



de koperhorst

Het Bijblijvertje



November 2024

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

BIJBLIJVERTJE

NEGENENVEERTIGSTE JAARGANG NUMMER 10

UITGAVE NOVEMBER 2024

INHOUD:

Wat te doen bij brand	3
40 Jaar getrouwd	4
Van de bestuurder	5
Uitleg Kwaliteit tegels 7 & 8	6
Prijsuitreiking HIP	8
Tips van Erik	9
Stichting Vrienden van De Koperhorst	10
Boksfitness	12
Parkeren	13
Mededeling koffie schenken	14
Kalender 2024	15
Praat over morgen	17
Wandelgroep	19
Uitje naar museum Flehite	20
Sterrendiner	21
Terugblik oktober	22
OV inloopspreekuur	27
Gedicht	28
Winnaar puzzel	29
Puzzeltijd	30
Vooruitzicht feestdagen december	31
Oudejaarsbingo	32
Vooruitzicht activiteiten november	33
Activiteiten november	34
Feestmenu	40
Abonnement dierentuin Amersfoort	41
Prijzen activiteiten de Koperhorst	42
Prijslijst maaltijden/verjaardag menu	43
Prijslijst café	43
Wilt u (meer) zorg ontvangen	44
Overzicht voorzieningen	45



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.



ECHTPAAR OVEREEM 40 JAAR GETROUWD

Op 26 oktober was het echtpaar Overeem 40 jaar getrouwd. Reden voor bestuurder Evelien van Dijk om het paar te feliciteren en een mooie bos bloemen te overhandigen.

Het echtpaar is 40 jaar geleden in Amersfoort getrouwd en heeft 35 jaar in Bunschoten gewoond. Inmiddels woont meneer in De Koperhorst, hij wilde graag terug naar Amersfoort.



Van de bestuurder

We kijken weer terug op een gezellige bonte avond. Een mooie traditie. Ik blijf het bijzonder vinden hoe medewerkers van De Koperhorst zich uitdossen en inspinnen om het de bewoners naar de zin te maken. Ook bij de voorbereidingen zag en hoorde ik al zoveel enthousiasme. Bewoners hebben weer enorm genoten van alle optredens.

We zijn ons aan het voorbereiden op allerlei activiteiten richting het einde van het jaar. Gezellige maanden, maar ook maanden die lastig kunnen zijn. Zo zei een bewoner tegen me: "ik zie op tegen de decembermaand". Dit jaar ben ik mijn man verloren. In november vinden de jaarlijkse herdenkingsbijeenkomsten plaats voor de naasten van de bewoners die overleden zijn. We delen het verdriet dat zo onlosmakelijk met het leven verbonden is.

In mijn bericht van oktober schreef ik al dat we bezig zijn met de toekomstplannen. We zijn dit najaar niet alleen bezig met plannen voor 2025, maar ook met een nieuw strategisch plan voor de komende vijf jaar: De Koperhorst op weg naar 2030. Naast de bijeenkomsten met onze medewerkers voeren we gesprekken met allerlei externe partijen waar we mee samenwerken. We halen mooie input op.

Het gaat om thema's als langer thuis wonen, leuk blijven werken, innovaties en samen- en zelfredzaam zijn. Grote thema's die we willen invullen op onze manier. Naast dat we meebewegen met wat er in de toekomst van ons gevraagd wordt, willen we koesteren wat zo kenmerkend is voor De Koperhorst: een warm huis dat leef- en werkplezier hoog in het vaandel heeft. We plannen een inloopbijeenkomst waarin we enkele voorbeelden uit de plannen presenteren.

Daar zijn onze bewoners, wijkbewoners, medewerkers en vrijwilligers van harte welkom. Inmiddels laat de herfst zich in al zijn kleuren zien. Ik wens u een goede novembermaand toe.

Hartelijke groet,
Evelien van Dijk



De Koperhorst en kwaliteit: KKS



In De Koperhorst hebben we het KKS ontwikkeld: het Koperhorst kwaliteitssysteem. Zo werken we steeds aan verbetering, houden we vast aan wat goed gaat en laten we u, elkaar en derden zien hoe we dat doen. *Ingewikkeld? Nee hoor!* De tien Koperhorst kwaliteitstegels brengen in beeld waar we voor gaan en elke dag aan werken. De tegels hangen bij de ingang, een kleurrijke boodschap aan iedereen die binnenloopt. Hoe onze diensten ervaren worden, hangt af van allerlei factoren en is zeer persoonlijk. Samen werken we aan een zo prettig mogelijke ervaring. Lukt dat een

keer niet, dan willen we daar graag met u over praten en de kans krijgen om het de volgende keer beter te doen.

Je kunt niet elke dag een zes gooien, ernaar streven kan wel.

Onze voornemens rondom kwaliteit beschrijven we ieder jaar in een kwaliteitsplan. Door het jaar heen evalueren we het plan en vragen we u hoe u onze dienstverlening ervaart. Aan het einde van het jaar blikken we terug in een kwaliteitsverslag. Dit is dan weer de basis van een nieuw kwaliteitsplan.

Tegeltijd: twee kwaliteitstegels toegelicht



Hier eet ik lekker, gezond en waar ik wil
Hier wordt mijn voedsel veilig gekocht, bewaard & met zorg bereid

Wat betekent dat eigenlijk?

Lekker eten, met liefde bereid. Onze koks koken dagelijks een smakelijke en gezonde maaltijd voor u. De keuken- en restaurantcollega's - zeg maar de witte en zwarte brigade - werken nauw samen om de maaltijd in een prettige sfeer te serveren. Eet u in uw appartement of samen met anderen in de

gezamenlijke huiskamer, dan wordt de maaltijd daar gebracht.

We zien graag dat de maaltijd iets is waar u naar uitkijkt en van nageniet. Een kok kan niet altijd naar alle monden koken: is het eten een keer niet lekker, laat het ons dan weten.

