



*de koperhorst*

*Het  
Bijblijvertje*

*in corona-tijd*

*MEI 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 5

UITGAVE MEI 2020

### INHOUD:

Wat te doen bij brand

Inhoud

Van de directie

Jaarverslag Cliëntenraad

Rookbeleid en uitslag Koperhorst puzzel april

Ineens ben ik in tranen

Herinnering aan

Gedicht

Moederdag

Bevrijdingsdag-quiz

Bewegen in de tuin

Terugblik activiteiten april

Vooruitblik mei

Overzicht voorzieningen



## **Van de directie**

We hebben net de Koningsdag achter de rug, omgedoopt tot woningsdag..... De zon scheen, het was prachtig weer en toch mochten we er niet uit. Niet gezellig met uw kinderen een oranje tompouce eten op een terrasje, kijkend naar alle vrolijkheid in de stad.

Maar wel om 10 uur op de parkeerplaats een aantal musici die daar prachtig het Wilhelmus ten gehore brachten en we uit volle borst mee konden zingen, heerlijke oranje tompoucen met een glaasje oranjebitter en 2 mooie optredens in de tuin. Zoveel aandacht hebben we nog nooit op Koningsdag gehad!

De Koperhorst is alweer 6 weken dicht.

6 weken geen bezoek van uw kinderen.

6 weken geen arm om je schouder.

6 weken geen wandelingetje buiten de Koperhorst.

6 weken geen kerk, geen boodschapjes doen, geen feest vieren.

We merken dat het voor een aantal bewoners en vooral voor uw familie moeilijk is en dat begrijpen en voelen we maar al te goed, want ook wij leven alleen tussen thuis en werk.

Toch zie ik dat we er met zijn allen wat goeds van proberen te maken en de schouders eronder zetten, u als bewoner, wij als medewerkers, maar ook uw familie en de hele samenleving.

Het is fijn om te zien dat we weer van kleine dingen kunnen en mogen genieten. Een wandelingetje in de tuin, even lekker in de zon zitten, samen

- op gepaste afstand – een kopje koffie drinken.

Het is hartverwarmend om te zien wat we allemaal aangeboden krijgen aan bloemen, kaarten, plantjes, en heel veel optredens van verschillende artiesten.

Als je je realiseert hoe open onze huidige samenleving is, hoe iedereen probeert, op zijn eigen wijze, binnen zijn mogelijkheden, mee te werken om het virus te bestrijden met de maatregelen die nodig zijn. We doen het samen; samen strijden we tegen een onzichtbare vijand en dat geeft een groot gevoel van saamhorigheid.

Er zijn berichten die erop wijzen dat de anderhalve meter samenleving nog een poos zal duren. Maar ook dat we samen aan het zoeken zijn, hoe kunnen we het toch weer menselijker maken. Hoe kan toch uw zoon of dochter weer op bezoek komen, kan de Koperwiek weer open? Kunnen we voor bepaalde groepen in de Koperhorst weer bepaalde activiteiten oppakken? Wij denken er al over na, maar zijn wel afhankelijk van wat het kabinet uiteindelijk beslist. Dus voor nu nog gewoon afwachten.

Tot op heden komen we er als Koperhorst heel goed doorheen. Nog geen enkele bewoner is, op dit moment en dat is eind april, ziek geworden van het corona virus. Ik beseft me dat dit morgen anders kan zijn. Maar we doen er alles aan om het te voorkomen. Dat is ook de reden dat sommige bewoners toch een periode verzorgd worden door medewerkers in beschermende kleding. Als ze klachten hebben die lijken op de klachten die bij het virus horen wordt in overleg met de huisarts besloten of een bewoner getest wordt. Gelukkig zijn, tot op heden, al de uitslagen van de testen negatief geweest en konden we ook weer stoppen met alle maatregelen. Dit zelfde geldt voor medewerkers, zodra ze enige klachten vertonen moeten ze naar huis en worden ze getest. Ook daar blijkt dat er tot op heden pas 1 medewerker positief getest is en nu thuis aan het uitzieken is.

Ook het gewone leven gaat door.

4 en 5 Mei komen eraan. Ook die dagen zullen anders zijn dan andere jaren. Niet alleen omdat het 75 jaar geleden is dat we bevrijd zijn maar ook omdat we niet samen in een grote groep kunnen herdenken.

