

Het Bijblijvertje



November 2020

***Paladijnenweg 275
3813 KA Amersfoort
Tel: 033-4726214
www.koperhorst.nl***

BIJBLIJVERTJE

VIJFENVEERTIGSTE JAARGANG NUMMER 11

UITGAVE NOVEMBER 2020

INHOUD:

Wat te doen bij brand
Dankbetuiging
Van de directie
Verfrissend
Prijs mw. Vriens
Allerzielen gedichtje
En toen was daar een bekende...
Levensbeschrijving
Huiskamer bibliotheek
Uitslag puzzel september
Woordzoeker Bella Italië
Activiteiten flatbewoners
Stoelyoga
De Amersfoort kalender
Terugblik activiteiten oktober
Vooruitzicht activiteiten november
Feestmenu
's Heerenloo
Abonnement dierentuin
Prijzen activiteiten
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.



Dankbetuiging

Langs deze weg willen wij het bestuur en alle medewerkers bedanken voor de goede zorg, die mijn broer Leo van Liempt van u heeft mogen ontvangen.

Leo, heeft ca 20 jaar met heel veel plezier in de Koperhorst mogen wonen. Gedurende al deze jaren heeft hij met alle medewerkers een goede band gehad, omdat ze altijd voor hem klaarstonden. Hij hoefde maar om hulp te vragen en er werd direct gereageerd. Vooral gedurende de laatste 3 jaar heeft Leo alle zorg die hij nodig had van u mogen ontvangen.

Daarvoor willen wij u hartelijk bedanken. Wij wensen alle bewoners, directie en medewerkers nog vele mooie en gezonde jaren in de Koperhorst toe.

Met vriendelijke groet,

Carla van Elteren van Liempt



Van de directie

Coronatijd

We zitten midden in de tweede Corona golf. Dit keer gaat het niet aan de deur van De Koperhorst voorbij, helaas.

Zoals eerder medegedeeld hebben we op de tweede etage een cohort-afdeling mogen opzetten, omdat daar op één groep meer dan 2 bewoners positief getest waren. De afdeling is afgesloten van de rest van het huis en de medewerkers verzorgen de bewoners in volledig beschermende kleding. Niet leuk, wel noodzakelijk. Gelukkig hebben de positief geteste bewoners tot op heden milde klachten.

Een tweede maatregel waar we heel strikt in blijven is, zodra we weten dat een bewoner in aanraking gekomen is met een positief geteste persoon, zij direct 10 dagen in quarantaine gaan en door de medewerkers verzorgd worden in volledig beschermende kleding. Ze hoeven niet ziek te worden, maar we doen het preventief. Het is om te voorkomen, dat -als blijkt dat zij toch besmet zijn- zij in de tussentijd geen anderen hebben kunnen besmetten. 2 Dagen voordat de quarantaine verloopt wordt men voor de zekerheid getest. Concreet betekent dit, dat in onze huidige omgeving er met enige regelmaat nu bewoners 10 dagen in quarantaine zijn. Niet leuk voor hen, maar wel voor de veiligheid van velen en dat wordt gelukkig altijd gerespecteerd.

Ook met medewerkers zijn deze afspraken gemaakt: heb je klachten? Ben je verkouden? Dan worden ze direct getest. Tot de uitslag van de test mogen ze niet komen werken. Hebben medewerkers een positief geteste huisgenoot of zijn ze direct in aanraking geweest met een positief geteste persoon, dan gaan ze ook in quarantaine en worden aan het eind van de quarantaine, voordat ze weer komen werken, voor de zekerheid getest.

Ten alle tijden dragen alle medewerkers en bezoekers een mondkapje.

Ook aan bezoekers vragen we met klem om bij maar enige verkoudheidsklachten **NIET** op bezoek te komen. Dit ter bescherming van de bewoners en ter voorkoming dat we het bezoek moeten gaan terug draaien voor de gehele Koperhorst. Dat is echt het laatste wat we willen!

Laten we er met elkaar de schouders onder zetten en het er samen binnen de richtlijnen en beperkingen zo prettig en gezellig mogelijk maken! Blijf lief en aardig voor elkaar!

