



*de koperhorst*

# *Het Bijblijvertje*



*Juni 2026*

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

## BIJBLIJVERTJE

ENENVIJFTIGSTE JAARGANG NUMMER 6

UITGAVE JUNI 2026



### INHOUD:

Wat te doen bij brand	3
Van de bestuurder	4
Dankwoorden	5/6
Awarenesskalender juni	7
Kattencafe	9
Bewegen in de tuin	10
Onze droomwens	11
Samenzang avond	12
OV spreekuur	13
Winnaar puzzel	14
Puzzeltijd	15
Sterrendiner	16
Gedicht	17
Vooruitblik activiteiten juni	18
Activiteiten juni	19
Prijzen clubs van afdeling Welzijn	25
Prijzen clubs activiteiten	26
Prijslijst maaltijden/verjaardag menu	27
Prijslijst café	27
Wilt u (meer) zorg ontvangen	28
Overzicht voorzieningen	29



## 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, 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.



## Van de bestuurder



In de afgelopen periode zijn we druk bezig geweest met de afsluiting van het boekjaar 2025. De jaarrekening is afgerond en het bestuur verslag is gereed. Deze stukken zijn te vinden op onze website.

We sluiten het jaar 2025 af met een positief financieel resultaat. Dat is mooi, want dat maakt het mogelijk te investeren in onze huisvesting. Zo zijn screens besteld voor het restaurant om bij hoge buitentemperaturen de warmte 'buiten' te houden en werken we verdere plannen uit voor de toekomst. In juni hebben we een bijeenkomst gepland waar onder andere ook de Cliëntenraad, de ondernemingsraad en de raad van toezicht bij aanwezig zijn om te bedenken wat nodig is om ons vastgoed naar de toekomst toe aantrekkelijk te houden voor bewoners, medewerkers en gasten. Daarbij zijn ook experts aanwezig die goed bekend zijn met ontwikkelingen ten aanzien van passende huisvesting voor ouderen.

Nu we in het voorjaar weer meer buiten zijn, zie ik helaas geregeld mensen voor onze ingang roken en zie ik de peuken liggen. We hebben daar een speciale voorziening voor geregeld en bewoners kunnen op hun balkon/appartement roken. Het is me een doorn in het oog dat mensen niet op de daarvoor bestemde plek roken en hun peuk gewoon op de grond gooien. Ik doe dan ook een dringend beroep op de rokers (die dat nog niet doen) om gebruik te maken van de rookabri.

De afgelopen tijd zijn er momenten geweest waarop ik extra voel hoe bijzonder De Koperhorst is. Dat ervaar ik als we gezamenlijk stilstaan bij een bewoner die overleden is en de bewoner uitgeleide doen. Nu we te maken hebben met meerdere medewerkers die ernstig ziek zijn, merken we dat dit ons allemaal raakt. Het brengt zorg, verdriet en soms ook machteloosheid met zich mee. Juist daarom doet het mij veel om te zien hoe bewoners, medewerkers en vrijwilligers naar elkaar omzien. Met een kaartje, een lieve boodschap, een knuffel, een luisterend oor of gewoon even de oprechte vraag hoe het gaat, laten we zien wat echte betrokkenheid is. Die warmte, die aandacht voor elkaar, is van onschatbare waarde. Want ook in moeilijke tijden laten we zien dat we er niet alleen vóór elkaar zijn, maar er ook echt mét elkaar doorheen gaan.

Ik wens u toe dat we elkaar vasthouden als dat nodig is en samen stilstaan bij de momenten die ertoe doen.

Hartelijke groet,

Evelien van Dijk



## Lieve collega's ( vrijwilligers) en bewoners,

Na 11 jaar is het moment gekomen om afscheid te nemen. Dat voelt bijzonder, want in al die jaren is deze plek veel meer geworden dan alleen een werkplek.

Ik wil iedereen bedanken voor de samenwerking, het vertrouwen en de mooie momenten die we samen hebben gedeeld.

In die 11 jaar heb ik veel geleerd, mijzelf ontwikkeld en veel herinneringen opgebouwd. Natuurlijk waren er uitdagingen, maar juist die hebben mij sterker gemaakt.

Wat ik vooral meeneem, zijn de fijne gesprekken, de humor en de steun op momenten dat het nodig was. Dat zijn dingen die ik niet snel zal vergeten.

