

Het Bijblijvertje



Mei 2022

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

Wat te doen bij brand

Brand melden:

- Overal 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.



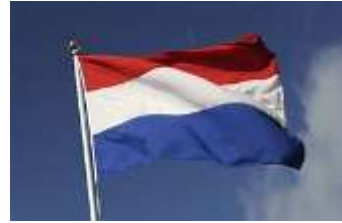
BIJBLIJVERTJE

ZEVENENVEERTIGSTE JAARGANG NUMMER 5

UITGAVE MEI 2022

INHOUD:

Wat te doen bij brand	2
Van de bestuurder	4
Cliëntenraad komt naar u toe	5
Hoofdpunten overleg Cliëntenraad /Zuinig met energie	6-7
Samenwerken aan brandveiligheid / Glazenwassers in huis	8
Aankondiging sterrendiner	9
Sterrendiner 1 juni	10
Indonesische proeverij	11
Gedicht vriendschap	12
Vaarvakantie Prins Willem Alexander	13
Uitslag puzzel april	14
Puzzeltijd mei	15
Rolstoelen en rollator wasstraat	16
Dierentuin uitje GW 4 en 5	17
Terugblik april	18
Vooruitblik activiteiten mei	19
Activiteiten mei	20-25
Feestmenu	26
's Heerenloo	27
Boodschappenclub	28
Abonnement dierentuin Amersfoort	29
Prijzen Koperhorst activiteiten	30
Prijslijst maaltijden/verjaardagsmenu	31
Prijslijst café	32
Wilt u (meer) zorg ontvangen	33
Overzicht voorzieningen	33-37



Van de bestuurder

Mei staat in het teken van herdenken en vrijheid vieren. We staan op 4 mei stil bij degenen die ons door oorlogen ontvallen zijn. Onze bewoners herinneren zich de Tweede Wereldoorlog. Helaas zijn er in de wereld altijd oorlogen, klein en groot. Zo raakt de huidige oorlog in Oekraïne ons. Alle activiteiten zijn weer opgestart. Publiek is overal weer welkom. Ik stond afgelopen weekeinde aan de zijlijn bij de wedstrijd van mijn zoon te kijken. Kijkend naar het samenspel en meejuichend bij een doelpunt geniet ik. Ondertussen praat ik bij met andere ouders. Het is een leuke sfeer. Ik zie hoe iemand ervoor zorgt dat hij aan de bal is. Ze spelen elkaar de bal toe. Hoe mooi is het om elkaar letterlijk de bal toe te spelen. En figuurlijk: elkaar wat te gunnen.

Ik was ook uitgenodigd om te komen kijken bij paardrijden voor mensen met een beperking. Een meisje vond het zo leuk dat ze de kinderen zag genieten. Ik vroeg haar of ze begeleider was. "nee, ik heb een licht verstandelijke beperking en rijd hier paard. Hier mag ik zijn wie ik ben." Dat ontroerde me. Het is ook het motto van de Koperhorst: "ik doe er toe en ik hoor erbij". Sollicitanten zeggen vaak bij binnenkomst dat ze de warmte van de Koperhorst ervaren. Dat is een compliment aan ons allen: collega's, vrijwilligers en bewoners.

Corona heeft grote impact gehad de afgelopen jaren. Gelukkig proeven we de vrijheid weer. Op de dag van de Zorg gaan we een feestelijke avond organiseren voor alle collega's van de Koperhorst.

Geniet van de bloesem en het zonnige weer. Het zijn juist de kleine dingen die het doen.

Evelien van Dijk
Bestuurder



De Cliëntenraad komt naar u toe

Misschien heeft u er al eerder iets over gehoord of gelezen:

*De leden van de Cliëntenraad hebben voor 2022 als doel het **ambassadeurschap voor bewoners** vorm te geven.*

De Cliëntenraad gaat dit op verschillende manieren tot uiting brengen maar een van de belangrijkste hiervan is méér direct contact met de bewoners en/of familieleden/vertegenwoordigers van bewoners.