We weten wat u graag eet en drinkt, waar we u blij mee maken en waar u misschien hulp bij nodig heeft. We houden rekening met uw evt. dieetwensen en andere eetbehoeftes.

Zo doen we dat samen

Samen uit samen thuis

- De Koperhorst menucommissie bestaat uit cliëntenraadsleden en medewerkers uit de zorg, het restaurant en de keuken. Samen kijken zij naar een gevarieerd menu waar zoveel mogelijk mensen blij mee zijn.
- Als het weekend of de feestdagen voor de deur staan, bakken we graag koekjes, cake of een lekkere taart met u.
- We organiseren structureel een Sterrendiner. Een drukbezocht festijn waar liefhebbers van culinaire hoogstandjes hun hart op kunnen halen.



- Met kerst bereiden we een traditioneel kerstdiner voor u en bent u jarig dan kiest u wat u wilt eten.
- In onze winkel verkopen we o.a. brood van de bakker, allerhande broodbeleg en vers fruit. Mist u iets dan proberen we dit aan het assortiment toe te voegen.
- Onze infectiepreventie adviseurs en HACCP-aandachtvelders bewaken de hygiëne en de voedselveiligheid.
- Voor mensen die geen bestek kunnen gebruiken door bijvoorbeeld breinschade of krachtverlies in handen, denkt de keuken mee over een bordje lekker, aantrekkelijk ogend en handzaam eten.
- We denken graag met u mee over mondzorg. Want u geniet pas van lekker eten als uw mond gezond is. De tandartsen van Mondzorgplus komen, als u dat wilt, gewoon bij u thuis.



Hier ervaar ik mij geborgen.

Hier staan vertrouwde medewerkers mij en mijn naasten persoonlijk te woord.

Wat betekent dat eigenlijk?

U bent omringd door medewerkers en vrijwilligers bij wie u terecht kunt.

Zowel u als uw naasten weten de weg en zien bekende gezichten. Onze benadering is respectvol en oprecht en dit ervaren ook wij wederzijds. We horen graag van u of u het prettig vindt om bij uw voornaam

aangesproken te worden of liever met mevrouw of meneer, mag ook. Wij kennen u en u leert ons ook kennen.

We hebben ook een huisreglement, waarbij we verwachten dat deze door u en uw naasten wordt nageleefd.

Zo doen we dat samen

Samen uit samen thuis

- We staan voor uw privacy en een respectvolle bejegening. We hebben allemaal een geheimhoudingsverklaring ondertekend en sommigen van ons hebben ook een beroepsgeheim.
- We herkennen en voorkomen grensoverschrijdend gedrag, ontspoorde (mantel)zorg en mishandeling. Er is een cliëntenvertrouwenspersoon.
- We spannen ons in voor een goede, langdurige werkrelatie met medewerkers en vrijwilligers.
- We streven naar een evenwichtige teamsamenstelling en een mix van kwaliteiten en vaardigheden. Er is een flexpool van 'Koperhorst eigen' invalmedewerkers.
- In ons zorgcontinuïteitsplan hebben we beschreven hoe we reageren op en omgaan met een eventueel ernstig tekort aan medewerkers.



HIP spaaractie PRIJSUITREIKING

HIP is inmiddels een welbekend begrip binnen de Koperhorst. Het staat voor **H**ygiëne en **I**nfectie**p**reventie. Team HIP, die bestaat uit de infectiepreventie commissie en de HIPpers (hygiëne aandachtsvelders uit ieder team), maakt zich hard voor het hygiënisch werken binnen de hele organisatie, op alle fronten, op elk moment van de dag. Dit doen ze onder andere door leuke acties te organiseren, waaronder de HIP spaaractie!



Van maart tot en met september 2024 werden er door alle teams in de Koperhorst massaal blauwe muntjes gespaard. Door actief met hygiëne bezig te zijn, konden de teams muntjes verdienen waarmee zij hun HIPpe spaarpot konden vullen. De best scorende teams zijn in de prijzen gevallen.



Het **Verpleegkundig Team** ging er met de 1e prijs vandoor en zij mogen met het hele teamgaan genieten van een Sterrendiner.



Team Klein Koperhorst 4/5 sleepte de 3e prijs binnen en krijgt een compleet verzorgde borrel op de afdeling!



De 2e prijs ging naar **Team Nacht**. Zij ontvangen allemaal een leuk en lekker cadeau!

Tips van Erik,

Erik van Leijenhorst van in de buurt 033, is inmiddels een bekend gezicht in de Koperhorst. Elke donderdag zit hij in het hoekje bij de bibliotheek, en geeft hij juridisch advies.

Er zijn een paar zaken waar Erik u attent op wil maken. Zo kan het zijn dat u een brief van de belastingdienst ontvangt, dat u geen geld moet laten liggen. Kijk altijd kritisch naar uw aangifte.

Vanaf half november kunt u weer uw zorgverzekering aanpassen, of overstappen. Dit kan kostenbesparend zijn. Als u mantelzorger bent, heeft u recht op een mantelzorgpas.

Als u meer over dit soort zaken wilt weten kunt u altijd bij Eric terecht. Dit geldt ook voor wijkbewoners. Op donderdagochtend is Erik in de Koperhorst, maar u kunt hem ook bellen voor een afspraak



Erik van Leijenhorst
Sociaal Juridisch Dienstverlener
Indebuurt033 06-43706351



1 jaar 'Liefste wens'

Kom, kom, niet zo bescheiden!

Een jaar geleden startte wij, Vrienden van De Koperhorst, met de actie 'Liefste-wens-kaart'. Ouderdom komt voor elk mens vroeg of later met gebreken, maar met elkaar kunnen we het toch zo gezellig mogelijk maken. Vele van u zouden toch zo graag nog eens Ja? Meld het ons! Wees niet te bescheiden! In de hal bij de receptie staat een bak met wenskaarten, vul die in en stop deze in de 'Liefste-wens-bus' aldaar! Bericht ons uw wens en wij komen in actie!

