



de koperhorst

*Het
Bijblijvertje*

JULI 2020

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

BIJBLIJVERTJE

VIJFENVEERTIGSTE JAARGANG NUMMER 7

UITGAVE JULI 2020

INHOUD:

Wat te doen bij brand

Van de directie

Verslag Cliëntenraad

Pinksteren

Pedicure Regina stopt

15 weken terugblik Coronatijd

De seizoensbloem

De wekker

I've got the music in me

Zou het kunnen

Puzzeltijd

Uitslag puzzeltijd juni

Terugblik activiteiten juni

Vooruitblik activiteiten juli

Overzicht voorzieningen



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.



Van de Directie Corona perikelen

Als deze Bijblijver uitkomt hebben we het eerste weekeinde achter de rug waarbij iedereen weer op bezoek mag komen. We hebben veel bezoekers gezien in de Koperhorst dit weekeinde en ook blije gezichten.

Het lijkt of alles weer is zoals voor de corona-uitbraak, maar dat is echt niet zo. De kans dat we toch weer een uitbraak krijgen, in de regio of binnen de Koperhorst, ligt -jammer genoeg- nog steeds op de loer. Om die reden blijven we op onze hoede en is nog niet alles bij het oude.

- ✓ Bezoek mag komen dat is heel fijn, maar moet zich bij binnenkomst altijd melden en registreren. Dit geldt ook voor kleinkinderen en achterkleinkinderen. Dit doen we, omdat we moeten weten wie er in huis is geweest voor als er toch iemand ziek wordt. Dan kan de GGD heel makkelijk en snel een contactonderzoek doen. Deze gegevens worden 3 weken bewaard en daarna vernietigd. Daarnaast zegt de bezoeker door zijn handtekening te zetten dat hij / zij, op dat moment geen coronaverschijnselen hebben.
- ✓ De hygiëne maatregelen van het RIVM en de 1.5 meter afstand dienen in acht genomen te worden. Dat is de reden waarom u nog niet met uw bezoek een kop koffie in het restaurant kan drinken. In de tuin kan het wel. U kunt de tuin in via de deur in de hal bij de receptie.
- ✓ Het is niet toegestaan, dat bezoekers in de huiskamers komen. De reden hiervan is dat we de bewoners, als het niet nodig is, met anderen dan het eigen bezoek in aanraking willen laten komen. Daarbij is de huiskamer te klein om het met meerderen te delen dan de groep zelf en de medewerkers. Dan kunnen we ons niet meer houden aan de 1.5 meter afstand. Voor bewoners en medewerkers ligt dit wat anders. Dat is een vaste groep en worden gezien als een gezamenlijk huishouden.
- ✓ De verzorging blijft goed monitoren op luchtwegklachten. Als we de klachten niet goed thuis kunnen brengen of op corona-klachten lijken wordt er direct met de huisarts overlegd om te testen. Dit geldt zowel voor de bewoners als ook voor de medewerkers. Liever een negatieve test dan iemand met corona, welke we niet opgemerkt hebben.

Wat gaan we de komende weken nog verder onderzoeken om mogelijk te maken dat we ook die zaken op kunnen starten:

- ✓ Alle groepsactiviteiten worden bekeken of en op welke wijze we deze weer op kunnen gaan starten.
- ✓ Per 1 juli kunnen de bewoners uit de flat, die dat willen weer in het restaurant komen eten. Aan de hand van die ervaringen gaan we kijken of we het kunnen uitbreiden voor de bewoners van Wonen met Zorg. Loopt dat goed, dan is het de vraag hoe en of we het restaurant weer open kunnen stellen voor de wijk. We hopen dat dit vanaf september zou kunnen, mogelijk wel in een ander vorm of op een ander tijdstip. Dat wordt nog een puzzel.
- ✓ Voor de bewoners van groepswonen zijn er nog bezoektijden. Deze zijn met name ingegeven vanuit de bewoners zelf en wordt onderschreven

door de verzorging. Voor de bewoners van groepswonen is het fijn om ongestoord te kunnen eten en in de ochtenduren ook iets gezellig samen te doen, zonder prikkels van buitenaf. We zullen na een aantal weken evalueren of we dit voortzetten.