Nu is het tijd voor een nieuw hoofdstuk. Ik ga deze stap zetten met mooie herinneringen en waardevolle ervaringen in mijn bagage.

Dank jullie wel voor alles. De lieve woorden en cadeautjes die ik heb gekregen. (en dat waren er echt veel)

Ik wens jullie allemaal succes, gezondheid en geluk voor de toekomst. En wie weet kruisen onze wegen elkaar weer.

Liefs Patricia (Restaurant)



## Tijd voor een nieuw hoofdstuk

Na 6,5 jaar is het voor mij tijd om afscheid te nemen van De Koperhorst. Ik begon als medewerkster in het restaurant en later ben ik met veel plezier aan de slag gegaan als receptioniste. Inmiddels ben ik afgestudeerd en staat er een nieuwe uitdaging op mij te wachten. Een spannende stap waar ik veel zin in heb, maar eentje waardoor ik per 1 juni De Koperhorst heb verlaten.

In de afgelopen periode heb ik al van veel bewoners, collega's en familieleden persoonlijk afscheid mogen nemen. Via deze weg wil ik ook graag iedereen die ik niet meer heb gesproken heel erg bedanken voor de fijne samenwerking, de warme gesprekken en alle momenten van gezelligheid. Geen dag was hetzelfde en juist dat maakt het werken bij De Koperhorst zo bijzonder.

Ik kijk met een grote glimlach terug op de afgelopen jaren en neem een hoop mooie herinneringen mee. Bedankt voor alles!  
Liefs, Lieke



## **AWARENESSKALENDER JUNI**

### **Levensvragen**

In juni besteden we vanuit de awarenesskalender aandacht aan een onderwerp dat dichtbij het leven staat: levensvragen en nadenken over later.

Soms komen vragen over ouder worden, verlies, ziek zijn of afscheid nemen zomaar naar boven. Dat zijn geen makkelijke onderwerpen, maar wel belangrijke. Door er samen over te praten, ontstaat ruimte, rust en richting. Het helpt om wensen, zorgen en gedachten te delen met mensen die u vertrouwt. Want juist deze gesprekken kunnen bijdragen aan kwaliteit van leven — en zouden eigenlijk heel gewoon moeten zijn.



## Van het concert des levens krijgt niemand een program

### Levensvragen

Op bepaalde momenten in ons leven rijzen er zo uit het niets diepzinnige vragen naar boven. Dit gebeurt zeker in bepaalde fases, zo ongeveer halverwege het leven of als je met pensioen mag gaan of - zoals heel gewoon tegenwoordig - je zomaar 88 wordt. De dubbele cijfers maken dat je dubbel zo hard nadenkt over het leven zelf, of over het onheilspellende 'naderende einde'. Het klinkt ongezellig en zwaar. Dat maakt het ook best lastig om vragen hierover te stellen. Je wilt niet degene zijn die de stemming rondom leefplezier de kop indrukt. Toch is het zo dat hoe ouder je wordt hoe kleiner het kringetje mensen om je heen kan worden, verlies en rouw is iets wat zich hoe dan ook aandient. Je kunt er zelfs een beetje knorrig van worden, omdat u of iemand anders met levensvragen worstelt. We beloven niet dat het stellen van die vragen de boel direct opvrolijkt. Wel verlicht het en geeft het richting aan uzelf of aan degene die naast u staan. Dat biedt rust, want het is een 'boel' om alleen dragen. Doel is om uw kwaliteit van leven onder de loep te nemen. Het is overigens pittig om over dat naderende einde te praten, maar wat als we het laten en niemand weet welke muziek er speelt als we afscheid nemen? Laten we opening vinden om ook deze vragen aan te gaan. Samen met een vertrouwd gezicht antwoorden te vinden, advies te vragen. Ook vragen over als u ziek wordt, wat wilt u dan nog? Wilt u volledig onderzocht worden en behandeling ontvangen? 'Gaan we door tot het gaatje' of bent u van het type 'Wie dan leeft, die dan zorgt'..?

Antwoorden! Dat geeft levenskracht en eerlijk gezegd zou dit 'doodnormaal' moeten zijn.

Kun je terugkijken op een bevredigend leven?

Waar zou je spijt van hebben als je er morgen niet meer zou zijn?

Wat is er echt belangrijk voor je, en heb je daaraan genoeg tijd besteed en aandacht gegeven?

