



de koperhorst

Het Bijblijvertje



Maart 2025

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

BIJBLIJVERTJE

VIJFTIGSTE JAARGANG NUMMER 3

UITGAVE MAART 2025

INHOUD:

Wat te doen bij brand	4
Van de bestuurder	5
Samenvatting Cliëntenraad	7
Uitnodiging Themaweek Zorg	9
Berichtje van Renske	10
Tulpen	11
3 Ringenconcert / Zomertijd	12
Flat special	13
Wandelgroep	15
Uitstapje bollenvelden	16
Tips van Erik	17
OV spreekuur	18
Winnaar puzzel	19
Puzzeltijd	20
Terugblik Carnaval	21
Vooruitzicht activiteiten maart	24
Activiteiten maart	25
Feestmenu	31
Abonnement dierentuin Amersfoort	32
Prijzen activiteiten de Koperhorst	33
Prijslijst maaltijden/verjaardag menu	34
Prijslijst café	34
Wilt u (meer) zorg ontvangen	35
Overzicht voorzieningen	36



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

De lente komt eraan. Na een kwakkelende winter met gelukkig nog een aantal koude dagen met een zonnetje verlangt menigeen naar de lente. De vogels die fluiten, de ontluikende bloemen uit de bollen, de dagen die langer worden.

Vier jaar geleden nam ik 'het stokje' over als bestuurder van De Koperhorst. In deze jaren hebben we de goede tradities behouden, maar daarnaast ook vernieuwingen doorgevoerd. Het is mooi om te zien hoe het nieuwe hand in hand gaat met wat we willen koesteren.

Pas geleden tijdens de lunch sprak ik een buurtbewoner die altijd deelneemt aan de sterrendiners, een mooie traditie. Hij genoot die middag van een versgemaakte salade uit onze keuken. Sinds bewoners 's avonds warm eten, staan er voor de lunch dagelijks een salade en een speciaal broodje op de kaart (naast de vertrouwde tosti, het broodje gezond en het broodje kroket). Regelmatig is het een gezellige drukte van bewoners, collega's en bezoekers die van hun lunch genieten in ons restaurant. We hopen van harte dat steeds meer bewoners uit de buurt de weg naar De Koperhorst weten te vinden.

Een andere Koperhorst traditie is de vaarvakantie. 24 Maart zwaaien we een bus vol (buurt)bewoners, naasten, collega's en vrijwilligers uit. Een bijzondere vakantieweek waar velen zich op verheugen. Ook dit jaar gaan er bewoners mee voor wie het de eerste vaarvakantie is. Naast de vele collega's die meegaan, is er een groep vrijwilligers die zich inzet om deze week onvergetelijk te maken. Ook ik verheug me op mijn bezoek die week; op naar het schip Prins Willem-Alexander.

En als we het over vernieuwing hebben... in februari zijn we overgegaan naar een nieuwe ICT-omgeving. Het is echt wennen voor ons allemaal. Alle medewerkers van De Koperhorst hebben een nieuwe manier van werken aan te leren. We helpen elkaar om het systeem zo snel mogelijk onder de knie te krijgen. Ook bij een korte stroomstoring in de wijk merkte ik hoe fijn is om samen aan oplossingen te werken.

We blijven in beweging om ons voor te bereiden op de toekomst. Daarvoor heb ik de inspiratiedag Zorgzame Gemeenschappen bijgewoond die het Zilveren Kruis Zorgkantoor had georganiseerd. De kijk op de toekomst van de zorg is dat de zorg meer van ons allemaal wordt.

Van iedereen die het kan, wordt een bijdrage verwacht. We gaan hier samen mee aan de slag. Dat is één van de onderwerpen die wordt uitgewerkt in ons nieuw strategisch beleidsplan 2025-2030.

Ik wens u allen een heel mooi voorjaar toe. Dat we maar lekker naar buiten kunnen en in beweging kunnen zijn.

