



de koperhorst

Het Bijblijvertje



Februari 2026

***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, maar niet op slot en kunnen, indien nodig, handmatig open gedaan worden. En 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

ENENVIJFTIGSTE JAARGANG NUMMER 2

UITGAVE FEBRUARI 2026

INHOUD:

Wat te doen met brand	2
Inhoud	3
Van de bestuurder	4
Awarenesskalender februari	5
Terugblik januari	7
Gedicht	9
Wie gaat er mee?	10
Modeshow en verkoop	11
Sterrendiner	12
Samenzangavond	13
Massage therapeut	14
Informatie rondom levenseinde	15
Winnaar puzzel	16
Puzzeltijd	17
OV Spreekuur	18
Vooruitzicht februari	19
Activiteiten februari	20
Feestmenu	26
Prijzen activiteiten de Koperhorst	27
Prijslijst maaltijden/verjaardag menu	28
Prijslijst café	28
Wilt u (meer) zorg ontvangen	29
Overzicht voorzieningen	30



Van de bestuurder

Wat zijn we dit jaar anders begonnen dan verwacht. Dagen hebben we kunnen genieten van het uitzicht op de besneeuwde bomen, huizen en tuinen. Het gaf een ouderwets winters gevoel. De kranten stonden er vol van. Alleen konden die niet bezorgd worden. Het winterse weer zorgde ook voor ongemak.

Over ongemak gesproken. We hebben bijna twee weken geen water uit de kraan kunnen drinken. Vitens heeft op 5 januari een kookadvies gegeven en dat is een aantal keren verlengd. Het leidde tot extra werk en vooral 'gedoe'. Met de nodige flexibiliteit en creativiteit heeft iedereen zich ervoor ingezet om het kookadvies op te volgen, zodat we toch allemaal konden genieten van een kop koffie of thee. Echt mooi om te zien. Het laat weer zien hoe we ons gezamenlijk aanpassen aan zo'n onvoorziene situatie.

In de media was volop aandacht voor het kookadvies dat in Amersfoort en omgeving gold. Het Algemeen Dagblad kwam langs bij De Koperhorst en heeft er een artikel aan gewijd. Op RTL-nieuws hebben enkele bewoners aangegeven hoe ze ermee omgingen. De Koperhorst was volop in het nieuws. Ook onze katten zijn op TV gekomen. Het succes van de kattenkamer is in diverse media onder de aandacht gebracht: Hart van Nederland, Eemland TV, Eemland1. Met wetenschappelijke onderbouwing erbij is prachtig in beeld gebracht wat de positieve effecten van contact met dieren op de mens zijn.

In februari gaan we traditiegetrouw weer carnaval vieren. Daarnaast starten de voorbereidingen voor onze eerste activiteit die we organiseren in verband met ons 50-jarig jubileum: Heel De Koperhorst bakt!

Houd uw brievenbus in de gaten daarin ontvangt u zeer binnenkort meer informatie over dit event. En natuurlijk wordt u van harte uitgenodigd om hieraan mee te doen.

Hartelijke groet,
Evelien van Dijk
bestuurder



AWARENESS KALENDER FEBRUARI

Beste bewoners,

Een kalender helpt ons te onthouden wanneer er iets of iemand niet vergeten mag worden. Dat geldt zeker voor u als bewoners!

Medewerkers ondersteunen u met het voortzetten van uw leven in en om De Koperhorst.

Het mag even hardop: ouderdom komt met gebreken. Samen houden we risico's die u mogelijk kan ondervinden in de gaten met behulp van **een kalender**.

Januari stond in het teken van: bewegen.

Februari gaat over: vallen

Het kan door van alles komen, dat je even uit balans bent, struikelt of languit gaat. Als je ouder wordt ben je soms wat wankel of gebruik je medicatie die zorgt voor wiebeligheid.

Soms is het een stoeprand die je over het hoofd ziet. Of had je even eerder naar de opticien gekund, zodat je de breedte van de deurpost wél juist kunt inschatten. Het maakt ook onzeker en soms ook angstig want als je valt, kun je letsel oplopen. Een schram is niet dramatisch maar een verstuiking of een breuk, dat is iets wat echt niet leuk is!

Vallen voorkomen is een utopie maar aandacht bieden aan het onderwerp is alvast een goed begin.

Praat erover, dat je je bijvoorbeeld vaker stoot of te snel opstaat of dat schoenen niet meer goed passen. Vaak is met een kleine aanpassing veel te bereiken.

Bekijk en lees de kalender op de volgende pagina en vraag aan uw vertrouwde medewerker of u het er samen over kunt hebben. Als het past natuurlijk in februari!