Wat geeft je leven kleur en wat zou het meer kleur kunnen geven?

Welke wensen heb je nog? Wat zou je het allerliefst willen bereiken?

Ben je eerlijk geweest over je gevoelens, je wensen, je verlangens?

Hoe zou je herinnerd willen worden?

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
29	30					

## Nieuws vanuit de kattenkamer



Loesje, Zoë en Jesse, maakte meteen gebruik van de nieuwe krabpaal toen deze geplaatst werd. Eigenlijk is een krabpaal zacht uitgedrukt. Het is eigenlijk een compleet speeltoestel voor de dieren, waarin geklommen, gekrabd en verstopt kan worden. Deze krabpaal is geschonken door Catpalace.eu Heel hartelijk bedankt.



## Bewegen in de tuin



Nieuw binnen De Koperhorst is, bewegen in de tuin. Elke maandag van 14.00-15.00 uur gaan we ons laten bewegen in de achtertuin, de hele zomerperiode lang. En als het op een maandag niet echt lekker weer is, hebben we een plekje in de ontmoetingsruimte. Dat gaat ook prima, zoals op de foto te zien is. De maandagen erna hebben we in de achtertuin de spieren los kunnen maken.

Een grote groep deed mee, muziekje erbij en hebben we steeds leuke middagen en zijn we ook nog goed bezig met elkaar.



## Zing en luister weer met ons mee!

Beste bewoners,

Op **zondag 28 juni, om 19.45 uur**, hopen wij weer een zanguurtje te houden. De overdenking wordt die avond verzorgd door Koert van Bekkum. Koert is als hoogleraar Oude Testament verbonden aan de Theologische Universiteit te Utrecht en als predikant met een bijzondere opdracht aan de Westerkerk hier in Amersfoort.

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 **ontmoetingsruimte**.

Uiteraard hopen wij u weer te ontmoeten op **zondag 28 juni a.s.!**

Namens de werkgroep,

Met vriendelijke groet,  
Cor Spiering



## De droomwens bij ons 50-jarig jubileum!



### Een eigen 'Koperhorstbus', doet u mee?

Het is voor ons heel fijn een eigen bus te hebben, direct beschikbaar voor vele wensen. Minder taxi's en ook zijn dan leuke trips mogelijk voor gedwongen thuisblijvers, etc. Natuurlijk is voor de aanschaf veel geld nodig, maar als alle 'Vrienden van De Koperhorst' naar draagkracht gulle gevers zijn, moet onze droom werkelijkheid kunnen worden. We maken vele bewoners daar blij mee voor vele jaren. Tot onze vrienden behoren o.a bewoners, familie, wijkbewoners en bedrijfsponsors. Eind dit jaar hopen wij te kunnen berichten of onze wensdroom uitkomt!

U kunt ons initiatief steunen door een bedrag ineens of per maand over te maken naar 'Stichting Vrienden van De Koperhorst' NL17 SNSB 0951 236 075 of via onderstaande QR code rechtstreeks naar onze bank.



**Vrienden van De Koperhorst**

[vrienden@koperhorst.nl](mailto:vrienden@koperhorst.nl)

tel. 033-472 62 14



# PERSBERICHT

## Op reis met de nieuwe OV-pas

Het betalen in het openbaar vervoer is aan het veranderen. Reizen met trein, bus en tram gaat over op OVpay. In- en uitchecken kan eenvoudig met de nieuwe OV-pas of de betaalpas. Daarmee is OVpay de opvolger van de vertrouwde OV-chipkaart. Loopt de OV-chipkaart binnenkort af? Is er behoefte aan meer informatie over OVpay of hulp nodig bij het aanvragen van een OV-pas? Bezoek dan het gratis OV-inloopspreekuur op:

**Datum:** donderdag 4 juni 2026

**Tijd:** 14.00 – 15.30 uur

**Locatie:** De Koperhorst, Paladijnenweg 275, Amersfoort

Tijdens een OV-inloopspreekuur kunnen vragen worden gesteld aan OV-ambassadeurs. Zij kunnen meer vertellen over de verschillende vervoersbewijzen, abonnementen en helpen bij het overstappen op OVpay. Loop vrijblijvend binnen, de OV-ambassadeurs nemen rustig de tijd om alle vragen te beantwoorden.