Herdenkingsbijeenkomst

Elk jaar houden we een herdenkingsbijeenkomst voor alle overleden bewoners van het afgelopen jaar. Dit jaar is dit, door de Covid 19 pandemie niet mogelijk. Wij vinden het een gemis dat het niet door kan gaan. Daarom hebben we alle contactpersonen van de overleden bewoners een kaart en een lichtje gestuurd om aan te geven dat wij ze niet vergeten zijn.

Toch blijven leven

*Hopen is toch blijven leven, in de vertwijfeling,
en toch blijven zingen, in het duister.*

*Hopen is weten dat er liefde is,
is vertrouwen in het morgen, is in slaap vallen
en wakker worden als de zon weer opgaat.
Is bij de storm op zee land ontdekken.
Is in de ogen van de ander lezen dat hij je heeft verstaan.*

*Zolang er nog hoop is, zolang is er ook bidden,
en zolang zal God je in zijn handen vasthouden.*

Henri Nouwen



December

De laatste maand van het jaar zien we vaak naar uit. Korte dagen, lange avonden. Gezelligheid binnen huis, samen leuke dingen doen.

Door de Corona zal het dit jaar anders dan anders zijn. Niet zo massaal maar juist in kleine groepjes. Dat kan net zo gezellig zijn. We zijn hard aan het nadenken hoe we het u zo gezellig mogelijk kunnen maken. Heeft u zelf een leuk idee? Laat het ons weten. Dan kijken we of we het kunnen realiseren.

I.W.M. Vriens, Bestuurder

Verfrissend

In een flits viel mijn blik op een gedeelte van een foto waarvan ik bij het zien van de contouren meende een bekend object te herkennen. Mijn waarneming bleek juist te zijn. Het was een foto van de “Koppelpoort” met daarop een groepje mensen waarvan ik duidelijk het gevoel had, dat het een aantal bewoners van de “Koperhorst” betrof, die deelnamen aan een rolstoeldriedaagse. Mijn nieuwsgierigheid leidde ertoe verder te kijken. Toen bleek, dat mijn vermoeden juist was. Het bleek de omslag van het “Bijblijvertje te zijn van de maand oktober. Verrast was ik, dat het geheel werd opgevulld met foto’s, tekeningen en andere kleurrijke objecten. Mijn gedachten gingen meteen uit naar de redactie van dit blad, dat ons elke maand van nieuws voorziet. Zij doen dat met veel verve. Ik geniet ervan om van de inhoud kennis te nemen. Gelijktijdig vroeg ik mij af of het blad door iedereen gelezen wordt. Omdat ik er zelf ook weleens een bijdrage aan lever heb ik kunnen merken dat bijna iedereen het leest, maar er zijn ook bewoners die daar kennelijk geen interesse voor hebben. Dat vind ik jammer. Ooit heb ik gemerkt, dat we bij het gebruik van de broodmaaltijd over informatie spraken waarop een aanwezige zei “hoe moet ik dat nu weten?” waarop één van de aanwezigen vroeg of hij het “Bijblijvertje weleens leest”. Ik citeer letterlijk, “die flauwekul lees ik niet”. Gelukkig zijn dat uitzonderingen. Bijna iedereen schreef ik. Laat dat een stimulans zijn voor de redactie om op de ingeslagen weg verder te gaan.

Frits Grabowsky.



dreamstime.com

Departement Eemland deelt waarderingSPrijzen uit



Prijs voor bestuurder van de Koperhorst, Irene Vriens

OP DONDERDAG 15 OKTOBER JL. MOCHT IRENE VRIENS,
BESTUURDER VAN DE KOPERHORST
DE "PRIJS VAN DE MAATSCHAPPIJ" 2020 IN ONTVANGST NEMEN.

De prijs van de Maatschappij is bestemd voor een persoon die
op een bijzondere wijze maatschappelijk actief is, initiatieven
neemt, bruggen slaat tussen partijen, de regio op de kaart zet
en een voortrekker is op MVO gebied.

Irene Vriens is al 45 jaar werkzaam in de ouderenzorg.

Één van haar uitspraken is:

Je bent niet de baas om de baas te willen zijn.

Ze wil er zijn voor (sociaal) kwetsbare ouderen die niet veel
geld te besteden hebben. Daarnaast heeft ze aandacht voor
welbevinden en welzijn, en wordt zij door haar medewerkers
gezien als een boegbeeld, een rots in de branding en iemand
met een tomeloze inzet.