Binnenkort starten wij met het bezoeken van diverse afdelingen, deelnemen aan activiteiten, koffie drinken in de ontmoetingsruimte, etc.

Het is onze bedoeling om dit telkens met 2 leden van de Cliëntenraad te doen.

Op die manier willen we nader kennismaken, een praatje maken, tips en ideeën van u vernemen en aan u vertellen waar de Cliëntenraad voor staat. Over de uitvoering van de verdere plannen gaat u de komende tijd meer lezen in Het Bijblijvertje.

We verheugen erop u te zien en spreken!

Han Boelhouser, Angeliek Noortman, Riet Ruckert, Bets Toonen,
Leo de Bruijne, Bart Burm, Wynand Kraan, Leo Rooke,
Marianne Overberg

PS

Als u een vraag of berichtje heeft aan de Cliëntenraad kunt u een briefje doen in het groene brievenbusje in de hal (rechts naast de schuifdeuren)



Hoofdpunten uit het overleg tussen de Cliëntenraad en de bestuurder van 14 februari jl.

11 April 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.

Participatie project LOL

De Koperhorst heeft binnen onze regio ingeschreven voor projecten die gefinancierd worden uit de regionale ontwikkelgelden van het zorgkantoor. De Koperhorst heeft zelf o.a. het project LOL ingediend. LOL staat voor Leuk, Ontmoeten en Lunchen. De opzet is dat we graag jongeren en ouderen aan elkaar willen verbinden d.m.v. een goed gevulde lunch box. Zij genieten samen van een lunch en kunnen daarbij gebruik maken van leuke gesprekskaarten die in de lunch box zitten.

Deze jonge mensen zijn onze toekomst. Het betreft kinderen tussen de 11 en 12 jaar. Door deze ontmoeting kunnen wederzijdse (levens)ervaringen uitgewisseld worden. Dit heeft een positieve uitwerking op de beeldvorming over ouderen en ook het werken in de zorg. De goedkeuring van dit project door het Zorgkantoor moet nog plaatsvinden. Verwacht wordt dat er in mei duidelijkheid is.

Concept bestuursverslag nieuwe stijl

Het concept bestuursverslag 2021 is klaar en de bestuurder licht toe wat de veranderingen zijn. In de nieuwe stijl is deze ingekort en eigentijdser gemaakt. De eerste hoofdstukken zijn overeenkomstig voorgaande jaren geschreven en het kwaliteitsdeel is aangepast. Hierin zijn meer beelden en tabellen verwerkt voor de leesbaarheid van de vrij brede doelgroep. In juni wordt het bestuursverslag afgerond.

Voorlopige financiële rapportage boekjaar 2021

Dit document is besproken. Een vraag die hieruit naar voren kwam is of de coronagelden nog gecompenseerd worden. De bestuurder antwoordt dat de hoogte van coronacompensatie nog niet zeker is.

Daarnaast wordt aandacht gevraagd voor de stijgende energiekosten van de afgelopen tijd. De CR vraagt of de bewoners moeten betalen. De bestuurder deelt mee dat de balans hiervan wordt opgemaakt. Benadrukt wordt dat het van belang is dat bewoners en medewerkers zuinig zijn met energie.

Korte bespreekpunten

Sterrendiner

1 juni vindt het eerste sterrendiner weer plaats. De volgende is dan op woensdag 29 juni. Vervolgens wordt dit weer iedere laatste woensdag van de maand georganiseerd.

4 mei herdenking

De voorbereiding is in volle gang. De herdenking zal plaatsvinden op 4 mei tussen 19.00-20.00 uur in het restaurant.

Lift

De lift in de gang van de flat vertoont geregeld kuren. De Cliëntenraad geeft aan dat de lift soms ineens naar de bovenste verdieping gaat zonder dat de deuren opengaan of dat hij zomaar ineens stil staat. Dit geeft een gevoel van onveiligheid.

De Facilitair manager legt uit dat er inmiddels al meerdere malen door een monteur naar de lift gekeken is. De vraag is hoe we deze storingen kunnen voorkomen. Binnenkort komt het liftbedrijf om de liften weer opnieuw te bekijken en zullen ze alles nalopen.