Februari

2026

Vallen en weer opstaan

Vallen

Door het verouderen van je lichaam verlies je spierkracht, veerkracht, stabiliteit en ben je simpelweg door de leeftijd 'broos'. Als je dan valt, is er meer kans op letsel, wat een nadelig effect heeft op het voortzetten van je leven. Dit effect kan tijdelijk of blijvend zijn. Omdat het leven op zich gepaard gaat met hier en daar een risico is het van belang, dat we met u om tafel gaan om het deze maand eens te hebben over uw spierkracht, uw balans, uw zin in het leven en wat u dan graag wilt (blijven) doen? Wat vindt u nu eigenlijk van de stelling dat u mogelijk 'valgevaarlijk bent' of 'een verhoogd valrisico' heeft? Wilt u er afspraken over maken of niet... februari: het valt allemaal vast mee!



Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	

Terugblik januari

Koffie, koffie, lekker bakkie koffie

Het was toch wel onhandig toen we het bericht kregen dat we tijdelijk het water moesten koken voor gebruik. Toen merkten we pas hoe we zijn gewend aan de koffieautomaten. Maar het M.T. besloot om van de nood een deugd te maken en kwam er tot tweemaal toe een echte koffiebar met een Barista. De koffie was heerlijk en de gesprekken aan de koffiebar waren gezellig.



Vrolijk optreden van het Boa Smartkoor

Het was weer een groot feest, het optreden van het Boa Smartkoor. Ze zijn hier al vaker geweest en een avond met dit koor is altijd een groot succes. De zaal zat afgeladen vol en er werd volop meegezongen.



Zin en Vol

Een nieuw jaar en alle maanden nog leeg
Zie ik als ik door mijn nieuwe agenda veeg
Wat zal het jaar brengen en wat heb ik te geven
Tja want nemen en geven zo is het leven
Is zo'n wijsheid die je op tegels leest
Maar was het maar altijd zo'n feest

Omdat je soms ook zit met een leeg gevoel
Leeg van buiten en van binnen
Heb je niet even zomaar een doel
En moet je iets in jezelf overwinnen

Zinvol bezig zijn is daarom een mooie spreuk
Vol van warmte en met een zoete geur
En misschien lach je je nu in een deuk
Maar voor sommigen opent het de deur
De deur naar plezier en een goed gevoel
Dat je weer het leven voelt, een prachtig doel
Dus agenda vol, halfvol of leeg
Niet erg als ik door die lege agenda veeg.

John, gastheer restaurant
(Idee van mevrouw Rietdijk)



Wie gaat er mee winkelen?

Mw Pot, Flat De Eem appartement 413, heeft weer een leuk uitje geregeld naar Modehuis van der Klooster in Boskoop. Als u mee wilt kunt u zich aanmelden bij mevrouw Pot. De kosten bedragen € 25,00.

*Vander Klooster
Modepresentatie*

Deze dag is niet zomaar een dagje winkelen. Wat kunt u verwachten? Om 9:00 uur wordt verwacht bij de receptie, alwaar de bus komt voorrijden en u kunt instappen. Vanaf daar wordt u naar Boskoop gereden waar iedereen wordt verwelkomd met koffie en gebak. Daarna kunt u genieten van de modeshow. Na de modeshow krijgt u een verzorgde lunch. Vervolgens wordt de groep in tweeën gesplitst, alwaar er een bingo is en er gelegenheid is om kleding te passen en/of te kopen. Voordat de bus weer klaarstaat voor vertrek krijgt u nog een advocaatje met slagroom.

In de winkel staan medewerkers voor u klaar voor persoonlijk advies. Vanuit de zorg is er geen begeleiding mee. Helaas is dit uitje niet mogelijk voor mensen die afhankelijk zijn van een rolstoel.





UITNODIGING

Donderdag 26 februari
Aanvang modeshow 10.00 uur

in het RESTAURANT
Verkoop in de HAL
van DE KOPERHORST

Verkoop van 13.00 uur tot 15.30 uur



Omdat bij ons mode een beleving is...

Vander Klooster
Modepresentatie

Gastvrijheid in de Koperhorst !

Houdt u van lekker eten en bent u 55+?
Op woensdag 25 februari a.s. bereidt het keukenteam 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 het u aan niets ontbreekt.
Kom gezelligheid opsnuiven en genieten van een heerlijke maaltijd.

Prijs : € 12,05 voor cliënten uit de zorg / VPT
€ 18,55 voor flatbewoners
€ 27,30 voor wijkbewoners, familieleden en gasten

Restaurant open: 16.30 uur
Begin maaltijd: 17.00 uur



MENU

Eendenborst met rucola en mangodressing

Champignonbouillon



Hertenstoof met kruidenpuree
en spruiten met spek



Eton mess



Koffie/thee met een bonbon



Bewoners kunnen vanaf 1 februari reserveren en betalen en
wijkbewoners kunnen vanaf 13 februari reserveren en betalen.