- ✓ De komende maanden zullen ook – gedoseerd - de vrijwilligers, die dat willen weer terug komen op de plekken waar ze werkzaam waren.
- ✓ De medewerkers van 's HeerenLoo komen in de maand juli weer –beperkt- terug.
- ✓ Activiteiten waar veel bewoners naar toe komen zoals de bingo worden voorlopig niet georganiseerd. Daar moeten we eerst een goede vorm voor vinden.

Kortom, het blijft aandacht vragen maar we zijn heel blij dat het gewone leven weer enigszins opgepakt kan worden!

Vakantieperiode

In juli, augustus en september is het binnen De Koperhorst volop vakantietijd. Juist nu is het belangrijk, dat de medewerkers hun rust kunnen nemen en genieten van een welverdiende vakantie. Om dit mogelijk te maken zijn er net als andere jaren, vakantiewerkers geworven. Veel vakantiewerkers kennen we al, omdat ze hier stage hebben gelopen of een oproepcontract hebben. Maar er zijn ook nieuwe medewerkers. Hun achtergrond en ervaring is zeer divers en de zorgverlening zal mogelijk wat anders lopen dan u gewend bent. Wij vragen hiervoor uw begrip. In de teams hebben wij de vaste medewerkers geïnstrueerd om de vakantiekrachten zo goed mogelijk te begeleiden.

Ook in de zorg worden zo veel als mogelijk vakantie-medewerkers ingezet, die hier stage gelopen hebben of ervaring hebben of in opleiding voor verzorgenden zijn. Ook kunnen we niet geheel zonder uitzendkrachten, we kiezen ook bij hen voor zoveel mogelijk dezelfde gezichten. We beseffen dat deze periode uw zorg soms anders gaat en dat dat niet prettig voor u is. We zullen het ook altijd met u overleggen, maar soms kan het haast niet anders.

In de huishouding kan het voorkomen dat een vaste medewerker en een vakantie-medewerker met elkaar samen opwerken. In de flats kan de vakantiekracht altijd terugvallen op een vaste medewerker. Zo kunnen we voor zowel u als bewoner als voor de vakantiewerker het hele proces fijn laten verlopen.

Ik wens u en de medewerkers een goede zomerperiode tegemoet!

Warmte

De eerste hittegolf hebben we al achter de rug. De kans is groot dat we wederom een warme zomer krijgen. Het kan heerlijk zijn, maar ook voor problemen zorgen. Als de temperaturen hoog oplopen treedt hier het hitteprotocol in. Het is belangrijk goed te blijven drinken. De keuken verzorgt extra bouillon en ook op de afdelingen en in het restaurant wordt gezorgd voor extra drinken en kunt u overal limonade of water krijgen. Smeer u goed in met zonnebrand en ga niet in de volle zon zitten. Doe op tijd uw zonwering naar beneden. Als u dat zelf niet kan, laat dit dan door de verzorging verzorgen. Houdt uw ramen gesloten als de zon erop staat. Luchten kan het beste 's morgens of 's avonds gebeuren.

En verder, geniet van de zomer!

I.W.M. Vriens, bestuurder.

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.



Verslag vergadering Cliëntenraad dinsdag 16 juni 2020

Aanwezig: mw. A. Noortman (voorzitter), dhr. B. Burm,
Mw. I.W.M. Vriens (bestuurder), Mw. M. Overberg, Dhr. H. Bakker,
Mw. M.G. Ruckert, Dhr. J. Roossien, Dhr. Grabowsky, Dhr. L. Rooke,
Mw. W. Polhoud (notulist)

Afwezig met kennisgeving: Mw. Aronstein.

1. Welkom en vaststellen agenda

Iedereen wordt welkom geheten en de agenda wordt vastgesteld.

De agenda staat volledig in teken van Corona.

In het bijzonder wordt meneer J. Roossien welkom geheten.

Hij wordt lid van de Cliëntenraad. Hij treedt hiermee in de voetsporen van zijn overleden vader.

We maken een rondje waarin een ieder zich voorstelt aan meneer Roossien, en dhr. Roossien aan de overige leden van de Cliëntenraad.

2. Notulen 3 maart 2020

Deze worden vastgesteld.

3. Coronatijd:

Mw. Vriens geeft een samenvatting over de afgelopen Coronatijd.