Wilma Polhoud heeft samen met de heer Bakker en mevrouw Ruckert voor 4 mei een mooi herdenkingsboekje gemaakt. Er zal net voor 20.00 uur een taptoe geblazen worden en na 2 minuten stilte zullen we samen, ieder vanaf zijn eigen balkon of voor het raam het Wilhelmus zingen.

Om, binnen de mogelijkheden van deze maatregelen, u en uw familie toch met elkaar in contact te brengen kan u via de telefoon en een raam, met elkaar in contact komen. De plek waar u met elkaar kunt 'raambellen' is de ruimte links naast de ingang voorbij de daar aanwezige fietsenstalling. Daar zijn de ramen groot en is er voor u, bewoners en familie meer privacy. Binnen is het een afgesloten ruimte waar u als bewoner rustig kunt zitten en met uw familie spreken. Dagelijks tussen 12.00 - 17.00 uur kan daar gebeld worden. De belafsprake is maximaal een half uur. Het is wel belangrijk dat u op tijd, via de receptie een tijdsblok reserveert.

Per 1 juli wordt de huurverhoging van de flats weer doorgevoerd. Alle bewoners die dit aangaan hebben een brief ontvangen over de huurverhoging. Dit jaar is de huurverhoging voor alle bewoners van de flats en de appartementen bij Wonen met Zorg 2.6%. We blijven zo onder de liberalisatiegrens zodat u, als uw inkomen dit toelaat, huurtoeslag kan aanvragen. De afrekening van de servicekosten over 2019 en de hoogte van de servicekosten over 2020 ontvangt u separaat in mei of juni.

In deze bijblijver is het jaarverslag van de Cliëntenraad te lezen.

Ik wens u allen een mooie meimaand en laten we met elkaar het beste ervan maken ook in deze tijd.

I.W.M. Vriens, Bestuurder

## Jaarverslag Cliëntenraad

### Medezeggenschapsstructuur

Binnen de Koperhorst functioneert een Cliëntenraad van negen leden, met een samenstelling die een afspiegeling vormt van de zorgvragers binnen de Koperhorst. 50% van de Cliëntenraad bestaat uit cliënten die in de Koperhorst wonen. 50% bestaat uit familieleden. De Cliëntenraad wordt bijgestaan door de vertrouwenspersoon uit de Koperhorst.

### Taken en werkwijze Cliëntenraad

De Cliëntenraad heeft jaarlijks een budget waaruit het lidmaatschap van de LOC en lopende uitgaven worden gefinancierd. In 2019 was het budget toereikend en vormde voor de Cliëntenraad geen aanleiding tot discussie.

De Cliëntenraad kwam in 2019 negen keer bijeen voor onderling overleg. Tijdens deze vergaderingen werden o.a. de vergaderingen met de bestuurder voorbereid. Bij deze vergaderingen was de cliëntenvertrouwenspersoon aanwezig om de Cliëntenraad terzijde te staan. In totaal waren er acht vergaderingen tussen de Cliëntenraad en de bestuurder. Bij een van deze vergaderingen is de accountmanager van het Zorgkantoor Utrecht aangeschoven. Tevens was er een vergadering met de Raad van Toezicht van de Koperhorst en heeft de Cliëntenraad een overleg gehad met de ondernemingsraad. In mei 2019 is de heer Roossien plotseling overleden. Dit was wel een schok voor de leden van de cliëntenraad.

### Samenstelling Cliëntenraad per 31 december 2019

De Cliëntenraad is opgebouwd uit vier intramurale zetels, vier zetels vanuit de flats en een onafhankelijke voorzitter.

Leden:

Mw. A. Noortman	Voorzitter
Mw. P. Aronstein	Lid, Seniorenwoningen
Dhr. H. Bakker	Lid, Seniorenwoningen
Dhr. J. Roossien tot mei 2019	Lid, Zorgservicewoningen
Vacature	Lid, Zorgservicewoningen
Mw. M.G. Ruckert	Lid, Zorgservicewoningen
Dhr. B. Burm	Lid, Groepswonen
Dhr. L. Rooke	Lid, Groepswonen
Dhr. F. Grabowsky	Lid, Wonen met zorg
Mw. J. Vellinga	Lid, Wonen met zorg
Mw. M. Overberg	Cliëntenvertrouwenspersoon
Mw. Polhoud	Notulist

### Gesprek met de Cliëntenraad van Lyvore en Pieters en Bloklandsgasthuis

De Koperhorst vormt, samen met Lyvore en het Pieters en Bloklands Gasthuis, een lerend netwerk. Vanwege veranderingen bij Lyvore heeft er in 2019 geen overleg plaatsgevonden. Een nieuw overleg staat gepland voor 2020.

