

Het Bijblijvertje



November 2021

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

ZESENVEERTIGSTE JAARGANG NUMMER 11

UITGAVE NOVEMBER 2021

INHOUD:

Wat te doen bij brand	2
Inhoud	3
Dankbetuiging	4
Van de bestuurder	5
Samenvatting Cliëntenraad / Aanvraag QR code	6/7
Voorpagina foto	8
Ter nagedachtenis	9
Een bosje bloemen	10
Repair café	11
Stil staan bij de dood	12
Middag op de Koperwiek	13
Zorgverzekering en fysiotherapie	14
High tea restaurant	15
Bingo op de Koperwiek	16
Grote bingo	17
Koperhorstkoor zoekt...	18
Sporten Atrium	19
Filmmiddag november	20
Uitslag puzzel oktober	21
Woordzoeker november	22
Terugblik activiteiten oktober	23
Vooruitblik activiteiten november	24
Activiteiten november	25
Feestmenu	31
's Heerenloo	32
Boodschappenclub	33
Abonnement dierentuin Amersfoort	34
Prijzen Koperhorst activiteiten	35
Prijslijst maaltijden	36
Prijslijst café	36
Wilt u (meer) zorg ontvangen	37
Overzicht voorzieningen	38



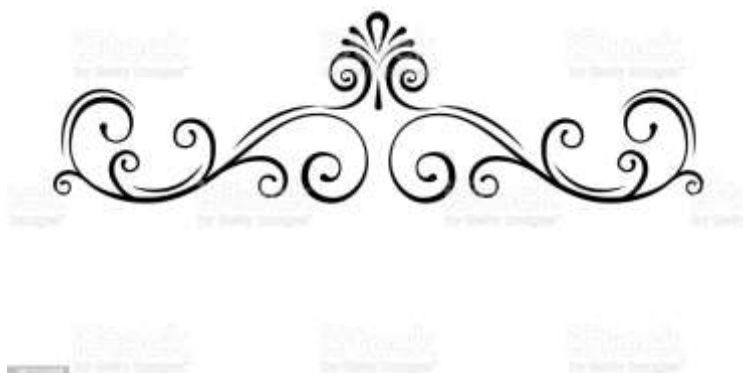
Dankbetuiging

Onze moeder Lies Schijven is overleden op 21-09-2021. Zij woonde sinds 2007 in de Koperhorst. Eerst in een aanleun appartement en sinds 2019 op de Parelmoervlinder.

Wij willen graag iedereen bedanken die, op welke manier dan ook, heeft bijgedragen aan haar woonplezier in de Koperhorst.

Zij heeft erg genoten van alle activiteiten en de gezellige clubjes in het restaurant.

Tineke & Aart
Pim & Jolanda
Connie & Marcel



Van de bestuurder

De herfst laat zich zien in al haar gedaantes. De kleuren van de bladeren laten een rijke schakering zien. Er is regen, zon en wind maar soms is het gewoon ook even windstil.

Ik heb enkele dagen gewandeld in Duitsland. Het was klimmen en dalen. Al wandelend laat ik de bergen en dalen van het leven achter me.

We staan in november stil bij de bewoners die het afgelopen jaar zijn overleden. In een periode die zo anders was dan normaal.

Gelukkig kunnen we na een lange periode waarin corona ons leven beheerste steeds meer doen wat gewoon was.

Daarbij realiseer ik me dat het aantal besmettingen in Nederland weer oploopt en wordt gesproken over mogelijke maatregelen waaronder een derde prik. We blijven de landelijke ontwikkelingen volgen. Voorlopig geven we elkaar geen hand en blijven we op gepaste afstand van elkaar.

In de supermarkten liggen sinds september alweer pepernoten.

Weihnachtsproducten waren in Duitsland al volop te koop. De wintertijd komt eraan. De klok is er al op gelijk gezet en het nieuwe jaar komt alweer in zicht. We zijn al weer bezig om plannen voor het nieuwe jaar te maken. Belangrijk is en blijft om onze medewerkers aan de Koperhorst te blijven verbinden die kunnen zorgen voor bewoners en alle mensen uit de wijk die gebruik maken van onze diensten. Net als onze medewerkers zijn ook de vrijwilligers goud waard. Heel fijn dat we hen weer volop kunnen verwelkomen in de Koperhorst.

Een nieuw jaar met mooie nieuwe perspectieven en vertrouwdheden. Zo mogen we in maart de vaarvakantie weer organiseren.

Voor mij is dit mijn eerste jaar bij de Koperhorst. Het wordt steeds vertrouwder. Vol vertrouwen ga ik met u het nieuwe jaar tegemoet. De winter in al zijn gedaantes..

Evelien van Dijk
Bestuurder



Hoofdpunten uit het overleg tussen de Cliëntenraad en de bestuurder van 10 oktober jl.

11 Oktober heeft de vergadering van de Cliëntenraad met de bestuurder plaatsgevonden.

Hierbij een korte weergave van het overleg.

Belanghebbenden kunnen het gehele verslag van de vergadering opvragen bij de receptie.