Martine (67 jaar): *"Met het advies van de OV-ambassadeurs op zak heb ik een passend abonnement gekozen en weet ik hoe over te stappen op de nieuwe OV-pas. Fijn om thuis alles nog rustig na te kunnen lezen."*

Net als Martine eenvoudig en comfortabel reizen met het openbaar vervoer? Kom langs tijdens het inloopspreekuur. Kijk voor meer informatie op [www.doemeemethetov.nl](http://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





## Winnaar Puzzel

De winnares deze maand is:

**Mw. Horsten**  
**Gefeliciteerd met uw prijs!!**

*De oplossing was: In mei leggen alle vogels een ei*





## **Gastvrijheid in de Koperhorst!**

Houdt u van lekker eten en bent u 55+?  
Op woensdag 24 juni 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**

Romige buffel-mozzarella op een krokante kleine pizza met pesto en rucola

\*\*\*

Een lichte, verfrissende, zomer- bouillon met een vleugje citroen

\*\*\*

Gevulde kalkoenfilet met daarbij een pasta met venkel, cherrytomaatjes en pittige Parmezaanse kaas

\*\*\*

Heerlijke zoete crème brûlée met een kletskep

\*\*\*

Koffie of thee met een chocolaatje

\*\*\*

**Bewoners én wijkbewoners kunnen vanaf 1 juni reserveren en betalen.**

Dit kan tot 18 juni bij de bar of in het winkeltje.

U ontvangt dan een kassabon als bewijs van opgave en betaling.  
Op vertoon van deze kassabon kunt u zich melden bij het Sterrendiner.  
Bij annuleringen, die 48 uur voor de desbetreffende datum zijn gemeld, geldt dat het bedrag kan worden teruggestort.

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



## Buiten werking

Deze maand eens geen gedicht  
Er kwam helemaal niets in mij op  
Misschien dat ik mij alvast richt  
Op een hele vroege zomerstop  
Wist niet waar te beginnen  
En wat ik moest verzinnen  
Heb nog even eraan gedacht  
Om hier en daar wat rond te vragen  
En dat dat mijn hersenen verzacht  
Er wellicht iets zou gaan dagen  
Mijn fantasie liet flink te wensen over  
Waar ik anders wat tevoorschijn tover  
Ben zelfs de huisarts gaan bezoeken  
Was daar een afspraak snel gaan boeken  
Bloeddruk, temperatuur enzovoort  
Alles in orde zoals het hoort  
Zij bracht het euvel snel aan het licht  
Maar toen was het te laat voor een gedicht  
Het was een ..... niet zo heel bijzonder  
Maar eerlijk gezegd, doe ik het liever zonder!

## Vooruitzicht activiteiten juni

In de maand juni vindt traditiegetrouw de wandel tweedaagse plaats. Achter de schermen zijn er prachtige nieuwe routes gemaakt en zijn de voorbereidingen in volle gang. Echter, bij het uitbrengen van dit maandblad kunnen wij nog niet definitief zeggen of dit evenement doorgaat. We komen beide dagen twintig vrijwilligers te kort.

We gaan hier komende week een beslissing over maken en ondertussen kunnen wandelvrijwilligers zich aanmelden om te helpen. We hopen van harte dat zich mensen aanmelden. Maar uiteraard is er in De Koperhorst nog meer te beleven. Op 26 juni treedt het duo "Licht belegen" op. Ze zijn eerder geweest en zingen leuke herkenbare liedjes. Zo langzamerhand zijn we met de activiteiten aan het overgaan op een ander betalingssysteem, namelijk de strippenkaart. Hierdoor is er een beter overzicht.

Ook zult u gemerkt hebben dat er voor sommige activiteiten geld gevraagd wordt, waar dat eerder niet het geval was. Dat heeft er mee te maken dat er soms materiaalkosten gemaakt worden, of dat van buiten betaalde krachten worden ingezet. De nieuwe activiteit bijvoorbeeld, buiten bewegen, wordt gedaan door een geschoolde persoon van de SRO. Mocht u vragen hebben over dit of andere onderwerpen, kunt u altijd bij ons terecht.

