

Het Bijblijvertje



Januari 2022

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

Wat te doen bij brand

Brand melden:

- Overall in huis zijn rookmelders die direct alarm slaan als er ergens iets aan de hand is.
- Op verschillende plaatsen in de gang hangen rode alarmkastjes. Die kunt u bij brand inslaan. Het alarm komt bij de receptie aan en bij de meldkamer van de brandweer.
- Via de rode knop in uw kamer de verzorging waarschuwen.



Actie na de brandmelding:

Voor u is het belangrijk dat u, indien mogelijk, bij de brandhaard weggaat. Na een brandmelding komt de bedrijfshulpverlening gelijk op gang.

Zij gaan naar de plaats van de brandmelding en kijken wat er aan de hand is. Zij melden, als het nodig is, bij receptie en de brandweer dat er brand is en proberen de brand te blussen.

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

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

U als cliënt moet de aanwijzingen van de medewerkers van de Koperhorst of de brandweer volgen.

Binnen de Koperhorst zijn allerlei veiligheidsmaatregelen getroffen om verspreiding van de brand te voorkomen.

Zo gaan bij een brandmelding de branddeuren automatisch dicht, zijn de deuren van een woning 30 minuten brandvertragend en doen de liften het niet meer.

Hoort u dat er brand is, maar ziet u geen brand, blijf dan in uw appartement en wacht de instructies van de medewerkers af.



BIJBLIJVERTJE

ZEVENENVEERTIGSTE JAARGANG NUMMER 1

UITGAVE JANUARI 2022

INHOUD:

Wat te doen bij brand	2
Van de bestuurder	4
Zorgkaart Nederland	7
Verslag cliëntenraad	8
Brandveiligheid / Opgelet	9
Gedicht	11
Kerst in de Koperhorst	12
Giften	13
Koperhorst in beweging	14
Filmmiddag	15
Uitslag puzzel december	16
Puzzeltijd januari	17
Terugblik december	18
Vooruitblik activiteiten januari	10
Activiteiten januari	20
Feestmenu	26
's Heerenloo	27
Boodschappenclub	28
Abonnement dierentuin Amersfoort	29
Prijzen Koperhorst activiteiten	30
Prijslijst maaltijden/verjaardagsmenu	30
Prijslijst café	31
Wilt u (meer) zorg ontvangen	32
Overzicht voorzieningen	33

Van de bestuurder

Op de drempel naar een nieuw jaar.
Dagelijks rijd ik langs de grootste kerstboom van Nederland. Het is een mooi oriëntatiepunt in de donkere dagen. De lampjes zijn lichtgevend.

Op eerste kerstdag was ik onderweg naar de Koperhorst om de kerstsfeer te komen proeven. Helaas werd ik letterlijk tot stilstand gebracht door autopech. Dat is niet de manier waarop ik bedacht had stil te staan...

Het einde van het jaar is wel het moment om stil te staan. Stil te staan bij wat er gebeurd is en vooruit te kijken naar wat er te gebeuren staat.

Dat zullen velen van u ook doen. Bij het terugkijken kan een traan opkomen en een lach op ons gezicht verschijnen.



Voor mij persoonlijk was het het eerste jaar als bestuurder van de Koperhorst. Het was al met al een bewogen jaar. Ik ervaar hoe betrokken iedereen is bij elkaar: de bewoners, naasten, medewerkers, vrijwilligers, leerlingen en stagiaires. We doen het samen. De waardering die we krijgen is tot uitdrukking gekomen in Zorgkaart Nederland. 7 December werd bekend gemaakt dat de Koperhorst in de top 10 van Zorgkaart NL zit. Dat deed iedereen goed.

Een bewoner vroeg me met het krantenartikel in de hand: 'heeft u het al gezien? We staan in de top 10'. De burgemeester van Amersfoort Lucas Bolsius vond het een geweldige prestatie waar de stad Amersfoort trots op is. De score in de zorgkaart is geen doel op zich, maar een middel om te horen en zien of we onze doelen behalen. We zijn blij als u tevreden bent.

Ook dit jaar hebben we weer mooie stappen gezet en resultaten bereikt. Wat ben ik er trots op dat medewerkers en vrijwilligers in omstandigheden die niet altijd makkelijk waren met warmte en aandacht hebben gedaan wat nodig is.