Dit kan tot 19 februari bij de bar of in het winkeltje.

U ontvangt dan een kassabon als bewijs van opgave en betaling en
op vertoon van deze kassabon kunt u zich melden bij het Sterrendiner.

Wilt u ook uw eventuele dieetwensen doorgeven?
Wees er snel bij, want vol=vol!

Samen zingen!

Beste bewoners,

Weet u dat dit jaar een jubileumjaar is voor het zanguurtje? In het voorjaar van 2001 begon meneer Van den Enden met het eerste zanguurtje. Al 25 jaar zorgt onze Heer voor mensen die een werkgroep vormen om de zanguurtjes te organiseren, dat de leiding van de Koperhorst ruimte geeft voor het zanguurtje, dat het personeel van de Koperhorst begeleiding en ondersteuning biedt en vooral dat u, als belangstellenden, naar de zanguurtjes komt.

Wij hopen dat de zanguurtjes nog lang georganiseerd kunnen en mogen worden.

Op **zondag 22 februari**, hopen wij weer een zanguurtje voor u te organiseren in het nieuwe jaar. Het zanguurtjes begint om **19.45 uur**.

De overdenking op deze avond wordt verzorgd door Henk Koppelaar, kerkelijk werker bij de Nederlandse Gereformeerde Kerk De Schaapskooi en ook oudste en voorganger bij onze Arabischtalige zuster gemeente Oase, hier in Amersfoort.

Naast het samen zingen en de overdenking, zal er ook tweemaal een muzikaal intermezzo verzorgd worden. Na afloop is er gelegenheid om nog samen na te praten onder het genot van een kopje koffie of thee.

Zoals voorgaande keren wordt het zanguurtje gehouden in de **Ontmoetingsruimte**. Wij hopen u daar weer te ontmoeten op zondag 22 februari.

Vriendelijke groet, ook namens de werkgroep,
Cor Spiering



Problemen met de voeten en de benen?

Massage helpt

- U heeft pijnlijke voeten en benen
- U heeft vermoeide voeten en benen
- U heeft vaak koude voeten
- U heeft last van spataderen
- U heeft vocht in de benen

Neem eens een behandeling bij de masseuse

Ik ben op dinsdag en woensdag in De Koperhorst

Een eerste massage ter kennismaking is "GRATIS"

Maak gewoon even een afspraak bij
Inge Waardenburg

bel mij: 06 – 23 044 199 of
mail mij: info@reflexplus.nl



Informatie rondom levenseinde

Woensdag **18 maart 2026** kom ik u uitleg geven over

- **het testament,**
- **het levenstestament en**
- **de wilsverklaring**

Graag stel ik me nu alvast aan u voor:



Ik ben Cora Veldhuizen. Opgegroeid op een boerderij in Scherpenzeel en sinds 4 jaar woonachtig in de mooie stad Amersfoort.

Het ziekbed en het overlijden van dierbaren deed me beseffen:

- Hoeveel er geregeld moet worden in een periode van verdriet.
- Naasten worden belast met zaken waar ze geen verstand van hebben of niet aan willen denken.
- En dat er zaken vòòr die periode geregeld kunnen of “moeten” worden.

Bent u benieuwd wat het allemaal inhoudt? Wat u kunt regelen? En hoe u dat kunt regelen?

Kom dan naar de ontmoetingsruimte op 18 maart 2026. Ik vertel u dan graag meer over het belang en de mogelijkheden!

Voor meer informatie: www.corastaatbij.nl

De winnares van de puzzel de maand is:

Mw. Steunenberg



De oplossing was:

Elke dag biedt een nieuwe kans.

Hartelijk gefeliciteerd met uw prijs.

SAMBA
STOET
TRADITIE
VERKLEDEN
VERSIERING
VIERING
WAGEN

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

woordzoekerfabriek.nl - maak je eigen woordzoeker

Oplossing

[illegible]

P E R S B E R I C H T

Meer weten over duurzamer reizen met het openbaar vervoer?

Bijdragen aan een betere leefomgeving voor huidige en toekomstige generaties kan onder andere door milieuvriendelijker te reizen. Kies daarom vaker voor duurzaam openbaar vervoer in plaats van de auto. Alle treinen rijden op groene stroom en er worden steeds meer elektrische bussen ingezet.