We gaan met elkaar spreken hoe we dit ervaren hebben, en wat er anders zou kunnen.

- Al voor sluiting zijn er voldoende beschermende materialen besteld, waardoor er genoeg was.
- Twee dagen voordat landelijk een sluiting werd aangekondigd, sloot de Koperhorst de deuren al.
- Restaurant sloot de deuren.
- Bewoners en verzorging bleven zoveel mogelijk op de eigen afdelingen.
- Met diverse maatregelen mochten de bewoners van de flat in het restaurant blijven koffiedrinken.
- Partners van bewoners mochten blijven komen, 50 procent heeft daar gebruik van gemaakt.
- Altijd streng geweest dat als bewoners klachten hadden, zij besmet verpleegd werden. En in hun woning moesten blijven.
- Medewerkers met verkoudheid etc. bleven en blijven nog steeds thuis.
- In totaal zijn er 40 bewoners op Corona getest, waarvan niemand positief is bevonden.
- Medewerkers worden nu als dat nodig is ook getest. Er was 1 medewerker positief bevonden. Zij is inmiddels

weer aan het werk.

- ✓ Vanaf 25 mei gingen we gedeeltelijk open.
Door een goed rooster te maken mochten er per bewoner 1 vaste bezoeker twee keer in de week op bezoek komen.
- ✓ Vanaf 25 mei mochten de flatbewoners weer in en uit de Koperhorst.
- ✓ Vanaf 15 juni mag elke flatbewoner elke dag een bezoeker.
Hoeft geen vast persoon te zijn.
- ✓ Vanaf 15 juni mogen er meerder bezoekers komen in het verzorgingshuis . Alleen 1 tegelijk per bewoner.
- ✓ Koperwiek is weer open.
- ✓ Bezoek mag nog niet in de achtertuin. Deze houden we speciaal voor de bewoners.

Elke bezoeker wordt geregistreerd. Dat is, om mocht er Corona komen, we terug kunnen kijken wie er zijn geweest.
Dit zal voorlopig ook zo blijven.

Als alles goed blijft gaan worden er verdere versoepelingen verwacht vanaf 1 juli .

We zijn aan het voorbereiden om het restaurant te openen.
Vooralsnog zal dat alleen voor flatbewoners zijn.

Ervaringen vanuit de Cliëntenraad:

Mw. Vriens geeft aan dat het moeilijkste is om in deze tijd de menselijke maat te blijven vinden. Er zijn veel bewoners die verdriet hebben gehad, en zich eenzaam hebben gevoeld.

Er wordt gevraagd aan de leden wat anders had gekund in de periode ook qua duidelijkheid en communicatie?

Dhr. Grawbosky:

Onduidelijkheid over de verschillen van maatregelen tussen flat en verzorgingshuis.

In het verzorgingshuis zijn wij wettelijk verplicht strenger te zijn, antwoordt mw. Vriens op deze vraag.

Onduidelijkheden over verschillende bezoekers.
Moet gedetailleerder worden omschreven.

Dhr. Bakker:

Dhr. geeft aan dat in de bijblijver vaak oud nieuws staat aangaande Corona. De bijblijver komt maandelijks uit.

Met elkaar worden persoonlijke ervaringen uit de afgelopen tijd gedeeld en besproken. Het is fijn, om na zo'n lange tijd als groep met gepaste afstand toch lieflijk met elkaar te kunnen spreken.

Voor iedereen is deze tijd anders geweest, en op bepaalde momenten, zwaar, verdrietig, maar een ieder blijft positief en probeert er het beste van te maken.

Vanuit de ervaringen en punten van aandacht ten tijde van de Corona crisis, is er een bijlage toegevoegd waarbij alles op een rijtje is gezet.

Rondvraag:

Wat is de 313?

Dat is een team van drie verpleegkundige die alle vragen rondom Corona beantwoordt. Wilt u hen spreken, dan kunt u naar de receptie bellen, en zij verbinden u door.

Wanneer komt 's Heerenloo weer?

De verwachting is 1 september.

Hoe zit het met de MBO leerlingen?

Deze hebben les op afstand gehad, en zijn werknemers, en hebben dus doorgewerkt.

Het wandelpad in de tuin vertoont veel ongelijkheden.

