

Het Bijblijvertje

Doldwaze dinsdag 1 maart



April 2022

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

BIJBLIJVERTJE

ZEVENENVEERTIGSTE JAARGANG NUMMER 4

UITGAVE APRIL 2022

INHOUD:

Wat te doen bij brand	3
Afscheid Adriana Hopster	4
Van de bestuurder	6
Terre des Hommes	7
Samenzangavond	8
1 ^e Paasdag diner	9
Filmmiddag	10
Verandering 's Heerenloo	11
Uitslag puzzel maart	12
Puzzeltijd april	13
Gedicht	14
Koningsdag activiteit	15
Terugblik maart	16
Vooruitblik activiteiten april	17
Activiteiten april	18
Feestmenu	24
'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



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.



Afscheid van Adriana Hopster-van Eldik.

Aan een verblijf van bijna 11 jaar in de Koperhorst is op 28 februari 2022 een einde gekomen.

Op 22 februari overleed onze zorgzame en geweldige moeder op 102-jarige leeftijd.

De overgang van een groot huis met een grote tuin vol bloemen en groente naar een appartement in de Koperhorst heeft haar grote moeite gekost.

De zorg voor onze vader met vergevorderde dementie maakte professionele hulp en verhuizen onvermijdelijk.

Ma raakte steeds meer gewend, was zeer te spreken over alle lieve zorgmedewerkers en de balans sloeg tenslotte helemaal door naar grote dankbaarheid voor ieders inzet, aandacht en positiviteit.

Ze hield erg van gezelligheid en kreeg heel veel bezoek van haar kinderen (8) en kleinkinderen (22).

Stil zitten was er niet bij- als ze niet las, breide of borduurde, bakte ze wel knijpertjes- "Dan heb je nog eens iets om weg te geven".

Wij, als familie, zijn de Koperhorst en speciaal het hele team van de 5^e verdieping, buitengewoon dankbaar voor alle goede zorg en het vertrouwen over en weer. DANKJEWEL!

Het uitgeleide doen uit de Koperhorst op de dag van de begrafenis hebben we als een waardevol ritueel ervaren.

In de dankdienst voor haar leven is dit gedicht voorgedragen wat te mooi is om niet te delen.

De Brug (van Toine Lacet).

Breng jij me weg tot aan de brug.

Ik ben zo bang om daar alleen te staan.

Als we daar zijn, ga dan niet direct terug,

Maar wacht totdat ik overga en zwaai me na.

Dan voel ik me heel veilig en vertrouwd.

Breng jij me weg tot aan de brug.

Ik heb geen idee hoe diep het water is.

De overkant lijkt mij zo ver;

Je kunt de oever hier niet zien.

Zover het oog reikt, zie ik mist.

Ik twijfel aan het verder gaan.

De angst voor de dood is als de angst voor het leven.
Het nieuwe lijkt te groot om het oude op te geven.

Breng jij me weg tot aan de brug.
En ga dan niet te vlug terug.
Zwaai je me na als ik erover ga?
Een heel klein duwtje in de rug
Is alles wat ik nog verlang van jou.
Ik ga nu gauw, want het begin is reeds in zicht.
Ik voel de warmte van het licht.

Namens de familie Hopster,
Jantien Smink-Hopster.



Van de bestuurder

Wat fijn om ook 's avonds weer meer reuring te hebben in de Koperhorst. De wijkbewoners die bij ons komen eten, de clubs die hun activiteiten in de Koperhorst organiseren, de wijkraad die een bijeenkomst organiseerde in de Koperhorst. Die avond kwam ik in gesprek met diverse wijkbewoners. Ik ervaarde hun grote betrokkenheid bij de wijk. In eigen kring is carnaval op een leuke en ludieke manier gevierd. Ik kreeg er veel positieve reacties over.