Een warme groet,

Evelien van Dijk



HOOFDPUNTEN UIT HET OVERLEG TUSSEN CLIËNTENRAAD EN BESTUURDER D.D. 10-02-2025

Evaluatie oudjaarsavond

De oudjaarsavond 2024 is als zeer gezellig en bijzonder ervaren, echt een moment van samenzijn. Een groot compliment aan bewoners, maar ook aan vrijwilligers en medewerkers die bereid waren om langer te blijven of een andere dienst te draaien en een extra woord van dank aan Wilma Pol voor de organisatie.

Legenda

De legenda met namen van ruimtes, functies en gebouwen wordt aangepast. De namen van de flats worden De Eem (flat links van de hoofdingang, De Vallei (flat het dichtsbij het Valleikanaal) en De Holker (flat evenwijdig aan de Holkerweg met Klein Koperhorst en wonen met zorg). Ook zullen alle blauwe bordjes met 'straatnamen' weggehaald worden.

PREM wijkverpleging 2024

Er waren weinig respondenten (36% respons). De opmerkingen over alarmeringen (snelheid van de opvolging) en medewerkers/invalkrachten (veel wisseling) komen nagenoeg altijd terug. De verwachtingen hieromtrent moeten worden bijgesteld, zeker voor bewoners met een indicatie voor wijkverpleegkundige zorg; de Cliëntenraad begrijpt dit volkomen.

Daarnaast vinden de leden dat De Koperhorst een lot uit de loterij is om te wonen.

Vaarvakantie

De aanmeldingen voor de vaarvakantie eind maart zijn voorspoedig verlopen. Er zijn zelfs meer aanmeldingen dan plekken. Dat betekent dat helaas niet iedereen die zich heeft aangemeld, mee kan.

Best social award Thijmen

Op 6 februari heeft gastheer Thijmen Schoorl de best social award gewonnen voor de positive impact. Uiteraard leveren alle andere medewerkers ook goed werk, men doet dit met elkaar, maar Thijmen laat ons werk zien op social media.

Kwaliteitsbeeld

Vanaf 2025 werkt De Koperhorst net als alle VVT organisaties met het generieke Kwaliteitskompas.

Er wordt hard gewerkt aan het kwaliteitsbeeld, waarin getoond wordt hoe De Koperhorst werkt aan kwaliteit van het bestaan en hoe hierop gereflecteerd wordt. Het kwaliteitsbeeld vervangt het kwaliteitsverslag en wordt eind maart gepubliceerd.

Monitoring jaarplannen 2024

De monitoring wordt ter kennisgeving aangenomen.

Kwaliteitstegel

Het alternatief voor de kwaliteitstegel 'hier heb ik zinvolle bezigheden' wordt 'hier doe ik waar ik zin in heb'.

Uitnodiging Zilveren Kruis Zorgkantoor

De Cliëntenraad neemt niet deel aan een digitale bijeenkomst over toekomstbestendige ouderenzorg. Dat er grote veranderingen op ons afkomen, wordt gezien en dat daar lichte zorg over is ook.

Enquête maaltijden

In nauw overleg met de menucommissie wordt de enquête verzonden. Verwacht wordt dat half maart de resultaten hiervan binnen zullen zijn.

Rondvraag

Honden

Er is wederom geconstateerd dat sommige hondenbezitters zich niet aan de regels houden. Als iemand structureel de regels overtreedt, wordt hij/zij hier formeel op aangesproken. Besloten wordt om op individueel niveau (niet collectief) en na herhaaldijk waarschuwen, een hondeneigenaar met hond de toegang tot het restaurant te ontzeggen.

Parkeren

Geconstateerd is dat er soms auto's geparkeerd worden op de parkeerplaatsen van bewoners (waar een nummerbord bij staat). In verband met wegwaai gevaar wordt besloten het plaatsen van een pion voor de eigen parkeerplaats niet toe te staan.