Zij ging o.a. een mooie samenwerking aan met MBO Amersfoort
om samen jonge mensen op te leiden. Niet alleen op niveau 3 en 4,
maar ook op niveau 2. Dit project is uitgemond in wat nu heet het
"Onderwijsbedrijf De Koperhorst".

Ze deed dit niet alleen om het personeelstekort te beperken, maar
ook vanuit een intrinsieke motivatie om ook jongeren op een wat
lager opleidingsniveau een kans te geven.

De coronatijd is een heftige tijd voor de organisatie maar ook in
deze moeilijke periode heeft Irene Vriens veel oog voor de
bewoners en medewerkers waarbij ze zich steeds afvraagt
wat menselijk en wenselijk is.

Irene Vriens is actief binnen Utrecht Zorg en maatschappelijk
betrokken o.a. in allerlei kerkelijke functies en heeft daarin
de fusie van de parochie "Onze Lieve Vrouw " van Amersfoort
geleid.



Allerzielen:

(2 november 2020)

In de grijsheid van deze morgen
voel ik oud verdriet opkomen
tranen stromen over mijn wangen
om wat was en niet meer is.

Terwijl de tranen stromen
ontstaat er leegte
waarin ik spontaan
de gezichten van mijn ouders zie
omringd door vele andere dierbaren
die ook naar Huis zijn terug gekeerd.

Het Licht, dat van hen uitstraalt
troost en verwarmt me,
ik besef heel duidelijk
ik ben nooit alleen,
zij zijn altijd om me heen,
niet zichtbaar wel aanwezig.

Larix



En toen was daar een bekende.....

En dan ben je aan het werk, en staat opeens Humberto Tan naast je. Dan maak je natuurlijk een foto samen, uiteraard met mondkapje en afstand, maar dat geeft best een leuk plaatje toch?

Maar wad deed hij hier? Humberto is momenteel een boek aan het schrijven over 100 plussers. De bedoeling is dat er 100 mensen worden geïnterviewd.

Hij kwam hier om mw. Hopster te interviewen.

We kennen mw. Hopster als een zeer kwieke dame van maar liefst 101 lentes jong.

Mw. Hopster kan boeiend vertellen, dus we kijken nu al uit als het boek uitkomt, wat er ingeschreven staat.

Daarnaast vertelde mw. Hopster, bewonderde Humberto de trouwfoto van mw. die aan de muur hangt. Hij vond hem zo mooi dat hij vertelde dat deze foto op de voorkant van het boek komt. Maar dat moeten we eerst maar zien of dat echt gebeurt, vertelde mw. Hopster lachend.



LEVENSBSCHRIJVING

Het valt mij op, dat ouderen dikwijls praten over vroeger. Ik heb, dat zelf ervaren met mijn vader, die naast zijn interesse voor van het heden ook vaak sprak over het verleden. Meestal waren het herhalingen van reeds eerder vertelde interessante verhalen. Ook ik had de neiging over vroeger te praten. Niet zo zeer met de kinderen, maar wel met leeftijdsgenoten. Met kennissen wordt vaak gesproken over de stad waarin je vanaf je geboorte gewoond hebt en over vrienden en bekenden, maar ook de veranderingen die in de gemeente hebben plaats gevonden bv. zaken die verdwenen zijn en de daarmee verbonden personen. Ook met familieleden gaat het daar vaak over. Altijd zijn er momenten, dat het onderwerp vroeger weer ter sprake komt.

Daarom heb ik wel eens nagedacht om het één en ander op te schrijven. Voor mijzelf, maar misschien ook voor mijn nageslacht.

Verhalen van vroeger vinden over het algemeen geen luisterend oor, maar als alles op papier staat is misschien toch wel aardig om ze later eens door te lezen, zeker naarmate kinderen ouder worden, wordt de belangstelling groter.

Frits Grabowsky

N.B. Inmiddels heb ik een aantal jaren geleden een levensbeschrijving gemaakt vanaf mijn geboorte. Mijn kinderen zijn er blij mee.

Misschien is het een idee om er ook eens aan te beginnen. Mijn vader kon boeiend vertellen. Het was heerlijk om naar te luisteren. De zondagavond was er bij uitstek geschikt voor, vooral in de winter. Na het eten gebeurde het vaak. Mijn vriend at vaak bij ons. Inmiddels werd het donker waarop mijn moeder zei, zullen we het licht maar eens aan doen? Zo spannend was het.



