

# *Het Bijblijvertje*

Creatieve middag



***Februari 2022***

***Paladijnenweg 275  
3813 KA Amersfoort  
Tel: 033-4726214  
[www.koperhorst.nl](http://www.koperhorst.nl)***

## Wat te doen bij brand

### Brand melden:

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



### Actie na de brandmelding:

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

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

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

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

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

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

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

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



## BIJBLIJVERTJE

ZEVENENVEERTIGSTE JAARGANG NUMMER 2

UITGAVE FEBRUARI 2022

### INHOUD:

Wat te doen bij brand	2
Van de bestuurder	4
Oudejaarsavond Koperhorst	5
Kapel / handwerkverkoop	6
Menukeuze per dag	7
Wijkbewoners dineren	8
Afval scheiden	9
Gedicht "Geluk"	10
Afscheid	11
Filmmiddag	13
Uitslag puzzel januari	14
Woordzoeker Valentijn	15
Terugblik januari	16
Vooruitblik activiteiten februari	17
Activiteiten februari	18
Gedicht "Liefde"	24
Feestmenu	25
's Heerenloo	26
Boodschappenclub	27
Abonnement dierentuin Amersfoort	28
Prijzen Koperhorst activiteiten	29
Prijslijst maaltijden/verjaardagsmenu	30
Prijslijst café	30
Wilt u (meer) zorg ontvangen	31
Overzicht voorzieningen	32



## Van de bestuurder

De eerste maand van het jaar ligt alweer achter ons. Als ik 's ochtends aankom bij de Koperhorst en om me heen kijk, zie ik hier en daar licht branden. De een na de ander start de dag op. We kunnen gelukkig weer veel activiteiten opstarten. Ook voor bewoners in de wijk of verenigingen die gebruik maken van de ruimtes en faciliteiten van de Koperhorst gaan onze deuren weer open. Dat is heel fijn.

Ik start mijn dag op met een kopje koffie en open mijn laptop. Vergaderen online is gewoon geworden. Corona heeft nog veel invloed. We hebben collega's die afwezig zijn doordat ze besmet zijn met corona of in quarantaine moeten. Gelukkig zijn er momenteel geen bewoners die corona hebben. Een aantal medewerkers heeft de tijd nodig om goed te herstellen. We vragen begrip voor de momenten dat we uw zorgvraag niet zo snel kunnen beantwoorden als dat u van ons gewend bent. Het ziet er naar uit dat het aantal besmettingen de komende weken op blijft lopen. Vandaar dat we aandacht blijven vragen voor de basisregels van afstand houden, handhygiëne en testen bij klachten.

Dit jaar valt carnaval in de week van 24 februari. We denken na hoe we carnaval op 'eigen wijze' invulling kunnen geven. Kijkt u vast in uw kast of u iets heeft liggen...

We zien er naar uit om in het voorjaar weer lekker naar buiten te kunnen en de feestdagen met elkaar te vieren. De dagen worden langer. Het daglicht stroomt binnen.

Evelien van Dijk  
Bestuurder



# Oudejaarsavond Koperhorst

Op vrijdag 31 december hebben we na één jaar te hebben overgeslagen weer de oudejaarsbingo georganiseerd. Binnen een veilige omgeving en met de hulp van vrijwilligers is dit een erg geslaagde avond geweest.

Er waren oliebollen en appelflappen en er was een heuse bingo met mooie prijsjes. Tussendoor nog een heerlijke salade plate. Een advocaatje erbij of een glas witte wijn.

De laatste 20 seconden van 2021 hebben we met z'n allen afgeteld en geproost met champagne voor een mooi, gezond en liefdevol 2022!



*Ook op de afdelingen was het een gezellige boel, hieronder Wonen met zorg 4, proostend op een mooi 2022!*



OP EEN  
Sprankelend  
NIEUW JAAR

## **Verplaatsen kapel/stilteruimte**

We hebben een enquête uitgezet onder 147 bewoners over het gebruik van en de behoefte aan een kapel. Van de 147 uitgezette enquêteformulieren hebben we 47 ingevulde formulieren teruggekregen. Iets meer dan de helft van degenen die gereageerd hebben, wil gebruik (blijven) maken van een kapel/stilteruimte. Dat geeft ons voldoende basis ons plan verder uit te werken. Het plan is deze ruimte te verplaatsen van de stafgang naar een centralere plek, namelijk tegenover de kapper. Dat is de ruimte waar nu nog een gordijn hangt.