Transformatie menu commissie

De facilitair manager Robert Sakkers schoof aan bij dit gedeelte van de vergadering. Het ging om het voorstel tot omvorming van de menu-commissie.

Het idee is om de commissie te transformeren en vervolgens een opdracht mee te geven, zoals bezinning op duurzaamheid, menu-aanpassingen en uitbreiding van fingerfood.

De te vormen commissie wordt niet groter dan 4 tot 5 personen en bestaat behalve uit een (chef)kok ook uit een medewerker van een zorgafdeling en één of twee bewoners van de Koperhorst. Het voorstel is door de Cliëntenraad aangenomen.

Planning verbouwing

Ook bij dit onderdeel heeft de facilitair manager Robert Sakkers een toelichting gegeven op de vraag van de Cliëntenraad over de stand van zaken m.b.t. de verbouwing van de badkamers op het Groepswonen. Hij legt uit dat de verbouwingskosten door de opgelopen vertraging enorm zijn opgeschroefd. Daarom heeft op Groepswonen 7, met het oog op de privacy, in de badkamer een test plaats gevonden met een deurvergrendelingssysteem.

Om de voor- en nadelen van verbouwen opnieuw af te kunnen wegen, hebben Bestuurder en MT besloten de investering uit te stellen.

Daarnaast dringt de gemeente Amersfoort er bij de Koperhorst op aan om bouwplannen die "op de plank zijn gelegd" weer 'af te stoffen'.

Wat betreft de verbouwing van de receptie: de Koperhorst is nog in afwachting van het ergonomisch adviesrapport. Zodra het rapport binnen is, kan gestart worden met de verbouwing.

Kwaliteitsplan

Voor 2022 wordt een nieuw kwaliteitsplan ontwikkeld. Het streven is het aantal jaarplannen in het plan te beperken. De plannen worden wel wat uitgebreider en blijven gekoppeld aan de kwaliteitstegels.

Op de vraag van de bestuurder aan de Clientenraad welke thema's zij graag belicht ziet in het kwaliteitsplan 2022, geeft ze aan de rol van 'ambassadeur' graag verder uit te willen werken. Hierbij wordt gedacht aan o.a. het onthalen en op weg helpen van nieuwe bewoners. Ook is er sprake van een jaarplan met het thema 'diversiteit'.

Diversiteit en tolerantie onder de bewoners en naar de medewerkers en vrijwilligers.

De bestuurder en de voorzitter van de Cliëntenraad gaan samen kijken hoe hier vorm aan te geven.

Terugkoppeling Cliëntenraadplegingen

Voor dit onderwerp is de manager Ontwikkeling en Kwaliteit Ada van de Veen uitgenodigd. De Cliëntenraad vraagt wat er gaat gebeuren met de aanbevelingen uit de verschillende raadplegingen. De Manager Ontwikkeling en Kwaliteit geeft aan dat de uitkomsten en de aanbevelingen met de zorgseenheden doorgesproken worden. Vervolgens zullen de zorgseenheden in hun teamopdrachten gaan werken aan de verbeterpunten en het behouden van de positieve punten. Het plan is in het vierde kwartaal de uitkomsten van de raadplegingen met bewoners en hun naasten in familiebijeenkomsten te bespreken.

Decembermaand festiviteiten

De Cliëntenraad adviseert de bestuurder net als andere jaren Sinterklaas en Kerst te vieren en geen Nieuwjaarsreceptie te organiseren.

Aanvraag QR code

Als het u niet lukt om een QR code op te halen uit het systeem van de overheid kunt u contact opnemen met de coördinerend verpleegkundigen via 313. We vinden het fijn als u daarvoor eerst een naaste benadert.



Voorpagina foto

Dit keer ziet u een vrolijke dans van twee Koperhorst bewoners tijdens de activiteit muziek en bewegen.

Deze dans ontstond geheel spontaan met op de achtergrond een hit van The Everly Brothers.

Tijdens deze activiteit wordt er veel aandacht besteed aan muziek en bewegen en benutten we de creativiteit van de bewoners.

Zo passeren er gedurende de activiteit ritmeoefeningen, zelf muziek maken met instrumenten, samenwerk oefeningen, samen zingen en gitaarmuziek.

Een los vast programma waar deelnemers ook de gelegenheid hebben om hun eigen draai eraan te geven.

Deze activiteit is voor alle afdelingen groepswonen erg geschikt!



Ter nagedachtenis

We staan ook dit jaar met Allerzielen stil bij de mensen die het afgelopen jaar overleden zijn.

Een gedicht van Toon Hermans.

Voor een vriend

Nu 't rouwrumoer rondom jou is verstomd,
de stoet voorbij is, de schuifelende voeten,
nu voel ik dat er 'n diepe stilte komt
en in die stilte zal ik je opnieuw ontmoeten.

En telkens weer zal ik je tegenkomen,
we zeggen veel te gauw: het is voorbij.
Hij heeft alleen je lichaam weggenomen,
niet wie je was en ook niet wat je zei.

Ik zal nog altijd grapjes met je maken,
we zullen samen door het stille landschap gaan.
Nu je mijn handen niet meer aan kunt raken,
raak je mijn hart nog duidelijker aan.