Huiskamerbibliotheek



In de hal, achter de leestafel, is de Huiskamerbibliotheek van de Koperhorst gevestigd. Dit is een dependance van Bibliotheek Eemland en werd, tot voor de coronacrisis, 3 ochtenden per week bemenst door vrijwilligers.

Heeft u een abonnement bij de bibliotheek, dan kunt u in de HKB (grootletter)boeken lenen die in de boekenkast staan of boeken (laten) reserveren bij de openbare bibliotheek Eemland. Heeft u geen abonnement, dan is het niet de bedoeling de boeken zo mee te nemen. Maar lid worden kan altijd, de vrijwilligers helpen u graag.

Op de tafel naast de balie en in de foldermolen naast de boekenkast vindt u brochures met tarieven.

Weer beperkt open!

U kunt zelf elke dag boeken ruilen, maar als u daarbij geholpen wil worden dan kunt u sinds een aantal weken, alleen op maandagochtend, van 10:00 tot 11:30 weer uur terecht bij de vrijwilligers. Boeken reserveren kan helaas nog niet.

De Huiskamerbibliotheek is weer beperkt open, u bent van harte welkom!

Groetjes van Marga en Marijke (vrijwilligers HKB)

Huiskamerbibliotheek (dependance van bibliotheek Eemland)

Uitslag puzzeltijd September

In de maand september heeft u mee kunnen doen met de kruiswoordpuzzel.

En viel er een leuke prijs te winnen!

De oplossing van de puzzel was: **bingo**

Uit de goede inzendingen hebben we de prijs verloot.

En de winnaar is...



Mw. Leenards

Gefeliciteerd met uw prijs



Bella Italia

Los de puzzel op en lever hem in voor 20 november bij de receptie. Uit de goede inzendingen wordt een winnaar getrokken en wint een mooie prijs!

BRIOCHE
COLLOSEUM
GARDAMEER
GELATO
KOFFIE
LASAGNE

MILAAN
NAPELS
OLIJVEN
PIZZA
PROSECCO
ROME

SICILIE
STRAND
TIRAMISU
VAKANTIE

E	E	R	S	S	I	C	I	L	I	E
T	N	N	E	V	J	I	L	O	V	O
E	H	C	O	I	R	B	A	A	T	E
P	K	O	N	C	E	L	K	A	U	N
S	O	L	A	Z	C	A	L	S	S	G
I	F	L	A	S	N	E	L	E	I	A
N	F	O	L	T	G	E	S	E	M	S
N	I	S	I	R	P	D	A	O	A	A
R	E	E	M	A	D	R	A	G	R	L
N	S	U	N	N	T	A	Z	Z	I	P
R	O	M	E	D	E	R	V	E	T	N

Oplossing

woordzoekerfabriek.nl - maak je eigen woordzoeker

Activiteiten Koperhorst voor flatbewoners

Maandag 2 november

11:00 – 11:30 uur

Beweeghalftje op muziek

Restaurant



Woensdag 4 november

9:30 – 11:00 uur

Sjoelen

Café gedeelte bij het biljart

Woensdag 4 november

14:00-14:45 uur

Stoelyoga

Restaurant



Donderdag 5 november

11:00-11:30 uur

Beweeghalftje op muziek

Restaurant



Inschrijven iedere week bij de receptie.

Iedere week terugkomende activiteiten, maar houdt u het prikbord in de gaten voor wijzigingen.

Stoelyoga

Stoelyoga wat voor u? Probeer het uit!

Stoelyoga is een rustige bewegingsvorm en daardoor voor iedereen haalbaar, ongeacht leeftijd, omvang, lenigheid of conditie.

Woensdag 4 november

Aanvang: 14:00 uur



Vind plaats in het restaurant

Wat komt aan bod:

Ademhaling, strekken en rekken & ontspannen, met aandacht bewegen.

Met rustgevende achtergrondmuziek

Graag intekenen bij de receptie i.v.m. het beperkte aantal deelnemers.