Het idee is de ruimte zo in te richten dat deze voor meerdere doeleinden te gebruiken is. Hierover gaan de bestuurder en de facilitair manager in overleg met de Cliëntenraad.



## **Verkoopmiddag handwerkgroep**

Woensdag 2 februari

van 13.30 tot 15.30 uur

in de hal

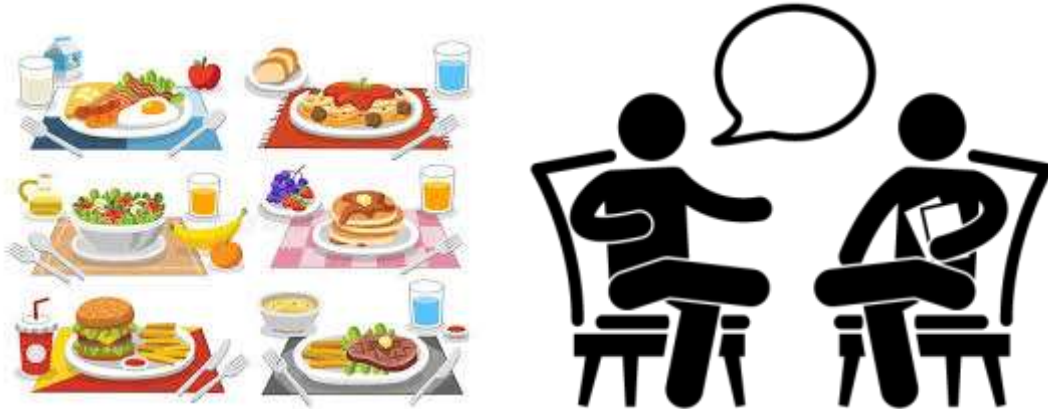
Verkoop van allerlei handgemaakte producten.

Kom kijken !

Alleen contante betaling mogelijk.



# Menukeuze per dag?



Beste bewoner van de service- of seniorenflats,

Iedere werkdag beschikt de keuken over één of twee vrijwilligers die bij u op het appartement uw maaltijdkeuze voor de volgende dag kunnen opnemen.

Voordelen voor u:

- U kiest pas een dag van te voren uw eten voor de volgende dag.
- De vrijwilliger kan u, waar nodig helpen en de gerechten op het menu toelichten.
- U kunt gezellig een praatje maken met de vrijwilliger.

Interesse? U kunt u zich hiervoor opgeven bij de receptie.



Beste wijkbewoners,

Welkom!

Welkom!

Vanaf maandag

**31 januari** bent u als  
wijkbewoner weer van  
harte welkom om bij ons te  
dineren tussen

16.30 en 17.30 uur.

We zien u graag dan!

EEN  VORKJE  
MEEPRIKKEN



## Afval scheiden **Attentie** **Attentie**

Vorig jaar zijn er ondergrondse containers geplaatst op het terrein van de Koperhorst. Nu krijgen we klachten van de rova dat er nauwelijks afval in de pmd container gegooid wordt.

## **Graag afval scheiden en in de goede container deponeren A.U.B**

Onderstaand staat kort vermeld wat er wel en niet in de bak voor plastic mag:

### WAT MAG WEL BIJ PMD

#### LEGE PLASTIC VERPAKKING



- Alleen verpakkingsmateriaal is PMD
- Bakjes voor salade, groente en fruit
- Bekers voor yoghurt, vla en ijs
- Blisterverpakkingen (van bijv. schroefjes)
- Flacons voor wasmiddelen, shampoo en zeep
- Flessen voor frisdrank, water, melk, azijn etc.
- Knijpflessen voor sauzen, olie, etc.
- Kuipjes voor boter, saus, smeerkaas
- Plantenpotjes
- Plastic zakken en tasjes
- Verpakkingen van kaas, vlees, vis
- Zakken voor pasta, rijst, brood, snoepgoed etc.