Is het lang geleden dat er met de trein of bus is gereisd en is daarbij wat ondersteuning gewenst? Bezoek dan het gratis OV-inloopsprekkuur:

Datum: donderdag 5 februari 2026

Tijd: 14.00 – 15.30 uur

Locatie: De Koperhorst, Paladijnenweg 275, Amersfoort

Tijdens een gratis OV-inloopsprekkuur is het mogelijk om vragen te stellen aan OV-ambassadeurs. Zij geven uitleg over reizen met de OV-chipkaart of de bankpas. Ook leggen zij uit hoe in- en uitchecken werkt bij verschillende vervoerders en geven zij advies over welk abonnement het beste past. Daarnaast kunnen vragen worden gesteld over bijvoorbeeld de buurtbus en andere vervoersmogelijkheden in de regio. De OV-ambassadeurs nemen rustig de tijd om alle vragen te beantwoorden.

Inge (67 jaar): "Samen met een OV-ambassadeur heb ik de reisplanner-app en OVpay op m'n telefoon gezet en ermee geoefend. Nu reis ik regelmatig met de bus naar de stad."

Wie, net als Inge, meer wil weten over milieuvriendelijk reizen met het openbaar vervoer, is van harte welkom tijdens het inloopsprekkuur. Kijk voor meer informatie op www.doemeemethetov.nl

Telefonisch spreekuur

Liever telefonisch advies? Bel dagelijks met een OV-ambassadeur tijdens het telefonisch spreekuur. Zij zijn bereikbaar op: 033 208 23 80.

Maandag- t/m vrijdagochtend van 10.00 tot 12.00 uur

Dinsdag- en donderdagmiddag van 13.30 tot 15.00 uur

Maandag- en woensdagavond van 18.30 tot 20.00 uur

Vooruitblik activiteiten

Ook de komende maand is er weer genoeg te beleven. Zo staat het jaarlijkse carnaval weer op het programma. Misschien denkt u wel dat dit niks voor u is. Maar toch raad ik het aan om eens te proberen. Het enige wat u hoeft te doen, is lekker zitten en kijken wat er allemaal gebeurt. Carnavalsvereniging De Keuters heeft weer een mooi programma voor u in petto. Vol met muziek en vooral veel plezier. Daarnaast kunt u op **zondag 15 februari** komen genieten van een klassiek concert.

Uiteraard hebben we ook de wekelijkse gangbare activiteiten, zoals de creagroep, de variamiddag, de stoelyoga, de sjoelgroep, de handwerkgroep etc. Voor ieder is er wat wils.

We hopen weer velen van u te mogen ontmoeten.