Volgende vergaderingen

24-03-2025 vervalt

31-03-2025 start om 09.30 uur zonder bestuurder en vanaf 10.00 uur sluit bestuurder aan in vergaderruimte 1

Themaweek PDL en Complementaire Zorg

Omdat elke bewoner verdient te krijgen wat hij of zij nodig heeft!

17 T/M 21 MAART 2025

*Kom je ook een kijkje nemen
bij de kraam in de hal?*

Er is van alles te zien, te horen en uit te proberen rond pdl (passiviteiten dagelijks leven) en complementaire zorg.



Doelgroep:

Medewerkers, bewoners en mantelzorgers.



Elke dag tussen 10.00 tot 11.00 uur en tussen 13.30 uur en 14.30 uur zijn er demo's hoe je pdl en/of complementaire zorg kunt inzetten.

Daarnaast is de hele week op een tv-scherm te zien hoe pdl en complementaire zorg toegepast kunnen worden en liggen er flyers en folders met informatie.

Tenslotte:

Wil je meer weten over de achtergrond van pdl? Kom dan naar de klinische les door Joke en Ellis op woensdag 19 maart van 11.00 tot 12.00 uur in Vergaderruimte 1.

Lieve bewoners en lezers,

Misschien heeft u gemerkt dat ik sinds mijn vakantie eind mei vorig jaar niet meer achter de receptie heb gewerkt. Op het eiland La Palma ben ik geopereerd aan mijn blindendarm. Er bleek een tumor op te zitten, inmiddels ben ik 4 operaties verder en helaas is de kanker weer terug gekomen.

Na ruim 32 jaar kom ik niet meer terug op mijn vertrouwde plekje achter de balie. Wat heb ik een mooie tijd gehad en veel beleefd en veranderingen meegemaakt. Vele bootreizen ging ik mee, de wensboomcommissie waar ik in zat en waar we met een team de mooiste wensen mochten vervullen van bewoners, de Bijblijver die ik al heeeeeeel lang maak. Vroeger was het bladzijdes kopiëren, stapels maken en rapen en dan een nietje er doorheen slaan. Nu maakt de techniek dat wat makkelijker.

Ik wil jullie heel hartelijk bedanken voor het vertrouwen wat jullie in mij hebben gehad achter de balie, jullie praatjes en problemen die jullie bij mij neerlegden.

Hopelijk heb ik iets kunnen betekenen voor jullie. Met trots heb ik gewerkt in de Koperhorst, samen met vele collega's. Het is een fijn (t)huis om er te werken en te wonen.

Ik heb mijn werk altijd met heel veel plezier gedaan en wens jullie alle goeds.

Een warme groet Renske Versteeg



Tulpen in vrolijke kleuren

Ik ben Ben van Noordenburg en ben 88 jaar oud. Ik heb samen met mijn vrouw 2 jaar mogen genieten van de activiteiten van De Koperwiek waar we altijd hartelijk werden ontvangen. Mijn vrouw en ik wonen nu met veel plezier in De Koperhorst.

Ik ben gek op bloemen en planten en ben in november (samen met mijn schoondochter) begonnen met het kweken van tulpenbollen. Ik heb er een aantal (30 stuks) binnen staan in twee verschillende kleuren (geel en rood) waar iedereen enorm van geniet. Een klein stukje Keukenhof in De Koperhorst. Alleen dan zonder entree.



Lionsclub Amersfoort organiseert.....



Het jaarlijkse drie ringen concert.
Wees erbij en geniet van een muzikale middag.
Dit jaar zal dit plaatsvinden op **zondag 13 april om 15:00 uur** in de Eenhoorn.

Het vervoer wordt voor u geregeld maar, helaas is dit niet toegankelijk als u afhankelijk bent van een rolstoel. Het vervoer gebeurt met eigen auto's, vandaar. Een rollator kan wel worden meegenomen.
Ook zal er geen verzorging meegaan, maar er zijn vanuit de Lionsclub genoeg vrijwilligers om u te helpen en ondersteunen.

Als u mee wilt naar deze muzikale middag vragen wij u om zich voor 5 maart aan te melden bij de receptie.

