gelukkig.  
Het is goed voor het lichaam.  
Het is gezelligheid.  
Het is goed voor de werking van het brein.

Kortom wees erbij, mis het niet!!

— Ervaar! —

## DANS!

Drie keer per  
maand!

In het restaurant van  
de Koperhorst

Eerstvolgende data

Start: 15:30 uur

Dinsdag 4 februari

Dinsdag 11 februari

**Dinsdag 18 februari**

**16:00 uur**

Dinsdag 25 februari

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



# Wijkmuseum Soesterkwartier

Woensdag 11 maart

Vertrek 10:15 uur

Terugkomst ca. 15:00 uur

Onder de titel 'OUDE ACCESSOIRES' is hierbij de komende maanden een uitgebreide verzameling oude (antieke) schoenen, tassen, hoeden en bijbehorende sjaals en kettingen te zien.

Het merendeel daarvan dateert uit de jaren veertig en vijftig van de vorige eeuw en betekenen voor ouderen 'Een feest van herkenning'.

Onder het motto '75 JAAR BEVRIJDING' wordt tijdens deze expositie ook aandacht aan de bevrijding van het Soesterkwartier (in mei 1945) besteed.

## 0Met aansluiten een 3 gangen lunch bij Restaurant Bergzicht

- Vooraf: soepje naar keuze of huzarensalade
  - Pannenkoek naar keuze
- Dessert: Ijs of een lekker bakje koffie

**Kosten € 15,- ( wijkmuseum incl. Lunch)**

*Opgeven kan bij Mariska Hoosbeen, afdeling welzijn!*

*Wees er snel bij vol= vol!!*

*Rollator mogelijk, rolstoelen helaas niet.*



# Kunst en krijt

Groenatief

Kunst en krijt met Mariska

Groenatief

**Woensdag 19 februari**

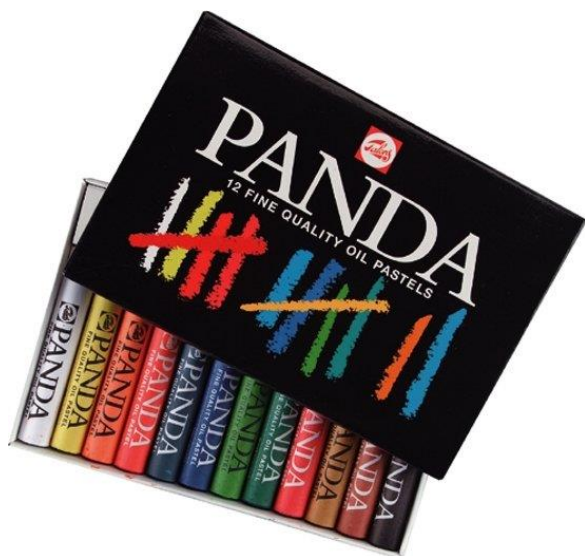
10:30 tot 11:30 uur

In de ruimte naast het kantoor van Wilma/ Mariska

U bent van harte welkom voor een bakje koffie/thee en te komen krijten!

Deelname is kosteloos!

Opgeven kan bij de activiteiten.



# GEZOCHT!

Bewoners om te gaan  
koersballen!



Vrijdagochtend van 10 tot 11 uur is er koersbal in het restaurant van de Koperhorst. Helaas is het aantal deelnemers naar beneden gekelderd.

We zoeken bewoners die het leuk vinden om te gaan koersballen en een gezellig uurtje samen bezig te zijn.

Er is begeleiding en ondersteuning aanwezig tijdens het uur.

**Kom gezellig een keer kijken en meedoen!**



## Uitnodiging Lezing

Vrijdag 7 februari zal Jan Carel van Dijk vertellen over de geschiedenis van het Amersfoortse garnizoen. Bent u geïnteresseerd in boeiende verhalen en prachtige beelden hierover? Kom dan om 10.15 uur naar zijn lezing in de Koperhorst.