Binnenkort loop ik mee met een avonddienst. In de uitnodiging van de betreffende collega die zei de mooiste baan te hebben die er is, stond: *... "dat zijn voor mij wel de mooiste en belangrijkste momenten van de dag, omdat je dan echt een gesprek aan gaat met de bewoner. Diepgaande gesprekken over het leven, dat soort gesprekken heb ik altijd met de mensen, zo mooi en waardevol"*. Ik proef daaruit de prettige ontmoetingen die van wezenlijk belang zijn voor de mens. Dat staat in schril contrast met de strijd die gaande is in Oekraïne en die ons allen beroert.

In deze tijd waarin we corona nog onder ons hebben en gelijker tijd los komen van maatregelen, blijft het van belang dat we de klokken met elkaar gelijk zetten. Het is goed uit te spreken wat we van elkaar verwachten als er medewerkers zijn uitgevallen. We kampen nog met een hoger ziekteverzuim, mede door corona en de griep die de kop opsteekt. Ik wil in het hier en nu er bij stil staan dat de collega's van de Koperhorst met hart en ziel doen wat nodig is ook als de bezetting niet zo is als we willen.

De klok tikt door.. de tijd staat niet stil. De afgelopen jaren zijn we samen goed doorgekomen ook al was het niet altijd makkelijk. Ik realiseer me dat we tijd nodig hebben voor herstel. Ik doe een beroep op ieders geduld om met elkaar te 'herstellen'. We doen het samen.

Afgelopen weekeinde hebben we de klok omgezet naar zomertijd. De lente is er. De zomer lonkt. Laten we elkaar persoonlijk ontmoeten.



Evelien van Dijk
Bestuurder



Help de Mica kinderen in India



Terre des Hommes stopt kinderuitbuiting. Zo bevrijden wij kinderen uit de ergste vormen van kinderarbeid, voorkomen wij kindhuwelijken en bestrijden wij andere vormen van uitbuiting. Om hiervoor geld op te halen, verkopen wij gedoneerde spullen in onze winkel aan de Kamp 79. En vragen wij de inwoners van Amersfoort e.o. of zij nog spullen hebben waar zij op uitgekeken zijn, maar die wij kunnen verkopen voor ons goede doel.

Dus als u nog goede, hele en schone kleding, schoenen, accessoires, boeken, woondecoratie, huishoudelijke artikelen of servies hebt waarop u bent uitgekeken, mogen wij het dan hebben?

Namens de kinderen: heel hartelijk bedankt!

Stichting Terre des Hommes Amersfoort,
Kamp 79, 3811 AP Amersfoort U kunt ons bereiken op 033-7370449
en optdh.amersfoort@gmail.com

Zing en luister weer met ons mee!

Beste bewoners,

Wij zijn blij en dankbaar dat wij eindelijk weer een zanguurtje voor u mogen organiseren! Wij, dat is een werkgroepje vanuit de Westerkerk in het Soesterkwartier. Al ruim 20 jaar organiseert dit werkgroepje zesmaal per jaar een zanguurtje op een zondagavond in de Koperhorst. De laatste keer was dit in februari 2020. Al meer dan twee jaar geleden. Vanwege corona een hectische periode voor ons allen.

Op **zondag 24 april 2022, om 19.45 uur**, hopen wij weer van start te gaan met een gevarieerd programma.

Het programma voor die avond moeten wij nog samenstellen, maar zal er ongeveer zo uitzien:

- We zingen samen een aantal christelijke liederen;
- We luisteren naar een korte overdenking;
- Er is tweemaal een muzikaal intermezzo;
- Na afloop is er gelegenheid om samen nog een kopje koffie of thee te drinken.

Zoals voorgaande keren wordt het zanguurtje gehouden in de **recreatieruimte**.

Uiteraard hopen wij u weer te ontmoeten op zondag 24 april. Ook als u nog niet eerder bent geweest, of u hebt weinig of niets met de kerk, kom toch om samen, met ons en buurtbewoners, de zondag af te sluiten!

Vriendelijke groet,
Cor Spiering



1^e Paasdag diner



Paasdiner in de Koperhorst

Zondag 17 april

Aanvang diner: 12.00 uur



U bent welkom als bewoner, familie en wijkbewoner.
Graag opgeven bij de receptie en maximaal 2 gasten per bewoner.