Er ligt een offerte om dit te gaan aanpakken.

Is er nog een coupeuse in huis werkzaam?

Wilma gaat dit navragen en komt hierop terug.

Volgende vergadering:

30 juni voorvergadering 13:30 uur.

7 juli cliëntenraad 14:30 uur in het restaurant.

PINKSTEREN

Onlangs, tweede Pinksterdag, 9.00 uur was de “Koperhorst” betrokken bij een televisie uitzending van de EO. Als je aandacht wil vragen voor een onderwerp, dat je aanspreekt moet je contact opnemen met de media, zoals de schrijvende pers, radio of televisie.

Daniëlle, werkzaam in de “Koperhorst” als woonondersteuner, is nauw betrokken bij de begeleiding en verzorging van ouderen. Wat beweegt mensen om te gaan werken in de ouderenzorg vroeg ik haar. Zij vertelde mij dat zij als negenjarig meisje met haar ouders op bezoek ging bij haar oma en opa die woonachtig waren in een verpleeghuis. Als ze daar op bezoek kwamen werden zij altijd gastvrij ontvangen. De huiselijke zorg en de wijze waarop met de bewoners werd omgegaan sprak haar toen al aan. Geen wonder, dat zij op latere leeftijd voor dit beroep gekozen heeft.

Zo kon het gebeuren, dat zij contact opnam met de EO om aandacht te vragen voor de “Koperhorst”. Deze omroep zendt wekelijks op zaterdagavond een programma uit “Nederland zingt” dat wordt opgenomen in kerken met optredens van koren.

Het programma op tweede pinksterdag heette “Nederland zingt Dichtbij”. Daniëlle werd gevraagd enige voorbereidende werkzaamheden te verrichten, want er zou ook aandacht worden besteed aan bewegingsactiviteiten. Gelet op besmettingsgevaar door het huidige virus mochten slechts een paar mensen deelnemen. Aardig was het gesprek met de evangelist Jurjen ten Brinke in de tuin. Zij vertelde hem dat zij al 10 jaar werkzaam is in de “Koperhorst”. Eerst als stagiaire en na het volgen van de nodige opleidingen is zij nu werkzaam op de afdeling voor dementerenden.

Daniëlle put kracht uit haar geloof. Zij vindt dat bewoners liefde en aandacht nodig hebben en vindt het mooi om te kunnen dienen en zorgen zodat ouderen daardoor een mooie en zinvolle daginvulling hebben.

Frits Grabowsky..

Pedicure Regina Gemke stopt.

Na het behalen van alle diploma's om te pedicuren kwam ik 17 jaar geleden de Koperhorst binnenwandelen. Als oud ziekenverzorger heb ik altijd al graag met ouderen willen werken. Nu kon ik dat weer met het behandelen van voeten.

In al die jaren heb ik heel veel bewoners en medewerkers van klachten af geholpen en ontelbare voeten behandeld. Naast de zorg voor uw voeten hebben we mooie, interessante, leuke maar ook trieste verhalen met elkaar gedeeld. Dit deed ik met een professionele instelling maar ook altijd met een luisterend oor. Zorg voor de voeten, professioneel maar wel door het "hart" bezien is mijn motto.

Door diverse omstandigheden heb ik met pijn in mijn hart de zware beslissing genomen dat ik het niet meer kan. De energie is op, de vlam is uit.

Voor nu ga ik rust nemen. Mijn batterij opladen en me bezinnen op de toekomst. Een toekomst die ongewis is maar waar ik wel met vertrouwen naar uit kijk.

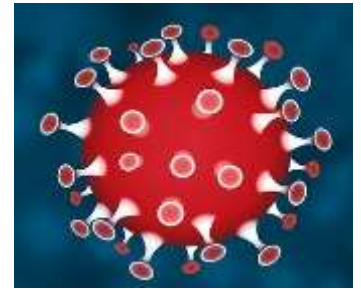
Ik dank u hartelijk voor het gestelde vertrouwen in mij. Het ga u goed. Blijf gezond.



Mijn (onze) terugblik op 15 weken leven in corona-tijd.

Wat in januari allemaal nog zo gewoon leek, bleek een paar weken later opeens niet meer zo gewoon. Opeens werden we geconfronteerd met het "corona-virus". Corona-virus: wat is dat, dat kenden we niet.