Gelukkig hebben we kerst samen kunnen vieren met een heerlijk kerstmenu. De oudejaarsbingo gaat in een wat aangepaste vorm ook door voor onze bewoners. Dat is fijn. Op nieuwjaarsdag kom ik graag een toast met u uitbrengen op het nieuwe jaar.

In aanloop naar 2022 ontving ik het gedicht Rooskleurig 2022. Dat deel ik graag met u met de uitgesproken wens dat het 2022 een rooskleurig nieuw jaar wordt.

Hartelijk dank voor het vertrouwen het afgelopen jaar. We gaan vol vertrouwen het nieuwe jaar in. Een liefdevol en gelukkig nieuw jaar gewenst namens alle collega's van de Koperhorst,

Evelien van Dijk
bestuurder





Rooskleurig 2022

In het begin houdt ze zich stil.
De kleur ligt in de knop besloten.
Als ze zich openvouwt en lacht,
is er een roos ontloken.

Zacht lokt een rode gloed
je dichterbij haar bloei.
Steels wil ze je prikkelen,
een goed soort onrust zaaien.

Geuren zweven je vooruit
naar ongekende streken.
Alle jaargetijden van het leven
zal de roos je hart verblijden.

Corrie Kopmels

Voorpagina foto

Op de voorpagina ziet u op de foto onze bestuurder Evelien van Dijk (midden) met bewoners: Mevr. Kuilman (links) en Mw. van Voorst (rechts).

We hebben afgelopen maand een mooie cadeautje gekregen.

Namelijk een welverdiende 9 op Zorgkaart Nederland.

Op Zorgkaart Nederland worden waarderingen van familie gespaard en gebundeld. De grootste ervaringswebsite voor de Nederlandse gezondheidszorg.

Een hele mooie prestatie waar we trots op zijn.

Het Koperhorst verhaal wordt beleefd: 'Je doet er toe en je hoort erbij'.

Laten we dit verhaal voortzetten in 2022!



**Zorgkaart
Nederland**

www.zorgkaartnederland.nl

Hoofdpunten uit het overleg tussen de Cliëntenraad en de bestuurder van 8 december jl.

8 December jl. 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.

Concept Begroting 2022

De bestuurder licht een aantal punten toe uit de begroting van 2022. De begroting voor volgend jaar komt op 0 uit. Corona heeft dit afgelopen jaar een enorme impact gehad en het is onzeker hoe dat in 2022 verder gaat verlopen.

Jaarplannen 2022

De bestuurder geeft toelichting op de nieuwe jaarplannen van 2022.

Door de Cliëntenraad wordt het jaarplan voor ambassadeurschap toegelicht. De leden van de Cliëntenraad willen vooral het begeleiden van nieuwe (maar ook bestaande) bewoners gaan stimuleren. Van belang is dat bewoners kennis nemen van wat zich afspeelt binnen de Koperhorst. Een rondleiding door de hele Koperhorst is onderdeel van het ambassadeurschap.

Concept kwaliteitsplan 2022

Silfke van Dijk van het Zorgkantoor is als gast aanwezig geweest bij de vergadering van de Cliëntenraad met de bestuurder. Silfke van Dijk feliciteert ons met het behalen van de top 10 waardering door ZorgkaartNederland! De bestuurder is blij met deze erkenning. Het is een middel om het doel te bereiken; zeker in deze tijd is het een opsteker voor onze medewerkers, vrijwilligers en leerlingen.

V.w.b. het kwaliteitsplan zegt de bestuurder dat we begonnen zijn met een nieuw kwaliteitssysteem. We gaan toewerken naar een erkend systeem. Hiervoor zijn we een pilot gestart met de kwaliteitsmethodiek van Kwaliteit@; onze kwaliteitssysteem met de tegels sluit daar goed bij aan. We gaan 1 jaar met Kwaliteit@ samenwerken en het Zorgkantoor faciliteert dit om dit volgend jaar bij de Koperhorst werkend te krijgen. Daar zijn wij blij mee.

Prijslijst diensten

De Facilitair manager Robert Sakkers schoof aan bij dit gedeelte van de vergadering. De nieuwe prijslijst diensten is bekend. De prijzen zullen op verzoek van de Cliëntenraad worden gebundeld. Overeenkomstige producten zullen een standaardprijs krijgen.