Team welzijn



Stichting Vrienden van De Koperhorst

+++word ook een vriend+++

Steun aanvullende wensen

Bank: NL175NSB 0951 236 075

Zondag 1 februari

10:00 uur: Koffie/thee drinken in de ontmoetingsruimte

13:00 uur: Gluren bij de burens in het restaurant

14:30 uur: Café



Maandag 2 februari

10:00 uur: Koffie/thee drinken in de ontmoetingsruimte

10:30 uur: Koersbal in het restaurant voor Klein Koperhorst

13:30 uur: Repaircafé in het restaurant

14:30 uur: Stoelyoga in de AB ruimte

Café



Dinsdag 3 februari

10:00 uur: Koffie/thee drinken in de ontmoetingsruimte

10:30 uur: Koperhorstkoor o.l.v. Marjan de Jong in het restaurant

Bewegen op muziek voor Klein Koperhorst in de AB ruimte

14:30 uur: Varia in het restaurant: **nagels lakken en spelletjes doen**

Café

19:00 uur: Koffie/thee drinken voor flatbewoners in de hal



Woensdag 4 februari

9:30 uur: Bloemenman in de hal

10:00 uur: Koffie/thee drinken in de ontmoetingsruimte

10:30 uur: Sjoelen in de ontmoetingsruimte

14:00 uur: Handwerken in de AB ruimte

14:30 uur: Café

19:30 uur: Bingo in het restaurant



Donderdag 5 februari

9:30 uur: Inloop voor administratieve vragen in de hal

10:00 uur: Koffie/thee drinken in de ontmoetingsruimte

13:30 uur: Klaverjasgroep in de AB ruimte

14:00 uur: **OV inloopspreekuur in de ontmoetingsruimte**

14:30 uur: Creatieve middag in het restaurant: **valentijnskaart**

Café

19:00 uur: Koffie/thee drinken voor flatbewoners in de hal



Vrijdag 6 februari

10:00 uur: Koffie/thee drinken in de ontmoetingsruimte

14:30 uur: Café

15:15 uur: Tapasbar



Zaterdag 7 februari

10:00 uur: Koffie/thee drinken in de ontmoetingsruimte

10:30 uur: Katholieke viering met diaken Frank Sieraal
in het restaurant

13:00 uur: Verkoop in de hal: Seasons, kleding

14:30 uur: Café



Zondag 8 februari

10:00 uur: Koffie/thee drinken in de ontmoetingsruimte

14:30 uur: Café

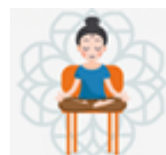


Maandag 9 februari

10:00 uur: Koffie/thee drinken in de ontmoetingsruimte

10:30 uur: Koersbal in het restaurant voor Klein Koperhorst

14:30 uur: Stoelyoga in de AB ruimte
Café



Dinsdag 10 februari

10:00 uur: Koffie/thee drinken in de ontmoetingsruimte

10:30 uur: Koperhorstkoor o.l.v. Marjan de Jong in het restaurant

Bewegen op muziek voor Klein Koperhorst in de AB ruimte

14:30 uur: Varia in het restaurant: **spelletjes doen en nagels lakken**
Café

19:00 uur: Koffie/thee drinken voor flatbewoners in de hal



Woensdag 11 februari

9:30 uur: Bloemenman in de hal

10:00 uur: Koffie/thee drinken in de ontmoetingsruimte

10:30 uur: Sjoelen in de ontmoetingsruimte

14:00 uur: Handwerken in de AB ruimte

14:30 uur: Café



Donderdag 12 februari



9:30 uur: Inloop voor administratieve vragen in de hal
10:00 uur: Koffie/thee drinken in de ontmoetingsruimte
13:30 uur: Klaverjasgroep in de AB ruimte
14:30 uur: Creatieve middag in het restaurant:

fles versieren

Café

20:00 uur: Carnaval in het restaurant



Vrijdag 13 februari

10:00 uur: Koffie/thee drinken in de ontmoetingsruimte
10:30 uur: Fit bij de koffie in de ontmoetingsruimte
14:00 uur: Boksen in de AB ruimte **(opgeven bij receptie)**
14:30 uur: Café
15:15 uur: Tapasbar



Zaterdag 14 februari

10:00 uur: Koffie/thee drinken in de ontmoetingsruimte
10:30 uur: Protestantse viering met ds. I. Cornet
in het restaurant
14:30 uur: Café



Zondag 15 februari

10:00 uur: Koffie/thee drinken in de ontmoetingsruimte
14:30 uur: Optreden in het restaurant: Melocorde
'muziek uit alle streken en tijden'
Café



Maandag 16 februari

10:00 uur: Koffie/thee drinken in de ontmoetingsruimte
10:30 uur: Koersbal in het restaurant voor Klein Koperhorst
14:30 uur: Stoelyoga in de AB ruimte
Café



Dinsdag 17 februari

10:00 uur: Koffie/thee drinken in de ontmoetingsruimte

Verkoop in de hal: Hofmans mode



10:30 uur: Koperhorstkoor o.l.v. Marjan de Jong in het restaurant

Bewegen op muziek voor Klein Koperhorst in de AB ruimte

14:30 uur: Varia in het restaurant: **nagels lakken en spelletjes doen**
Café

19:00 uur: Koffie/thee drinken voor flatbewoners in de hal



Woensdag 18 februari

9:30 uur: Bloemenman in de hal

10:00 uur: Koffie/thee drinken in de ontmoetingsruimte

10:30 uur: Sjoelen in de ontmoetingsruimte

14:00 uur: Handwerken in de AB ruimte

14:30 uur: Café



Donderdag 19 februari



9:30 uur: Inloop voor administratieve vragen in de hal

10:00 uur: Koffie/thee drinken in de ontmoetingsruimte

13:30 uur: Klaverjasgroep in de AB ruimte

14:30 uur: Creatieve middag in het restaurant: **bloemschikken**

Wij vragen € 6,50 bijdrage voor de materiaalkosten.

U moet zelf een bakje meenemen. Geen eigen bakje?

Voor € 0,50 hebben we een bakje of potje voor u.