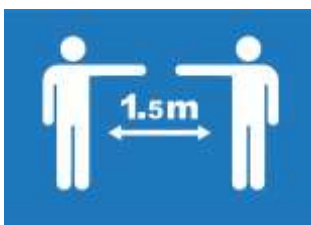
Nou, al heel snel werd duidelijk dat we niet met een simpel griep-virusje te maken hadden. Nee, dit zag er heel anders uit.



Het gevaar van besmetting, al dan niet met ernstige afloop, was groot. Zo groot zelfs, dat vrijwel van de ene op de andere dag de Koperhorst op slot ging! Bewoners konden niet meer naar buiten en familie, vrienden en kennissen van de bewoners niet meer naar binnen. Ja, dan moest het toch wel iets heel serieus zijn. Het viel niet mee en wat moesten we daar met z'n allen aan wennen!

Meer maatregelen volgden: Het restaurant ging dicht, d.w.z. de bewoners konden niet meer in het restaurant eten, maar kregen dagelijks eten op hun kamers geserveerd. Alle (restaurant) vrijwilligers kwamen niet meer. Vrijdag 13 maart was de laatste keer dat er beneden gegeten kon worden. Ik hoorde dit maandag 16 maart en vroeg toen: "Maar als de "koffie-schenk-vrij-willigers" niet meer komen, wie schenkt er dan koffie voor de bewoners"? Daar was (nog) geen oplossing voor. Ik stelde toen meteen voor: "Zal ik dat dan een paar weken komen doen." (Op dat moment nog niet wetend, dat het misschien wel 15 weken zou gaan duren)

Zogezegd, zo gedaan. Op woensdag 18 maart was mijn eerste dag. Vol goede moed liep ik naar mijn (tijdelijke) werkplek. Daar aangekomen



werd ook ik geconfronteerd met nieuwe regels. De belangrijkste was "de anderhalve-meter-regel". Wat moesten we ook daar met z'n allen aan wennen. Anderhalve meter uit elkaar blijven – hoe doe je dat? Nou, bij elke tafel werden niet meer dan 3 stoelen geplaatst, iets wat een beetje zou helpen. Het betekende dat je dus maar met maximaal 3 personen

aan een tafel mocht zitten en niet meer direct naast elkaar. Na een dag of 14 waren de meeste bewoners daar wel aan gewend, maar af en toe zaten er toch weleens 4 aan een tafel, of zat men wat te dicht op elkaar. Als koffie schenker probeerde ik de mensen daar dan op te wijzen, wat meestal wel zonder mokken lukte.

Een paar dagen na mijn begin realiseerde ik me dat er 's middags natuurlijk ook geen vrijwilligers meer waren. Ik overlegde met mijn vrouw Toos en zij reageerde meteen positief, wat betekende dat zij wel alle 5 de middagen in het restaurant wilde gaan werken, i.p.v. alleen de donderdag en vrijdag, wat ze al een paar jaar doet. Ik dus 's morgens naar de Koperhorst en zij 's middags.



In de weken die volgden kreeg ik ook steeds meer vragen van bewoners over de meest uiteenlopende onderwerpen. Vragen die men normaal aan de kinderen of kleinkinderen stelde, kwamen nu bij mij terecht. Dat varieerde van: mijn horloge staat stil - zou er een nieuw batterijtje in moeten tot mijn mobile telefoon doet vreemd - weet jij hoe dat komt? Ook waren er dames die boodschapjes wilde hebben die niet in of via het winkeltje te leveren waren. Dit soort vragen speelde ik dan weer door naar Toos. Deze boodschapjes varieerden van allerlei tubetjes crème, luchtverfrissers, schoonmaakspulletjes, vlaaien en taartjes tot zakjes potaarde aan toe.

Toen de Koperhorst een poosje "dicht" zat, werd het gemis van de (klein)kinderen met de dag groter. Via raambellen konden de mensen met elkaar praten en in die periode ben ik ook begonnen met "beeldbellen". Twee keer in de week kon men daarvoor 's middags voor bij mij in het restaurant terecht. Voor de bewoners maar een vreemd iets, dat je met elkaar kon praten en dat je elkaar daarbij nog zien kon ook.