Voorstel creëren nieuwe stilteruimte

De Facilitair manager heeft een voorstel toegelicht om de ruimte bij de centrale hal (tegenover de kapper) in te gaan richten als stilteruimte.

Deze nieuwe ruimte wordt geen vervanging van de kapel. De bedoeling is deze ruimte op te knappen en als stilteruimte te gaan gebruiken. De oude kapel gaat gebruikt worden als opslagruimte.

De Cliëntenraad ziet graag dat onderzocht wordt of er behoefte is aan een stilteruimte. Zij is er voorstander van deze ruimte zo in te richten dat deze voor meerdere doeleinden gebruikt kan worden. Een ruimte niet alleen geschikt voor bewoners maar ook voor het personeel. De Facilitair manager gaat dit onderzoeken en komt hier op terug bij de Cliëntenraad.

Afscheid hr. Grabowsky van de Cliëntenraad

Dhr. Grabowsky neemt vandaag afscheid. Het is een bijzonder moment voor hem. Hij heeft altijd met plezier deelgenomen en is actief geweest om het welzijn van de medemens te bevorderen. De voorzitter van de Cliëntenraad spreekt waardering uit voor zijn bijdrage die hij altijd geleverd heeft. Dhr. Grabowsky wordt hartelijk bedankt namens de hele Cliëntenraad en de bestuurder.



Vaarvakantie

De vaarvakantie die gepland stond voor maart 2022 is verzet naar de oktober. Gezien de huidige situatie met corona beperkingen en de onzekerheden hieromtrent is dit besluit genomen. We koersen nu op de week van 17 oktober 2022.



Samenwerken aan brandveiligheid

Wij nodigen u graag uit op woensdag 19 januari om 14:30 uur in het restaurant voor een bijeenkomst met de brandweer.

Zij zullen u informeren hoe u zelf kunt bijdragen aan een goede brandveiligheid in en om uw woning.

Er is gelegenheid tot het stellen van vragen.

U kunt zich aanmelden bij de receptie.



Robert Sakkers

Een gewaarschuwd mens telt voor twee



Het is goed om op elkaar te blijven letten; deze tijd van het jaar leent zich ook helaas voor 'ongenode gasten'

Zij kunnen zich voordoen als familiebezoek of medewerker van een bank om binnen te komen. Eenmaal binnen zeggen ze dat er iets mis gegaan is en dat ze u komen helpen.

Het is goed om ons te beseffen dat bankmedewerkers nooit persoonlijk en zeker niet onaangekondigd langs komen. Mocht zich zoiets voordoen, dan helpen we u graag.

Geluk

Een heel oud echtpaar ging naar bed
Op het kastje twee bakjes met tanden
Vol liefde keek de man haar aan
En streelde haar rimpelige handen



Hij sprak, al meer dan vijftig jaar
Zijn wij gelukkig meid
En geloof mij maar als ik je zeg
Ik wil je voor een miljoen niet kwijt

Dat weet ik jongen zei de vrouw
Ook jij bent niet te koop
En ook niet voor een miljoen
En dat is toch een hoop

Ze lagen daar tezamen
Op de avond van hun leven
Twee mensen die elkaar
Zo veel hadden gegeven

Ze zeiden welterusten hoor
En hij gaf haar een zoen
En fluisterde : is de deur op slot
Hier ligt voor twee miljoen.



Kerst in de Koperhorst



Op Eerste en Tweede Kerstdag was er de gelegenheid om in de middag te dineren in de Koperhorst.

Een mooi aangeklede ruimte met de vele kerstbomen en versieringen.

De prachtige gerechten die werden gepresenteerd door het keukenteam en werden geserveerd door het restaurant team.

De bewoners konden dit kerstmenu ook bestellen om met een intiem gezelschap ervan te genieten op het eigen appartement.

Op de afdelingen werd met elkaar genoten van het kerstdiner, het zag er fantastisch uit!

Het waren mooie dagen, zo met elkaar.

Een fijn moment van samen zijn!



Giften

BEDANKT!

Heeeeel veel kerstkaarten

Van diverse instanties zoals: IndeBuurt033, Het ouderenfonds maar ook van scholen, lieve wijkbewoners hebben we kerstkaartjes gekregen om uit te delen onder de bewoners. Om jullie een warme Kerst toe te wensen.