Zuinig met energie

Zoals u in de krant kunt lezen, zijn de gasprijzen aanzienlijk gestegen. Daar heeft de Koperhorst ook last van. We vragen u dan ook om zuinig te zijn met energie. Het scheelt als iedereen de verwarming niet te hoog zet. Laten we met elkaar ervoor zorgen dat we de kostenstijging als gevolg van de hogere gasprijzen zo beperkt mogelijk houden. Namens het MT van de Koperhorst.



Samenwerken aan brandveiligheid

Wij nodigen u graag uit op **woensdag 18 mei 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.



Glazenwassers in huis.

Hierbij wil ik u informeren dat wij starten op maandag 9 mei met de glasbewassing en het schoonspuiten van de balkons. Gelieve de balkons zoveel mogelijk vrij te maken.

Hopende u hiermee voldoende te hebben geïnformeerd.

Namens Robert Sakkers
Facilitair manager.



Sterrendiner

Yes, het is zover

Wanneer : woensdag 1 juni vanaf 17.00 uur

Onze bewoners kunnen zich vanaf 1 mei inschrijven, met of zonder gast(en).

Vanaf 19 mei is de inschrijving ook geopend voor wijkbewoners.

Sluitingsdatum voor inschrijving: 26 mei

Waar : bij de receptie van de Koperhorst

Onze koks zullen u weer verrassen met hun kookkunsten en een heerlijk sterrendiner voor u samenstellen.

U komt toch zeker ook?

.....

Op woensdag 29 juni zal er ook een Sterrendiner plaatsvinden.

Inschrijving voor bewoners is geopend vanaf 6 juni.

Voor wijkbewoners vanaf 16 juni

Sluitingsdatum hiervoor zal 22 juni zijn.



Gastvrijheid in de Koperhorst !

Houdt u van lekker eten en bent u 55+?

Op woensdag 1 juni koken de koks van De Koperhorst een heerlijke maaltijd.

Samen met uw familie, vrienden en kennissen kunt u hiervan genieten.

In ons sfeervolle restaurant zorgen onze medewerkers ervoor dat u niets tekort komt.

Kom gezelligheid opsnuiven en genieten van een heerlijke, maar ook spannende maaltijd.

Prijs (inclusief 2 consumpties) :

€ 15,80 voor cliënten van het verzorgingstehuis

(bij afzegging van de reguliere maaltijd ontvangt u een waardebon en hoeft u slechts € 9,00 bij te betalen)

€ 15,80 voor flatbewoners

€ 21,75 voor wijkbewoners, familieleden en gasten

Restaurant open: 16.30 uur

Begin maaltijd : 17.00 uur



MENU

Bonbons met roomkaas, zalm en groene asperges

**

Mosterd-aspergesoep

**

Asperges met ham, ei, botersaus en gekookte krielaardappels



Mangotiramisu

Koffie met bonbons



Reserveren voor het sterrendiner kan tot 26 mei bij de receptie.

Bewoners kunnen vanaf 1 mei reserveren en gasten vanaf 15 mei.

Wilt u dan ook uw eventuele dieetwensen doorgeven?

Telefoon: 033 - 472 62 14 Wees er snel bij, want vol=vol!



Indonesische smaakbeleving

Donderdag 21 maart stond er een gezellige kraam in de ontmoetingsruimte. De kraam was voorzien van heerlijke Indonesische gerechtjes. Een proeverij voor iedereen die wel zin had in een Indonesische lekkernij. Het keukenteam stond klaar achter de kraam om voor de bewoners een heerlijk culinair bordje samen te stellen. Het was een gezellige sfeer en de reacties waren allemaal positief. We hebben ervan genoten, dank aan het keukenteam! Wat wordt de volgende culinaire proeverij ☺?