In 1860 kreeg Amersfoort officieel een garnizoen, oftewel een vaste standplaats van legeronderdelen. Dat had te maken met de gunstige ligging in het centrum van het land, spoedig beschikbaar komende spooransluitingen en prima oefenterreinen in de directe omgeving. Sindsdien volgde een onstuimige groei, waardoor Amersfoort gedurende tientallen jaren zelfs het grootste garnizoen van Nederland had. Vandaag rest ons hier alleen nog de Bernhardkazerne.

Hoe dat allemaal verliep en welke gevolgen dit had voor de stad, wordt verteld aan de hand van prachtig beeldmateriaal.





## Aanmeldformulier creatieve middag - Bloemschikken

**Datum: 20 februari om 14:30 uur**

De kosten bedragen **€5,50** en kunnen op de dag zelf worden betaald met de pinpas.

Een bloempotje/ vaasje raden wij aan om zelf mee te nemen.



---

**Inleverstrook – inleveren bij de receptie voor 13 februari**

**Naam**

Bij deze wil ik :

mij aan-

melden voor de activiteit bloemschikken op 20 februari.

---



**Tot donderdag de 20<sup>e</sup>!**





## **Nederland viert 75 jaar vrijheid**

Dit jaar is het 75 jaar geleden dat Nederland bevrijd werd. Hier zal in heel Nederland bij worden stilgestaan. En ook de stad Amersfoort is actief in de festiviteiten omtrent 75 jaar vrijheid.

Uiteraard zal de Koperhorst hier ook extra aandacht aan besteden.

Houdt u daarom vooral de Bijblijver en de affiches in de liften in de gaten wat betreft de extra activiteiten omtrent dit onderwerp.

In de Koperhorst wonen ouderen die hun eigen persoonlijke herinneringen aan die tijd hebben. Het is van groot belang dat deze geschiedenis wordt overgedragen aan jongere generaties voor wie vrijheid vanzelfsprekend is .

Dat vrijheid niet vanzelfsprekend is voor de oudere generatie blijkt ook uit de jaarlijkse dodenherdenking waarbij we degene herdenken die ons ontvallen zijn in de tweede wereld oorlog.

Sinds enige jaren organiseert de Koperhorst ook een dodenherdenking waarbij iedereen welkom is om met elkaar te herdenken en verhalen te delen. De voorbereidingen hiervoor zijn inmiddels in volle gang.

**75**  **JAAR**  
**VRJHEID**

# Feestmenu

Geachte cliënten,

Wanneer u iets te vieren heeft, willen wij u graag de gelegenheid geven om bij ons een feestmenu te bestellen.

De medewerkers van het restaurant staan voor u klaar om u te helpen met het invullen van de desbetreffende formulieren.

- ◇ Wanneer u normaal ook gebruik maakt van onze maaltijdvoorziening (Zorg en VPT) dan zijn er geen meerkosten voor dit feestmenu.
- ◇ Cliënten uit de senioren- en serviceflats betalen het vaste maaltijdbedrag van € 6,30\*.
- ◇ Uw eerste gast mag gratis van dit feestmenu genieten.  
Vanaf uw tweede gast brengen wij een bedrag van € 19,75\* (per gast) in rekening.
- ◇ Aanvragen: graag **2 weken voor de desbetreffende dag**.  
Dit i.v.m. de leveringstermijn van de benodigde ingrediënten van uw feestmenu.
- ◇ Veranderingen kunt u tot **uiterlijk 1 week voor de desbetreffende dag** doorgeven aan de teamleider van het restaurant. Hierna zal het oorspronkelijke aantal doorgegeven diners aan u worden berekend.
- ◇ U kunt er natuurlijk ook voor kiezen om mee te eten met het desbetreffende keuzemenu van die dag.  
Mocht u hier met meer dan 4 gasten gebruik van willen maken, dan vragen wij u om dit **1 week voor de desbetreffende dag** - aan de teamleider van het restaurant door te geven.  
Wij wensen u een hele fijne dag met een smakelijk diner toe.