In het afgelopen jaar zijn toch al veel mooie en ook leuke wensen van bewoners in vervulling gegaan. We hebben ervoor gekozen om jaarlijks voor één grote wens te kiezen en campagne te voeren. Voor 2023 was dat een prachtige, maar ook dure duofiets. Vele bewoners hebben daar al met veel plezier mee rondgetoerd. Meld u ook aan, wees niet te bescheiden!



Ook dit jaar is al een grote wens in vervulling gegaan, u zult het vast niet hebben gemist; een zeer welluidende professionele piano! Vooral het Koperhorstkoor onder leiding van Marjan de Jong was daar zeer blij mee. Voor 2025 zijn er ook mooie plannen!

Maar ook kleinere projecten maakt uw Stichting Vrienden van De Koperhorst mede dankzij uw steun financieel mogelijk. Zoals geschenken tijdens bingoavonden, toebehoren voor maandelijkse diners of een bustocht voor een door McDonald's aangeboden lunch voor 30 personen. Heel persoonlijk ook wensen als het nog een keer zwemmen in de Octopus in Leusden of het verzoek voor het organiseren van een dansavond.

Kom op, er zijn vast meer bewoners zoals u die een liefste wens hebben!
Pak die 'Liefste-wens-kaart', vul 'm in en post de kaart in de 'Liefste-wens-bus' in de hal!



Hartelijke groet,



Vrienden van de Koperhorst

Namens het bestuur,
Peter Lodewijks, voorzitter

Boksfitness met Maïke

Inmiddels alweer een jaar geeft bokscoach Maïke bokles in de Koperhorst. Elke drie weken op vrijdagmiddag geeft zij met veel enthousiasme deze les. Waarschijnlijk als u het woord boksen leest, zult u denken, dat is niets voor mij. Dat dacht ik ook, maar ik heb zelf inmiddels tweemaal meegedaan, en het is zo ontzettend leuk.

Maar eigenlijk dekt het woord boksen niet de lading. Het is eigenlijk een soort boks fitness. Zowel staand als vanuit de stoel begeleidt Maïke u met verschillende technieken en bewegingen om fit te blijven. Boksen is daarbij een onderdeel. Maïke verzorgt de spullen, en u kunt zo meedoen.

De eerste les is een proefles, en hoeft u niets te betalen. De lessen kosten voor de bewoners van de Koperhorst €5,00 per keer en voor gasten/wijkbewoners €7,50. Het is wel verstandig om u vooraf aan te melden bij de receptie.

De eerst volgende boksles is op vrijdag 15 november om 14:00 uur in de activiteitenruimte.

Team welzijn
Wilma



Waar laat ik mijn



Als Koperhorst willen we graag gastvrij zijn voor onze bewoners en bezoekers. Nu is het zo, dat de parkeerplaats aan de voorkant niet groot genoeg is. Helaas komt het regelmatig voor dat er geparkeerd wordt op plekken die daarvoor niet bestemd zijn.

Bijvoorbeeld, waar een nummerbord staat. Of op de stoeprand. En dan kan het gebeuren dat een ambulance er niet door kan... Wij willen iedereen vragen om hier rekening mee te houden.

→ Dus collega's en bezoekers: parkeer op de naastgelegen parkeerplaats, uiteraard ook daar op de niet-gereserveerde plekken.

Als iedereen dit doet, is er meer ruimte voor bezoekers en voor bijvoorbeeld hulpdiensten.

Bezoekers voor onze bewoners zijn vaak al op leeftijd of minder goed ter been. Fijn dat ze komen dus geef ze een parkeerplek voor de deur!

→ En wat nog beter en duurzamer is: kom zelf op de fiets of lopend!

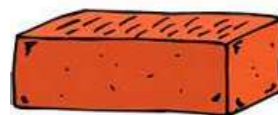
Jullie collega's van het Greenteam



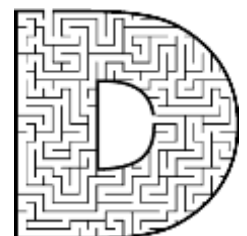
H=M



P=V



ST=G



Koffie schenken

In de praktijk is gebleken dat veel bewoners geen behoefte meer hebben aan koffie na de avondmaaltijd of er de voorkeur aan geven in hun eigen appartement koffie te drinken. Vandaar dat, mede in overleg met de Cliëntenraad, besloten is om per 1 november 2024 na de avondmaaltijd niet meer per tafel te vragen of iemand nog koffie wil.

Wel blijft er de mogelijkheid om na de avondmaaltijd een kopje koffie te drinken in het restaurant. U kunt dit zelf pakken.

Als u hier vragen over heeft of extra informatie wenst, aarzel dan niet om contact met ons op te nemen.

We danken u voor uw begrip en medewerking in deze aanpassing.

Uw tevredenheid blijft onze prioriteit.



Beste bewoners van de Koperhorst (en alle andere lezers van het Bijblijvertje)

Evenals vorige jaren heeft mijn dochter Inge van Amersfoortse Gidsen ook voor 2025 een mooie kalender ontworpen. Dit jaar wederom in kleur. Velen van U kennen deze enige echte Amersfoort-kalender al, maar voor wie hem nog niet kent, volgt hier een korte omschrijving.

Inge is al vele jaren stadsgids in Amersfoort en heeft in die jaren met haar bedrijf Amersfoortse Gidsen al duizenden mensen de mooiste plekjes van onze stad laten zien, aangevuld met de mooiste verhalen.



Naast dit werk is tekenen haar grote passie. Combineer deze beide vaardigheden en het idee om tekeningen en verhalen van al die mooie typische Amersfoortse plekjes in kalendervorm uit te brengen was geboren. De 2025 kalender wordt alweer de 8^e in deze serie. Daarnaast is er ook een verjaardagskalender leverbaar.



Naast de kalenders heeft Inge ook het spel Rondje Amersfoort gemaakt, een soort ganzenbordspel maar dan helemaal gebaseerd op de binnenstad van Amersfoort, een Keistad Memory-spel en vanaf nu ook weer leverbaar, het Keistad-kwartetspel.