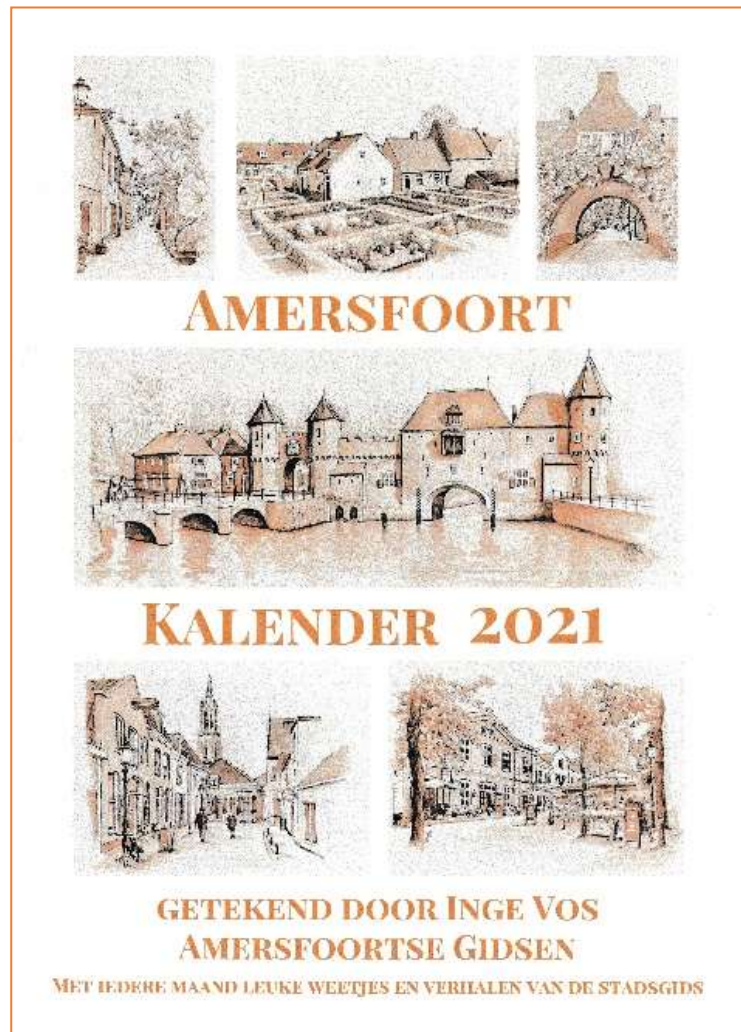
Beste bewoners van de Koperhorst.

Ook dit jaar is er weer een prachtige Amersfoort-kalender uitgebracht. Stadsgids Inge Vos (inderdaad mijn dochter) is er wederom in geslaagd om een kalender samen te stellen met 12, door haarzelf geschilderde "stads-pareltjes" en deze te voorzien van leuke weetjes en verhalen. Een aantal van u heeft inmiddels al een exemplaar van deze kalender in zijn of haar bezit.

Maar vanwege de corona-crisis zijn er minder momenten dat ik bewoners spreek en dat u de kalender bij mij kunt bestellen. Ook de mogelijkheid om tijdens de jaarlijkse kerstmarkt op de Koperhorst bij de "kerstman" een exemplaar te bestellen is dit jaar, vanwege het niet doorgaan van de kerstmarkt, geen optie.

Om de kalender toch in uw bezit te krijgen, kunt vanaf nu een bestelling plaatsen bij Toos of Gerrit van het restaurant. Eén van ons beide is in principe elke donderdag- en vrijdagmiddag tussen 15:00 en 17:00 uur in het restaurant aanwezig. Een telefoontje naar 06-18811837 mag ook. De kalender kost, net als vorig jaar, slechts 10 euro en is verpakt in een transparante envelop, zodat U hem eventueel ook met kerst aan iemand cadeau kunt geven.

Groetjes Gerrit



Terugblik activiteiten oktober.



Time slips

Op de Ijsvogelvlinder heeft de welzijnsmedewerker samen met de bewoners Timeslips gedaan. Met Timeslips ga je op een creatieve manier met elkaar een verhaal maken aan de hand van een afbeelding. Niks is goed of fout. Je zegt wat er in je op komt. Op de foto zie je dat men gebruik maakt van een afbeelding van Marius van Dokkum. Marius van Dokkum maakt bijzondere en aansprekende tekeningen. tekeningen.