Het keuken- en restaurantteam

\* prijzen zijn geldig t/m 01-01-2021

## **Gastvrijheid in de Koperhorst !**

Houdt u van lekker eten en bent u 55+?  
Op woensdag 26 februari 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) :***

**€ 14,90 voor cliënten van het verzorgingstehuis**

(bij afzegging van de reguliere maaltijd ontvangt u een waardebon en hoeft u slechts € 8,50 bij te betalen)

**€ 14,90 voor flatbewoners**

**€ 20,25 voor wijkbewoners, familieleden en gasten**



Restaurant open: 16.30 uur  
Begin maaltijd: 17.00 uur

### **MENU**

\*\*\*

Wildsalade

*(hert-haas-zwijn-spekjes-preiselbeeren-paddenstoelen)*

\*\*

Bisque

*(soep van garnalen met crème fraîche)*

\*\*

Couscous met kalfssukade, kalfsjus en gemengde groente  
*(wortel, bleekselderij, courgette, ui en paprika)*



\*\*\*

Cheesecake

\*\*\*

Koffie

\*\*\*



Reserveren voor het sterrendiner kan tot 24 februari bij de receptie.

**Bewoners kunnen vanaf 29 januari reserveren en gasten vanaf 12 februari.**

Wilt u dan ook uw eventuele dieetwensen doorgeven?  
Telefoon: 033 - 472 62 14 Wees er snel bij, want vol=vol!

# Terugblik activiteiten januari

**2 januari**

## Nieuwjaarsreceptie

Donderdagmiddag hebben we geproost op het jaar 2020 en gekeken naar het afgelopen jaar vol veranderingen en mooie momenten.

Het was fijn om met zoveel mensen samen te zijn.

Proost op een goed jaar!



**12 januari**

## Optreden

Op zondag 12 januari hebben we mogen luisteren en genieten van Kwartet **Arco Ma Non Troppo**.

Vier vrouwen ( drie violisten en één cellist) hebben ene mooi programma voorbereid voor de Koperhorst. We hebben genoten van hun muzikaliteit!



**20 januari**

## Optreden

Op maandagmiddag heeft **Saskia Paërl** een optreden gegeven in de Koperhorst. Haar uitstraling, gekleed in een prachtige jurk maakte de bewoners het nog mooier om naar te kijken. Ook van haar zangkwaliteiten hebben wij mogen genieten. Het was een erg gezellige middag!



# Vooruitblik februari

Op vrijdag 7 februari geeft dhr. van Dijk een lezing over het Amersfoorts Garnizoen.

In 1860 kreeg Amersfoort officieel een garnizoen, oftewel een vaste standplaats van legeronderdelen. Dat had te maken met de gunstige ligging in het centrum van het land, spoedig beschikbaar komende spooransluitingen en prima oefenterreinen in de directe omgeving. Sindsdien volgde een onstuimige groei, waardoor Amersfoort gedurende tientallen jaren zelfs het grootste garnizoen van Nederland had. Vandaag rest ons hier alleen nog de Bernhardkazerne.

Hoe dat allemaal verliep en welke gevolgen dit had voor de stad, wordt verteld aan de hand van prachtig beeldmateriaal. Dhr. van Dijk is een boeiende verteller, en een bezoek aan deze lezing is zeer de moeite waard.

Iets van hele andere orde, maar heel gezellig is de jaarlijkse Carnavalsavond op donderdag 20 februari. Het carnaval zal hier op spectaculaire wijze geopend door de carnavalsvereniging de Keuters. Samen met het blaasorkest Neuzenvreugde belooft het een vrolijke en muzikale avond te worden.