Ook deze drie spellen het Keistad-kwartetspel bevatten mooie afbeeldingen en wetenswaardigheden over onze mooie stad.



En dan nog dit:

Sets met twee keer vier Amersfoortse kerstkaarten inclusief enveloppen. Het zijn dubbele kaarten, zodat er

binnenin voldoende ruimte is om uw persoonlijke boodschap op te schrijven.

Al deze producten zijn leuk om te hebben, maar zeker ook leuk om bijvoorbeeld met kerst aan iemand cadeau te geven. De artikelen zijn vanaf nu te bestellen bij Gerrit Vos – telefoonnummer: 06-18811837 U krijgt uw bestelling dan 1 of 2 dagen later bij u thuis afgeleverd. (Dit geldt alleen voor Amersfoort)

De prijzen zijn als volgt:

De Amersfoort kalender 2025 en de verjaardagskalender kosten:

€ 12,00 per stuk

Rondje Amersfoort, inclusief 2 dobbelstenen en 4 pionnen kost:

€ 8,50 per stuk

Set van 2x 4 Amersfoortse kerstkaarten inclusief enveloppen kost:

€ 7,50/set

Keistad Kwartetspel kost: € 10,00 per stuk

Keistad Memoryspel kost: € 6,95 per stuk

Groetjes Gerrit



Praat vandaag over morgen



www.amersfoort.nl/overmorgen

Stad met een hart



Praat vandaag over morgen

Het lijkt misschien nog ver weg, maar wie straks ook vol in het leven wil blijven staan, praat vandaag over morgen. Bijvoorbeeld over wat je nu voor elkaar kunt doen als er later zorg nodig is, of het huis waar je nu woont nog bij je past of hoe je fit blijft. Wat vind jij belangrijk voor later?

Wonen

De meeste mensen willen graag zo lang mogelijk zelfstandig thuis blijven wonen.

Misschien kan dit in je huidige woning, zijn daar aanpassingen nodig of misschien is er een ander type woning dat beter bij je past. Bijvoorbeeld op een plek waar je makkelijk andere mensen ontmoet. Of dichterbij de buurt van belangrijke voorzieningen. Denk nu vast na over hoe je later wilt wonen.

Zorg en ondersteuning

Goed ouder worden doe je samen. Ook na je pensioen is het belangrijk om een netwerk van mensen om je heen te hebben. Om leuke dingen te blijven doen en om een beroep op kunnen doen als dat nodig is. Om hulp vragen kan moeilijk zijn. Toch is het belangrijk om nu al te bespreken hoe je elkaar kunt helpen en te weten welke hulp beschikbaar is als er later zorg nodig is.

Fit blijven

Om gezond en fit ouder te worden hebben je lichaam en je hersenen uitdaging nodig. Bewegen, gezond eten en dingen doen die je leuk vindt en waar je je goed bij voelt helpen daar het beste bij. Dat hoeft niet moeilijk te zijn: juist met kleine dagelijkse gewoontes kun je al veel bereiken.

Gespreks- en informatiebijeenkomsten in de wijk

Kom naar een gespreks- en informatiebijeenkomst in de buurt. Daar is ruimte voor gesprek, het stellen van vragen en het uitwisselen van informatie. Meer weten? Ga naar www.amersfoort.nl/overmorgen voor meer informatie en de actuele gespreksagenda.



Wandelgroep

Na een jarenlange samenwerking met 's Heerenloo, is daar helaas een einde aan gekomen,

De cliënten van 's Heerenloo hadden op dinsdagochtend en donderdagmiddag een wandelgroep. Samen met de vrijwilligers Corrie en Andre had u de mogelijkheid om mee te gaan met de wandelgroep,

Maar er is goed nieuws, zowel Andre als Corrie gaan door met de wandelgroep. En inmiddels is daar ook Simon bijgekomen. En we zijn ook bezig om nog meer vrijwilligers te werven. Zodat er meer bewoners mee kunnen gaan met de wandelgroep.

Mocht u als bewoner graag mee willen met de wandelgroep dan kunt u zich aanmelden bij de receptie. We proberen zoveel mogelijk bewoners aan bod te laten komen, maar we zullen per week bekijken wie er mee kunnen. Als er een plek voor u is in de wandelgroep dat zult u van ons horen, wanneer u wordt opgehaald.

De wandelgroep is op dinsdag van **10:00 tot 11:00** uur.

En op donderdag van **14:00 tot 15:00** uur.



Wandelvrijwilligers Andre, Corrie en Simon

Uitje naar museum Flehite

Op 22 oktober zijn we met 9 bewoners uit de Zorgservice flat naar museum Flehite gegaan.

We hadden er allemaal zin in. Met de taxi werden we voor het museum gebracht.

Eenmaal daar hebben we een rondleiding gekregen over het thema die er nu is nl. "De stad en het water van Amersfoort"

Het was fascinerend en indrukwekkend om te zien. Na de rondleiding werden we verwend met een kop koffie en een plak cake. Die ging er wel in.

Met de taxi gingen we weer terug naar De Koperhorst, maar reden we nog eerst door het oude gedeelte van Amersfoort.

We hebben allemaal heerlijk genoten van dit uitje!



Gastvrijheid in de Koperhorst !

Houdt u van lekker eten en bent u 55+?
Op woensdag 27 november 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 : € 17,00 voor flatbewoners
€ 11,00 voor cliënten uit de zorg / VPT
€ 25,00 voor wijkbewoners, familieleden en gasten

Restaurant open: 16.30 uur
Begin maaltijd: 17.00 uur



MENU

Salade met wortel en pepesan, pittige makreel

Pindasoep met taugé en geroosterde pinda's

Ajam Betawi, kip in ketjapsaus, met pandanrijst,
Nancy's sambal en een frisse komkommersalade

Pandan cake met bananenijs en lychees

Koffie met bonbon



Reserveren voor het sterrendiner kan tot 24 oktober bij de receptie.