### Gesprek met de Raad van Toezicht In

het gesprek kwam aan de orde:

- Waarom woon je of je familielid hier?

- Bejegening tussen bewoners onderling: T.o.v. vorig jaar geeft de Cliëntenraad aan dat dit beter gaat. Zij spelen daar ook zelf een positieve rol in, naast dat medewerkers er meer oog voor hebben.
- Het vervangen van de puien: Het is een stuk aangenamer geworden in de woningen door de betere isolatie.
- De Cliëntenraad ervaart de zorg als liefdevol en warm. Het werd als heel fijn ervaren dat je met 'Caren zorgt' de rapportage in het zorgdossier kunt lezen om te zien hoe het met je familielid gaat. Er wordt alert gereageerd als je een bericht stuurt. De sfeer op de Groepswonen afdelingen is heel goed en er is belangstelling en aandacht voor mantelzorgers. Het is wel jammer dat er soms met uitzendkrachten gewerkt moet worden. Dat merk je gelijk op de afdeling. Op de Groepswonen-afdelingen investeren medewerkers in een goede relatie tussen bewoners onderling, medewerkers en bewoners. De Cliëntenraadsleden geven aan dat zij het erg fijn vinden om in de Koperhorst te wonen, dan wel de Koperhorst als een heel warm thuis voor een ouder ervaren. Ook is het prettig om ervaringen in de Cliëntenraad te kunnen delen.
- Cliëntenraadpleging: goed dat het door een onafhankelijk bureau georganiseerd wordt en door een groepsgesprek ook heel laagdrempelig is. Jammer dat van sommige groepen er zo weinig familieleden waren. Je krijgt dan niet een goed beeld.
- Familiebijeenkomsten op afdelingsniveau: Die worden, bij de intramurale teams, regelmatig gehouden. Men vindt dit prettig, informatief en gezellig.
- Samenwerking met de bestuurder is goed volgens de Cliëntenraad. Men krijgt de juiste informatie, er wordt geluisterd en als iets niet kan wordt er goed over gesproken.

• **Adviesaanvragen neergelegd bij de Cliëntenraad en positief beoordeeld:**

- De evaluatie van het Kwaliteitskader verpleeghuiszorg 2019 en de aanpassing van de deelplannen voor 2020 zijn besproken. Ook de invulling van de extra gelden uit het Kwaliteitskader zijn besproken. De Cliëntenraad was het eens met het voorstel van de bestuurder om extra leerlingen op te leiden en in te zetten, medewerkers te scholen en de verpleegkundigen sterker in te zetten.
- De herpositionering van de organisatie: Dit is enkele malen aan de orde geweest. Met de Raad is door de bestuurder gedeeld waarom het wenselijk was om de organisatie van de verzorging anders te gaan positioneren. Ook het versterken van de plek leren/ ontwikkelen en kwaliteit is besproken en erkend. De Cliëntenraad heeft een adviesaanvraag positief beoordeeld om de organisatie anders te gaan organiseren en het MT compacter te maken.
- De cliëntenraad heeft positief geadviseerd over het aanstellen van de Manager Zorg. Wel is afgesproken dat ze na een half jaar wederom een gesprek met de manager zorg wilden voeren.
- De rol en werkzaamheden van het verpleegkundig team is besproken en ter advisering neergelegd. De cliëntenraad was er positief over. Ze zien dat op deze wijze de kwaliteit van zorg, die steeds complexer wordt, beter geborgd kan worden.
- De cliëntenraad was positief over de inzet van huishoudelijk medewerkers met een certificaat om ook zorg-gerelateerde handelingen te doen zoals het ondersteunen bij wassen en aankleden. Zij gaven wel aan dat ze vinden dat bewoners de keuze moeten blijven houden of hun huishoudelijk medewerker bij hen wel / geen zorgactiviteiten verricht. Afgesproken is dat het te allen tijde met de bewoner overlegd zal worden.
- De jaarrekening 2018 en de begroting 2020 zijn met de Raad besproken en positief beoordeeld.
- Het jaarverslag 2018 en de jaarplannen 2020 zijn besproken en de cliëntenraad heeft zijn instemming gegeven.