Kerststerren van de Eurofleur

De Eurofleur heeft alle bewoners en medewerkers blij gemaakt met een fleurige Kerstster. Door de sluiting van de winkels moesten ze toch ergens terecht. Nou hier hebben ze een fijne plek gekregen, bedankt!



Een elektronische bingo machine

We hebben een gulle donatie gekregen van een zoon van een bewoner. De Koperhorst is nu in het bezit van een elektronische bingo machine. Dit is erg fijn want nu hoor je de getallen niet alleen maar zie je ze ook op een scherm. We zijn hier erg blij, bedankt!

Kerstkransen ABN

Normaliter komt de ABN AMRO met een tiental medewerkers en wordt de kerstgedachte in praktijk gebracht. Helaas kon dat dit jaar niet, maar hebben we wel 40 kerstkransen, koekjes en kletsporten gekregen. De bewoners zijn creatief geweest en het was zeker gezellig! Maar we hopen graag jullie volgend jaar weer in levende lijve te zien!

BEDANKT!

Volgend jaar: Koperhorst in beweging!

Op het gebied van bewegen zijn er al een aantal mogelijk tot uw beschikking om aan deel te nemen in de Koperhorst.

- Koersballen op de vrijdagochtend
- Stoelyoga op de maandagmiddag
- Fit in het restaurant op donderdagochtend

In de **maand januari** kan u een maand meedoen met

“ Koperhorst in beweging ”

Verschillende aspecten komen in 45 minuten voorbij zoals elementen van yoga, TaiBo, Dans, Ritme en sport en spel.

Het is goed voor het lichaam, sociaal en ook belangrijk:

Iedereen kan meedoen!

Of u nu goed ter been bent of in een rolstoel zit, oefeningen kunnen aangepast worden zodat u toch profijt heeft!

“ Lekker bewegen ” is in januari iedere maandag ochtend van 10.15 tot 11.00 uur op de Koperwiek.



Goede voornemens? Let's do it!

Ik zie u graag dan!

Sportieve groeten,

Mariska



**Bewegen?
Gewoon doen!**



FILMMIDDAG



Woensdagmiddag 12 januari

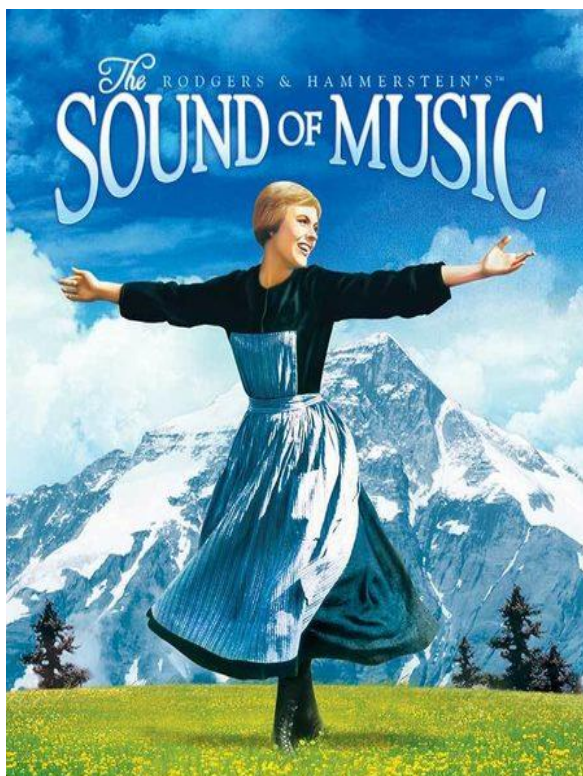
Start film 14:00 UUR

In het restaurant

Inclusief een sapje en versnapering in de pauze

Kom op tijd!

The Sound of Music vertelt het verhaal van Maria, die zich niet kan aanpassen aan het kloosterleven en de opdracht krijgt van Moeder Overste om als gouvernante te werken bij de familie Von Trapp. Daar komt ze er al snel achter dat de zeven kinderen van kapitein Von Trapp onder een te streng regime leven. Wanneer de kapitein een tijd van huis is laat Maria de kinderen weer opbloeien.



Weet u nog een leuke film? Misschien kunnen we die wel draaien in de Koperhorst. Laat het even weten bij de receptie of activiteiten.