Kosten voor bewoners €15,60
Kosten voor familie en wijkbewoners €23,-

Paasmenu

Bouillon Royale

- Amuse zalm met appel en Griekse yoghurt



- Stampot Raapstelen met gedroogde tomaat en kaasblokjes

- Kalfswang met portsaus

- Advocaat dessert met mini rollo's en tulband bavaroise

We kijken er naar uit om het paasdiner voor u te mogen verzorgen.



What a glorious feeling

Koperhorst presenteert de film:

SINGIN' IN THE RAIN



WOENSDAG 20 APRIL

14:30 UUR

IN HET RESTAURANT



Gene Kelly

Donald
O'Connor

Debbie Reynolds

Komt u naar deze heerlijke
musical klassieker kijken?
Tot 20 april !



's Heerenloo breder inzetten

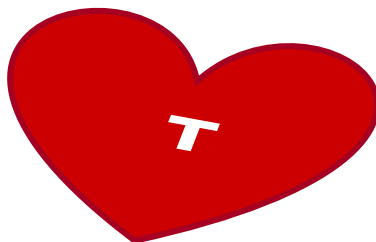
De activiteiten die het 's Heerenloo uitvoert gaan vanaf 1 maart onder het Buurthuis vallen. Dit betekent dat 's Heerenloo dezelfde diensten blijft aanbieden als ze nu doen, alleen gaat dit onder een grotere naam hangen.

De jongeren van het 's Heerenloo blijven dus dezelfde werkzaamheden binnen de Koperhorst uitvoeren. Dit betekent dat de mooie samenwerking nog steeds ten volle gebruikt blijft worden. U als bewoner gaat dus niks merken van het verschil, doordat 's Heerenloo zijn eigen naam houdt als aanspreekpunt.

Het Buurthuis is een breed initiatief wat moet gaan zorgen voor meer draagvlak in de Koperhorst en de wijk Schothorst. Dit is een project wat het steunsysteem wordt genoemd. Hiermee is het de bedoeling om de zorgvragen van ouderen uit de wijk Schothorst te beantwoorden.

Dit wordt gedaan met behulp van allemaal verschillende partijen die een eigen expertise inbrengen. Zo wil het initiatief samen met de Koperhorst ervoor zorgen dat deze mensen langer in hun eigen huis kunnen genieten. Zo kan iedereen de zorg krijgen binnen en buiten de Koperhorst waar zij recht op hebben.

Buurt



huis

Uitslag puzzeltijd maart

Afgelopen maand kon u meedoen met de woordzoeker van de maand.

Dit was in de maand maart met de lente woordzoeker
Uit de goede inzendingen hebben we een winnaar verloot
en dat is deze maand geworden.....



DHR. DOLDERSUM



Gefeliciteerd met deze mooie kleurrijke bos tulpen
U kunt weer meedoen met de woordzoeker van deze
maand.

Het thema is: *Typisch Nederlands*

Veel plezier en succes!



Op het eerste gezicht

Met ons, senioren is niets aan de hand.
Wij zijn nog uitstekend van lijf en verstand.
Al hebben wij spijkers in heupen en knieën
En krijgen wij last van te veel calorieën,
Van spierpijn, zenuwen, reuma en jicht,
Wij zijn nog fantastisch op eerste gezicht!

Het lopen met steunzolen valt echt toch wel mee.
En met ons gebit zijn we allen tevree.
Wij willen nog veel; dat willen we weten.
Maar wat we willen, dat zijn we vergeten
Al groeien wij krom, naar de aarde gericht,
Wij zijn nog fantastisch op het eerste gezicht

De jeugdige liefde was mooi en apart,
Nu dragen we pacemaker onder ons hart.
Wij denken met weemoed aan vroeger jaren,
De tijden dat we vurige minnaars nog waren.
Nu voelen we scheuten in ieder gewrichten.
Wij zijn nog fantastisch op het eerste gezicht

Wij ouderen worden wat langzaam en traag
En slikken een pil voor darm en voor maag
Wij kruipen 's avonds doodmoe in ons bedje
En nemen voor het slapen een zenuwtabletje
Al valt voor bejaarden het leven niet licht,
Wij zijn nog fantastisch op het eerste gezicht!