### Onderwerpen besproken door Cliëntenraad en bestuurder:

- De manier waarop een cliënttevredenheidonderzoek wordt gehouden, is besproken. Er is gekozen voor groepsgesprekken per team met cliënten en familie. Deze gesprekken waren in november/december. De uitslag van het onderzoek is begin 2020 bekend. Men vond de gesprekken goed en met inhoud, alleen voor de cliënten van de flats was de groep te groot en zouden twee interviewers wenselijk geweest zijn. Voor 2020 is afgesproken de raadpleging wat vroeger in het jaar te houden. Voor de flats is dat dit verslagjaar gelukt, voor de WLZ bewoners was het nog aan het eind van het jaar. Na een paar maal op deze wijze een cliëntenraadpleging gehouden te hebben merken we dat met name bij groepswonen maar weinig respons komt van de familie. Dit is jammer.
- Ook dit jaar heeft de invulling van opengevallen vacatures in de Cliëntenraad met enige regelmaat op de agenda gestaan.
- De rapportage van de Inspectie voor Gezondheidszorg en Jeugd (IGJ) en de opvolging ervan heeft regelmatig op de agenda van de cliëntenraad gestaan. Enkele leden van de raad hebben de inspectie ook gesproken bij het vervolfbezoek van de inspectie in de tweede helft van 2019.
- Gesprek met een afgevaardigde van de gemeente Amersfoort over de diversiteit agenda, de regenboog agenda en het keurmerk van de roze loper.
- Een van de leden is naar een bijeenkomst geweest over de nieuwe Wet medezeggenschap Cliëntenraden en heeft de raad erover geïnformeerd.
- De leden van de cliëntenraad hebben actief deelgenomen aan sessies rondom het herijken van het strategisch beleid 2020 – 2025 van de Koperhorst.
- De accountmanager van het zorgkantoor heeft deelgenomen aan een vergadering van de Raad. Dit werd door beide kanten zeer positief ervaren.
- De kwartaalrapportages, zowel inhoudelijk als financieel, zijn besproken evenals het kwartaaloverzicht van de vertrouwenspersoon.

### Aandachtspunten besproken met de facilitair manager:

- ✓ Het vergroten en verbeteren van het terras
- ✓ De elektriciteitspunten in de fietsenstalling voor scootmobiels
- ✓ De realisatie van zonnepanelen op het dak
- ✓ Realisatie nieuwe kantoren
- ✓ Verbouwing en opstarten 2 nieuwe groepen op de tweede bouwlaag
- ✓ Realisatie van het opdelen van 1 badkamer naar twee badkamers zodat op groepswonen op termijn iedereen een eigen badkamer heeft
- ✓ Uitbreiding Logement en de realisatie van een kleine fitnessruimte
- ✓ Plaatsen ondergrondse afvalcontainers zodat vuil gescheiden kan worden
- ✓ Oplevering woningen en het besluit om oude keukens in het mutatieonderhoud mee te gaan nemen
- ✓ RI&E ( = de risico-inventarisatie op het gebied van Arbeidsomstandigheden)
- ✓ Serveren van een warme avondmaaltijd
- ✓ Inrichting terras
  - ✓ Er is vanuit verschillende invalshoeken gesproken over veiligheid: Op de parkeerplaats, rookmelders, brandveiligheid, egaliseren tuinpad.
  - ✓ De bediening in het restaurant, hoe cliënten met elkaar omgaan stonden met enige regelmaat op de agenda
  - ✓ Rookbeleid in zijn algemeenheid



#### Aandachtspunten besproken met de manager zorg:

- ✓ De Koperhorst heeft het keurmerk fixatie vrije organisatie. In dat kader is er gesproken over de inzet van vrijheid beperkende en vrijheid verruimende maatregelen waaronder het niet inzetten van bedhekken en het gebruik van GPSDe bezetting en werkdruk in de flat en de verandering van werkwijze
- ✓ Inzet van uitzendkrachten
- ✓ Wet zorg en dwang
- ✓ Interventies vanuit het IGJ rapport
- ✓ Wijze waarop de werkoverleggen nu gehouden worden en de resultaten ervan
- ✓ Inzet van de verpleegkundigen
- ✓ Inzet huishoudelijk personeel met een certificaat voor Algemeen Dagelijkse levensbehoeften (basiszorg)
- ✓ Reageren op bellen
- ✓ Was
- ✓ Gedeelde badkamers
- ✓ Het houden aan afspraken