Toon Hermans



Een bosje bloemen

De menucommissie is jarenlang actief geweest en zij brachten een stem uit als het om eten en drinken ging in de Koperhorst.

De Koperhorst heeft hier veel van opgestoken en het was een zekere toevoeging de afgelopen jaren.

We willen dan ook de bewoners die zich daarvoor hebben ingezet hartelijk bedanken. Mw. Ballendux, Mw. Echten en Dhr. Grabowsky hebben een mooie bos bloemen mogen ontvangen vanuit de Koperhorst.

De menucommissie houdt er mee op, maar dat houdt niet in dat er geen aandacht meer voor komt.

Het wordt op een andere manier ingericht en daarvoor krijgt u vast en zeker later meer te horen.

Facilitair manager,
Robert Sakkers



Repair Café

Iedere eerste maandag van de maand is er Repair Café in de ontmoetingsruimte van de Koperhorst.

Tussen 14:00 en 16:00 uur kunt u binnenlopen met al uw vragen over reparaties van voorwerpen.

Een vaste groep vrijwilligers staat voor u klaar om daarbij een handje te helpen.

Sinds kort zijn er twee dames bij gekomen die voor u kleding en dergelijke kunnen herstellen. Zit er een zoom los, naad of een klein scheurtje in uw broek of rok, komt u het gerust brengen.

&

En is er een klokkenmaker in het team dus heeft een klassieke klok die zijn werking heeft verloren?

Komt gerust eens langs bij het Repair café.

Wijkbewoners zijn ook van harte welkom.

De eerst volgende is op **maandag 1 november** & daarna op maandag **6 december**.



Stilstaan bij de dood

In deze maand gedenken we onze naasten die ons ontvallen zijn door de dood. Al vele jaren worden we door De Koperhorst uitgenodigd om medewerking te verlenen aan de gedachtenisbijeenkomst van overleden bewoners. Ook dit jaar werken we mee in nu twee bijeenkomsten.

De kerkelijke traditie van Allerzielen (RK) of gedachtenis overledenen op de laatste zondag van het kerkelijk jaar (Protestant) kent inmiddels veel variaties buiten de kerk. Uitvaartondernemingen, begraafplaatsen, crematoria, omroepen en digitale media organiseren (virtuele) bijeenkomsten. Een kaarsje aansteken kan op vele plaatsen. Sta je hierdoor ook stil bij je eigen dood? Bij de wensen voor uw eigen uitvaart? De een kan dit aan, de ander niet. Erover praten met de naasten die straks de uitvaart moeten verzorgen is ook niet voor iedereen eenvoudig.

Het is wel belangrijk dat uw wensen bekend zijn. Als geloof of levensovertuiging daarin een rol speelt, blijkt het in toenemende mate moeilijk om daarover te spreken en dat vast te leggen. De vanzelfsprekendheid van een (kerkelijke) uitvaart is echt voorbij. Het is maatwerk geworden. Mooi is dat het daarmee ook persoonlijker werd. Maar zal het gaan volgens uw persoonlijke wensen? Nabestaanden staan lang niet altijd (meer) in uw (geloofs)traditie. Tegelijk blijft het belangrijk dat rond uw uitvaart klinkt wat voor u van waarde en betekenis is. Als u hierover eens door wilt praten, neemt u dan gerust contact met ons op. Niet dat wij per se bij uw uitvaart betrokken moeten zijn, maar wellicht kunnen we wat ondersteunen om uw wensen helder te krijgen en kenbaar te maken.

Diaken Frank Sieraal, parochie Onze Lieve Vrouw van Amersfoort (tel. 4729438) en dominee Rein van der Zwan, namens de PKN wijkgemeenten De Bron en De Hoeksteen (tel. 4755158)



Middag van de ontmoeting op de Koperwiek

Donderdag 21 oktober was er "de middag van de ontmoeting" op de Koperwiek.

Tijdens deze middag kon familie en (buurt) vrienden een kijkje nemen om te zien wie wij zijn en wat we allemaal op de Koperwiek doen.

Het was gezellig druk en er waren diverse activiteiten (o.a. bloemschikken en het spelen van spelletjes) waar aan meegedaan kon worden.

Daarnaast was er, onder het genot van een hapje en een drankje, ruimte voor een gesprek en het stellen van vragen.

Het was een zeer geslaagde middag.



Uw zorgverzekering en fysiotherapie

U heeft weer de nieuwe polis en polisvoorwaarden voor 2022 gekregen. Dit is dan ook het juiste moment om alles weer eens kritisch te bekijken samen met degene die u helpt met uw administratie.

Het is belangrijk om een Aanvullende Verzekering (AV) te hebben waar ook fysiotherapie uit vergoed wordt. Als u namelijk een nieuwe heup moet hebben of komt te vallen en iets breekt dan moeten de eerste 20 behandelingen uit de AV komen; daarna vergoedt de basisverzekering verdere behandeling.

Het komt de laatste tijd echter steeds meer voor dat de fysiotherapie gestopt moet worden omdat cliënten onvoldoende verzekerd zijn en verdere behandeling niet zelf kunnen/willen betalen.