De adem wordt korter, de kelen zijn droog.
De pols is te snel en de bloeddruk te hoog.
De jaren gaan tellen, wij willen niet zeuren
Ondanks de rampen die met ons gebeuren
Wij hebben te veel of te weinig gewicht,
Wij zijn nog fantastisch op het eerste gezicht!

Al geven de zintuigen soms kommer en kwel,
Met bril en gehoorapparaat lukt het nog wel.
Al brengt soms de ouderdom kleine verdrietjes,
Spontaan zingen wij nog steeds onze liedjes
En hopen dat u zegt na het na het laatste gedicht:

Zij blijven fantastisch op het eerste gezicht!



Koningsdag



*Woensdag 27 april
Aanvang 10:30 uur
Locatie: Koperwiek*



Oud Hollandse spellen en Koningsquiz

U bent van harte welkom op Koningsdag om de verjaardag van Koning Willem Alexander te vieren.

En wat weet u over het koningshuis?

Hoeveel blikken gooit u om?

Kent u het nog ezeltje prik? En ring werpen?



 Koningsdag

Terugblik activiteiten maart

1 maart Doldwaze dinsdag

We hebben carnaval op geheel eigenwijze gevierd in de Koperhorst. De zaal was sierlijk en zowel medewerkers als bewoners hadden hun outfits uit de kast getrokken. Het was een heus feestje met carnavalsmuziek en originaliteit prijzen. De polonaise werd ingezet en de sfeer zat er goed in!



21 maart Muziek in Huis Trio Vera Marijt

Een fantastisch optreden van het Vera Marijt Trio. Er werden bekende Nederlandse nummers gezongen en gespeeld met een jazzy ondertoon. Pianist Vera, Gitarist Richie en contrabassist Luciano hebben een veelzijdig programma laten horen en wij hebben daar als Koperhorst erg van genoten!



Vooruitblik activiteiten

Welkom april! De lente is begonnen en de dagen zijn weer langer. De klok is een uur verzet en daar moet u misschien nog even aan wennen. In de ochtend valt er zelfs nog wel wat wild te spotten. Misschien wel een hert of een vos want zij houden geen rekening met de klok.



Deze maand gaan we sporten bij 't Atrium op 13 april.
De sportklas havo / vwo zal voor de Koperhorst bewoners een leuke les samenstellen, dat beloofd weer veel leuks!



Ook hebben we deze maand een optreden en dit keer op een andere dag i.v.m. Pasen.

We hebben dan de oecumenische vieringen in de zaal waaraan u kunt deelnemen.

Shanty koor Westenwind zal voor ons optreden op dinsdagmiddag 26 april.



Voor de overige activiteiten houdt u de flyers in de lift in de gaten en achterin het activiteitenoverzicht ziet u de actuele tijden.

Een fijne maand toegewenst!



Vrijdag 1 april

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

14:30 uur: Café

15:30 uur: Tapasbar



Zaterdag 2 april

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



Zondag 3 april

10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte

14:30 uur: Café



Maandag 4 april

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: Kookclub op de Koperwiek



Dinsdag 5 april

10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte

Koperhorstkoor 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: **nagels lakken en spelletjes**
Café

19:00 uur: Koffie drinken in de hal



Woensdag 6 april

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
19:00 uur: Bingo in het restaurant



Donderdag 7 april

10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte
10:15 uur: Fit in het restaurant
13:30 uur: Klaverjasgroep in de ontmoetingsruimte
14:30 uur: Creatieve middag in de ontmoetingsruimte: **paasbakje**
Café
19:00 uur: Koffie drinken in de hal



Vrijdag 8 april

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



Zaterdag 9 april

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



Zondag 10 april

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



Maandag 11 april

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



Dinsdag 12 april

- 10:00 uur: **Verkoopochtend in de hal: paasstukjes e.d.**
Koperhorstkoor 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 en nagels lakken**
Café
- 19:00 uur: Koffie drinken in de hal