Vriendschap

Wanneer je iemand ontmoet in je leven tegen wie je alles kunt zeggen; die naar je luistert; op wie je kunt rekenen; iemand die je begrijpt zonder dat je alles onder woorden hoeft te brengen; iemand die je zorgen, je vreugde en je leven deelt: Als je zo iemand ontmoet, dan heb je een vriend. Vriendschap is een prisma met veel kleuren. Je kunt uren praten en uren zwijgen. Een knipoog, een glimlach, een handdruk of zelfs een traan vertellen een heel verhaal.

Vriendschap geeft kleur aan je leven. Ze is frisgroen als de lente , wit als de winter. Wie een vriend heeft gevonden voor het leven, heeft een kostbaar geschenk gekregen.

Vriendschap zegt: Ik ben blij dat je er bent!

Vriendschap doet je dromen – maakt je gelukkig.

Vriendschap doet je houden van mensen, van de dingen van het leven, van de bloemen en de bomen, van de bergen en de zee.

Het geluk van de vriendschap vind je soms heel onverwacht. Ze kan beginnen op een dag, dat je voor het eerst je gedachten met iemand deelt. Je weet wanneer ze er is, omdat je ineens niet meer alleen bent.

Echte vriendschap woont voor de rest van je leven in je hart.



Vaarvakantie Prins Willem Alexander

De vaarvakantie heeft even op zich laten wachten maar dit jaar gaat het er weer van komen.

De jaarlijkse vaarvakantie vindt normaliter plaats in de maand maart maar door de onzekerheid omtrent corona hebben we dit nog even uitgesteld naar oktober.

De datum willen we bij deze vast aan u bekend maken en in de daaropvolgende maanden zullen we meer informatie kunnen geven. Zou u graag mee willen met de Prins Willem Alexander vaarvakantie dit jaar? **Zet dan alvast 17 tot en met 21 oktober in uw agenda.**

De vaarvakantie beslaat 5 vaardagen en meestal varen we een route door Nederland maar soms ook net even over de grens. De route is op dit moment nog onbekend maar wordt zodra deze bekend is aan u gecommuniceerd.

De boot is van alle gemakken voorzien en ook ons keukenteam zal voor u koken aan boord. Bij de aanlegplaatsen is er de mogelijkheid om van boord te gaan en vaak worden we dan bijgestaan door de plaatselijke vrijwilligers. Ook zijn er diverse activiteiten aan boord en kunt u gebruik maken van het zonnedek.

Wenst u meer informatie over de vaarvakantie? Kom dan even langs bij de activiteiten.



Winnaar prijspuzzel april

De prijspuzzel uit de bijblijver editie april is weer volop gemaakt en ingeleverd.

Het thema was: Typisch Nederlands en de daarbij behorende oplossing:

'' Wilhelmus van Nassouwe ''

Uit de goede inzendingen hebben we een winnaar getrokken en dat is ditmaal geworden.....

Mevrouw Lucassen

Gefeliciteerd met uw prijs!



Veel puzzelplezier met de nieuwe woordzoeker.

Moederdag



Wat is de oplossing?

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

bed
beschuitje
cadeau
chocola
genieten
jusdorange
kinderen
koffie
lief
mama
moeder
ontbijt
thee
vrij
zondag



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

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

Inleveren bij de **receptie uiterlijk 9 mei** bij de receptie.

De winnaar van de prijspuzzel krijgt persoonlijk bericht.

Veel plezier met het maken van de puzzel.

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



Rollator en rolstoelen wasstraat



Is uw rollator of rolstoel ook zo nodig toe aan een opfrisbeurt?
Dat komt goed uit!

Want:

Woensdag 18 mei kunt u langskomen met uw rollator of rolstoel en staan de medewerkers van de wasstraat voor u klaar om uw vervoersmiddels weer helemaal te laten glimmen!

Tussen 14.00 en 16.00 uur in de tuin van de Koperhorst!

P.S. U kunt nat worden, poncho meenemen wordt aangeraden ☺



Rolstoel
wasstraat



Dierentuin groepswonen 4 & 5

Dinsdag 19 april zijn de bewoners en medewerkers van Groepswonen 4 en 5 naar de dierentuin in Amersfoort geweest. Natuurlijk zijn er diverse dieren gespot en is flink gewandeld. En tussen de middag was het tijd voor een frietje met een snack.