#### Aandachtspunten besproken met de medewerker welzijn en vrijwilliger:

- ✓ Waardige invulling 4 mei herdenking
- ✓ Het muziekproject met de scholen in de kunst
- ✓ Wijkactiviteiten en Wijkmobiel
- ✓ Kleine groepsuitjes
- ✓ Dias Latinos in de Koperhorst
- ✓ kerstmarkt

#### Samenwerking met de cliëntenvertrouwenspersoon

Cliëntenvertrouwenspersoon mw. Marianne Overberg bezocht alle vergaderingen. Haar kwartaalrapportages zijn binnen de Cliëntenraad besproken.

#### Samenwerking met de bestuurder

De Cliëntenraad vindt het belangrijk dat er een goed en open contact met de bestuurder is met een wederzijds positief kritische houding. De Koperhorst hecht veel waarde aan de mening van de Cliëntenraad.

#### Commissie van vertrouwenslieden

Voor het oplossen van geschillen is de Cliëntenraad lid van de Landelijke Commissie van Vertrouwenslieden (LCV).

## Rookbeleid

Het rookbeleid is per heden aangepast. Voor u als bewoner geldt uiteraard dat u in uw eigen woning mag roken.

In de tuin mag niet meer gerookt worden. Dit geldt voor iedereen.

Bewoners, medewerkers, vrijwilligers en bezoek.

Als u wilt roken, dan kan dat in het rookhok op de parkeerplaats.



## Uitslag Koperhorst puzzel

Afgelopen maand heeft u mee kunnen doen aan de Koperhorstpuzzel.

De oplossing was: STERRENDINER

Onder de goede inzendingen hebben we de prijs verloot.

En de winnaar is: **Dhr. van Hamersveld** appartement 449.

U heeft een sterrendiner gewonnen voor twee personen.

Zodra de sterrendiners weer gaan beginnen nemen wij contact met u op.

Gefeliciteerd met uw prijs!



Ineens ben ik in tranen  
Voel ik me alleen en maakt de uitzichtloosheid me gek.  
Grijpt de angst me naar de keel.

Op andere momenten ben ik positief.  
Zie ik wat het ons brengt.  
Hoe we dit op de één of andere manier  
nodig hadden.

De wereld die steeds harder draaide.  
Het milieu dat schreeuwde om aandacht.  
Mensen die schreeuwden om rust.

En nu lijkt het alsof de natuur  
aan de rem heeft getrokken.  
Aan de noodrem.  
Alles komt tot stilstand.

Behalve in de zorg.  
Daar is de druk enorm.  
De mensen die we jarenlang onderwaardeerden,  
een hongerloontje betaalden,  
zijn nu onze helden.  
We klappen voor ze.

Nu wordt zichtbaar wat er echt toe doet.  
Gezondheid, saamhorigheid, liefde en verbinding.

De wereld zal nooit meer hetzelfde zijn.  
We leren nu hoe kwetsbaar we zijn.  
Dat niets zeker is in het leven.  
En hoe dom we zijn geweest.  
Om geld, status en schoonheid  
tot het hoogste goed te verheffen.

Honderd km per uur rijden voor het milieu??  
Velen zouden zich er niet aan gehouden hebben.  
Nu is er bijna niemand meer op de weg.

Verre vakanties waren de normaalste zaak van de wereld.  
Sterker nog, het was een trend waar iedereen graag aan meedeed.  
Hoe verder, hoe beter.  
En nu vliegt er bijna niemand meer.

Kinderen brachten we massaal naar kinderdagverblijven en BSO's.  
Onze carrières waren belangrijk.  
Gaven ons aanzien.  
Thuisblijfmoeders moesten zich altijd verdedigen. Het woord alleen al....

Nu we verplicht thuis zitten en onze kinderen ook, weten we de spelletjes  
weer te vinden.  
De verf en de klei.  
Worden we zelf weer een beetje kind.