U kunt een wijziging m.b.t. de Aanvullende Verzekering tot 31 januari 2022 doorgeven aan uw verzekeraar.

Heeft u vragen over uw zorgverzekering en de vergoedingen voor fysiotherapie dan kunt u, via de receptie, contact met ons opnemen.

Iris Fischer en Annelous van der Donck, fysiotherapeuten MTC de Fysioclub



Weetje vanuit team Restaurant

Zoals aangegeven in de bijblijver van oktober – kunt u bij ons ook terecht voor een gezellige “zoete” High-Tea. Boek deze traktatie eens gezellig met uw vriend(in), buurman- of vrouw, familie, etc....

Deze is met zorg samengesteld uit heerlijke zoetigheden** o.a. :

chocolade bonbons

slagroomsoesjes

kleine gebakjes

koffiebonen

Te boeken vanaf 2 personen.

Let wel: minimaal 3 dagen van te voren bestellen.

Prijs € 10,00 per persoon



** afhankelijk van onze leverancier.

Wij zien uw bestelling hiervoor graag tegemoet.

Team Restaurant.

Bingo op de Koperwiek

Afgelopen maandag werd er, dankzij het Nationaal ouderen fonds, een bingo voor de bezoekers van de Koperwiek gehouden.

De ochtend begon met een kopje koffie en zelfgebakken appelkruimeltaart.

Daarna kreeg iedereen een bingokaart en kon de bingo van start.

Dankzij het Nationaal ouderen fonds waren er mooie prijzen beschikbaar gesteld zoals: gezicht verzorging setjes, douchegelsetjes, tapas bestek, sjaal, fleecedek, rugtas en een laptop tafeltje voorop schoot en 2 geweldige hoofdprijzen namelijk een digitale fotolijst en een cadeaubon voor restaurant "de Beren" in Amersfoort.

Door de grote hoeveelheid aan prijzen ging er niemand met lege handen naar huis.

De cadeaubon ging naar Mw. Bonthuis de digitale fotolijst is door mw. Hazewinkel gewonnen.



Grote Bingo

Woensdag 3 november
Tijd: 19:00 uur
Waar: Restaurant



We spelen 6 rondes met tussendoor een pauze met een lekker borrelhapje.

Mooie prijsjes te winnen!

Kosten bedragen €2,65 per bingokaart voor bewoners

voor familie en wijkbewoners is dit: € 5,15

Betalen met de pinpas / Koperhorst pas

U hoeft zich niet meer in te schrijven en ook familie/wijkbewoners zijn welkom mee te bingo-en.



Koperhorst koor zoekt..

Bewoners die van zingen houden..

Dit is een oproep voor een gelegenheidskoor voor vrijdagavond 24 december tijdens de Kerstavondviering. (19uur)

Ieder dinsdagochtend zingt het Koperhorst koor in het restaurant o.l.v. pianiste Marjan de Jong.

Heeft u interesse om mee te doen met het gelegenheidskoor of het gewoon eens te ervaren vrijblijvend?

Komt u dan dinsdagochtend 10:00 uur naar het restaurant voor een uurtje zingen met elkaar.

En besluit u nu al of straks om mee te doen met het gelegenheidskoor op 24 december?

Super! Dat wordt vast een mooie dienst.

Het repeteren gaat dan half november van start.



Vragen?

Kom even langs bij de activiteiten..



Sport & Spel bij 't Atrium

Het mag weer!!

We zijn allemaal weer van harte welkom bij de burens voor een sportieve en gezellige sportochtend voorbereid door HAVO en VWO leerlingen van 't Atrium.

Dinsdag 23 november

Leerlingen komen naar de Koperhorst 14.20 uur

Vertrek naar 't Atrium: 14.45 uur

Terug: omstreeks 15.45 uur

Leerlingen halen u op en brengen u ook weer terug naar de Koperhorst.

Met rolstoel mogelijk! Wel even aangeven bij aanmelding.



- Sport en spel voor iedereen!
- Bewegen op maat & plezier gegarandeerd!

Opgeven bij de activiteiten:

Mariska Hoosbeek



Bewegen is fijn!

Voor het lichaam maar ook voor het brein!

Filmmiddag Koperhorst

FILM: LION

Woensdag 10 november

Start film: 14:30

In het restaurant

Tussendoor een pauze.

Incl. hapje en drankje.



Een 5-jarige Indiase jongen raakt verdwaald in de straten van Calcutta, duizenden kilometers van huis. Hij overleeft vele uitdagingen waarna hij door een stel in Australië wordt geadopteerd. 25 Jaar later besluit hij op zoek te gaan naar zijn verloren familie.



Uitslag puzzeltijd editie oktober 2021

Uit alle goede inzendingen van de prijspuzzel met het thema Herfst hebben we weer een winnaar verlost.

De oplossing was: Wat een mooie kleuren.

De winnaar van de maand oktober is geworden.. . . .



Mevrouw Brink-van Kouswijk!



Gefeliciteerd met uw prijs!



De nieuwe woordzoeker staat alweer klaar met als thema Sint Maarten.

Veel succes allemaal!