Per 25 mei wordt er weer bezoek toegelaten, zij het onder strenge voorwaarden. Als het allemaal goed blijft gaan, d.w.z. als iedereen gezond blijft en de deuren van de Koperhorst steeds iets verder open kunnen, komen de vaste vrijwilligers, die voor de corona-crisis koffie en een wijntje schonken, misschien ook wel weer terug. In principe gaan wij door met het dagelijkse schenken van koffie en "de borrel" tot eind juni. Daarna zullen de bewoners ons weer als vanouds op de donderdag- en vrijdagmiddag zien. (Inmiddels is besloten dat ik op de woensdagmorgen koffie blijf schenken.) Al met al vlogen de afgelopen weken voor mij (ons) voorbij en voor ons beide geldt dat we het de afgelopen periode allemaal met heel veel plezier en enthousiasme hebben gedaan.

Hieronder nog een kleine terugblik in getallen.

Het waren totaal 15 weken, dus 75 dagen

Gemiddeld maakte ik in het restaurant ongeveer 3700 stappen per dag, dus 277.500 totaal.

Omgerekend is dat ongeveer 2,5 kilometer per dag, dus totaal 190 kilometer.



Gemiddeld kwamen er 35 bewoners 2 kopjes koffie per ochtend drinken. Omgerekend zijn dat ruim 5200 kopjes koffie.

Met een paar auto's van bewoners ben ik een stukje wezen rijden, omdat hij anders zo lang stil zou staan.



Totaal heb ik 13 horloges van een nieuw batterijtje voorzien en zelfs 2 nieuwe horloges geleverd.

Er zijn enkele tientallen beeldverbindingen tot stand gebracht en een stuk of tien probleempjes met mobiele telefoons en tablets opgelost.

Een paar keer is het voorgekomen dat ik een bewoner even een luisterend oor kon bieden in deze moeilijke coronatijd.

U ziet ... het was dus veel meer dan alleen dat kopje koffie/thee en een wijntje inschenken, maar als ik heel eerlijk moet zijn, heeft het mij (ons) ook wel iets makkelijker door de afgelopen maanden geholpen!

Groetjes Gerrit (en Toos)

De seizoensbloem: De pioenroos

Zo krachtig en mooi

Zo divers en vol kleur

Altijd even mooi in de plooi

Intense beleving van geur

Helaas een paar weken

Genieten wij van deze prachtige bloem

Heeft u echt goed naar de bloem gekeken?



De wekker

Sinds de corona ga ik op wild. Er is niemand die mijn tuintje wil doen: ompitten, bemesten en zaaien. Sinds maart groeit er van alles in mijn tuin. Bloemen die ik nog niet eerder heb gezien, distels die prikken en hier en daar een graspol. En wat wil het toeval? Ineens vond ik in de wilde tuin een wekker. Zij gaf de tijd nog aan. Halfvijf. En zij was van zeer hoog gevallen. Uit vrees voor corona liet ik haar een tijdje liggen. De regen en de wind van maart gingen er overheen, maar de wekker bleef zijn werk doen: de tijd aangeven. Het leek alsof zij niet op wilde houden. Zij was toch van een aanzienlijke hoogte naar beneden gevallen. Maar de tijd blijft nooit stil staan. Het doet me denken aan een gezegde uit de Griekse oudheid: "Panta rei, ouden Menei." alles gaat voorbij, niets blijft. Ook de corona gaat voorbij.

Ik heb de wekker laten staan op een bankje tussen de petunia's en de lavendel. Ik wacht nu op de eigenaar van deze wonderlijke wekker. Zij overleefde stormen en regen, de felle zon en allerlei aerosollen. Mocht de eigenaar van deze wekker zich melden, dan is hij of zij van harte welkom. Zij doet het nog steeds. Echter, zij heeft lak aan de precieze tijd. Voor haar mag een uur best iets langer duren. Gaat u voor de goede tijd, dan moet u nieuwe batterijen meebrengen. Die hebben wij zelf ook weleens nodig. Dan gaan wij weer een hele tijd mee: tot vreugde van ons zelf en onze omgeving.

HAKA



I've got the music in me

Kent u deze liedjes van vroeger nog?... zong u ze mee? Of misschien danste u wel mee.