Café

19:00 uur: Koffie/thee drinken voor flatbewoners in de hal



Vrijdag 20 februari

10:00 uur: Koffie/thee drinken in de ontmoetingsruimte

14:30 uur: Café

15:15 uur: Tapasbar



Zaterdag 21 februari

10:00 uur: Koffie/thee drinken in de ontmoetingsruimte

14:30 uur: Café



Zondag 22 februari

10:00 uur: Koffie/thee drinken in de ontmoetingsruimte

14:30 uur: Café

19:45 uur: Samenzangavond in het restaurant



Maandag 23 februari

10:00 uur: Koffie/thee drinken in de ontmoetingsruimte

10:30 uur: Koersbal in het restaurant voor Klein Koperhorst

14:30 uur: Stoelyoga in de AB ruimte
Café



Dinsdag 24 februari

10:00 uur: Koffie/thee drinken in de ontmoetingsruimte

Verkoop in de hal: Rovers mode

10:30 uur: Koperhorstkoor o.l.v. Marjan de Jong in het restaurant

Bewegen op muziek voor Klein Koperhorst in de AB ruimte

14:30 uur: Varia in het restaurant: **spelletjes doen en nagels lakken**
Café

19:00 uur: Koffie/thee drinken voor flatbewoners in de hal



Woensdag 25 februari

9:30 uur: Bloemenman in de hal



10:00 uur: Koffie/thee drinken in de ontmoetingsruimte

10:30 uur: Sjoelen in de ontmoetingsruimte

14:00 uur: Handwerken in de AB ruimte

14:30 uur: Café **in de hal**

17:00 uur: Sterrendiner in de ontmoetingsruimte



**** geen reguliere avondmaaltijd in het restaurant mogelijk ****

Donderdag 26 februari

9:30 uur: Inloop voor administratieve vragen in de hal

10:00 uur: **Modeshow van der Klooster mode**
in de ontmoetingsruimte

Koffie/thee drinken in de ontmoetingsruimte

13:00 uur: Verkoop in de hal: van der Klooster mode

13:30 uur: Klaverjasgroep in de AB ruimte

14:30 uur: Creatieve middag in het restaurant: **theepotje**
Café

19:00 uur: Koffie/thee drinken voor flatbewoners in de hal



Vrijdag 27 februari

10:00 uur: Koffie/thee drinken in de ontmoetingsruimte
10:30 uur: Fit bij de koffie in de ontmoetingsruimte
14:00 uur: Boksen in de AB ruimte (**opgeven bij receptie**)
14:30 uur: Café
15:15 uur: Tapasbar



Zaterdag 28 februari

10:00 uur: Koffie/thee drinken in de ontmoetingsruimte
10:30 uur: Protestantse viering met ds. M. de Goei
in het restaurant
14:30 uur: Café



JARIG?



Wist u dat u als bewoner op deze dag van een heerlijk feestmenu kunt genieten in De Koperhorst?

Voor het aanvragen van dit menu kunt u contact opnemen met 1 van de medewerkers van het restaurant.

Aanvragen: minimaal 2 weken vóór de desbetreffende dag.

**** voor alle personen geldt hetzelfde menu (uitzondering bij dieet)****

De aanvangstijd is tussen 17:00-17:30 uur

Voorgerecht

Carpaccio
Salade caprese, mozzarella en tomaat
Salade met gerookte zalm
Heldere soep van de dag
Gebonden soep van de dag

Zetmeel

Gekookte aardappelen
Aardappelpuree
Pommes Duchesse
Patat

Sauzen

Jus
Mayonaise / ketchup
Champignonsaus
Peperroomsaus

Nagerecht

Roomijs met slagroom en vruchten
Wafel met vanille-ijs en warme kersen
Tiramisu
Verse fruitsalade

Hoofdgerecht (vlees/vis)

Biefstuk
Varkenshaas
Zalmmoot
Kipfilet
Kroket

Groenten

Witlof met ham en kaas
Groente van de dag
Gemengde sla
Appelmoes

Vegetarisch

Gebakken brie
Gevulde paprika

Drinken

Diverse frisdranken
Verse jus d'orange
Rode wijn
Droge witte wijn

Andere wensen, dieet of vragen, dan kunt u deze tijdens het invullen van het formulier bespreken met de medewerker van het restaurant. *Indien u gebruik maakt van onze maaltijdvoorziening (Zorg/ VPT) dan zijn er geen meerkosten voor dit feestmenu.*

Bewoners uit de flats De Eem en De Vallei betalen € 9,75.

Uw eerste gast mag gratis van dit feestmenu genieten. Vanaf uw 2^e gast brengen wij een bedrag van € 27,30• (per gast) in rekening.

- Onder voorbehoud van tussentijdse prijswijzigingen

Prijzen Koperhorst activiteiten 2026

- Cliënten die gebruikmaken van de activiteiten betalen geen entree (zit bij verzorgingshuistarief/servicekosten inbegrepen). Er gelden enkele uitzonderingen, zoals bloemen voor het bloemschikken, dagtochten, cursussen etc. Zie het schema.
- Tenzij anders vermeld is koffie/thee bij de entreprijzen inbegrepen.
- Voor boksen, schilderen, klaverjassen, stoelyoga is er beperkt plek. Meer informatie hierover bij de activiteitenbegeleiding.