De zon scheen, een goede organisatie en allemaal lachende gezichten.

Het was een heerlijke dag en iedereen heeft enorm genoten.



Terugblik activiteiten april

Sporten Atrium 13 april

We mochten eindelijk weer! Ieder jaar gingen we voor corona 2 of 3 keer per jaar sporten bij onze burens 't Atrium. De scholieren van de sportklas hebben dan een echte sportles voorbereid voor de bewoners van de Koperhorst. Het was een fijn samenzijn en sportief natuurlijk. Er ontstonden mooie ontmoetingen tussen jong & oud. We kunnen niet wachten op de volgende ronde!



Shanty koor Westenwind 26 april

Wat een gezelligheid en een volle zaal! Voller kon haas niet. Er werd uit volle borst meegezongen met de zeemannen. Voor herhaling vatbaar!



Vooruitblik activiteiten

De maand mei is begonnen.

De lente is al in volle aantocht en we hopen dan ook vele activiteiten buiten te mogen uitvoeren.

We zijn van plan om weer fit in de tuin te geven zodra het weer het toelaat.

Op woensdag 18 mei is er een rollator en rolstoelen wasstraat in de tuin.
U kunt genieten van een optreden van het Egerländer kapel op zaterdag 7 mei.

De grote bingo is deze maand in verband met dodenherdenking op woensdag 11 mei om 19.30 uur.

Voor de overige activiteiten raadpleeg de Bijblijver en houd flyers in de liften in de gaten.

Een fijne mei maand gewenst!



Zondag 1 mei

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



Maandag 2 mei

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

15:30 uur: Eindconcert Sifra in het restaurant

17:00 uur: Kookclub op de Koperwiek



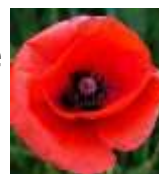
Dinsdag 3 mei

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 4 mei

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: Dodenherdenking in het restaurant



Donderdag 5 mei, bevrijdingsdag

10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte
13:30 uur: Klaverjasgroep in de AB ruimte
14:30 uur: Creatieve middag in de ontmoetingsruimte: **verwendoosje**
Café
19:00 uur: Koffie drinken in de hal



Vrijdag 6 mei

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



Zaterdag 7 mei

- 10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte
14:00 uur: **Optreden in het restaurant: Egerlander kapel**
Café
16:30 uur: Katholieke viering met diaken Frank Sieraal
in het restaurant met aansluitend koffie drinken



Zondag 8 mei, moederdag

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



Maandag 9 mei

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



Dinsdag 10 mei

- 10:00 uur: 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 11 mei

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 12 mei

10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte
10:15 uur: Fit in het restaurant
13:30 uur: Klaverjasgroep in de AB ruimte
14:30 uur: Café
Creatieve middag in de ontmoetingsruimte: **notablokje en pen**
19:00 uur: Koffie drinken in de hal



Vrijdag 13 mei

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



Zaterdag 14 mei

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



Zondag 15 mei

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



Maandag 16 mei

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



Dinsdag 17 mei

- 10:00 uur: 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: **nagels lakken en spelletjes**
Café
15:00 Biodanza proefles op de Koperwiek
19:00 uur: Koffie drinken in de hal



Woensdag 18 mei

- 10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte
Bloemenman in de hal
Sjoelen in het restaurant
14:00 uur: **Rolstoel- en rollatorwasstraat in de tuin**
Handwerken in de ontmoetingsruimte
14:30 uur: **Instructie van de brandweer in het restaurant**
Café



Donderdag 19 mei

- 10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte
10:15 uur: Fit in het restaurant
13:30 uur: Klaverjasgroep in de AB ruimte
14:30 uur: Creatieve middag in de ontmoetingsruimte: **bloemschikken**
Wij vragen € 5,75 bijdrage voor de materiaalkosten.
U moet zelf een bakje meenemen. Geen eigen bakje?
Voor € 0,50 hebben we een bakje of potje voor u.
Voor cliënten is deze activiteit op de materiaalkosten na gratis
Café
19:00 uur: Koffie drinken in de hal