**Bewoners kunnen vanaf 1 oktober reserveren en
wijkbewoners vanaf 14 oktober.**

Annuleren kan tot 48 uur voor desbetreffende datum bij de receptie,
anders zullen de kosten in rekening gebracht worden.

Wilt u dan ook uw eventuele dieetwensen doorgeven?

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

Terugblik activiteiten

Maand Oktober

Wat hebben we genoten van het stroopwafelconcert. Inmiddels is dit een traditie te noemen. Dit jaar hebben we kunnen luisteren naar het Lunette Saxcophone Quartet. Een ware beleving voor het gehoor. En uiteraard met een verse stroopwafel erbij.

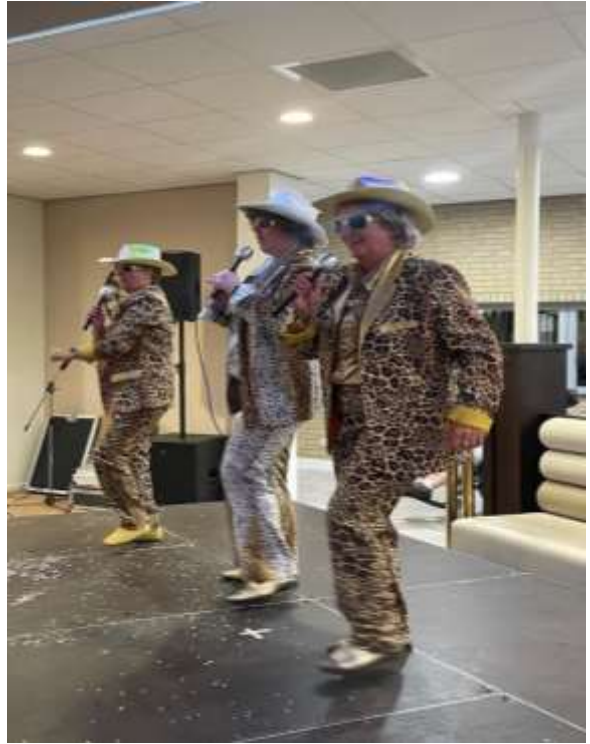
De foto's spreken voor zich.





Volgens jaarlijkse traditie vond de Bonte avond weer plaats. Een skala aan artiesten presenteerde zich op het podium. Er werden leuke, vrolijke en soms hilarische acts opgevoerd. Het was heel leuk om de medewerkers eens op een andere manier bezig te zien.





Vertrek van onze dierbare collega's

Bijna zes jaar geleden maakte nwe kennis met onze jonge collega's van 's Heerenloo. Deze collega's brachten een hoop vrolijkheid en aandacht voor onze bewoners met zich mee. Jarenang hebben we fijn met elkaar samengewerkt, en lief en leed met elkaar gedeeld. Helaas komt aan die samenwerking nu een einde. Maar niet voordat we met elkaar hebben genoten van een gezellige en lekkere lunch. De meeste collega's hebben inmiddels een nieuwe werkplek gevonden, en we wensen iedereen daar ook veel succes en werkplezier.

Dankjewel voor alles, we gaan jullie missen.



P E R S B E R I C H T

Wat als autorijden niet meer vanzelfsprekend is?

Kunt u niet meer zelf autorijden, maar wilt u toch af en toe bij vrienden koffiedrinken, gezellig uit eten of bij familie op bezoek, zonder daarvoor afhankelijk te zijn van anderen? Reis dan zelfstandig en ontspannen met het openbaar vervoer (OV). Bent u onzeker over het reizen met de trein of de bus en kunt u daarbij wel wat hulp gebruiken? Ga dan naar het gratis OV-inloopspreekuur op:

Datum: Donderdag 7 november 2024
Tijd: 14.00 – 15.30 uur
Locatie: De Koperhorst, Paladijnenweg 275, Amersfoort

Tijdens een inloopspreekuur kunt u uw persoonlijke vragen stellen aan OV-ambassadeurs. Zij kunnen u advies geven over bijvoorbeeld de aanschaf, het opladen of de werking van de OV-chipkaart. Over het in- en uitchecken bij verschillende vervoerders, de buurtbus en andere vervoersmogelijkheden in uw regio. U kunt vrijblijvend binnenlopen en de OV-ambassadeurs nemen rustig de tijd om uw vragen te beantwoorden.

“Ik heb problemen met mijn ogen en zal daardoor binnenkort niet meer kunnen autorijden. Daarom verdiep ik me nu alvast in het reizen met het openbaar vervoer. Dan kan ik toch zelfstandig naar vrienden, familie of gewoon een leuk uitstapje maken.” Peter (73 jaar).

Wilt u, net als Peter, zo lang mogelijk zelfstandig blijven reizen, maar bent u onzeker over reizen met het openbaar vervoer? Kom dan vrijblijvend langs tijdens het inloopspreekuur en laat u informeren. Kijk voor meer informatie op www.doemeemethetov.nl

Telefonische spreekuren

Wilt u liever telefonisch advies? Dat kan! U kunt dagelijks bellen met één van de OV-ambassadeurs tijdens het telefonisch spreekuur. Zij zitten voor u klaar om u telefonisch te helpen met uw vraagstuk. 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

Onze OV-ambassadeurs helpen u graag op weg!

Op het eerste gezicht

Met ons, senioren, is niets aan de hand
Wij zijn nog uitstekend van lijf en verstand
Al hebben we spijkers in de heupen en knieën
En krijgen we last van teveel calorieën
Van zenuwen, reuma, van spierpijn en juicht
We zijn nog fantastisch op het eerste gezicht.