## Zaterdag 1 februari

10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte

14:30 uur: Café

16:30 uur: Katholieke viering in de kapel met aansluitend koffiedrinken



## Zondag 2 februari

10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte

**Valentijnsactie van de Baptistengemeente**

Koffie drinken in de ontmoetingsruimte

14:30 uur: Café



## Maandag 3 februari

10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte

10:15 uur: Koersbal in de ontmoetingsruimte voor groepswonen

**14:00 uur: Repaircafé**

14:30 uur: Café

**17:00 uur: Kookclub in de Hilt**



## Dinsdag 4 februari

10:00 uur: Repetitie Koperhorst koor in de ontmoetingsruimte

Koffie drinken in de ontmoetingsruimte

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

Café

15:30 uur: Samen dansen in het restaurant

19:00 uur: Koffie drinken in de hal



## Woensdag 5 februari

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 ruimte van 's Heeren Loo,  
opgeven voor deelname bij de activiteitenbegeleiding

Handwerken in de ontmoetingsruimte

14:30 uur: Café

Gymnastiek in de ontmoetingsruimte voor minder mobiele cliënten

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

**19:00 uur: Bingo in de ontmoetingsruimte**



## Donderdag 6 februari

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



## Vrijdag 7 februari

- 10:00 uur: **Lezing in cursusruimte 1 over het Amersfoortse Garnizoen**  
Koersbal voor flatbewoners in de ontmoetingsruimte  
Koffie drinken in de ontmoetingsruimte  
14:30 uur: Café  
15:30 uur: Tapasbar



## Zaterdag 8 februari

- 10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte  
14:30 uur: Café  
16:30 uur: Protestante viering met aansluitend koffie drinken



## Zondag 9 februari

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



## Maandag 10 februari

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



## Dinsdag 11 februari

- 10:00 uur: Repetitie Koperhorst koor in de ontmoetingsruimte  
Koffie drinken in de ontmoetingsruimte
- 14:30 uur: Varia in de ontmoetingsruimte: **spelletjes en nagels lakken**  
Café
- 15:30 uur: Samen dansen in de ontmoetingsruimte
- 19:00 uur: Koffie drinken in de hal



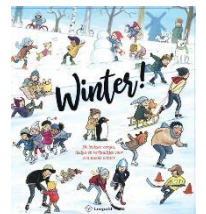
## Woensdag 12 februari

- 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 ontmoetingsruimte  
Schildersgroep in de ruimte van 's Heeren Loo,  
opgeven voor deelname bij de activiteitenbegeleiding
- 14:30 uur: Gymnastiek in de ontmoetingsruimte voor minder mobiele  
cliënten  
Café
- 15:15 uur: Gymnastiek in de ontmoetingsruimte voor mobiele cliënten



## Donderdag 13 februari

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



## Vrijdag 14 februari, *valentijnsdag*

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



## Zaterdag 15 februari

- 10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte
- 14:30 uur: Café
- 16:30 uur: Katholieke viering in de kapel met aansluitend koffiedrinken





## Zondag 16 februari

10:00 uur: koffiedrinken in de ontmoetingsruimte

14:30 uur: Café

**19:45 uur: Samen zingen in de ontmoetingsruimte**



## Maandag 17 februari

10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte

10:15 uur: Koersbal in de ontmoetingsruimte voor groepswonen

14:30 uur: **Optreden in de ontmoetingsruimte: Harald Veenstra**

Schaakclub en canasta in het café

Café

**17:00 uur: Bakgroep in de Hilt**



## Dinsdag 18 februari

10:00 uur: **Verkoopochtend in de hal: van ter Meij ondermode**

Koffie drinken in de ontmoetingsruimte

Repetitie Koperhorst koor in de ontmoetingsruimte

14:30 uur: Varia in de ontmoetingsruimte: **kleine bingo**

Café

**16:00 uur:** Samen dansen in de ontmoetingsruimte

19:00 uur: Koffie drinken in de hal



## Woensdag 19 februari

9:30 uur: Sjoelen in de ontmoetingsruimte

10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte

Bloemenman in de hal

**10:30 uur: Kunst met krijt in de ruimte van 's Heeren Loo**

14:00 uur: Handwerken in de ontmoetingsruimte

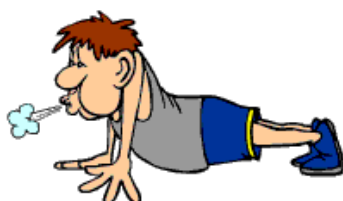
Schildersgroep in de ruimte van 's Heeren Loo,