Onze ouderen, waar we voorheen nauwelijks naar omkeken.  
Worden nu beschermd met man en macht.  
We bieden onze hulp aan,  
doen boodschappen voor ze en zingen ze toe zodat ze zich niet vergeten  
voelen.  
We bellen en skype, omdat we ze niet kunnen bezoeken.

En nu we de kapper, de schoonheidssalons en de rimpeldokter niet meer  
kunnen bezoeken, wat zal er overblijven van onze schoonheidsidealen?  
Onze drang om jong te blijven terwijl we nu niets liever willen dan oud  
worden.

De natuur kan eindelijk ademen.  
De natuur waar wij deel van uitmaken, maar waarvan wij zo vervreemd  
waren geraakt.  
Wat zijn we nietig als de natuur van zich laat horen.  
Tsunami's, orkanen, bosbranden, epidemieën,  
Dan laten we alles vallen en hebben we alleen elkaar nog.  
Naakt en kwetsbaar.

Ik haal ook eens diep adem en droog mijn tranen.  
Het komt goed...

Zorg goed voor elkaar.



Herinnering aan -----

Aan het einde van de tweede wereldoorlog hadden mensen behoefte aan ontspanning. Bevrijdingsfeesten waren schering en inslag. Zo ontstonden er buurtverenigingen die van alles organiseerden. Dansfeesten op straat met een goede band.

Voor jongeren was er ook altijd iets te doen, films van Dik Trom en Pietje Bel, waren hoogtepunten. ik was dertien jaar. Het Sinterklaasfeest werd gevierd in "De Valk". In de Valkenstraat, een zijstraat van de Langestraat. Daar werden we ook voorzien van cadeautjes. Geen dure, maar wel bijv. waardevolle spelletjes. Ik kan mij nog herinneren, dat ik een schaakspel kreeg. Geen houten bord met mooie schaakstenen maar een kartonnen bord met fiches met daarop afgebeeld de afbeeldingen van schaakstenen, zoals toren, paard etc.

Wij kenden de spelregels niet, maar kwamen snel tot de ontdekking, dat het anders is dan dammen. We schaften een boekje aan voor de spelregels. Zo hebben we dat ons eigen gemaakt. Vrij snel kochten we een boek van Dr. Max Euwe, maar toen werden we ook ondergedompeld in technische schaaktermen, zoals Spaans gambiet. De interesse voor het schaakspel nam toe.

In Amersfoort vonden veel schaakontmoetingen plaats. Simultaan werd gespeeld door bekende schaakmeesters uit te nodigen, die dan hun ronde deden. Wij zochten dan een bord op om het spel te kunnen volgen. Zo raakten wij verknocht aan het schaakspel.

In de zomer hadden we vakantie van school (grote vakantie heette dat). Op hete dagen verveelden wij ons wel eens en hingen dan lusteloos rond. Dan kwamen de schaakborden op tafel (lees op de stoep). Woningen werden omlijst door hagen en een hek. Met onze rug naar het hek toe zaten we bijv. met zijn achten op rij te schaken. Later heb ik het mijn kinderen ook nog geleerd. De schaakstukken heb ik onlangs gegeven aan mijn kleinzoon Rafael met de gedachte dat hij er misschien ook eens aan toekomt. Kort geleden zag ik hem spelen met mijn zoon Paul.

Misschien gaat het nog eens een generatie verder. Zelf heb ik het voor de laatste keer gespeeld in Portugal met grote stukken die je op moet tillen om ze te verzetten. Misschien voor u een reden het weer eens op te pakken.

Frits Grabowsky.



## Gedicht

Bidden voor zorg

Om zorg bidden wij

Om zorg die liefdevol is en aandachtig

Om zorg die ondersteunt en die beschermt

Om zorgzame mensen bidden wij,

mensen, die ieder mens waarderen,

mensen die onopvallend zorgen,

mensen die een ander niet kleineren en mensen die trouw zijn.

Voor mensen in zorgen bidden wij,

mensen die geen houvast kunnen vinden,

mensen die nacht en dag tobben,

mensen die zich verlaten voelen en mensen die zoeken om hulp.

Ingezonden door Esther Roelofs (vrijwilligster)



## **MOEDERDAG.**

Een blijde dag is  
Moederdag  
De kamer wordt versierd  
met bloemen; overal  
wordt moederdag gevierd.