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

De jeugdige liefde was mooi en apart
Nu dragen we pacemakers onder ons hart
We denken met weemoed aan vroegere jaren
De tijd dat we vurige minnaars waren
Nu voelen we scheuten in ieder gewricht
We zijn nog fantastisch op het eerste gezicht

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

De adem wordt korter, de kelen te droog
De pols iets te snel, de bloeddruk te hoog
De jaren gaan tellen, we willen niet zeuren
Ondanks de rampen die met ons gebeuren
We hebben teveel of te weinig gewicht
We zijn nog fantastisch op het eerste gezicht

Al geven de zintuigen kommer en kwel
Met gehoorapparaat en bril lukt het nog wel
Al brengt soms de ouderdom kleine verdrietjes
Spontaan zingen we nog steeds onze liedjes
En hopen dat je zegt na dit fraaie gedicht

Wij blijven fantastisch op het eerste gezicht





**De winnaar van de puzzel van de maand Oktober
is**

Mw. Hazewinkel



Hartelijk gefeliciteerd met uw prijs.

De oplossing van de puzzel van de maand Oktober was:

Een bont gezelschap op de Bonte avond

SINT MAARTEN

AANBELLEN
BEDELFEEST
FEEST
FOEKEPOT
HUIZEN
KINDEREN

LAMPION
LEKKERS
LICHTJES
LIEDJES
NAAMDAG
NOVEMBER

OPTOCHT
SINTMAARTEN
TASJES
VERKLEDEN
VOLKSFEEST
ZINGEN

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

Oplossing

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

woordzoekerfabriek.nl - maak je eigen woordzoeker

Inleveren voor 20 nov.

Naam:

App.nr.:



Vooruitblik feestdagen december vanuit team restaurant

Nog een paar weken en dan komt de decembermaand er al weer aan.

Een maand met feestdagen voor groot en klein.

Mede door de vele feestdagen is er in de decembermaand geen “Sterrendiner”.

Ter informatie vindt u hieronder alvast een beknopt overzicht zodat u uw eventuele plannen daarop kan aanpassen.

- **Donderdag 12 december:** Kerstmarkt voor personeel
alle reguliere activiteiten vervallen deze dag, tevens zal er geen lunch geserveerd worden deze dag, uiteraard kunt u 's avonds wel gebruik maken van de warme maaltijd.



- **Vrijdag 13 december:** Kerstmarkt (wijk)bewoners
alle reguliere activiteiten vervallen deze dag
Er zal geen reguliere lunch worden geserveerd ,
maar uiteraard zijn er genoeg lekkernijen te verkrijgen.



- **Zondag 24 december + maandag 1^e Kerstdag + dinsdag 2^e Kerstdag:**
I.v.m. met de voorbereidingen voor het kerstdiner, zullen er deze dagen geen lunches worden geserveerd.

- **Zowel 1^e als 2^e Kerstdag:**

zal er om 16:00 op beide Kerstdagen een heerlijk Kerstdiner worden geserveerd in het restaurant.

Per bewoner maximaal 4 gasten.

Het Kerstdiner is ook voor wijkbewoners, zij kunnen zich iets later inschrijven.

In de Bijblijver van december vindt u meer informatie hierover.



Oudejaarsbingo



Ook dit jaar gaan de ballen weer draaien op oudjaarsavond.

Van 19:30 tot 21:30 gaan we bingo spelen.

Als u wilt meedoen, vragen we u, om u aan te melden bij de receptie, voor 20 december.

Na 21:30 blijven we met degene die dat leuk vinden na borrelen om, om 0:00 uur gezamenlijk het nieuwe jaar in te luiden.

U kunt ervoor kiezen om de hele avond aanwezig te zijn, maar u kunt ook een gedeelte van de avond aanwezig zijn.

Wij vragen u, om het aanmeldstrookje in te vullen en in te leveren bij de receptie voor 20 december

Er zijn aan deze avond geen kosten verbonden, en de avond is alleen toegankelijk voor bewoners van de Koperhorst.



Naam:

(aankruisen wat van toepassing is)

- Ik kom alleen bij de bingo.
- Ik kom na de bingo, vanaf 22:00 uur.
- Ik kom de hele avond.

Vooruitblik Activiteiten

Nog bijkomend van de vrolijke bonte avond, kunt u deze maand gaan genieten van de muzieklanken van accordeonmuziek. Op donderdag 7 november treedt de accordeonvereniging op. Dat belooft weer een vrolijke avond te worden. De avond daarvoor, op de eerste woensdag van de maand is er altijd bingo. Zo ook deze maand.

Omdat er verschillende nieuwe bewoners hier zijn komen wonen, wil ik deze activiteit nog even onder de aandacht brengen. Voor € 3.10 kunt u een bingokaart kopen, met kans op leuke prijzen. Daarbij inbegrepen zijn de koffie en borrelhapjes. Als u een drankje wilt gebruiken is dat voor eigen rekening. En mocht u hulp nodig hebben, zijn er altijd vrijwilligers aanwezig om u te helpen. En misschien leuk om te weten, is dat de hoofdprijs elke maand een kadobon is voor het sterrendiner.

Team Welzijn Simone en Wilma



Vrijdag 1 november

10:00 uur: Koffie/thee drinken in de ontmoetingsruimte
14:30 uur: Café
15:30 uur: Tapasbar



Zaterdag 2 november

10:00 uur: Koffie/thee drinken in de ontmoetingsruimte
14:30 uur: Café
15:00 uur: Katholieke viering met diaken Frank Sieraal in het restaurant met aansluitend koffie/thee drinken



Zondag 3 november

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



Maandag 4 november

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



Dinsdag 5 november

10:00 uur: Koffie/thee drinken in de ontmoetingsruimte
Koperhorstkoor o.l.v. Marjan de Jong in het restaurant
10:30 uur: Bewegen op muziek voor Klein Koperhorst in de Koperwiek
14:30 uur: Varia in het restaurant: **spelletjes en nagels lakken**
Café
19:00 uur: Koffie/thee drinken voor flatbewoners in de hal