Woordzoeker van de maand november

Deze maand is het op 11 november het Sint Maarten feest. En gaan er groepen kinderen met lampionnen door de straten om bij buurtbewoners snoep zien te scoren. Ze zingen een lied en als ze geluk hebben gaan ze weg met lekkernijen. Veel succes met deze woordzoeker!

Sint Maarten

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

AANBELLEN
BEDELFEEST
FEEST
FOEKEPOT
FRUIT
HUIZEN
KINDEREN
LAMPION
LEKKERS
LICHTJES
LIEDJES
LOPEN
NAAMDAG
NOVEMBER
OPTOCHT
SINTMAARTEN
SNOEP
TASJES
VERKLEDEN
VOLKSFEEST
ZINGEN

Oplossing

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

Naam:

Appartementnummer:

U kunt de oplossing invullen in de balk en deze inleveren bij de receptie uiterlijk 22 november. Uit de goede inzendingen verloten wij een prijs. De winnaar krijgt vanzelf bericht. Veel succes!



Terugblik oktober activiteiten

18 oktober - Optreden Duo Gimenez & Iskhakova

Op maandag 18 oktober hebben we in de Koperhorst bovenstaand duo mogen ontvangen. Carlos Gimenez op de Saxofoon en Aliya Iskhakova op de piano. Een fantastisch samenspel van deze twee muzikanten op twee verschillende instrumenten. Een optreden van wereldklasse om met een glimlach op terug te kijken. Met dank aan Muziek in huis – die klassieke optredens op locaties zoals in de Koperhorst mogelijk maken.



25 oktober–bingo met studenten (gesponsord door de Jumbo)

Vier studenten hebben een gezellige middag verzorgd met leuke prijsjes. Het zag er leuk versierd uit en de bewoners hebben genoten.



27 oktober – filmmiddag Fanfare

De film van Bert Haanstra Fanfare (1958) werd vertoond in de zaal. Echt een film uit de oude doos. Het was weer gezellig!
Iedere maand wordt er weer een film gedraaid. Koperhorst cinema, u bent welkom!

Vooruitblik activiteiten

De maand november is begonnen en de herfstkleuren zijn volop te zien. De vele bladeren in de binnentuin maken er een mooi herfsttafereel van.

In november kunt u de reguliere activiteiten vinden in het maandoverzicht achterin de Bijblijver.

De **stoelyoga** op maandagmiddag zal vanaf november structureel plaatsvinden op de Koperwiek.

We hebben een **toffe sportochtend** (inmiddels ene traditie) bij onze burea 't Atrium. We worden opgehaald en thuis gebracht.
In de Bijblijver vind u meer informatie.

Op de derde maandagmiddag van deze maand kunnen we genieten van een optreden van niemand minder dan: **Hans de Liedjesman!**

Check de wekelijkse affiches en flyer in de liften voor actuele informatie.

Voor vragen kunt u altijd bij de activiteiten
Mariska Hoosbeek & Simone van Ree.



Maandag 1 november

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

14:00 uur: Repaircafé in de ontmoetingsruimte

14:30 uur: Stoelyoga in de **Koperwiek**
Café

17:00 uur: Kookgroep in de Koperwiek



Dinsdag 2 november

10:00 uur: Koor in het restaurant o.l.v. Marjan de Jong
Koffie drinken in de ontmoetingsruimte

10:15 uur: Bewegen op muziek voor groepswonen in de Koperwiek

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

19:00 uur: Koffie drinken in de hal



Woensdag 3 november

10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte
Sjoelen in het restaurant
Bloemenman in de hal

14:00 uur: Handwerken in het restaurant

14:30 uur: Café

19:00 uur: Bingo in het restaurant



Donderdag 4 november

10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte

10:15 uur: Fit in het restaurant

14:00 uur: Klaverjasgroep in de ontmoetingsruimte

14:30 uur: Creatieve middag in de **Koperwiek: Doosje met lekkers**
Café

19:00 uur: Koffie drinken in de hal



Vrijdag 5 november

10:00 uur: Koersbal voor flatbewoners in het restaurant
Koffie drinken in de ontmoetingsruimte

14:30 uur: Café

15:30 uur: Tapasbar



Zaterdag 6 november

10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte

14:30 uur: Café

16:30 uur: Katholieke viering met diaken Frank Sieraal in het restaurant met aansluitend koffie drinken



Zondag 7 november

10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte

14:30 uur: Café



Maandag 8 november

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

14:30 uur: Stoelyoga in de **Koperwiek**
Café



Dinsdag 9 november

10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte
Koor in het restaurant o.l.v. Marjan de Jong

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

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

19:00 uur: Koffie drinken in de hal



Woensdag 10 november

10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte
Bloemenman in de hal

Sjoelen in het restaurant

14:00 uur: Handwerken in het restaurant

14:30 uur: **Filmmiddag in het restaurant: Lion**
Café



Donderdag 11 november

10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte
10:15 uur: Fit in het restaurant
14:00 uur: Klaverjasgroep in de ontmoetingsruimte
14:30 uur: Café
19:00 uur: Koffie drinken in de hal