Blijf in beweging

U heeft vast wel eens gehoord van de Silverfit. Op het scherm van de Silverfit kunt je interactief leuke spellen doen. Bij het scherm is ook een fiets, zodat je lekker kunt bewegen. Terwijl je fietst kun je via het scherm naar een plek naar keuze, zoals de stad of door de bossen op de Veluwe. Lijkt het u leuk om dit ook eens te doen, vraag er gerust naar. De silverfit is verrijdbaar.



Rollende Bingo

Gewapend met vrolijke muziek, rollerskates, en een kar vol kadootjes, rolde Mariska en Wilma de afdelingen op met de Rollende bingo.

De sfeer zat er meteen in, en alle deelnemers wonnen een prijsje.

De sfeer zat er goed in, en bij sommige bewoners vielen de bingoballen wel heel gunstig. Deze rollende bingo is zeker voor herhaling vatbaar.



Vooruitblik activiteiten

Het is u vast opgevallen dat de Bijblijver tegenwoordig in kleur wordt afgedrukt.

Op deze manier is het veel leuker om naar de foto's te kijken.

De voorkant van de Bijblijver is ook wat opgefrist.

Het is de bedoeling dat daar elke maand een andere foto op wordt geplaatst.

Deze maand ziet u op de foto dansende medewerkers staan.

Het is namelijk zo dat we weer bezig zijn met de voorbereidingen van een videoclip. U zult de medewerkers daarin op een hele andere manier zien dat u gewend bent. In deze tijden is het belangrijk om het gevoel van saamhorigheid groot te houden.

Heeft u zelf een leuke foto, die u graag geplaatst wilt hebben op de voorkant van de Bijblijver? neemt u dan contact met ons op.

De foto van.... Zal een maandelijkse rubriek worden.

Een foto is voor de één zomaar een foto, maar voor een ander kan daar een bijzonder of grappig verhaal achter zitten. En dat verhaal achter de foto willen wij dan graag plaatsen in de Bijblijver.

Normaal gesproken hebben we een activiteitenkalender voor de hele maand.

Gezien de Corona crisis is dat er momenteel niet. Maar.... Dat betekent niet dat er niets gebeurt. Houdt u de flyers in de gaten. In kleine groepjes worden in de algemene ruimtes activiteiten gegeven en ook op de afdelingen gebeurt van alles. Van koekjes bakken, tot de tovertafel, spelletjes etc. Via de bekende kanalen proberen we zoveel mogelijk foto's te laten zien. We zijn bezig met de voorbereidingen voor de feestmaand December.

We kijken in mogelijkheden in plaats van beperkingen. De maand zal anders zijn dan u gewend bent, maar we maken er iets leuks van. Mocht u nog vragen of wensen hebben op het gebied van activiteiten bent u altijd welkom.

De activiteitenbegeleiding
Mariska en Wilma



Feestmenu

LET OP: Door de Corona maatregelen kunt u het feestmenu enkel nog op uw appartement/kamer ontvangen.

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



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

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.
- Boodschappen

WANDELGROEP 's HEERENLOOGROEP

Elke **dinsdagochtend** tussen **10.00** en **11.30** uur en **vrijdagmiddag** tussen **14.00** en **15.30** 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.

Bij al het bovenstaande worden de richtlijnen van het RIVM ten opzichte van Corona in acht genomen.

Voor alle bovenstaande diensten kunt u zich aanmelden bij:

Wilma 06-22307459 of Judith 06-10457388

aanmelden bij de receptie kan ook.



Abonnement dierentuin Amersfoort

De Koperhorst heeft een abonnement van dierenpark Amersfoort. U kunt hier gebruik van maken als u dat wilt, samen met een begeleider/introducé.



Wat zijn de voorwaarden:

- Als cliënt van de Koperhorst betaalt u   7,00 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.

Reserveer uw bezoek vooraf

Let op: zorg dat uw bezoek aan het park vooraf reserveert via de website van de dierentuin. Dit is voor iedereen verplicht. U reserveert dan uw ticket bij het park, om drukte bij de entree te voorkomen. Per reservering kunt u voor maximaal zes personen een tijdslot boeken. Komt u met meer dan zes personen, reserveer dan hetzelfde tijdslot meerdere keren. Ga naar www.dierenparkamersfoort.nl/plan-je-bezoek, klik op 'ik heb een kortingsbon of -pas' en reserveer uw bezoek.