Uitslag puzzeltijd december

Afgelopen maand kon u de prijspuzzel maken met het thema: **Kerst**.

Met de juiste uitkomst: **Vrolijk Kerstfeest**.

We hebben weer een hoop inzendingen binnen gekregen.

Uit de goede inzendingen hebben we een winnaar verloot.

De winnaar van december puzzel is geworden.....

Mevrouw Drulman

Van harte gefeliciteerd met deze prijs!



De volgende woordzoeker staat alweer voor u klaar met het thema: **Winter**

Winter wonderland

Streek alle woorden af en vind de juiste oplossing met de overgebleven letters. U kunt de puzzel inleveren tot 25 januari. Uit de goede inzendingen zullen we die dag een winnaar trekken en diegene wint een leuke prijs! Succes!

CHOCOLADEMELK
ERWTENSOEP
GLÜHWEIN
HANDSCHOENEN
IGLO
KOUD
KRUIK
LANGLAUFEN
MUTS
OORWARMERS

SCHAATSEN
SJAAL
SKIËN
SLEE
SNEEUW
SNEEUWBAL
SNEEUWPOP
SNEEUWSCHOENEN
SNEEUWSCHUIVER
SNEEUWVLOK

SNOWBOOTS
TRUI
VORST
WANTEN
WINTER
WINTERJAS
WINTERPRET
WINTERSLAAP
WIT
IJSBAAN

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

Oplossing

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

woordzoekerfabriek.nl - maak je eigen woordzoeker

Terugblik activiteiten december

Pianist Marten van Meurs 13 dec.



Op maandag 13 december hebben we kunnen genieten van een muzikaal uurtje onder leiding van niemand minder dan muzikant, oud leraar van 't Atrium: Marten van Meurs. Bekende deuntjes klonken door de ontmoetingsruimte. Menigeen klapte en bewoog mee, wat een gezelligheid!

Optreden Harpistes Wendy Rijken en Carla Bos 20 dec.

Op maandag 20 december hebben we kunnen genieten van een duo concert van twee fantastische harpistes. En dit concert stond in het teken van Kerst. Dus ook 'Stille Nacht' & 'Ave Maria' werden niet overgeslagen. De bewoners genoten in stilte en de verbeelding werd bijna werkelijkheid. Dank jullie wel dames!



Filmmiddag Hachi 29 dec.

De laatste film van het jaar alweer in de Koperhorst Cinema. En wel de film: Hachi.

Een film die rond de Kerst wel past en vooral de winterse dagen.

De trouwe hond Hachiko gaat dagelijks mee met zijn baasje naar het station en wacht hem ook weer op... maar op een gegeven moment komt zijn baasje niet meer terug. De hond Hachiko blijft naar het station terugkeren en komt in contact met collega's en omwonenden van zijn baasje. Hartverwarmend dat snapt u wel!

De bewoners hebben genoten van de film en een hapje & drankje. Volgend jaar weer nieuwe films!

Weet u nog een mooie, leuke, spannende film?

Kom even langs bij de activiteiten!



Vooruitblik activiteiten

Welkom 2022!!

Allen een gelukkig nieuwjaar!

Wij hopen u dit jaar een gevarieerd aanbod te bieden van diverse activiteiten. We hebben grootse plannen, mooie ideeën en hopen ze dit jaar met u te mogen beleven!

Iedere dag zijn er vele activiteiten in de Koperhorst, deze vind u terug achterin de Bijblijver en op de affiches in de lift.

Daarnaast is er in januari een optreden gepland op *maandag 17 januari*, door **Singing & Joy**.

Een erg leuk amuserend duo met bekende liedjes in het repertoire.



De *filmmiddag* is deze maand op *woensdagmiddag 12 januari*.

Ook hopen wij weer busreisjes te organiseren naar leuke plaatsjes, we houden u daarvan natuurlijk op de hoogte!

Een fijne januari maand en tot snel!