Vrijdag 12 november

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



Zaterdag 13 november

10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte
14:30 uur: Café
16:30 uur: Protestantse viering met ds. Mosterd in het restaurant
met aansluitend koffie drinken



Zondag 14 november

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



Maandag 15 november

10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte
Koersbal in het restaurant voor groepswonen
14:30 uur: **Optreden in het restaurant: Hans de liedjesman**
Café
17:00 uur: Bakgroep in de Koperwiek



Dinsdag 16 november

10:00 uur: **Verkoopochtend in de hal: sieraden**

Koor in het restaurant o.l.v. Marjan de Jong

Koffie drinken in de ontmoetingsruimte

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

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

19:00 uur: Koffie drinken in de hal



Woensdag 17 november

10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte

Bloemenman in de hal

Sjoelen in het restaurant

14:00 uur: Handwerken in het restaurant

14:30 uur: Café



Donderdag 18 november

10:00 uur: **Sieradenverkoop in de hal door IVAR**

Koffie drinken in de ontmoetingsruimte

10:15 uur: Fit in het restaurant

14:00 uur: Klaverjasgroep in de ontmoetingsruimte

14:30 uur: Café



Creatieve middag in het restaurant: **bloemschikken**

Wij vragen € 5,50 bijdrage voor de materiaalkosten.

U moet zelf een bakje meenemen. *Voor cliënten is deze activiteit op de materiaalkosten na gratis*

19:00 uur: Koffie drinken in de hal

Vrijdag 19 november

10:00 uur: Koersbal voor flatbewoners in het restaurant

Koffie drinken in de ontmoetingsruimte

14:30 uur: Café

15:30 uur: Tapasbar



Zaterdag 20 november

10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte

14:30 uur: Café

16:30 uur: Katholieke viering met zr. Giny Wieringa in het restaurant
met aansluitend koffie drinken



Zondag 21 november

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



Maandag 22 november

10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte
Koersbal in het restaurant voor groepswonen
14:30 uur: Stoelyoga in de **Koperwiek**
Café



Dinsdag 23 november

10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte
Koor in het restaurant o.l.v. Marjan de Jong
Verkoopochtend in de hal: mw. de Winter



Dierenbescherming

10:30 uur: Bewegen op muziek voor groepswonen in de Koperwiek
14:30 uur: Varia in de ontmoetingsruimte: **nagels lakken en spelletjes**
Café
19:00 uur: Koffie drinken in de hal



Woensdag 24 november

10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte
Bloemenman in de hal
Sjoelen in het restaurant
14:00 uur: Handwerken in het restaurant
14:30 uur: Café



Donderdag 25 november

10:00 uur: **Verkoopochtend in de hal: H en A mode**
Koffie drinken in de ontmoetingsruimte
10:15 uur: Fit in het restaurant
14:00 uur: Klaverjasgroep in de ontmoetingsruimte
14:30 uur: **Creatieve middag in het restaurant: Kerstkaart maken**
Café
19:00 uur: Koffie drinken in de hal



Vrijdag 26 november

10:00 uur: **Verkoopochtend in de hal door Gerda Meinten**

Koersbal voor flatbewoners in het restaurant

Koffie drinken in de ontmoetingsruimte

14:30 uur: Café

15:30 uur: Tapasbar



Zaterdag 27 november

10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte

14:30 uur: Café

16:30 uur: Protestantse viering met dhr. Hoogendoorn in het restaurant
met aansluitend koffie drinken



Zondag 28 november

10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte

14:30 uur: Café



Maandag 29 november

10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte

Koersbal in het restaurant voor groepswonen

14:30 uur: Stoelyoga in de **Koperwiek**
Café



Dinsdag 30 november

10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte

Koor in het restaurant o.l.v. Marjan de Jong

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

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

19:00 uur: Koffie drinken in de hal





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 € 6,45*.

♦ Uw eerste gast mag gratis van dit feestmenu genieten.

Vanaf uw tweede gast brengen wij een bedrag van € 20,25* (per gast) in rekening.

♦ Aanvragen: **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 tot eind 2021



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

SERVICEDIENST 's HEERENLOOGROEP

Op **maandag, dinsdag, donderdag** tussen **9.00** en **15.30** uur en **vrijdagmorgen** tussen **09.00 - 12.00 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 11.00** uur en **donderdagmiddag** tussen **14.00 en 15.00** 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.

Mochten er meer mensen zich opgeven bij de receptie dan vier, dan gaan we om toerbeurt dit regelen, zodat iedereen een wandeling kan maken.

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 06-10457388

Aanmelden bij de receptie kan ook.