I've got the music in me komt uit het jaar 1974. Weet u nog welke band dit nummer uit heeft gebracht?

Ook een bekende hit van deze band was :
Don't go breaking my heart.



Maak de volgende liedjes compleet

Herman van
Veen

Als hij kon toveren kwam alles voor elkaar
Als hij kon toveren dan werd geen mens te zwaar
Als hij kon toveren, kon toveren, kon toveren, kon toveren
??.....??

Kleine Greetje uit de polder
??.....??

Blond van haar en blauw van ogen
Geef mij toch je hand
Kleine Greetje uit de polder
Zeg me nu eens gauw
??.....??

Word je dan m'n vrouw

Eddy Christiani



Que sera sera
Whatever will be will be
??.....??

Doris Day



Que sera sera
What will be will be

Puzzel van de maand juli



- BAGAGEBAND
- BARBEQUEN
- BOOT
- BUITENLAND
- KAMPEREN
- KOFFER
- REIZEN
- STRAND
- TAAI
- TENT
- VAKANTIE
- VAKANTIEHUIS
- VALUTA
- VLIEGTUIG
- VOUWWAGEN
- VRIJETIJD
- WATERIJS
- ZONNEBADEN
- ZONNEBRIL



woortzoekerfabriek.nl



*Lever de puzzel in bij de receptie voor 15 juli.
Uit de goede inzendingen wordt een winnaar verloot.
Er wordt een leuke prijs bij de winnaar bezorgd!*

Uitslag Puzzeltijd bijblijver juni 2020

Er waren vele inzendingen bij ons binnengekomen en dus is er veel gepuzzeld!

Oplossing woordzoeker: Bewegen is gezond

Oplossing Rebus: Met de mond vol tanden staan

We hebben uit de goede inzendingen er één uitgetrokken en de winnaar van de puzzel is geworden.....

Mevr. de Carpentier

Gefeliciteerd met uw prijs!



Veel succes met het maken van de nieuwe puzzels!!

En uit de goede inzendingen gaan we er weer eentje trekken.

Op 15 juli wordt bekend gemaakt wie de gelukkige is.

Zou het kunnen...

Dat terwijl wij ziek worden
de aarde kan helen.

Dat nu van alles verandert en stopt
de natuur door kan gaan.

Zou het kunnen zijn....

Dat nu de wereld vertraagt,
de liefde kan versnellen.

Dat druk zijn en naar buiten racen en vliegen
de rust vinden en naar binnen keren wordt.

Zou het kunnen zijn....

Dat als we thuis moeten,
we weer kunnen ervaren van wie we houden.

Dat nu de maatschappij zo leunt op de zorg.

We beseffen hoe ontzettend belangrijk dat is.

Zou het kunnen zijn....

Dat de wereld en de luxe om ons heen kleiner wordt,
zodat we onze eigen grote hart weer kunnen voelen.

Dat we nu goed voor onszelf en anderen mogen zorgen.

Ontdekken dat zelfliefde en naastenliefde noodzakelijk is.

Zou het kunnen zijn...

Dat we nu strijden tegen hetzelfde
de eenheid in de verschillen kan worden gevonden.

Dat als we elkaar nodig hebben,
herontdekken hoe saamhorigheid voelt.

Zou het kunnen zijn...

Dat na de chaos en strijd van deze tijd, een nieuwe wereld wordt geboren.

Dat na de angst en onzekerheid,
de liefde en waardering voor elkaar en de aarde terugkeert.

Zou het kunnen zijn...

Dat het zo moet zijn, opdat de liefde wederkeert.



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 mee 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 in verband met 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

Terugblik activiteiten juni

Dansoptreden studenten

Mind mix dance center heeft op 6 juni een dansoptreden gegeven.

De energie spatte ervan af en de dance moves waren niet mis! Het publiek genoot van dit groepje enthousiastelingen.



Optreden Peter Mohr & Jan Wunderink

Fantastisch tuinoptreden van deze twee mannen. Op vrijdag 12 juni hebben ze een uur gezongen voor de bewoners van de Koperhorst. Het zonnetje maakte het helemaal af. Lekkere hits van vroeger kwamen voorbij en er werd flink meegezongen. Deze middag vergeten we niet snel!