opgeven voor deelname bij de activiteitenbegeleiding

14:30 uur: Gymnastiek in de ontmoetingsruimte voor minder mobiele cliënten

Café

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



## Donderdag 20 februari



- 10:00 uur: **Verkoopochtend in de hal: H en A mode**  
Koffie drinken in de ontmoetingsruimte
- 10:30 uur: Bewegen op muziek voor groepswonen in de Koperwiek
- 14:00 uur: Klaverjassen in de ontmoetingsruimte
- 14:30 uur: Café
- 14:30 uur: Creatieve middag in de ontmoetingsruimte: **bloemschikken**  
**Wij vragen € 5,50 bijdrage voor de materiaalkosten.**  
**U moet zelf een bakje meenemen.** *Voor cliënten is deze activiteit op de materiaalkosten na gratis.*
- 19:30 uur: **Carnaval in de ontmoetingsruimte**



## Vrijdag 21 februari

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



## Zaterdag 22 februari

- 10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte
- 14:30 uur: Café
- 16:30 uur: Protestante viering in de kapel met aansluitend koffiedrinken



## Zondag 23 februari

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



## Maandag 24 februari

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



## Dinsdag 25 februari

- 10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte  
Repetitie Koperhorst koor in de ontmoetingsruimte  
14:30 uur: Varia in de ontmoetingsruimte: **spelletjes en nagels lakken**  
Café  
15:30 uur: Samen dansen in de ontmoetingsruimte  
19:00 uur: Koffie drinken in de hal



## Woensdag 26 februari

- 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 ontmoetingsruimte  
Schildersgroep in de ruimte van 's Heeren Loo,  
opgeven voor deelname bij de activiteitenbegeleiding  
14:30 uur: Café  
**17:00 uur: Sterrendiner in de ontmoetingsruimte**



## Donderdag 27 februari

- 10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte  
10:30 uur: Bewegen op muziek voor groepswonen in de Koperwiek  
14:00 uur: Klaverjassen in de ontmoetingsruimte  
14:30 uur: Café  
14:30 uur: Creatieve middag in de ontmoetingsruimte: **tasje met  
chocolade**  
19:00 uur: Koffie drinken in de hal



## Vrijdag 28 februari

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



## Zaterdag 29 februari

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



## Prijzen Koperhorst activiteiten 2020

- 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 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
Dansen vanuit de stoel	€ 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.	€ 6,50 excl. dranken
Cursussen	variabel	variabel
Uitstapjes	variabel	variabel
Schaken/dammen	gratis	gratis
Koersbal	gratis	gratis
Klaverjassen	gratis	gratis
Biljartclub	gratis	gratis
Wijkinloop 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/introduc e.



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.

## **Duo-fiets**

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 Mevrouw Peet 033-4331800.



## **PRIJSLIJST MAALTIJDEN 2020**

Driegangen keuzemenu middag bewoners en wijkbewoners	:	€ 6,30
Driegangen keuzemenu middag gasten	:	€ 7,50
Driegangen menu avond	:	€ 6,30
Bezorgtoeslag thuis per keer	:	€ 0,70
Kop Soep	:	€ 1,70
Verse maaltijd uit de diepvries	:	€ 5,75

## **STERRENDINER**

Voor flatbewoners incl. 2 drankjes	:	€ 14,90
Voor wijkbewoners/familie/gasten incl. 2 drankjes	:	€ 20,25
Voor cliënten uit de zorg en cliënten met VPT		
Incl. 2 drankjes geldt: Wanneer u dagelijks gebruik maakt van de reguliere maaltijd in de Koperhorst, kunt u bij de receptie een <u>waardebon</u> afhalen. Tegen inlevering van deze bon betaald u voor de maaltijd	:	€ 8,50