#### LEGE METALEN VERPAKKING (BLIK)



- Aluminiumfolie
- Aluminium schaaltes
- Conservenblikken
- Cups van waxinelichtjes
- Dopjes van bierflessen
- Drankblikjes
- Folie van toetjesbakjes
- Lege metalen verpakking (blik)
- Schroefdeksels
- Stalen siroopflessen
- Verfblikken (leeg en droog)

#### LEGE DRINKPAKKEN



- Pakken of pakjes voor (karne)melk, vla en yoghurt
- Pakken of pakjes voor soep en pastasaus
- Pakken en pakjes voor frisdrank, vruchtensappen, water en wijn

### WAT MAG NIET BIJ PMD

#### PLASTIC VERPAKKING OF VOORWERPEN



- Verpakkingen met inhoud (eerst goed leegmaken)
- Verpakkingen met gevaarlijk afval, zoals kitkokers, spuitbussen of verfblikken (inleveren bij het kca-depot op het scheidingsstation)
- Plastic dat geen verpakking is, zoals speelgoed en huisraad bv. tuinstoel of tandenborstel (inleveren bij het scheidingsstation)
- Medisch thuisafval, zoals dialysezakken of injectiespuiten (inleveren bij het kca-depot op het scheidingsstation)
- Koffiecupjes (deze zijn niet leeg)
- Piepschuim, zoals verpakkings-/ vulmateriaal, piepschuim fastfoodverpakkingen of vleesschaaltes (bakjes en schaaltes bij het restafval, groter piepschuim inleveren bij het scheidingsstation)
- Landbouwplastic (inleveren bij het scheidingsstation)
- Verpakkingen met een combinatie van plastic en aluminium, zoals chipszakken en doordrukstrips voor kauwgom (dit kan niet uit elkaar gehaald worden en daarom niet worden hergebruikt. Mag bij het restafval)



**TIP!**  
Alleen verpakkingen horen bij het pmd!



## Geluk ....

Geluk is niet het cijfer zeven,  
geluk is ook geen klavertje vier.

Geluk is liefde geven,  
aan een ander mens of dier.

Maar als je waardeert wat het  
leven je geeft,  
alle dagen stuk voor stuk.  
Tevreden bent met wat je krijgt,  
ja dan pas heb je echt geluk.



Beste allemaal,



*Via de Bijblijver wil ik graag afscheid van u nemen.*

*Na 3 jaar met veel plezier op de Koperhorst te hebben gewerkt ga ik ergens anders werken.*

*Vanaf februari zal ik in Nijkerk op een woning van 's HeerenLoo gaan werken.*

*Lekker dichtbij huis, weer onderdeel zijn van een groter team en weer nieuwe uitdagingen.*

*Ik heb er heel veel zin in en tegelijk vind ik het ook jammer om afscheid van deze ontzettend leuke werkplek te nemen. Een plek waar met plezier gewoond en gewerkt wordt. Een plek waar ik me erg welkom en thuis heb gevoeld. Eén van de speerpunten van de Koperhorst is: Ik doe ertoe en ik hoor erbij. Dat dit niet alleen een speerpunt is, maar ook in de praktijk uitgevoerd wordt heb ik de afgelopen jaren mogen ervaren. En nog belangrijker, de medewerkers van ons team ervaren dit ook! Omdat dit ook één van mijn persoonlijke speerpunten in mijn werk (leven) is heb ik mij meer dan thuis gevoeld binnen de Koperhorst.*

*De afgelopen jaren heb ik veel mensen leren kennen tijdens mooie wandelingen in de omgeving, tijdens een spannend en gezellig potje koersballen, tijdens het boodschappen doen of zomaar tijdens een praatje in de hal of ontmoetingsruimte. Het waren stuk voor stuk mooie, waardevolle ontmoetingen: heel hartelijk dank daarvoor!*

*Ook wil ik u graag bedanken voor het vertrouwen dat u aan ons team geeft, we zijn vanaf het begin volledig opgenomen in de Koperhorst. Zowel door de collega's van alle diensten als door u, als bewoner van de Koperhorst. Het is mooi om te zien dat de medewerkers van ons team met zelfvertrouwen de taken oppakken omdat zij zich veilig voelen, dat ze groeien van het contact met u en dat ze waardering van u krijgen voor hetgeen ze allemaal doen. Een vriendelijk woord, het chocolaatje, een praatje, de hulp én de levenswijsheden tijdens de contacten zijn allemaal erg waardevol: hartelijk dank daarvoor!!*

*Gelukkig is het ons gelukt om een hele goede opvolger voor mij te vinden en wel in de persoon van Lisa.*

*Lisa zal op maandag 28 februari binnen de Koperhorst starten. Ik hoop dat u haar net zo hartelijk zult ontvangen en op weg zult helpen als dat u dat destijds bij mij hebt gedaan.*