Woensdag 13 april

- 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 14 april

- 10:00 uur: **Verkoopochtend in de hal: Hoffman modehuis**
Koffie drinken in de ontmoetingsruimte
- 10:15 uur: Fit in het restaurant
- 13:30 uur: Klaverjasgroep in de ontmoetingsruimte
- 14:30 uur: Café
Creatieve middag in **de ontmoetingsruimte: bloemschikken**
Paasbloemen en geel bakje. Wij vragen € 6,25 bijdrage voor de materiaalkosten.
Voor cliënten is deze activiteit op de materiaalkosten na gratis
- 19:00 uur: Koffie drinken in de hal



Vrijdag 15 april, Goede vrijdag

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

14:30 uur: Café

**15:30 uur: Oecumenische Goede vrijdagviering met
ds. R.G. van der Zwan en zr. G. Wierenga in het
restaurant met aansluitend koffie drinken
Tapasbar**



Zaterdag 16 april

10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte

14:30 uur: Café

**16:30 uur: Paaswake met ds. R.G. van der Zwan en zr. G. Wieringa
in het restaurant met aansluitend koffie drinken met paasbrood**



Zondag 17 april, 1^e Paasdag

10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte

12:00 uur: Paasdiner in de zaal (opgeven bij de receptie)

14:30 uur: Café



Maandag 18 april, 2^e Paasdag

10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte

14:30 uur: Café



Dinsdag 19 april

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

Verkoopochtend in de hal: 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 20 april

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: Singing in the rain**

Café



Donderdag 21 april

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

Koffie drinken in de ontmoetingsruimte

10:15 uur: Fit in het restaurant

13:30 uur: Klaverjasgroep in de ontmoetingsruimte

14:30 uur: Creatieve middag in de ontmoetingsruimte:

Café

19:00 uur: Koffie drinken in de hal



knoopschilderijtje



Vrijdag 22 april

10:00 uur: Koersbal voor flatbewoners in het restaurant

Koffie drinken in de ontmoetingsruimte

14:30 uur: Café

15:30 uur: Tapasbar



Zaterdag 23 april

10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte

14:30 uur: Café

16:30 uur: Protestantse viering met ds. R.G. van der Zwan
in het restaurant met aansluitend koffie drinken



Zondag 24 april

10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte

14:30 uur: Café



Maandag 25 april

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



Dinsdag 26 april

- 10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte
Koperhorstkoor o.l.v. Marjan de Jong in het restaurant
10:30 uur: Bewegen op muziek voor groepswonen in de Koperwiek
14:30 uur: **Optreden in het restaurant: Shantykoor Westenwind**
Varia in de ontmoetingsruimte: **nagels lakken en spelletjes**
Café
19:00 uur: Koffie drinken in de hal



Woensdag 27 april, Koningsdag

- 10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte
Bloemenman in de hal
10:30 uur: Oud Hollandse spellen en Koningsquiz in de Koperwiek
14:30 uur: Café



Donderdag 28 april

- 10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte
10:15 uur: Fit in het restaurant
13:30 uur: Klaverjasgroep in de ontmoetingsruimte
14:30 uur: Creatieve middag in de ontmoetingsruimte: **egel van boekje**
Café
19:00 uur: Koffie drinken in de hal



Vrijdag 29 april

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



Zaterdag 30 april

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



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 € 6,70.

♦ 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 Heeren Loo?
- 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 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.



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	:	€ 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 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 zullen 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
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 vrijdag tussen 9.00 tot 17.00 uur rijdt in de wijken Schothorst / Zielhorst, De Hoef en naar de rand van het centrum de wijkmobiel. Een kleine elektrische auto die u van deur tot deur brengt. Een ritje kost € 2,00 per keer met pin. Ook kunt u een strippenkaart kopen voor € 7,50 voor 5 ritten. Te verkrijgen in de wijkmobiel of winkeltje van de Koperhorst. U kunt een 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: 26 april 2022