Wij wensen u veel plezier bij de activiteiten.  
Team Welzijn



## Maandag 1 juni

- 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 2 juni

- 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 3 juni

- 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 4 juni

- 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 inloopsprekuren in de ontmoetingsruimte**
- 14:30 uur: Creatieve middag in het restaurant: **vlinder met plantje**  
Café
- 19:00 uur: Koffie/thee drinken voor flatbewoners in de hal



## Vrijdag 5 juni

- 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 6 juni

- 10:00 uur: Koffie/thee drinken in de ontmoetingsruimte
- 10:30 uur: Katholieke viering met diaken Frank Sieraal in het restaurant
- 14:30 uur: Café



## Zondag 7 juni

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



## Maandag 8 juni

- 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 9 juni

- 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 10 juni

- 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
- 18:30 uur: Start wandeltweedaagse**



## Donderdag 11 juni

- 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: **muizenkaart**  
Café
- 18:30 uur: Wandeltweedaagse dag 2**
- 19:00 uur: Koffie/thee drinken voor flatbewoners in de hal
- 19:30 uur: Café avond in de ontmoetingsruimte**

## Vrijdag 12 juni

- 10:00 uur: Koffie/thee drinken in de ontmoetingsruimte
- 10:30 uur: Bewegen op muziek voor Klein Koperhorst in de AB ruimte
- 14:30 uur: Café
- 15:15 uur: Tapasbar



## Zaterdag 13 juni

- 10:00 uur: Koffie/thee drinken in de ontmoetingsruimte
- 10:30 uur: Protestantse viering met ds. Rein van der Zwan  
in het restaurant
- 14:30 uur: Café



## Zondag 14 juni

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



## Maandag 15 juni

- 10:00 uur: Koffie/thee drinken in de ontmoetingsruimte
- 10:30 uur: Koersbal in het restaurant voor Klein Koperhorst
- 13:30 uur: Repaircafé in de ontmoetingsruimte**
- 14:30 uur: Stoelyoga in de AB ruimte  
Café



## Dinsdag 16 juni

- 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 17 juni

- 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 18 juni



- 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: **Verkoop in de hal: Harry Kerkhofs mode**  
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 19 juni

- 10:00 uur: Koffie/thee drinken in de ontmoetingsruimte  
**Verkoop in de hal: sieraden**  
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 20 juni

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



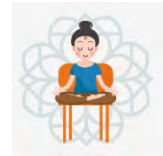
## Zondag 21 juni, Vaderdag

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



## Maandag 22 juni

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 23 juni

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 24 juni

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 het restaurant**



~ geen reguliere avondmaaltijd mogelijk in het restaurant ~

## Donderdag 25 juni

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



## Vrijdag 26 juni

- 10:00 uur: Koffie/thee drinken in de ontmoetingsruimte  
10:30 uur: Bewegen op muziek voor Klein Koperhorst in de AB ruimte  
14:30 uur: **Muziekoptreden in het restaurant: Licht belegen**  
Café  
15:15 uur: Tapasbar



## Zaterdag 27 juni

- 10:00 uur: Koffie/thee drinken in de ontmoetingsruimte  
10:30 uur: Protestantse viering met dhr. Willem Bannink  
in het restaurant  
14:30 uur: Café



## Zondag 28 juni

- 10:00 uur: Koffie/thee drinken in de ontmoetingsruimte  
14:30 uur: Café  
**19:45 uur: Samenzangavond in het restaurant**