Woensdag 6 november

10:00 uur: Koffie/thee drinken in de ontmoetingsruimte
 Bloemenman in de hal
Sjoelen in de ontmoetingsruimte
14:00 uur: Handwerken in de AB ruimte
14:30 uur: Café
19:30 uur: Bingo in het restaurant



Donderdag 7 november



- 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**
Creatieve middag in het restaurant: **herfstkaart**
- 14:30 uur: Café
- 19:00 uur: Koffie/thee drinken voor flatbewoners in de ontmoetingsruimte
- 19:30 uur: Optreden in het restaurant: Accordeon vereniging**



Vrijdag 8 november

- 10:00 uur: Fit bij de koffie in de ontmoetingsruimte
Koffie/thee drinken in de ontmoetingsruimte
- 14:30 uur: Café
- 15:30 uur: Tapasbar



Zaterdag 9 november

- 10:00 uur: Koffie/thee drinken in de ontmoetingsruimte
- 14:30 uur: Café
- 15:00 uur: Protestantse viering, Avondmaal, met ds. Rein van der Zwan
in het restaurant met aansluitend koffie/thee drinken



Zondag 10 november

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



Maandag 11 november

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



Dinsdag 12 november

- 10:00 uur: Koffie/thee drinken in de ontmoetingsruimte
Koperhorstkoor o.l.v. Marjan de Jong in het restaurant
- 10:30 uur: Bewegen op muziek voor Klein Koperhorst in de Koperwiek
- 14:30 uur: Varia in het restaurant: **nagels lakken en spelletjes**
Café
- 19:00 uur: Koffie/thee drinken voor flatbewoners in de hal



Woensdag 13 november

- 10:00 uur: Koffie/thee drinken in de ontmoetingsruimte
Bloemenman in de hal
Sjoelen in de ontmoetingsruimte
- 14:00 uur: Handwerken in de AB ruimte
- 14:30 uur: Café



Donderdag 14 november



- 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: Creatieve middag in het restaurant: **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.
- 14:30 uur: Café
- 19:00 uur: Koffie/thee drinken voor flatbewoners in de ontmoetingsruimte



Vrijdag 15 november

- 10:00 uur: Koffie/thee drinken in de ontmoetingsruimte
- 11:00 uur: Schoolkinderen komen zingen in de ontmoetingsruimte**
- 14:30 uur: Café
- 15:30 uur: Tapasbar



Zaterdag 16 november

- 10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte
- 14:30 uur: Café
- 15:00 uur: Katholieke viering met zr. Giny Wierenga
in het restaurant met aansluitend koffie/thee drinken



Zondag 17 november

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



Maandag 18 november

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



Dinsdag 19 november

10:00 uur: Koffie/thee drinken in de ontmoetingsruimte
Koperhorstkoor o.l.v. Marjan de Jong in het restaurant
10:30 uur: **Verkoop in de hal: wereldwinkel**
Bewegen op muziek voor Klein Koperhorst in de Koperwiek
14:30 uur: Varia in het restaurant: **spelletjes en nagels lakken**
Café
19:00 uur: Koffie/thee drinken voor flatbewoners in de hal



Woensdag 20 november

10:00 uur: Koffie/thee drinken in de ontmoetingsruimte
Bloemenman in de hal
Sjoelen in de ontmoetingsruimte
14:00 uur: Handwerken in de AB ruimte
14:30 uur: Café



Donderdag 21 november



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: Café
19:00 uur: Koffie/thee drinken voor flatbewoners in het restaurant



Vrijdag 22 november

10:00 uur: **Verkoop in de hal: cadeau artikelen**
Fit bij de koffie in de ontmoetingsruimte
Koffie/thee drinken in de ontmoetingsruimte
14:30 uur: Café
15:30 uur: Tapasbar



Zaterdag 23 november

- 10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte
- 14:30 uur: Café
- 15:00 uur: Protestantse viering met dhr. K. Hoogendoorn in het restaurant met aansluitend koffie/thee drinken



Zondag 24 november

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



Maandag 25 november

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



Dinsdag 26 november

- 10:00 uur: Koffie/thee drinken in de ontmoetingsruimte
Koperhorstkoor o.l.v. Marjan de Jong in het restaurant
- 10:30 uur: Bewegen op muziek voor Klein Koperhorst in de Koperwiek
- 14:30 uur: Varia in het restaurant: **nagels lakken en spelletjes**
Café
- 19:00 uur: Koffie/thee drinken voor flatbewoners in de hal



Woensdag 27 november

- 10:00 uur: Koffie/thee drinken in de ontmoetingsruimte
Bloemenman in de hal
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 avondeten mogelijk in het restaurant ****



Donderdag 28 november

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

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

Verkoop in de hal: cadeautjes

13:30 uur: Klaverjasgroep in de AB ruimte

14:00 uur: Creatieve middag in het restaurant: **cadeaudoosje**

14:30 uur: **Kleuters en knakkers in de ontmoetingsruimte:**
Sinterklaas

Café

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



Vrijdag 29 november

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

14:00 uur: Verkoopmiddag in de hal: Harry Kerkhofs mode

14:30 uur: Café

15:30 uur: Tapasbar

Zaterdag 30 november

10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte

14:30 uur: Café



Abonnement dierentuin Amersfoort



De Koperhorst heeft een zorginstellingenabonnement van dierenpark Amersfoort.

U kunt hier gebruik van maken als u dat wilt, samen met een begeleider/introduc e.

Wat zijn de voorwaarden:

- Als cli nt van de Koperhorst betaalt u   8,50 per bezoek
- Uw begeleider heeft gratis entree, mits uw begeleider een medewerker of vrijwilliger is van de Koperhorst.
- Heeft u meer begeleiders bij u dan bewoners dan betalen zij de normale toegangsprijs van   24,50.
- 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. Reserveert u de pas bij de receptie om teleurstellingen te voorkomen.
- Het parkeren is bij een dierentuinbezoek in begrepen, je kan met maximaal 5 auto's per dierentuinbezoek parkeren.