*De komende maand februari zal Nena ons team begeleiden, hier zijn we heel blij mee. Fijn voor de medewerkers van ons team dat Nena de hele maand februari komt overbruggen.*

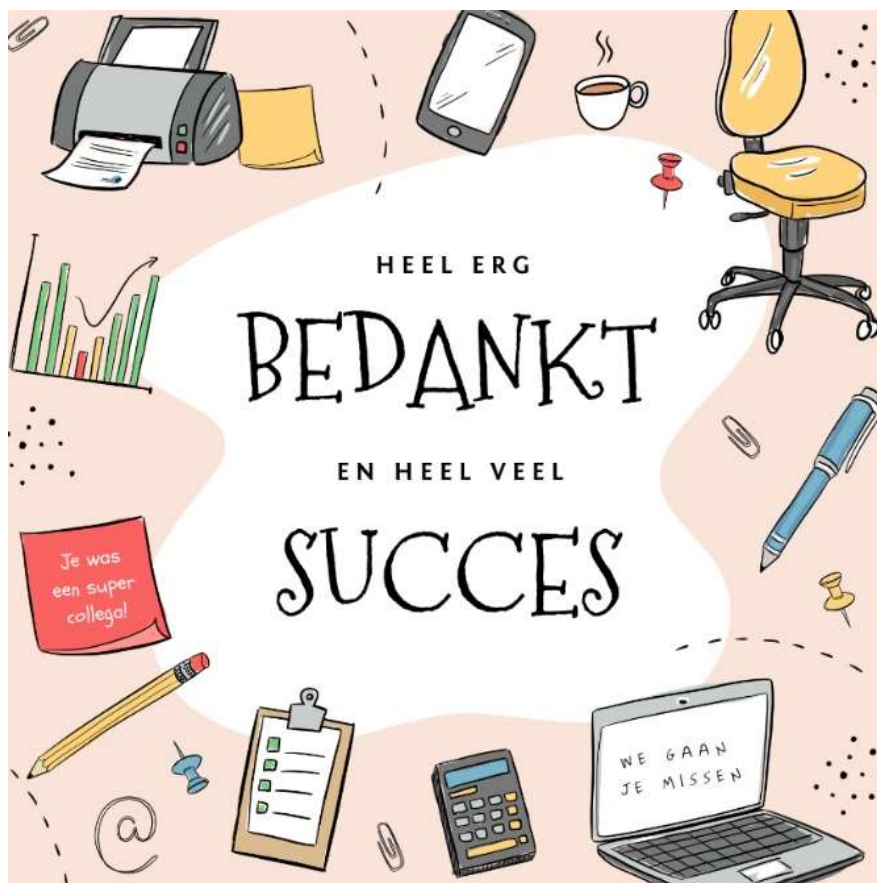
*Nena, en straks ook Lisa, kunt u gewoon op ons bekende telefoonnummer bereiken: 06-10457388.*

*Onze werkdagen zijn: maandag, dinsdag, donderdag en vrijdagmorgen.*

*Al onze werkzaamheden zullen dus gewoon doorgaan.*

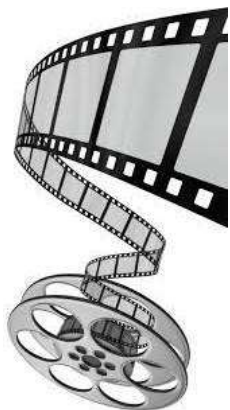
*Heeft u hulp nodig, wilt u mee met de wandel- of boodschappenclub, heeft u een vraag: kom gezellig even langs in onze ruimte (naast het kantoor van Mariska en Simone) of bel ons even. U kunt ons ook altijd via de receptie bereiken.*

*Hartelijke groet van Wilma*



# Filmmiddag

## CALAMITY JANE (1953)



**Woensdag 9 januari**

**Tijd: 14.30 uur**

**In het restaurant**

**Inclusief: drankje en een snack**

**Kom op tijd!**

*"Warner Bros.' sky highest, smile widest, wild and woolliest Western of 'em all!"*

Calamity Jane is de ruigste meid van het wilde westen; zij rijdt paard en schiet met haar wapens als een man. Haar nieuwe avontuur zoekt ze in Deadwood, waar ze wordt verwelkomd door Wild Bill en haar vriend Danny Gilmartin. 's Avonds gaan zij naar de saloon, waar een actrice uit New York zal optreden. Helaas is zij ziek geworden en wordt ze vervangen door de zanger Francis Fryer. Het publiek pikt dit niet en komt in opstand. Om de woedende menigte te kalmeren, belooft Jane dat de beroemde Adelaid Adams zal optreden. Het lukt haar om Adelaid te regelen, maar door een misverstand is het niet Adelaid maar haar bediende Katie Brown die het podium betreedt. Al gauw wordt Katie door het publiek aanbeden.