Activiteit:	Entree wijkbewoners	Entree cliënten:
Grote bingo (per kaart)	€ 6,65 (max.2 kaarten)	€ 3,40
Voorstellingen	gratis	gratis
Sjoelen	gratis	Gratis
Handwerken	gratis	Gratis
Creatieve middag excl. variabele materiaalkosten	gratis	gratis
Variamiddag	gratis	gratis
Fit in het restaurant/tuin	gratis	gratis
Zingen met het Koperhorstkoor (onder leiding van Marjan)	€3,45	gratis
Schilderen, incl. materiaalkosten	€ 5,20	€ 4,10
Koffieochtend	Gratis	Gratis
Kerkelijke vieringen	Gratis	Gratis
Middagcafé	gratis excl. dranken	gratis excl. dranken
Workshops	variabel	variabel
Uitstapjes	variabel	variabel
Koersbal	gratis	Gratis
Klaverjassen	gratis	Gratis
Biljartclub	gratis	Gratis
Boks je fit	€8,10	€5,45
Stoelyoga	€3,45	gratis

Prijswijzigingen voorbehouden lopende het jaar



PRIJSLIJST MAALTIJDEN 2026

Driegangen keuzemenu cliënten en wijkbewoners	:	€ 9,35
Driegangen menu op het appartement	:	€10,15
Hoofdgerecht	:	€ 7,20
Kop soep	:	€ 2,45
Toetje	:	€ 1,90
Verse maaltijd uit de diepvries	:	€ 8,05

VERJAARDAGSMENU

Let op: Het feestmenu kunt u op afspraak vanaf 17:00 uur/17:30 uur 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	:	€ 9,75
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	:	€ 27,30

STERRENDINER

Sterrendiner flatbewoners	:	€ 18,55
Sterrendiner wijk/familie/gasten	:	€ 27,30
Sterrendiner bewoners van de Koperhorst die dagelijks een warme maaltijd krijgen geldt, bij afzegging reguliere warme maaltijd.	:	€ 12,05

PRIJSLIJST CAFÉ 2026

Frisdranken	:	€ 1,35
Vruchtensappen	:	€ 1,95
Sinaasappelsap vers	:	€ 2,30
Advocaat met slagroom	:	€ 2,80
Bier	:	€ 2,35
Wijn	:	€ 3,05
Gedistilleerd	:	€ 4,15
Melk, chocolademelk, karnemelk	:	€ 2,20
Koffie van verse bonen: cappuccino	:	€ 2,10
Latte macchiato	:	€ 2,45
Espresso	:	€ 1,40

Prijswijzigingen voorbehouden lopende het jaar

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:

*	Dagdeel Koperwiek	:	€ 48,20 per dagdeel
*	Bewegingsmelder	:	€ 29,60 per maand
*	Huishoudelijke zorg	:	€ 34,55 per uur
*	Rolstoel huur	:	€ 2,60 per dag
*	Rolstoel, maximaal 1 week	:	€ 15,80 per week
*	Hals/polsalarm per maand	:	€ 11,90 per maand



Prijswijzigingen voorbehouden lopende het jaar

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.
Audiciën	Karin Vedder. Eén keer in de twee weken aanwezig op maandagmiddag van 15.00-16.00 uur in de stilteruimte. Te bereiken op 06 - 14 33 83 66.
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 op: 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 dit mailen naar Cliëntenraad@koperhorst.nl of in een gesloten envelop afgeven bij de receptie.
Cliëntenvertrouwens- persoon Zorgstem specifiek voor de Wet zorg en dwang	Margoot is in dienst van Zorgstem, een onafhankelijke organisatie. Wanneer kunt u contact met haar opnemen: - Als u te maken heeft met zorg of begeleiding waar u zelf niet voor gekozen heeft. - Als u het gevoel heeft dat u minder vrijheid heeft dan u wilt. - Als u een vraag of klacht over bovenstaande onderwerpen heeft. Margoot van Woensel Tel: 06 - 40 87 80 60 Email: m.vanwoensel@zorgstem.nl

**Diëtisten Midden
Nederland**

Laura Hilhorst te bereiken op
06 - 27 54 46 21
www.dietistenmn.nl

Duofiets

Kosteloos te reserveren via de receptie.
Verdere info en voorwaarden bij de receptie.

Ergotherapeut

Telefoonnummer: 033-2048006
Ook te bereiken via mail:
info@ergotherapieamersfoort.nl

Fysiotherapie.

Op de volgende dagen is er een
fysiotherapeut van MTC de Fysioclub in De
Koperhorst aanwezig.

Te bereiken via:

Lisa van Zanten is op maandag van 9:00-
17:00 uur, woensdag van 13:00-17:00 uur
en donderdag van 9:00-12:00 uur aanwezig.