## **VERJAARDAGSMENU**

Voor flatbewoners incl. 1 drankje	:	€ 6,30
Voor cliënten uit de zorg en cliënten met VPT met 1 drankje:		gratis
Voor de cliënten uit de Koperhorst geldt, dat hun EERSTE gast gratis is.		
Voor overige gasten	:	€ 19,75

## **PRIJSLIJST CAFÉ 2020**

Frisdranken	:	€ 0,80
Tomatensap/Chocolademelk/Vruchtensap	:	€ 1,10
Sinaasappelsap vers	:	€ 1,30
Advocaat	:	€ 1,55
Bier	:	€ 1,35
Wijn	:	€ 1,55
Gedistilleerd	:	€ 1,95

## **PRIJS ALARMERINGSMATERIALEN ZORG THUIS**

Hals/polsalarm per maand	:	€ 9,00
--------------------------	---	--------

## **TARIEF TECHNISCHE DIENST 2020**

Per 15 minuten (huurders)	:	€ 10,25
Per uur	:	€ 39,50

## **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 teamverpleegkundige bespreken.

De kosten hiervoor bedragen per uur:

* Persoonlijke verzorging	:	€ 53,50
* Verpleging	:	€ 74,25
* Dagdeel Koperwiek	:	€ 37,00
* Bewegingsmelder	:	€ 22,50 per maand
* Huishoudelijke zorg	:	€ 20,00
* Logement Heerepoortje zorgkosten	:	€ 40,00 excl.
* Logement Heerepoortje maaltijden	:	€ 11,50 per dag.
* Logeerkamer	:	€ 54,00 per nacht
* Rolstoel, maximaal 1 week	:	€ 12,50 per week



## Overzicht voorzieningen en dienstverlening de Koperhorst

<b>Afvalscheiding</b>	Glas in de glasbak. Oud papier in de container. PMD in de PMD container (zie overzicht wat er in PMD gaat) De rest bij het restafval in vuilniszak in betreffende container deponeren.
<b>Batterijenbox</b>	Voor het inleveren van uw batterijen - 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. - begane grond, hal -
<b>Cliëntadviseur</b>	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
<b>Cliëntenraad</b>	Heeft u vragen of opmerkingen voor de Cliëntenraad dan kunt u een boodschap in het groene brievenbusje in de hal doen.
<b>Coupeuse</b>	Reparatie- of veranderwerk van uw kleding: Mw. v. d. Steen 033 – 475 31 17 Uw kleding wordt gehaald en teruggebracht
<b>Diëtisten Midden Nederland</b>	Laura Hilhorst te bereiken op 06 - 27 54 46 21 Fax: 033 - 533 63 94 <a href="http://www.dietistenmn.nl">www.dietistenmn.nl</a>
<b>Fysiotherapie.</b>	Elke dag is er een fysiotherapeut van MTC de Fysioclub in de Koperhorst aanwezig. Iris Fischer is op maandag/woensdag/vrijdag aanwezig en Sandra Beijk op dinsdag en donderdag. Indien behandeling gewenst is (met of zonder verwijzing) dan kunt u dat aan de receptie of de verzorging doorgeven. Iris of Sandra zal dan contact met u opnemen voor een afspraak.