## Maandag 29 juni

- 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



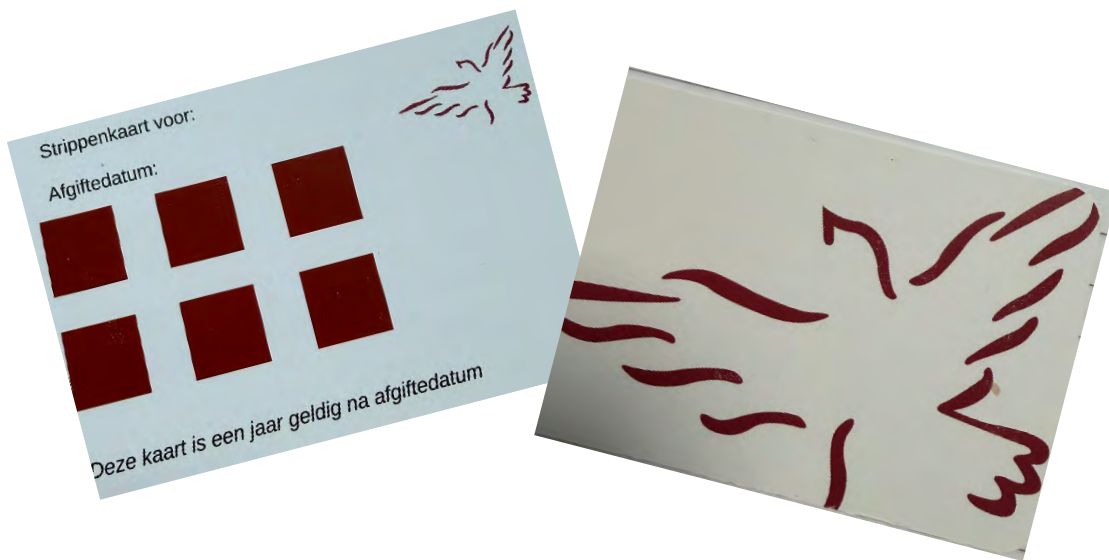
## Dinsdag 30 juni

- 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



## Prijzen clubs van afdeling Welzijn 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 prijslijst activiteiten.
- 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.
- We zijn bezig om het strippenkaart systeem in te voeren met betalen.  
Dit zal gefaseerd ingevoerd worden. Sommige clubs gebruiken dit al.



<b>Clubs:</b>	<b>Kosten wijkbewoners</b>	<b>Kosten bewoners:</b>
Grote bingo (per kaart)	€ 6,65 (max.2 kaarten)	€ 3,40
Voorstellingen	gratis	gratis
Sjoelen	gratis	Gratis
Handwerken	gratis	Gratis
Materiaal kosten Creatieve Club	€30,00 <i>Per strippenkaart (6 lessen) 1 jaar geldig na afgifte</i>	€24,00 <i>Per strippenkaart (6 lessen) 1 jaar geldig na afgifte</i>
Variamiddag	gratis	gratis
Nagels lakken	€12,00 <i>Per strippenkaart (6 behandelingen) 1 jaar geldig na afgifte</i>	€6,00 <i>Per strippenkaart (6 behandelingen) 1 jaar geldig na afgifte</i>
Fit in het restaurant/tuin	gratis	gratis
Bewegen in de tuin met de SRO	€18,00 <i>Per strippenkaart (6 lessen) 1 jaar geldig na afgifte</i>	€ 15,00 <i>Per strippenkaart (6 lessen) 1 jaar geldig na afgifte</i>
Zingen met het Koperhorstkoor (onder leiding van Marjan)	€24,00 <i>Per strippenkaart (6 lessen) 1 jaar geldig na afgifte</i>	€12,00 <i>Per strippenkaart (6 lessen) 1 jaar geldig na afgifte</i>
Schilderen, incl. materiaalkosten	n.v.t.	€ 24,00 <i>Per strippenkaart (6 lessen) 1 jaar geldig na afgifte</i>
Koffieochtend	Gratis	Gratis
Kerkelijke vieringen	Gratis	Gratis
Middagcafé	gratis excl. dranken	gratis excl. dranken
Uitstapjes	variabel	variabel
Koersbal	gratis	Gratis
Klaverjassen	gratis	Gratis
Biljartclub	gratis	Gratis
Boks je fit	€48,60 <i>Per strippenkaart (6 lessen) 1 jaar geldig na afgifte</i>	€32,70 <i>Per strippenkaart (6 lessen) 1 jaar geldig na afgifte</i>
Stoelyoga	€20,70 <i>Per strippenkaart (6 lessen) 1 jaar geldig na afgifte</i>	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 <sup>e</sup> 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

<b>Afvalscheiding</b>	Glas in de glasbak. Oud papier in de container. PMD in de PMD container (zie overzicht wat er in PMD gaat) De rest bij het restafval in vuilniszak in betreffende container deponeren.
<b>Audiciën</b>	Karin Vedder. Eén keer in de twee weken aanwezig op maandagmiddag van 15.00-16.00 uur in de stilleruimte. Te bereiken op 06 - 14 33 83 66.
<b>Batterijenbox</b>	Voor het inleveren van uw batterijen - begane grond, bij de folderhoek –
<b>Cliëntadviseur</b>	Mevrouw M. Schalkwijk, telefonisch afspraak maken via: 033 – 472 62 14 Aanwezig 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
<b>Cliëntenraad</b>	Heeft u vragen of opmerkingen voor de Cliëntenraad dan kunt u dit mailen naar <a href="mailto:Cliëntenraad@koperhorst.nl">Cliëntenraad@koperhorst.nl</a> of in een gesloten envelop afgeven bij de receptie.
<b>Cliëntenvertrouwens- persoon Zorgstem specifiek voor de Wet zorg en dwang</b>	Koen is in dienst van Zorgstem, een onafhankelijke organisatie. Wanneer kunt u contact met hem 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.  - Koen van DeuverenTel: 06 - 40 87 80 60 Email: <a href="mailto:Koenvandeuveren@stemgever.nl">Koenvandeuveren@stemgever.nl</a> .