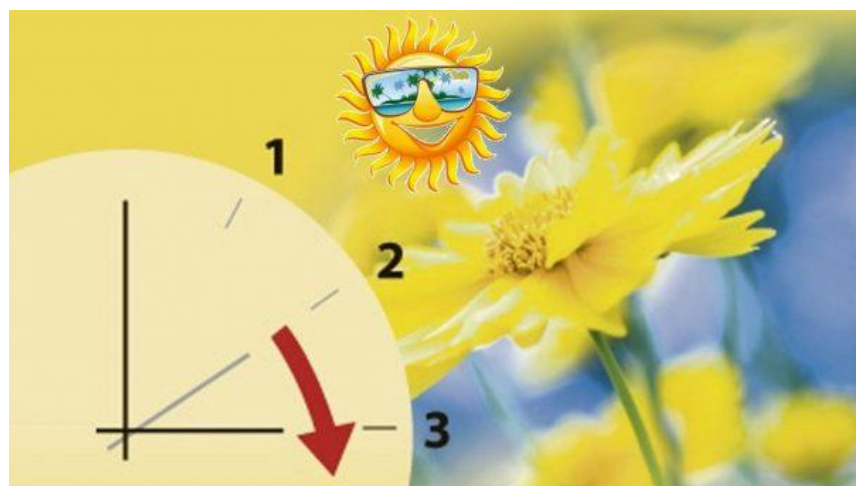
Als er nog vragen zijn, kunt u dit altijd aan ons vragen.

Team Welzijn Wilma en Simone



ZOMERTIJD * ZOMERTIJD ***ZOMERTIJD**

In de nacht van 29 op 30 maart 2025
gaat de klok een uur vooruit
Het is weer zomertijd !!



Flat special: naar Speelgoedmuseum

Op 4 februari was het zover. Verschillende bewoners hebben zich opgegeven om naar het speelgoed museum te gaan in Ter Schuur.

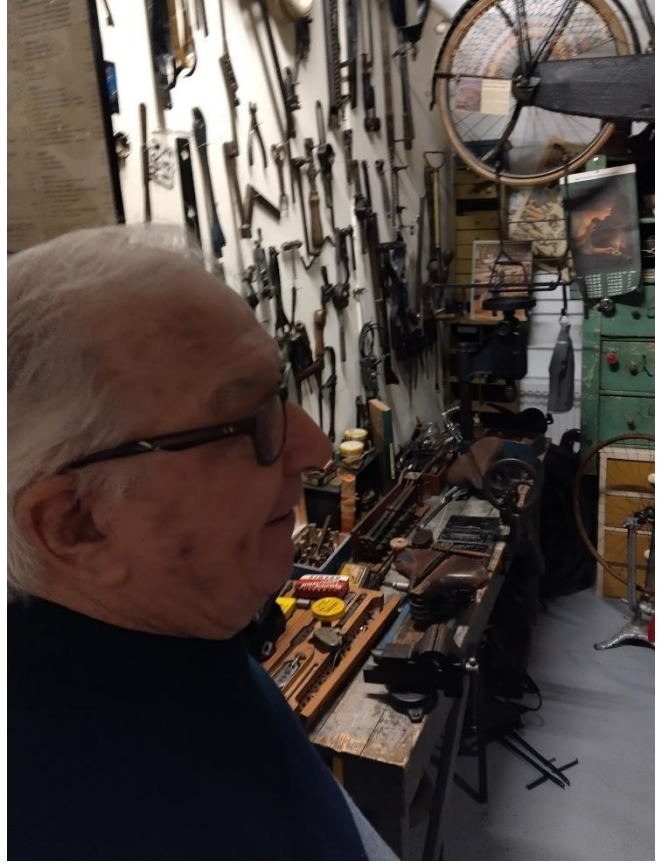
We hadden er allemaal veel zin in. Eenmaal daar begonnen we eerst met koffie en heerlijk appelgebak.