<b>Helpdesk automatisering</b>	Aanwezig alleen op afspraak via de activiteitenbegeleiding – in de hal –
<b>Huisartsenpraktijken</b>	Huisartsenpraktijk Sagenhoek, Paladijnenweg 613, 3813 KD, Amersfoort <a href="tel:033-472-5000">033 - 472 5000</a> Huisartsenpraktijk Orion, Ringweg Koppel 15 3813 BA Amersfoort <a href="tel:033-479-0000">033 - 479 0000</a>  Beide praktijken zijn geopend voor patiënten die wonen in de Koperhorst
<b>Identiteitskaart maken</b>	Aanvragen van een ID kaart kan, indien men zelf niet naar gemeente huis kan voor aanvraag, door iemand anders gedaan worden. Voor verdere informatie kunt u de gemeente bellen : 14033
<b>Kapsalon Silvester</b> (dames- en herenkapper)	Donderdag van 8.30 uur tot 17.00 uur Gaarne een afspraak maken via de receptie - kapsalon, parterre –
<b>Kerkdiensten</b>	1 <sup>e</sup> Zaterdag van de maand een heilige communiedienst, om 16.30 uur. 2 <sup>e</sup> Zaterdag van de maand een protestantse kerkdienst om 16.30 uur. 3 <sup>e</sup> Zaterdag van de maand een eucharistieviering om 16.30 uur. 4 <sup>e</sup> Zaterdag van de maand een protestantse kerkdienst om 16.30 uur. - in de ontmoetingsruimte -
<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 Tandartspraktijk</b>	Zalmweg 1-B 4941 VX Raamsdonksveer Telefoon: 088 – 93 66 300 E-mail: <a href="mailto:info@mondzorgplus.nl">info@mondzorgplus.nl</a> Aanwezig op afspraak

<b>Opticien</b>	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
<b>Orthopedische schoentechniek</b>	Hanssen footcare 033 - 456 02 62 U kunt bellen om een afspraak te maken.
<b>Pedicure</b> (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 -
<b>Radio-uitzendingen</b> (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
<b>Receptie</b>	Dagelijks van 7.30 tot 22.00 uur
<b>Repair café</b>	Elke 1 <sup>e</sup> maandag van de maand. Van 14.00 – 16.00 uur in de Ontmoetingsruimte
<b>Restaurant</b>	Dagelijks bent u vanaf 12.00 uur van harte welkom in het restaurant. U kunt alleen contactloos of met pinpas afrekenen. Er is ook een avondmaaltijd mogelijk van 16.30-17.30 uur. Opgeven voor deze dagelijkse maaltijden is niet nodig.
<b>Schoonheidsspecialiste</b>	Aanwezig op dinsdag. Gaarne een afspraak maken via mobiele nummer 06 – 47 95 61 72 - kapsalon/pedicure, parterre -

<b>Technische dienst</b>	Reparaties opgeven via receptie
<b>Trombosedienst</b>	Dinsdag- en donderdagochtend - 8.15 uur - 9.00 uur in de hal -
<b>Verjaardag/feesten</b>	U kunt bij ons ook uw feestje organiseren, voor reserveringen en vragen kunt u terecht bij de huishouding parterre.
<b>Veilig thuis/ Ouderenmishandeling</b>	Voor hulp en advies kunt u contact opnemen met het steunpunt Veilig Thuis, bereikbaar via telefoonnummer 0800-2000
<b>Vertrouwenspersoon</b>	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 <a href="mailto:koperhorst.vertrouwenspersoon@gmail.com">koperhorst.vertrouwenspersoon@gmail.com</a>
<b>Voetreflex- Massage</b> (Inge Waardenburg)	Dinsdag aanwezig. Afspraak maken kan via 06-23044199 of, via <a href="mailto:reflexplus@outlook.com">reflexplus@outlook.com</a>
<b>Vuilnis ophalen</b>	Woensdag vanaf 11.00 uur seniorenflat Vrijdag vanaf 11.00 uur serviceflat Alleen vuilnis, geen glas- of papierwerk (zie onder kop "Glasbakken")
<b>Wasserij t.b.v. het verzorgingshuis</b>	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 22.00 uur rijdt in de wijken Schothorst/Zielhorst en De Hoef de wijkmobiel. Een kleine elektrische auto die u van deur tot deur brengt. Een ritje kost € 2,00. U kunt minimaal een dag van tevoren 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](mailto: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  
Renske Versteeg en Ingrid Kramer  
U kunt kopij sturen naar [info@koperhorst.nl](mailto:info@koperhorst.nl)  
of afgeven bij de receptie. Kopij inleverdatum: **25 februari 2020**