**** alle activiteiten onder voorbehoud van de coronaregels ****

Zaterdag 1 januari

10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte

14:30 uur: Café

15:00 uur: Proosten met champagne en hapjes in de ontmoetingsruimte



Zondag 2 januari

10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte

14:30 uur: Café



Maandag 3 januari

10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte

14:30 uur: Stoelyoga in de Koperwiek
Café



Dinsdag 4 januari

10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte

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

14:30 uur: Varia in de ontmoetingsruimte: **spelletjes**
Café



Woensdag 5 januari

10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte

Sjoelen in het restaurant

14:00 uur: Schildergroep in de ruimte van 's Heeren Loo
Handwerken in het restaurant

14:30 uur: Café



Donderdag 6 januari

10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte

10:15 uur: Fit in het restaurant

14:30 uur: Café



**** alle activiteiten onder voorbehoud van de coronaregels ****

Vrijdag 7 januari

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



Zaterdag 8 januari

10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte
14:30 uur: Café
16:30 uur: Protestantse viering in het restaurant
met ds. R.G. van der Zwan



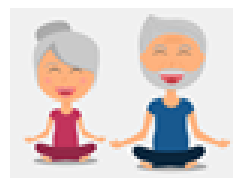
Zondag 9 januari

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



Maandag 10 januari

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



Dinsdag 11 januari

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



Woensdag 12 januari

10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte
Sjoelen in het restaurant
14:00 uur: Handwerken in het restaurant
Schildersgroep in de ruimte van 's Heeren Loo
14:00 uur: **Filmmiddag in het restaurant: Sound of music**
14:30 uur: Café



**** alle activiteiten onder voorbehoud van de coronaregels ****

Donderdag 13 januari

10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte

10:15 uur: Fit in het restaurant

14:30 uur: Creatieve middag in de ontmoetingsruimte: **sneeuwster**
Café



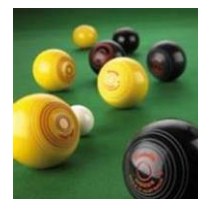
Vrijdag 14 januari

10:00 uur: Koersbal voor flatbewoners in het restaurant

Koffie drinken in de ontmoetingsruimte

14:30 uur: Café

15:30 uur: Tapasbar



Zaterdag 15 januari

10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte

14:30 uur: Café

16:30 uur: Katholieke viering in het restaurant



Zondag 16 januari

10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte

14:30 uur: Café



Maandag 17 januari

10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte

Koersbal in het restaurant voor groepswonen

14:30 uur: **Optreden in het restaurant: Singing & Joy**
Café



**** alle activiteiten onder voorbehoud van de coronaregels ****

Dinsdag 18 januari

- 10:00 uur: Zangkoor o.l.v. Marjan de Jong in het restaurant
Koffie drinken in de ontmoetingsruimte
- 10:30 uur: Bewegen op muziek voor groepswonen in de Koperwiek
- 14:30 uur: Varia in de ontmoetingsruimte: **spelletjes**
Stoelyoga in de Koperwiek
(éénmalig een andere dag)
Café



Woensdag 19 januari

- 10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte
Bloemenman in de hal
Sjoelen in het restaurant
- 14:00 uur: Schildergroep in de ruimte van 's Heeren Loo
Handwerken in het restaurant
- 14:30 uur: **Bijeenkomst met de brandweer in het restaurant:**
'samenwerken aan de brandveiligheid'
Café



Donderdag 20 januari

- 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
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*



Vrijdag 21 januari

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



**** alle activiteiten onder voorbehoud van de coronaregels ****

Zaterdag 22 januari

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



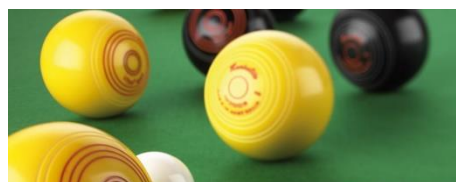
Zondag 23 januari

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



Maandag 24 januari

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



Dinsdag 25 januari

10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte
Zangkoor o.l.v. Marjan de Jong in het restaurant
10:30 uur: Bewegen op muziek voor groepswonen in de Koperwiek
14:30 uur: Varia in de ontmoetingsruimte: **spelletjes**
Café



Woensdag 26 januari

10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte
Bloemenman in de hal
Sjoelen in het restaurant
14:00 uur: Handwerken in het restaurant
Schildergroep in de ruimte van 's Heeren Loo
14:30 uur: Café



**** alle activiteiten onder voorbehoud van de coronaregels ****

Donderdag 27 januari

10:00 uur: **Verkoopochtend in de hal: sieraden van zilverhuis Hammadi**

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 ontmoetingsruimte: **winterkaart**
Café