**Diëtisten Midden  
Nederland**

Laura Hilhorst te bereiken op  
06 - 27 54 46 21  
[www.dietistenmn.nl](http://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](mailto: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 en donderdag van 9:00-17:00 uur  
aanwezig. Te bereiken via:

[L.vanzanten@koperhorst.nl](mailto:L.vanzanten@koperhorst.nl) of  
[fysio@koperhorst.nl](mailto:fysio@koperhorst.nl)

Denise is op maandag van 12.30-16:30 uur  
en woensdag van 8.30-12.00 uur aanwezig.

Te bereiken op [d.buitink@koperhorst.nl](mailto:d.buitink@koperhorst.nl)

Annelous van der Donck is op dinsdag van  
9:00-17:00 uur en donderdag van 9.00-  
17.00 uur aanwezig. Te bereiken op

[a.vanderdonck@koperhorst.nl](mailto: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.

**Gesprek met David**

Maandag van 13:00-16:00 uur (zo nodig op  
dinsdag) Op verzoek kunt u een uur in  
gesprek met David, als u behoefte heeft aan  
een luisterend oor. David is een  
gepensioneerd predikant en relatietherapeut.  
Als u in gesprek wilt, dan graag reserveren  
bij de receptie.

<b>Huisartsenpraktijken</b>	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
<b>Huiskamerbibliotheek</b>	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-
<b>Inloop voor administratieve vragen</b>	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 -
<b>Kapsalon Silvester</b> (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 –
<b>Kerkdiensten</b>	Elke 1 <sup>e</sup> en 3 <sup>e</sup> zaterdag van de maand een katholieke viering om 10:30 uur. Elke 2 <sup>e</sup> en 4 <sup>e</sup> zaterdag van de maand een protestantse kerkdienst om 10:30 uur. - in het restaurant-
<b>Keuken</b>	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](mailto:info@reflexplus.nl)

**MondZorgPlus  
Tandartspraktijk**

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

**Orthopedische  
schoentechniek**

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

**Pedicure**  
(Melinda van Logtestein)  
(Petra de Groot)  
(Corry Nummerdor)

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

**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 1e en 3e 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.

<b>Technische dienst</b>	Reparaties opgeven via receptie
<b>Veilig thuis/ Ouderenmishandeling</b>	Voor hulp en advies kunt u contact opnemen met het steunpunt Veilig Thuis, bereikbaar via telefoonnummer 0800 - 2000
<b>Vertrouwenspersoon bewoners</b>	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 <a href="mailto:vertrouwenspersoonbewoners@koperhorst.nl">vertrouwenspersoonbewoners@koperhorst.nl</a>
<b>Vuilnis ophalen</b>	Woensdag vanaf 11:00 uur Flat De Eem. Vrijdag vanaf 11:00 uur Flat De Vallei. Alleen vuilnis, geen glas- of papierwerk (zie onder kop "Glasbakken")
<b>Wasserij t.b.v. het verzorgingshuis</b>	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.
<b>Winkel (De Koperhoek)</b>	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](mailto:info@koperhorst.nl) t.a.v. redactie Bijblijvertje. Als u het Bijblijvertje niet meer per mail wilt ontvangen, dan kunt u dit ook naar dit mailadres sturen, dan melden wij u af.

Redactie van het Bijblijvertje:

Ingrid Hartsuiker

U kunt kopij sturen naar [info@koperhorst.nl](mailto:info@koperhorst.nl)

of naar [i.hartsuiker@koperhorst.nl](mailto:i.hartsuiker@koperhorst.nl)

Uiterste inleverdatum kopij: **26 juni 2026**