# Uitslag puzzeltijd bijblijver

Er zijn weer vele inzendingen binnengekomen van de woordzoeker afgelopen maand. Met het thema Winter Wonderland. En de oplossing: Hoera ijsvrij!  
Uit de goede inzendingen hebben we weer een winnaar verloot die een leuk prijsje heeft gewonnen.  
Deze keer is dat geworden.....

**Dhr. Florie**

**Gefeliciteerd met de prijs!**



**Winnaar!**

De nieuwe woordzoeker staat al voor u klaar, met het thema: **Valentijn**.  
Veel plezier en succes met het maken van de puzzel.

# VALENTINE'S DAY



Op maandag 14 februari is het Valentijnsdag. Op deze dag zetten we onze dierbaren extra in het zonnetje.

Lief zijn voor elkaar doen we iedere dag maar nu een beetje extra.

r	p	e	d	a	l	o	c	o	h	c
o	o	v	h	i	e	d	f	e	i	l
o	s	e	c	n	e	t	r	a	a	k
d	t	r	s	k	h	o	u	v	f	n
g	e	l	i	e	f	d	e	n	e	e
n	j	i	t	n	e	l	a	v	b	i
n	a	e	n	r	e	n	i	d	r	t
e	n	f	a	c	a	d	e	a	u	r
z	j	d	m	e	i	n	o	n	a	e
o	b	l	o	e	m	e	n	o	r	e
r	h	a	r	t	j	e	s	u	i	v

anoniem  
bloemen  
cadeau  
chocolade  
diner  
februari  
geliefden  
hartjes  
kaarten  
liefde  
post  
romantisch  
rood  
rozen  
valentijn  
veertien  
verliefd

## Oplossing

<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------



Naam: ..... Appartement nummer: .....

Vul de oplossing in van deze woordzoeker en lever hem uiterlijk 14 februari in bij de receptie. Uit de goede inzendingen verloten we een leuke prijs. De winnaar wordt op de hoogte gebracht.



# Terugblik activiteiten

Helaas kon het optreden van Singing & Joy afgelopen maand niet doorgaan, deze houdt u later dit jaar nog tegoeed!

## 12 Januari Filmmiddag Sound of Music

*De klassiek onder de klassiekers.* De bewoners konden deze dag genieten van de film in de Koperhorst Cinema. Hij duurde lang maar dat deerde de bewoners niet en de meeste haalden het tot het eind. Er waren zelfs bewoners die hem 3 keer hadden gezien. Maar één dame spande de kroon met wel 20 keer! Het blijft een klassieker!



Timeslips  
foto

## 19 Januari Timeslips op de Koperwiek

*Je fantasie vergaat niet!* Je geheugen laat je misschien in de steek maar verhalen maken kan iedereen! Een geweldig concept wat is ontstaan in Amerika, onderzocht door gerontoloog en theatermaker. Ook wel "Creative Storytelling". Zo ontstaan er mooie verhalen, waar de basis begint bij een foto. Bent u nu nieuwsgierig geworden? In de gang bij de kantoren, rechtsaf bij de keuken staan de muren er vol mee! Kom gerust eens een kijkje nemen!

Regelmatig worden er nog sessies gegeven op verschillende afdelingen.

En we hebben genoten van de vele activiteiten die weer draaien door de hulp van vrijwilligers zoals het: *sjoelen, de creatieve middag en de varia middag.*

Zo was er bloemschikken, een kleine bingo en zo kon men deelnemen aan diverse beweeglessen.





# Vooruitblik activiteiten

De maand februari is begonnen en de dagen worden weer wat langer.

Deze maand hebben we weer wat activiteiten op de rit. Zo kunt u uw nagels weer laten lakken bij de variamiddag op dinsdag.

En hopen we dat het maandelijks optreden weer kan plaatsvinden.

Dat zal deze maand zijn: The Dutch Vocals Peter & Anja uit Volendam.