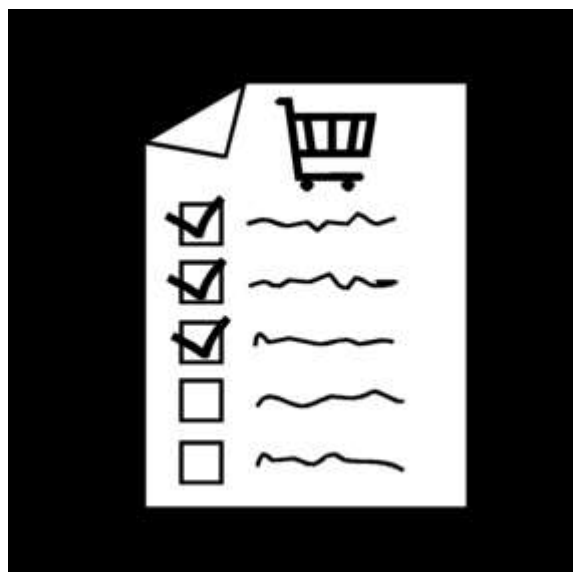
BOODSCHAPPENCLUB

Vanaf maandag 6 september 2021 willen wij weer starten met de boodschappencub.

- Wilt u (in de rolstoel) mee naar winkelcentrum Schothorst?
- Wilt u weer eens heerlijk zelf uw boodschappen uitzoeken?
- Wilt u hierbij begeleid worden door het serviceteam van 's HeerenLoo?
- Kunt u tussen 14.00-15.30 uur op maandagmiddag?
- Dan bent u van harte welkom om mee te gaan.
-

**Als u interesse heeft kunt u zich opgeven bij Wilma van het 's HeerenLoo-team. Telefoonnummer: 06-10457388.
Per keer kunnen er maximaal 4 mensen mee.**

Als er meer mensen mee willen dan gaan we een schema maken. U hoort van ons ruim op tijd wanneer u meekunt.



Abonnement dierenpark 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, ook niet als u een invalidenkaart heeft.

Reserveer uw bezoek vooraf

Let op: zorg dat uw bezoek aan het park vooraf reserveert via de website van de dierenpark Amersfoort. 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 2021

- 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 wijkbewoners	Entree cliënten:
Bingo	€ 5,15	€ 2,65 per kaart
Voorstellingen	€ 5,15	gratis
Sjoelen	gratis	gratis
Handwerken	gratis	gratis
Creatieve middag excl. variabele materiaalkosten	variabel	gratis
Variamiddag	gratis	gratis
Kleine bingo	€2,15	€ 1,60 per kaart
Fit in het restaurant/tuin	€2,75	gratis
Stoelyoga	€2,75	gratis
Oefenochtend koperhorstkoor (onder leiding van Marian)	€2,75	gratis
Bakclub	€4,00	€ 4,00
Schilderen, incl. materiaalkosten	€3,35	€ 2,75
Koffieochtend	gratis	gratis
Kerkelijke vieringen	gratis	gratis
Middagcafé	gratis excl. dranken	gratis excl. dranken
Kookgroep	€6,50 excl. dranken	€ 6,50 excl. dranken
Cursussen	variabel	variabel
Uitstapjes	variabel	variabel
Schaken/dammen	gratis	gratis
Koersbal	gratis	gratis
Klaverjassen	gratis	gratis
Biljartclub	gratis	gratis
Wijkinloop op werkdagen van 10.00 – 16.00 uur	€ 10,60 voor warme maaltijd, twee activiteiten, koffie en thee. € 7,95 bij gedeelte	n.v.t.

PRIJSLIJST MAALTIJDEN 2021

Driegangen keuzemenu middag bewoners	:	€ 6,45
Driegangen keuzemenu middag wijkbewoners	:	€ 6,45
Driegangen menu op het appartement	:	€ 7,15
Driegangen keuzemenu gasten	:	€ 7,65
Driegangen menu avond	:	€ 6,45
Kop Soep	:	€ 1,75
Verse maaltijd uit de diepvries	:	€ 5,90

VERJAARDAGSMENU

Let op: Het feestmenu kunt u op afspraak in het restaurant of op uw appartement ontvangen. Aanvragen van het feestmenu graag 2 weken van te voren bij de medewerkers van het restaurant.

Voor flatbewoners incl. 1 drankje	:	€ 6,45
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	:	€ 20,25

Sterrendiner flatbewoners incl. 2 drankjes	:	€ 15,25
Sterrendiner wijk/familie/gasten incl. 2 drankjes	:	€ 21,00
Sterrendiner bewoners van de Koperhorst die dagelijks een warme maaltijd krijgen geldt, bij afzegging reguliere warme maaltijd, u dan een waardebon ontvangt en de rest bijbetaald. De bon ophalen bij de receptie!	:	€ 8,70

PRIJSLIJST CAFÉ 2021

Frisdranken	:	€ 0,85
Tomatensap/Chocolademelk/Vruchtensap	:	€ 1,15
Sinaasappelsap vers	:	€ 1,35
Advocaat	:	€ 1,60
Bier	:	€ 1,40
Wijn	:	€ 1,60
Gedistilleerd	:	€ 2,00

WILT U (MEER) ZORG ONTVANGEN

Wilt u meer zorg ontvangen dan waar u volgens uw indicatie recht op heeft of wilt u zorg ontvangen zonder indicatie, dan bestaat de mogelijkheid deze via de Koperhorst in te kopen. U kunt dit met uw contactverzorgende of teamverpleegkundige bespreken. De kosten hiervoor bedragen per uur:

*	Persoonlijke verzorging	:	€ 53,50
*	Verpleging	:	€ 74,25
*	Dagdeel Koperwiek	:	€ 38,25
*	Bewegingsmelder	:	€ 23,00 per maand
*	Huishoudelijke zorg	:	€ 20,50
*	Rolstoel huur	:	€ 1,55 per dag
*	Rolstoel, maximaal 1 week	:	€ 12,50 per week
*	Hals/polsalarm per maand	:	€ 9,25



Prijzen zijn geldig t/m 1 januari 2022

Overzicht voorzieningen en dienstverlening

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 LAVINIA	Voor al uw kleding vermaak- en herstel- werkzaamheden. Haal- en brengservice. Laat een berichtje achter voor een afspraak en u wordt terug gebeld. 06-87897082 of via Lavinia.atelier@gmail.com
Diëtisten Midden Nederland	Laura Hilhorst te bereiken op 06 - 27 54 46 21 www.dietistenmn.nl

Fysiotherapie.

Elke dag is er een fysiotherapeut van MTC de Fysioclub in de Koperhorst aanwezig. Iris Fischer is op maandag t/m vrijdag aanwezig van 8.30 – 12.00 uur en Annelous op dinsdag 08.30 – 17.00 uur en donderdag van 08.30-12.00 uur.

Indien behandeling gewenst is (met of zonder verwijzing) dan kunt u dat aan de receptie of de verzorging doorgeven. Iris of Annelous zal dan contact met u opnemen voor een afspraak.

Huisartsenpraktijken

Huisartsenpraktijk Sagenhoek,
Paladijnenweg 613,
3813 KD, Amersfoort [033 - 472 5000](tel:033-4725000)
Huisartsenpraktijk Orion, Ringweg Koppel 15
3813 BA Amersfoort [033 - 479 0000](tel:033-4790000)

Beide praktijken zijn geopend voor patiënten die wonen in de Koperhorst

Huiskamerbibliotheek

Elke maandag , woensdag en vrijdag
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)

Dinsdag en donderdag van 8.30 uur tot 17.00 uur. Gaarne een afspraak maken via de receptie
- kapsalon, parterre – pinnen of contant –

Kerkdiensten

1^e Zaterdag van de maand een katholieke viering, om 16.30 uur.
2^e Zaterdag van de maand een protestantse kerkdienst om 16.30 uur.
3^e Zaterdag van de maand een katholieke viering om 16.30 uur.
4^e Zaterdag van de maand een protestantse kerkdienst om 16.30 uur.
- in het restaurant-

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 Logtestein)
(Petra de Groot)
(Yvonne Boot)

Aanwezig op maandag
Aanwezig op woensdag
Aanwezig op vrijdag
Gaarne een afspraak maken via de receptie
- pedicure, parterre – pinnen of contant -

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.

Repair café

Elke 1^e maandag van de maand.
Van 14.00 – 16.00 uur in de ontmoetingsruimte

Restaurant	Dagelijks bent u vanaf 12:00 uur van harte welkom in het restaurant. Afrekenen kan alleen met pinpas / contactloos. Er is ook een avondmaaltijd mogelijk van 16:30-17:30 uur. Opgeven voor deze dagelijkse maaltijd is (nog) niet nodig.
Technische dienst	Reparaties opgeven via receptie
Verjaardag/feesten	U kunt bij ons ook uw feestje organiseren, voor reserveringen en vragen kunt u terecht bij de huishouding parterre.
Veilig thuis/ Ouderenmishandeling	Voor hulp en advies kunt u contact opnemen met het steunpunt Veilig Thuis, bereikbaar via telefoonnummer 0800-2000
Vertrouwenspersoon	Mevrouw Overberg is de vertrouwenspersoon in de Koperhorst. Zij is op maandag en woensdagochtend tijdens de koffie aanwezig. U kunt rechtstreeks in contact komen tijdens het koffiedrinken op de afdelingen of recreatiezaal. Daarnaast kunt u via de receptie een afspraak maken of een boodschap in het groene busje in de hal doen of via koperhorst.vertrouwenspersoon@gmail.com
Massage therapeut (Inge Waardenburg)	Dinsdag aanwezig. Afspraak maken kan via 06-23044199 of, via info@reflexplus.nl
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 t/m zondag geopend van:
9.30 uur tot 11:45 uur en van 14:00-16:30
- parterre -

Wijkmobiel

Maandag t/m donderdag tussen 9.00 tot 17.00 uur en vrijdag van 9.00 tot 17.00 uur rijdt in de wijken Schothorst/ Zielhorst en De Hoef de wijkmobiel. Een kleine elektrische auto die u van deur tot deur brengt. Een ritje kost € 2,00 per keer met pin. U kunt minimaal een dag van tevoren reserveren bij de receptie van de Koperhorst, of op telefoonnummer:
06-40831647.

Oproep voor alle lezers van het Bijblijvertje :

Wilt u het Bijblijvertje voortaan digitaal ontvangen, mailt u dan uw naam en emailadres naar info@koperhorst.nl 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 Hartsuiker
U kunt kopij sturen naar info@koperhorst.nl
of afgeven bij de receptie. Kopij inleverdatum: **25 november 2021**