Een streling op je neusje  
Een hele dikke knuffel  
Een zoen op elke wang  
Daarmee wil ik wensen  
Mama lief,  
Leef nog heel lang.

Koken, wassen, strijken  
Keer op keer  
is mama voor ons in de weer  
Ze is een bezige bij  
Maar ze is beslist  
de Allerliefste mama voor mij.

## **WAT IS EEN MOEDER ?**

Een moeder is iemand die veel aan je denkt.  
Die jou veel warmte en liefde schenkt.  
Een moeder toont je wat geluk is.  
Zij beschermt je in de duisternis.  
Als je twijfelt, moedigt zij je aan.  
Van haar liefde kun je op aan.





# Bevrijdingsdag quiz

Maak de quiz en lever het **antwoordenformulier** deze voor 8 mei in  
bij de receptie.

Wie beantwoordt de meeste vragen goed? Dan wint u een  
**Verassingspakket t.w.v. 20,-**

Het pakket wordt bij u bezorgd op maandag 11 mei  
Bij een gelijke stand wordt er een winnaar geloot.

**Succes!**

**Vraag 1. Wanneer werd 5 mei uitgeroepen tot een nationale feestdag?**

- A. 1950
- B. 1960
- C. 1985
- D. 1990

**Vraag 2. Hoeveel procent van de huidige bevolking heeft de Tweede Wereldoorlog meegemaakt?**

- A. 10%
- B. 12%
- C. 15%
- D. 30%

**Vraag 3. Wat wordt er naast de bevrijding van de Duitse bezetting ook gevierd op 5 mei?**

- A. De bevrijding van Japan
- B. De bevrijding van het toenmalige Nederlands-Indië
- C. De bevrijding van Curaçao
- D. De bevrijding van Suriname

**Vraag 4. Hoe heet de wimpel die je op Bevrijdingsdag boven de Nederlandse vlag hangt?**

- A. Vier Onafhankelijkheidwimpel
- B. Vier Vrijheidwimpel
- C. Vier Bevrijdingwimpel
- D. Vier Nederlandse Bevrijdingwimpel



**Vraag 5. Om de hoeveel jaar is Bevrijdingsdag een officiële vrije dag?**

- A. Om de 2 jaar
- B. Om de 5 jaar
- C. Om de 8 jaar
- D. Om de 10 jaar

**Vraag 6. Wat was het Oranjehotel in Scheveningen?**

- A. Onderduikadres
- B. Gevangenis voor verzetsstrijders
- C. Code voor ene munitiedepot
- D. Verzetsbunker onder de Maliebaan

**Vraag 7. Tot na de oorlog heerste er schaarste in Nederland. Tijdens en na de oorlog waren bepaalde producten alleen op de bon verkrijgbaar en veel producten waren surrogaat. Zeep werd bijvoorbeeld van klei gemaakt en koffie van graan en cichorei. Wanneer waren koffie en thee eindelijk weer zonder voedselbon te krijgen in Nederland?**

- A. 1945
- B. 1948
- C. 1952
- D. 1963

**Vraag 8. 5 jaar na het begin van de Tweede Wereldoorlog in Nederland, werd in Wageningen de overgave van Duitsland aan de Geallieerden getekend. In welk hotel gebeurde dit?**

- A. Hotel De Globe
- B. Hotel Californië
- C. Hotel De Wereld
- D. Hotel De Aarde

**Antwoordenstrook**

1  2  3  4  5  6  7   
8

**Naam:**

**Appartement nummer:**



# Bewegen in de tuin



*YEAHH!! Koperhorst in beweging!*

Al voor de derde week is er in de tuin een beweeg half uurtje.

Mocht het weer tegenzitten dan verplaatsen we naar het restaurant.

U kunt zich inschrijven bij de receptie voor een dag naar keuze.

Er kunnen maximaal 5 deelnemers meedoen per keer. Mocht het vol zitten kunt u op de reservelijst gezet worden als er iemand uitvalt.

Er staan stoelen klaar en we houden daarbij de gepaste afstand van 1,5 meter van elkaar.

Mocht dat niet zo zijn kan u natuurlijk ook een wandeling maken in de tuin.