We hebben weer een filmmiddag op de planning staan met niemand minder dan de actrice en zangeres Doris Day.

Achterin de Bijblijver vind u de tijden en locaties van alle activiteiten.

Een fijne februari maand gewenst!



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

## **Dinsdag 1 februari**

10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte

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

14:00 uur: **Verkoopmiddag in de hal: H en A mode**

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

Café

19:00 uur: Koffie drinken in de cursusruimte met vrijwilligers



## **Woensdag 2 februari**

10:00 uur: Bloemenman in de hal

Koffie drinken in de ontmoetingsruimte

Sjoelen in het restaurant

14:00 uur: **Verkoopmiddag van de handwerkgroep**

Handwerken in de ontmoetingsruimte

14:30 uur: Café

**19:00 uur: Bingo in het restaurant**



## **Donderdag 3 februari**

10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte

14:30 uur: Creatieve middag in de ontmoetingsruimte: **creatief met  
zakdoekjes**

Café

19:00 uur: Koffie drinken in de hal met vrijwilligers



## **Vrijdag 4 februari**

10:00 uur: Koersbal voor flatbewoners in het restaurant

Koffie drinken in de ontmoetingsruimte

14:30 uur: Café

15:30 uur: Tapasbar



## **Zaterdag 5 februari**

10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte

14:30 uur: Café

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



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

### **Zondag 6 februari**

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



### **Maandag 7 februari**

10:00 uur: **Verkoopochtend in de hal: sjaals/kleding Seasons**  
Koffie drinken in de ontmoetingsruimte  
Koersbal in het restaurant voor groepswonen  
14:30 uur: Stoelyoga in de Koperwiek  
Café  
17:00 uur Kookclub op de Koperwiek



### **Dinsdag 8 februari**

10:00 uur: **Verkoopochtend in de hal: van ter Meij ondermode**  
Koffie drinken in de ontmoetingsruimte  
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 cursusruimte met vrijwilligers



### **Woensdag 9 februari**

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



### **Donderdag 10 februari**

10:00 uur: **Verkoopochtend in de hal: zilverhuis Hammadi**  
Koffie drinken in de ontmoetingsruimte  
10:15 uur: Fit in het restaurant  
14:30 uur: Creatieve middag in de ontmoetingsruimte:  
**verrassingsenvelop**  
Café  
19:00 uur: Koffie drinken in de hal met vrijwilligers



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

### **Vrijdag 11 februari**

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



### **Zaterdag 12 februari**

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



### **Zondag 13 februari**

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



### **Maandag 14 februari, Valentijnsdag**

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



### **Dinsdag 15 februari**

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 en nagels lakken**  
Café  
19:00 uur: Koffie drinken in de cursusruimte met vrijwilligers



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

### **Woensdag 16 februari**

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

14:00 uur: Handwerken in de ontmoetingsruimte

14:30 uur: **Optreden in het restaurant: The Dutch vocals**  
Café



### **Donderdag 17 februari**

10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte

10:15 uur: **Verkoop en modeshow van der Klooster mode**  
Fit in het restaurant

14:30 uur: Café



Creatieve middag in het restaurant: **bloemschikken**  
**Wij vragen € 5,75 bijdrage voor de materiaalkosten.**  
**U moet zelf een bakje meenemen. Geen eigen bakje?**  
**Kosten voor een bakje/potje zijn €0.50**

*Voor cliënten is deze activiteit op de materiaalkosten na gratis*



19:00 uur: Koffie drinken in de hal met vrijwilligers



### **Vrijdag 18 februari**

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

14:30 uur: Café

15:30 uur: Tapasbar



### **Zaterdag 19 februari**

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 20 februari**

10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte

14:30 uur: Café



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

### **Maandag 21 februari**

- 10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte  
Koersbal in het restaurant voor groepswonen
- 14:30 uur: Stoelyoga in het restaurant  
Café
- 17:00 Bakgroep op de Koperwiek



### **Dinsdag 22 februari**

- 10:00 uur: **Verkoopochtend in de hal: imkers Sonneveld**  
Koffie drinken in de ontmoetingsruimte
- 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 cursusruimte met vrijwilligers



### **Woensdag 23 februari**

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



### **Donderdag 24 februari**

- 10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte
- 10:15 uur: Fit in het restaurant
- 14:30 uur: Creatieve middag in de ontmoetingsruimte: **boerderijkaart**  
Café
- 19:00 uur: Koffie drinken in de hal met vrijwilligers