Vrijdag 28 januari

10:00 uur: Koersbal voor flatbewoners in het restaurant

Koffie drinken in de ontmoetingsruimte

14:30 uur: Café

15:30 uur: Tapasbar



Zaterdag 29 januari

10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte

14:30 uur: Café



Zondag 30 januari

10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte

14:30 uur: Café



Maandag 31 januari

10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte

Koersbal in het restaurant voor groepswonen

14:30 uur: Café

15:00 uur: Stoelyoga in de Koperwiek (éénmalig een ander tijdstip)





Feestmenu

LET OP:

**** In verband met de huidige Corona maatregelen kunt u met maximaal 4 personen van dit feestmenu gebruik maken.**

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 € 6,70*.

♦ Uw eerste gast** mag gratis van dit feestmenu genieten.

Vanaf uw tweede gast** brengen wij een bedrag van € 21,00*(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 2022



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

- 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 en een pas voor parkeren. Reserveert u de pas bij de receptie om teleurstellingen te voorkomen.
- Het parkeren is bij een dierenparkbezoek in begrepen, je kan met maximaal 5 auto's per dierenparkbezoek parkeren.

Reserveer uw bezoek vooraf

Let op: zorg dat uw bezoek aan het park vooraf reserveert via de website van de dierenpark. 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 2022

- 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	€ 5,35	€ 2,75 per kaart
Voorstellingen	€ 5,35	gratis
Sjoelen	gratis	gratis
Handwerken	gratis	gratis
Creatieve middag excl. variabele materiaalkosten	variabel	gratis
Variamiddag	gratis	gratis
Kleine bingo	€2,25	€ 1,70 per kaart
Fit in het restaurant/tuin	€2,85	gratis
Stoelyoga	€2,85	gratis
Oefenochtend koperhorstkoor (onder leiding van Marian)	€2,85	gratis
Bakclub	€4,15	€ 4,15
Schilderen, incl. materiaalkosten	€3,50	€ 2,85
Koffieochtend	gratis	gratis
Kerkelijke vieringen	gratis	gratis
Middagcafé	gratis excl. dranken	gratis excl. dranken
Kookgroep	€6,75 excl. dranken	€ 6,75 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	€ 11,00 voor warme maaltijd, twee activiteiten, koffie en thee. € 8,25 bij gedeelte	n.v.t.

PRIJSLIJST MAALTIJDEN 2022

Driegangen keuzemenu middag bewoners	:	€ 6,70
Driegangen keuzemenu middag wijkbewoners	:	€ 6,70
Driegangen menu op het appartement	:	€ 7,40
Driegangen menu avond	:	€ 6,70
Kop Soep	:	€ 1,85
Verse maaltijd uit de diepvries	:	€ 6,15
Verse maaltijd uit de diepvries incl. bezorgen	:	€ 6,50

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	:	€ 6,70
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	:	€ 21,00
Sterrendiner flatbewoners incl. 2 drankjes	:	€ 15,80
Sterrendiner wijk/familie/gasten incl. 2 drankjes	:	€ 21,75
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!	:	€ 9,00

PRIJSLIJST CAFÉ 2022

Frisdranken	:	€ 1,00
Tomatensap/Chocolademelk/Vruchtensap	:	€ 1,25
Sinaasappelsap vers	:	€ 1,55
Advocaat	:	€ 2,00
Bier	:	€ 1,60
Wijn	:	€ 2,00
Gedistilleerd	:	€ 3,00

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 binnen de Koperhorst:

*	Persoonlijke verzorging	:	€ 55,00 per uur
*	Verpleging	:	€ 76,50 per uur
*	Dagdeel Koperwiek	:	€ 39,50 per dagdeel
*	Bewegingsmelder	:	€ 24,00 per maand
*	Huishoudelijke zorg	:	€ 28,25 per uur
*	Rolstoel huur	:	€ 2,00 per dag
*	Rolstoel, maximaal 1 week	:	€ 13,00 per week
*	Hals/polsalarm per maand	:	€ 9,75 per maand



Prijzen zijn geldig t/m 1 januari 2023

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. Openingstijden afhankelijk van de coronamaatregelen. Voor de huidige stand van zaken kunt u telefonisch contact opnemen.

Technische dienst

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

**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 -

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: **26 januari 2022**