Een half uurtje bewegen in de tuin op muziek

**Schrijf u snel in!**



# Terugblik activiteiten april

De maand april hebben we binnen, maar niet stil gezeten. Het is niet makkelijk voor ons allen, maar samen maken we er het beste van. Het fijne is dat we zoveel lieve berichtjes krijgen vanuit allerlei hoeken. Kinderen maken kaartjes voor de ouderen, bloemen worden gedoneerd door bedrijven, vrijwilligers bieden zich aan als schrijfmaatje of bevriendin. En niet te vergeten alle optredens in de tuin van bandjes, solo artiesten met piano en een jongeman van 12 jaar oud. Beweegochtenden en een hondenshow. En clowns die bewoners vermaken op hoogwerkers. Hartverwarmend.

Hieronder ziet u een impressie wat de afgelopen maand in de tuin van de Koperhorst gebeurde.

Het duurt misschien nog even dat het weer "normaler" wordt in de Koperhorst maar samen kunnen we het aan! En dan als het zover is genieten we er dubbel zo hard van.

Zonnige groet,  
Team Welzijn

## Bewegen in de tuin



# Optreden Lodewijk v/d Linden



# De Australian Shepherds



# De cleaning clowns



# Vooruitblik activiteiten mei

Wat had ik graag op deze plek willen schrijven dat we weer gaan bingo spelen met zijn allen, of dat we ons gaan voorbereiden op de wandel driedaagse.

Helaas is dat nog niet het geval. We doen met zijn allen ons best om er het beste van te maken, maar we merken ook dat de naasten van iedereen enorm gemist worden.

Er wordt inmiddels volop gebruik gemaakt van het raambellen en videobellen. Op deze manier is er toch contact met onze naasten.

Daarnaast kunt u de komende maand ook weer diverse optredens vanuit de tuin verwachten. Daarover informeren wij u via de flyers.

Mariska staat een paar ochtenden per week voor u klaar met "Fit in de tuin". Met een groepje van maximaal vijf mensen wordt er op een enthousiaste manier bewogen op muziek. U kunt zich hiervoor inschrijven.

De eerste week van mei is elk jaar bijzonder, met dodenherdenking en bevrijdingsdag. Dit jaar hebben we helaas geen herdenking in de zaal, maar we zorgen voor een alternatief. We zullen u daar nog over informeren.

Team Welzijn



## Overzicht voorzieningen en dienstverlening de Koperhorst

<b>Afvalscheiding</b>	Wij vragen u het afval te scheiden in aparte zakken, dan wordt het bij u opgehaald.
<b>Batterijenbox</b>	Voor het inleveren van uw batterijen - begane grond, bij de folderhoek -
<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>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>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

**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](mailto:info@mondzorgplus.nl)  
Aanwezig op afspraak

**Orthopedische  
schoentechniek**

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

**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

**Technische dienst  
Trombosedienst**

Reparaties opgeven via receptie  
Dinsdag- en donderdagochtend  
- 8.15 uur - 9.00 uur in de hal -

**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 [koperhorst.vertrouwenspersoon@gmail.com](mailto:koperhorst.vertrouwenspersoon@gmail.com)

**Vuilnis ophalen** Iedere dag voor 14.00 uur wordt het afval bij uw voordeur opgehaald.

**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.

<b>Winkel</b> (De Kopershoek)	maandag	9.30 – 12.00 en 14.00 – 17.00 u
	dinsdag	9.30 – 12.00 en 14.00 – 17.00 u
	woensdag	9.30 – 12.00 en 14.00 – 17.00 u
	donderdag	9.30 – 12.00 en 14.00 – 17.00 u
	vrijdag	9.30 – 12.00 en 14.00 – 17.00 u
	zaterdag	9.30 – 12.00 en 14.00 – 16.00 u
	zondag	9.30 – 12.00 en 14.00 – 16.00 u

### **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.

<p>Redactie van het Bijblijvertje Renske Versteeg en Ingrid Kramer U kunt kopij sturen naar <a href="mailto:info@koperhorst.nl">info@koperhorst.nl</a> of afgeven bij de receptie. Kopij inleverdatum: <b>26 mei 2020</b></p>
---



Hoe meer dat we elkaar helpen  
Hoe meer dat we er voor elkaar zijn.  
Hoe meer dat we om elkaar geven.  
Hoe meer dat we met elkaar delen.  
Hoe mooier de zon schijnt in ieders leven.