Het museum is groot en telt 3 verdiepingen. Wat kwamen er veel oude herinneringen boven.

Alles kwam zo bekend voor en had ieder zijn of haar verhaal. Zo leuk om te horen en kwam het kindsdeel ook weer even boven. Tussendoor nog een saucijzenbroodje genomen.

Na 3 uur alles te hebben bekeken en elkaars verhalen gehoord en verteld, gingen we voldaan weer naar huis.





Wandelgroep

Elke dinsdagochtend om 10.30 en donderdagmiddag om 13.30 uur gaan ze erop uit, onze vrijwilligers Andre, Simon en Corrie (op de foto) Vanaf januari is het team zelfs uitgebreid.

Op de donderdagmiddag zijn er genoeg bewoners die mee willen wandelen, maar op de dinsdagmorgen nog niet.

Zijn er bewoners die het leuk vinden om mee te gaan, dan kunt u zich aanmelden bij de receptie.

We hebben plaats van drie bewoners per keer, dus bij veel aanmeldingen wisselen we af.





Gaat u ook mee naar de bollenvelden? Maandag 28 april

10:30 Vertrek voor een mooie toeristische route.

12:15 Lunch in Castricum bestaande uit een pannenkoek naturel of met appel of spek of kaas met een drankje en ijs toe.

13:45 Vervolgens toeristische route langs de bollenvelden en via de boulevard in Egmond aan Zee.

16:45 Thuiskomst.

Er gaat verzorging mee, er is plaats voor vijf bewoners in een verblijfolstoel. Rollator of vervoersrolstoel kunnen altijd mee.

Aanmelden voor 30 maart bij de receptie, daarbij graag vermelden of u rolstoel afhankelijk bent.

Kosten **€55,00** inclusief bus, eten en verzorging. Te betalen per pin op de dag van vertrek. Bij afmelding zonder goede reden worden kosten in rekening gebracht.

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.

- Bent u mantelzorg of ontvangt u zorg van een mantelzorg? U kunt dan een Blijk van Waardering ontvangen (€ 125,-). Het is ook mogelijk om een mantelzorgpas aan te vragen ter waarde van € 150,-. Hiermee kunt u verschillende diensten afnemen, bijvoorbeeld een pedicurebehandeling, maaltijden en nog veel meer.
- [Blijk van Waardering Mantelzorg | Gemeente Amersfoort](#)
- [Mantelzorgpas Amersfoort](#)

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



PERSBERICHT



Ontdek hoe u kunt besparen op uw OV-reiskosten

Wist u dat veel OV-bedrijven speciaal voor ouderen verschillende kortingen en voordeelabonnementen bieden waarmee u voordeliger kunt reizen? Denk hierbij aan de leeftijdskorting, een Dal Voordeel abonnement of het Weekend Vrij abonnement. Daarnaast bieden regionale vervoersbedrijven hun eigen specifieke kortingen. Wilt u weten van welke kortingen u gebruik kunt maken? Ga dan naar het gratis OV-inloopspreekuur op:

Datum: donderdag 6 maart 2025
Tijd: 14.00 tot 15.30 uur
Locatie: De Koperhorst, Paladijnenweg 275, Amersfoort

Tijdens een OV-inloopspreekuur kunt u uw vragen stellen aan OV-ambassadeurs. Zij kunnen u meer vertellen over de verschillende kortingen en daarnaast ook over bijvoorbeeld de buurtbus en andere vervoersmogelijkheden in uw regio. Loop vrijblijvend binnen, de OV-ambassadeurs nemen rustig de tijd om uw vragen te beantwoorden.

Kees (72 jaar): "In deze dure tijden is het heel fijn dat ik goedkoper kan reizen met mijn Flex-abonnement. Daarmee blijft er nog geld over voor een lekker kopje koffie voor onderweg."