Vrijdag 20 mei

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

14:30 uur: Café

15:30 uur: Tapasbar



Zaterdag 21 mei

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 22 mei

10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte

14:30 uur: Café



Maandag 23 mei

10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte

Koersbal in het restaurant voor groepswonen

14:30 uur: Café

Stoelyoga in de Koperwiek



Dinsdag 24 mei

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 25 mei

10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte

Bloemenman in de hal

Sjoelen in het restaurant

14:00 uur: Handwerken in de ontmoetingsruimte
Café



Donderdag 26 mei, Hemelvaartsdag

10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte

14:30 uur: Café

19:00 uur: Koffie drinken in de hal



Vrijdag 27 mei

10:00 uur: Koersbal voor flatbewoners in het restaurant

Koffie drinken in de ontmoetingsruimte

14:30 uur: Café

15:30 uur: Tapasbar



Zaterdag 28 mei

10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte

14:30 uur: Café

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



Zondag 29 mei

10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte

14:30 uur: Café



Maandag 30 mei

10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte

Koersbal in het restaurant voor groepswonen

14:30 uur: Café

Stoelyoga in de Koperwiek



Dinsdag 31 mei

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

15:00 Biodanza proefles op de Koperwiek

19:00 uur: Koffie drinken in de hal





Feestmenu

Geachte cliënten,

Wanneer u iets te vieren heeft, willen wij u graag de gelegenheid geven om bij ons een feestmenu te bestellen.

De medewerkers van het restaurant staan voor u klaar om u te helpen met het invullen van de desbetreffende formulieren.

♦ Wanneer u normaal ook gebruik maakt van onze maaltijdvoorziening (Zorg en VPT) dan zijn er geen meerkosten voor dit feestmenu.

♦ Cliënten uit de senioren- en serviceflats betalen het vaste maaltijdbedrag van € 6,70.

♦ 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 dieren tuin 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 dieren tuinbezoek in begrepen, je kan met maximaal 5 auto's per dieren tuinbezoek 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 zal dan contact met u opnemen voor een afspraak.

Huisartsenpraktijken

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

Beide praktijken zijn geopend voor patiënten die wonen in de Koperhorst

Huiskamerbibliotheek

Elke maandag, woensdag en vrijdag
van 10.00 – 11.30 uur
Abonnement aanvragen via vrijwilligers
van de huiskamerbibliotheek
-In de hal bij de leestafel-

Kapsalon Silvester (dames- en heren kapper)

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

Kerkdiensten

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

Keuken

U kunt wanneer u iemand van de keuken wenst te spreken zich wenden tot de receptie. Er zal dan iemand van de keuken naar u toe komen of er zal een afspraak met u worden gemaakt wanneer er een medewerker van de keuken beschikbaar is.

**MondZorgPlus
Tandartspraktijk**

Zalmweg 1-B
4941 VX Raamsdonksveer
Telefoon: 088 – 93 66 300
E-mail: info@mondzorgplus.nl
Aanwezig op afspraak

**Orthopedische
schoentechniek**

Hanssen footcare 033 - 456 02 62
U kunt bellen om een afspraak te maken.

Pedicure

(Melinda van Logtestein)
(Petra de Groot)
(Yvonne Boot)

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

**Radio-uitzendingen
(de Golfbreker)**

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

Receptie

Dagelijks van 7.30 tot 22.00 uur

Rolstoel huren	U kunt een rolstoel bij ons huren tot maximaal 1 week. Info bij de receptie verkrijgbaar.
Repair café	Elke 1 ^e maandag van de maand. Van 14.00 – 16.00 uur in de Ontmoetingsruimte
Restaurant	Dagelijks bent u vanaf 12:00 uur van harte welkom in het restaurant. Afrekenen kan alleen met pinpas / contactloos. Er is ook een avondmaaltijd mogelijk van 16:30-17:30 uur. Opgeven voor deze dagelijkse maaltijd is (nog) niet nodig.
Technische dienst	Reparaties opgeven via receptie
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 mei 2022