Te bereiken via: L.vanzanten@koperhorst.nl
of fysio@koperhorst.nl

Denise is op woensdag van 9:00-17:00 uur
aanwezig. Te bereiken op

d.buitink@koperhorst.nl

Annelous van der Donck is op donderdag van
9:00-17:00 uur aanwezig. Te bereiken op

a.vanderdonck@koperhorst.nl

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

Huisartsenpraktijken

Huisartsenpraktijk Sagenhoek,
Paladijnenweg 613,
3813 KD, Amersfoort 033 - 472 50 00
Huisartsenpraktijk Orion, Ringweg Koppel 15
3813 BA Amersfoort 033 - 479 00 00
Beide praktijken zijn geopend voor patiënten
die wonen in De Koperhorst

Huiskamerbibliotheek	Elke maandag, woensdag en vrijdag van 10:00 – 11:30 uur is er een vrijwilliger aanwezig voor hulp en vragen. Abonnement aanvragen kan ook via vrijwilligers van de huiskamerbibliotheek -In de hal bij de leestafel-
Inloop voor administratieve vragen	Elke donderdag van 9:30 – 12:00 uur Heeft u vragen over de belastingdienst, gemeentezaken, administratie, zorgzaken, zorg- en/of huurtoeslag enz.? Komt u gerust langs en wij kijken mee en helpen u verder! - In de hal -
Kapsalon Silvester (dames- en heren kapper)	Dinsdag en donderdag van 8.30 – 17:00 uur. Gaarne een afspraak maken via de receptie - kapsalon, parterre – pinnen of contant –
Kerkdiensten	Elke 1 ^e en 3 ^e zaterdag van de maand een katholieke viering om 10:30 uur. Elke 2 ^e en 4 ^e zaterdag van de maand een protestantse kerkdienst om 10:30 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.
Massage therapeut (Inge Waardenburg)	Dinsdag en woensdag aanwezig. Afspraak maken kan via 06 – 23 04 41 99 of via info@reflexplus.nl

**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)
(Corry Nummerdor)

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

Gesprek met David

Maandag van 14:00-16:00 uur.
Op verzoek kunt u een uur in gesprek met David, als u behoefte heeft aan een luisterend oor. David is van beroep predikant. Als u in gesprek wilt, dan graag reserveren bij de receptie.

Receptie

Dagelijks van 7:30 - 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
(behalve augustus)
Van 13:30 – 15:30 uur in het restaurant

Restaurant

Dagelijks bent u vanaf 12:00 – 13:30 uur van harte welkom in het restaurant voor een lunch. Voor een warme maaltijd bent u van harte welkom van 17:00 - 19:00 uur in het restaurant. Afrekenen kan alleen met pinpas / contactloos. 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 bewoners	Mevrouw E. Mosterd is vertrouwenspersoon bewoners in de Koperhorst. Zij is elke week wisselend aanwezig tijdens de koffie. U kunt rechtstreeks in contact komen tijdens het koffiedrinken op de afdelingen of in de ontmoetingsruimte. Daarnaast kunt u via de receptie een afspraak maken, een brief in het groene busje in de hal doen of via de mail contact opnemen vertrouwenspersoonbewoners@koperhorst.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 teruggebracht. Ook wasgoed kan gemerkt worden. Dinsdag meegenomen en op vrijdag weer terug. Of vrijdag meegenomen en op de dinsdag terug.
Winkel (De Koperhoek)	Maandag t/m zondag geopend van: 10:00-16:00 uur. - parterre -

Wijkmobiel

Maandag t/m vrijdag tussen 9:00 - 17:00 uur rijdt de wijkmobiel in de wijken Schothorst / Zielhorst, De Hoef en naar de rand van het centrum. Een kleine elektrische auto die u van deur tot deur brengt. Een ritje kost € 2,00 per persoon (enkel te voldoen met pin) Ook kunt u een strippenkaart kopen voor € 9,00 voor 6 ritten. Te verkrijgen in de wijkmobiel of winkeltje van De Koperhorst. U kunt minimaal een dag van tevoren reserveren bij de receptie van De Koperhorst, of op telefoonnummer: 06 – 40 83 16 47.

- Maak uw reservering op zaterdag en zondag van 9:00 – 21:00 uur en op maandag, dinsdag, woensdag, donderdag en vrijdag kunt uw bellen vanaf 18:00 – 21:00 uur

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:

Ingrid Hartsuiker

U kunt kopij sturen naar info@koperhorst.nl

of naar i.hartsuiker@koperhorst.nl

Uiterste inleverdatum kopij: **25 februari 2026**