Prijzen Koperhorst activiteiten 2020

Let op: Door de Corona-maatregelen zijn de activiteiten tijdelijk niet toegankelijk voor gasten en wijkbewoners.

- Cliënten die gebruik maken van de activiteiten betalen geen entree (zit bij verzorgingshuistarief/servicekosten inbegrepen). Er gelden enkele uitzonderingen, zoals bloemen voor het bloemenschikken, dagtochten, cursussen etc. Zie het schema.
- Tenzij anders vermeld is koffie/thee bij de entreprijzen inbegrepen.

Activiteit:		Entree cliënten:
Bingo		€ 2,60 per kaart
Voorstellingen		gratis
Sjoelen		gratis
Handwerken		gratis
Creatieve middag excl. variabele materiaalkosten		gratis
Variamiddag		gratis
Kleine bingo		€ 1,55 per kaart
Gymnastiek		gratis
Dansen vanuit de stoel		gratis
Oefenochtend koperhorstkoor (onder leiding van Marian)		gratis
Bakclub		€ 4,00
Schilderen, incl. materiaalkosten		€ 2,75
Koffieochtend		gratis
Kerkelijke vieringen		gratis
Middagcafé		gratis excl. dranken
Kookgroep		€ 6,50 excl. dranken
Cursussen		variabel
Uitstapjes		variabel
Schaken/dammen		gratis
Koersbal		gratis
Klaverjassen		gratis
Biljartclub		gratis
Wijkinloop op werkdagen van 10.00 – 16.00 uur		n.v.t.

PRIJSLIJST MAALTIJDEN 2020

Let op: Door de Corona-maatregelen is het restaurant gesloten voor bezoekers.
Het avondmenu is tijdelijk komen te vervallen.

Driegangen keuzemenu middag bewoners	: € 6,30
Bezorgtoeslag thuis per keer	: € 0,70
Kop Soep	: € 1,70
Verse maaltijd uit de diepvries	: € 5,75

VERJAARDAGSMENU

Let op: Door de Corona-maatregelen kunt u het feestmenu enkel op het appartement ontvangen. We adviseren u daarbij maximaal twee gasten uit te nodigen i.v.m. de 1,5 meter afstand.

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

PRIJSLIJST CAFÉ 2020

Let op: Door de Corona-maatregelen is het café gesloten voor bezoekers.
Daarnaast is het café tijdelijk open tot 17.00 uur in plaats van 18.00 uur.

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
--------------------------	--------

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 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.

Helpdesk automatisering	Aanwezig alleen op afspraak via de activiteitenbegeleiding – in de hal –
Huisartsenpraktijken	Huisartsenpraktijk Sagenhoek, Paladijnenweg 613, 3813 KD, Amersfoort 033 - 472 5000 Huisartsenpraktijk Orion, Ringweg Koppel 15 3813 BA Amersfoort 033 - 479 0000 Beide praktijken zijn geopend voor patiënten die wonen in de Koperhorst
Huiskamerbibliotheek	Elke maandag van 10.00 – 11.30 uur Abonnement aanvragen via vrijwilligers van de huiskamerbibliotheek -In de hal bij de leestafel-
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 (Melinda van Logtenstein) (Petra de Groot) (Yvonne Boot)	Aanwezig op maandag Aanwezig op woensdag Aanwezig op vrijdag Gaarne een afspraak maken via de receptie - kapsalon/pedicure, parterre -

Radio-uitzendingen
(de Golfbreker)

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

Receptie

Dagelijks van 7.30 tot 22.00 uur

Rolstoel huren

U kunt een rolstoel bij ons huren tot maximaal 1 week. Info bij de receptie verkrijgbaar.

Technische dienst

Kleine reparaties opgeven via receptie

**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 – 11.45 en 14.00 – 17.00 u
dinsdag	9.30 – 11.45 en 14.00 – 17.00 u
woensdag	9.30 – 11.45 en 14.00 – 17.00 u
donderdag	9.30 – 11.45 en 14.00 – 17.00 u
vrijdag	9.30 – 11.45 en 14.00 – 17.00 u
zaterdag	9.30 – 11.45 en 14.00 – 16.00 u
zondag	9.30 – 11.45 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.

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 november 2020
--