Creatieve activiteit

Creatief bezig zijn is goed voor ontspanning, rust en niet te vergeten de geest! Afgelopen maand hebben een aantal bewoners meegedaan met de activiteit creatief geluk. Ieder op zijn eigen manier en de resultaten waren uniek!

Tot een volgende keer!



Fit in de tuin

We gaan al de 11^{de} week in met Fit in de tuin. Zo leuk om het enthousiasme te zien van jullie bewoners en er is daadwerkelijk vooruitgang te zien als we kijken naar tien weken geleden en nu. Chapeau!

U bent van harte welkom om mee te doen met Fit in de tuin/ochtendgymnastiek op muziek. Van maandag tot en met donderdag (mits anders op de flyers wordt vermeld in de liften) van 10:30 tot 11:00 uur!

Let's do it!



Jan de bloemenman

Na drie zware maanden voor de bloemenindustrie kan er weer langzaam worden opgebouwd. Onze vaste bloemenman was weer van de partij op woensdag 24 juni. Nog niet binnen maar buiten was het niet minder. Velen waren blij Jan weer te treffen en een mooi bosje bloemen bij hem te scoren. Fijn dat je er weer bent!



We hebben niet stil gezeten afgelopen maand. Er was weer genoeg te beleven in en rondom te Koperhorst!



Vooruitblik activiteiten juli

We zitten volop in de zomer met ook vele zomerse dagen achter de rug en waarschijnlijk ook nog in het verschiet.

In de maand juli mag er weer meer en komen de reguliere activiteiten zoals het sjoelen, spelletjesmiddag en de creatieve middag ook weer langzaam op gang. Wel op een wat aangepaste wijze maar daarom niet minder leuk. We kijken er erg naar uit omdat weer met jullie te ondernemen en de gezellige activiteiten weer te kunnen hervatten.

We zijn ook bezig met plannen om weer een bingo te organiseren want we weten dat dit ook altijd een geliefd spel is onder de bewoners.

We houden u daarvan op de hoogte.

Wat vast staat is een heerlijk optreden van **Auqa Azul** op maandagmiddag 20 juli en dit zal plaatsvinden in de tuin.

Agua Azul heeft een uitgebreid en sfeervol repertoire van jazz, bossa nova's, samba's, latin en easy listening muziek, waaronder ook eigen werk. Zangeres May belline wordt begeleid door pianist Gerard Vogel.

I 
**Rock
& Roll**



Overzicht voorzieningen en dienstverlening de Koperhorst

Afvalscheiding	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.
Batterijenbox	Voor het inleveren van uw batterijen - begane grond, bij de folderhoek -
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 er een fysiotherapeut van MTC de Fysioclub in de Koperhorst aanwezig. Iris Fischer is op maandag/woensdag/vrijdag aanwezig en Sandra Beijck 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.

- Helpdesk automatisering** Aanwezig alleen op afspraak via de activiteitenbegeleiding
– in de hal –
- Huisartsenpraktijken** Huisartsenpraktijk Sagenhoek,
Paladijnenweg 613,
3813 KD, Amersfoort [033 - 472 5000](tel:033-472-5000)
Huisartsenpraktijk Orion, Ringweg Koppel 15
3813 BA Amersfoort [033 - 479 0000](tel:033-479-0000)
- Beide praktijken zijn geopend voor patiënten die wonen in de Koperhorst
- Kapsalon Silvester**
(dames- en heren kapper) Woensdag en donderdag van 8.30 uur tot 17.00 uur. Gaarne een afspraak maken via de receptie
- kapsalon, parterre –
- 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
- Orthopedische schoentechniek** Hanssen footcare 033 - 456 02 62
U kunt bellen om een afspraak te maken.
- Pedicure**
(Petra de Groot)
(Melinda van Logtenstein) Woensdag en vrijdag.
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

Restaurant

Dagelijks zijn de bewoners uit de flats vanaf 12.00 uur van harte welkom in het restaurant. U kunt alleen contactloos of met pinpas afrekenen.

Technische dienst

Reparaties opgeven via receptie

Verjaardag/feesten

U kunt bij ons ook uw feestje organiseren voor maximaal 10 personen, 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 koperhorst.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")

**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	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 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 info@koperhorst.nl of afgeven bij de receptie. Kopij inleverdatum: 26 juli 2020</p>
--