### **Vrijdag 25 februari**

- 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 26 februari**

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 27 februari**

10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte

14:30 uur: Café



### **Maandag 28 februari**

10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte

Koersbal in het restaurant voor groepswonen

14:30 uur: Café

Stoelyoga in de Koperwiek



## **-Liefde**

Liefde is mooi en waarachtig  
Liefde is een zinvolle deugd  
Liefde kan huilen, kan lachen  
Liefde begint bij je jeugd

Liefde is vreugde voor alle mensen  
Liefde is voor arm en rijk  
Liefde mag je nooit mee spotten  
Liefde is een zekerheid

Liefde is iets betrouwbaars  
Liefde wordt ook nooit een sleur  
Liefde is voor het hele leven  
Liefde stelt je nooit teleur

Liefde is geven en nemen  
Liefde is eenvoud, liefde is kracht  
Liefde is goedheid, liefde, is eerlijk  
Liefde is elk mens tobedacht.







## 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:

**Lisa 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 Lisa 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 dierentuin Amersfoort

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



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 dierentuinbezoek in begrepen, je kan met maximaal 5 auto's per dierentuinbezoek parkeren.

## 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](http://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.

<b>Activiteit:</b>	<b>Entree wijkbewoners</b>	<b>Entree cliënten:</b>
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	:	€ 6,70
Driegangen menu op het appartement	:	€ 7,40
Driegangen menu avond	:	€ 6,70
Kop soep	:	€ 1,8
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 <sup>e</sup> 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

<b>Afvalscheiding</b>	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.
<b>Batterijenbox</b>	Voor het inleveren van uw batterijen - begane grond, bij de folderhoek -
<b>Cliëntadviseur</b>	Mevrouw M. Schalkwijk, telefonisch afspraak maken via: 033 – 472 62 14 Aanwezig: Maandag: 8.30 - 14.30 uur Dinsdag : 8.30 - 14.30 uur Woensdag: 13.30 - 19.30 uur Donderdag: 8.30 - 14.30 uur
<b>Cliëntenraad</b>	Heeft u vragen of opmerkingen voor de Cliëntenraad dan kunt u een boodschap in het groene brievenbusje in de hal doen.
<b>Coupeuse LAVINIA</b>	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 <a href="mailto:Lavinia.atelier@gmail.com">Lavinia.atelier@gmail.com</a>
<b>Diëtisten Midden Nederland</b>	Laura Hilhorst te bereiken op 06 - 27 54 46 21 <a href="http://www.dietistenmn.nl">www.dietistenmn.nl</a>



## **Fysiotherapie.**

Elke dag is er een fysiotherapeut van MTC de Fysioclub in de Koperhorst aanwezig. Iris Fischer is op maandag en vrijdag aanwezig van 8.30 – 12.30 uur en woensdag van 8.30-16.00 uur. Annelous is aanwezig op maandag van 9.00-15.00 uur en op dinsdag, woensdag en donderdag van 09.00 – 12.30 uur. Coen is aanwezig op woensdag van 13.00-17.30 uur.

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

## **Huisartsenpraktijken**

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

Beide praktijken zijn geopend voor patiënten die wonen in de Koperhorst

## **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<sup>e</sup> Zaterdag van de maand een  
katholieke viering, om 16.30 uur.  
2<sup>e</sup> Zaterdag van de maand een  
protestantse kerkdienst om 16.30 uur.  
3<sup>e</sup> Zaterdag van de maand een  
katholieke viering om 16.30 uur.  
4<sup>e</sup> 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](mailto: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<sup>e</sup> 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](mailto:koperhorst.vertrouwenspersoon@gmail.com)

**Massage  
therapeut**  
(Inge Waardenburg)

Dinsdag aanwezig.  
Afspraak maken kan via 06-23044199 of, via [info@reflexplus.nl](mailto: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](mailto:info@koperhorst.nl) t.a.v. redactie Bijblijvertje. Als u het Bijblijvertje niet meer per mail wilt ontvangen, dan kunt u dit ook naar dit mailadres sturen, dan melden wij u af.

Redactie van het Bijblijvertje  
Renske Versteeg en Ingrid Hartsuiker  
U kunt kopij sturen naar [info@koperhorst.nl](mailto:info@koperhorst.nl)  
of afgeven bij de receptie. Kopij inleverdatum: **26 februari 2022**