Als u met uw familielid naar de dierentuin wilt:

- Als u met familie het dierenpark wilt bezoeken dan kan dat niet met het zorginstellingenabonnement.
- U betaalt dan  25,00 euro entree, en dan mag 1 familielid als begeleider gratis mee.
- Bent u met meer begeleiders dan bewoners dan betalen zij de normale toegangsprijs.
- Daarnaast biedt de dierentuin priv abonnementen met een begeleiderspas. Mocht u hiervoor interesse hebben, kunt u contact met de dierentuin opnemen.



Prijzen Koperhorst activiteiten 2024

- 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.
- Voor boksen, schilderen, klaverjassen, stoelyoga is er beperkt plek. Meer informatie hierover bij de activiteitenbegeleiding.

Activiteit:	Entree wijkbewoners	Entree cliënten:
Grote bingo (per kaart)	€ 6,10 (max.2 kaarten)	€ 3,10
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)	€3,15	gratis
Schilderen, incl. materiaalkosten	€4,75	€ 3,75
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
Wijkinloop op werkdagen van 10.00 – 16.00 uur	€ 13,05 voor warme maaltijd, twee activiteiten, koffie en thee.	n.v.t.
Boks je fit	€ 7,50	€5,00
Stoelyoga	€3,15	gratis

Prijswijzigingen voorbehouden lopende het jaar

PRIJSLIJST MAALTIJDEN 2024

Driegangen keuzemenu cliënten en wijkbewoners	:	€ 8,60
Driegangen menu op het appartement	:	€ 9,00
Hoofdgerecht	:	€ 6,60
Kop soep	:	€ 2,30
Toetje	:	€ 1,75
Verse maaltijd uit de diepvries	:	€ 7,35

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	:	€ 8,60
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	:	€ 24,95

STERRENDINER

Sterrendiner flatbewoners	:	€ 17,00
Sterrendiner wijk/familie/gasten	:	€ 25,00
Sterrendiner bewoners van de Koperhorst die dagelijks een warme maaltijd krijgen geldt, bij afzegging reguliere warme maaltijd.	:	€ 11,00

PRIJSLIJST CAFÉ 2024

Frisdranken	:	€ 1,20
Vruchtensappen	:	€ 1,55
Sinaasappelsap vers	:	€ 1,85
Advocaat met slagroom	:	€ 2,30
Bier	:	€ 1,90
Wijn	:	€ 2,50
Gedistilleerd	:	€ 3,55
Melk, chocolademelk, karnemelk	:	€ 1,75

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	:	€ 44,55 per dagdeel
*	Bewegingsmelder	:	€ 27,25 per maand
*	Huishoudelijke zorg	:	€ 31,90 per uur
*	Rolstoel huur	:	€ 2,35 per dag
*	Rolstoel, maximaal 1 week	:	€ 14,50 per week
*	Hals/polsalarm per maand	:	€ 10,95 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.
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.
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: 06-40878060 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.

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 09.00-
12.00 uur, woensdag van 13.00-17.00 uur
en donderdag van 09.00-17.00 uur
aanwezig. Te bereiken via:

L.vanzanten@koperhorst.nl of
fysio@koperhorst.nl

Denise is op woensdag van 09.00-17.00 uur
aanwezig. Te bereiken op

d.buitink@koperhorst.nl

Ruchita Kulkami is op dinsdag van 12.45-
18.00 uur aanwezig. Te bereiken op

ruchita.kulkami@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.

Ergotherapeut

Manon Mandersloot. Zij is aanwezig op
donderdagmiddag en op aanvraag.

Te bereiken via:

m.mandersloot@koperhorst.nl of
ergotherapie@koperhorst.nl

Mirjam Gijsen. Aanwezig op aanvraag.

Te bereiken via: m.gijsen@koperhorst.nl
of ergotherapie@koperhorst.nl

Huisartsenpraktijken

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

Huiskamerbibliotheek	<p>die wonen in de Koperhorst Elke maandag, woensdag en vrijdag van 10.00 – 11.30 uur Abonnement aanvragen via vrijwilligers van de huiskamerbibliotheek -In de hal bij de leestafel-</p>
Inloop voor administratieve vragen	<p>Elke donderdag van 10.00 – 11.00 uur In de ontmoetingsruimte</p>
Kapsalon Silvester (dames- en heren kapper)	<p>Dinsdag en donderdag van 8.30 uur tot 17.00 uur. Gaarne een afspraak maken via de receptie - kapsalon, parterre – pinnen of contant –</p>
Kerkdiensten	<p>1^e Zaterdag van de maand een katholieke viering, om 15.00 uur. 2^e Zaterdag van de maand een protestantse kerkdienst om 15.00 uur. 3^e Zaterdag van de maand een katholieke viering om 15.00 uur. 4^e Zaterdag van de maand een protestantse kerkdienst om 15.00 uur.</p> <p>- in het restaurant-</p>
Keuken	<p>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.</p>
Massage therapeut (Inge Waardenburg)	<p>Dinsdag en donderdag aanwezig. Afspraak maken kan via 06-23044199 of, via info@reflexplus.nl</p>
MondZorgPlus Tandartspraktijk	<p>Zalmweg 1-B 4941 VX Raamsdonksveer Telefoon: 088 – 93 66 300 E-mail: info@mondzorgplus.nl</p>

**Orthopedische
schoentechniek**

Aanwezig op afspraak
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 -

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–13:30 uur
van harte welkom in het restaurant voor een
lunch. Voor een warme maaltijd bent u van
harte welkom vanaf 17:00 uur-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

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

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:
10:00-16:00 uur.
- parterre -

Wijkmobiel

Maandag t/m vrijdag tussen 9.00 tot 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: 06-40831647.

- 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 17.00 – 21.30 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.

<p>Redactie van het Bijblijvertje Renske Versteeg en Ingrid Hartsuiker U kunt kopij sturen naar info@koperhorst.nl of afgeven bij de receptie. Uiterste inleverdatum kopij: 26 december 2024</p>