Wilt u, net als Kees, graag reizen met het openbaar vervoer én besparen op uw reiskosten? Kom dan vrijblijvend langs tijdens het inloopspreekuur en laat u informeren. Kijk voor meer informatie op www.doemeemethetov.nl

Telefonisch spreekuur

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

**De winnaar van de puzzel van de maand Februari
is
Mw. Hendriksen**



Hartelijk gefeliciteerd met uw prijs.

De oplossing van de puzzel van de maand Januari was:

Vlinders in je buik.

BLOEIEN
BLOESEM
GROEIEN
HYACINT
JAARGETIJD
JONGEN
KALFJES
KNOPPEN

KROKUSSEN
LAMMETJES
LENTEBLOEM
LENTEBRIES
MEI
NARCISSEN
NESTJES
SEIZOEN

TREKVOGELS
TULPEN
VOGELS
VOORJAAR
VRUCHTBAAR
ZAAIEN
ZONNIG

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

Oplossing

woordzoekerfabriek.nl - maak je eigen woordzoeker

Carnaval in de Koperhorst

Het carnavals weekend werd volgens jarenlange traditie geopend door Carnavalsvereniging de Keuters.

Mw Hak, mw. van Woudenberg en dhr. van den Hoven ontvingen met trots een onderscheiding. Het werd een vrolijke avond met veel muziek van dweilorkest, de Surfstampers. En omdat een foto meer zegt dan woorden, ziet u hieronder een overzicht van de avond in foto's. Met dank aan de Keuters die de foto's maakte en beschikbaar stelde.







Vooruitblik Activiteiten

Komende maand staat er weer wat leuks op de planning.
Op maandagmiddag 3 maart is er de voorstelling 'Tas ter Dans'.

Een echtpaar en hun tas vol herinneringen nemen u mee in hun dansante verhaal. Goede en slechte tijden passeren. Barstjes ontstaan, maar worden ook weer gelijmd.

Deze interactieve dansvoorstelling is een feest van herkenning.

OP woensdag 19 maart in de avond om 19:30 kan er uit volle borst worden meegzongen met Shanty koor, 'De Trossen los'. Dit belooft weer een gezellige en muzikale avond te worden.

Het is aan te raden om op tijd te komen.

Team Welzijn Simone en Wilma



Zaterdag 1 maart

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
in de ontmoetingsruimte

Zondag 2 maart

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



Maandag 3 maart

10:00 uur: Koffie/thee drinken in de ontmoetingsruimte
10:30 uur: Koersbal in het restaurant voor Klein Koperhorst
14:00 uur: Repaircafé in de ontmoetingsruimte
14:30 uur: **Tas ter Dans in het restaurant (interactieve
dansvoorstelling)**



Stoelyoga in de AB ruimte
Café



Dinsdag 4 maart

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 Koperwiek
14:30 uur: Varia in het restaurant: **spelletjes en nagels lakken**
Café
19:00 uur: Koffie/thee drinken in de hal voor flatbewoners



Woensdag 5 maart

10:00 uur: Koffie/thee drinken in de ontmoetingsruimte
Bloemenman in de hal
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 6 maart



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 inlooppreekuur in het restaurant

Creatieve middag in het restaurant: **zakdoekjes**

14:30 uur: Café

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



Vrijdag 7 maart

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

14:30 uur: Café

15:30 uur: Tapasbar



Zaterdag 8 maart

10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte

14:30 uur: Café

15:00 uur: Protestantse viering met ds. L. Kansen-Brasz
in het restaurant met aansluitend koffie/thee drinken
in de ontmoetingsruimte



Zondag 9 maart

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

14:30 uur: Café

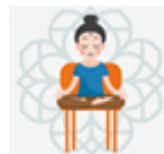


Maandag 10 maart

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 11 maart

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 Koperwiek

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 12 maart

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



Donderdag 13 maart



- 9:30 uur: Inloop voor administratieve vragen in de hal
Verkoop in de hal: honing



- 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 € 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.
Voor cliënten is deze activiteit, op de materiaalkosten na,

gratis

- 14:30 uur: Café
- 19:00 uur: Koffie/thee drinken voor flatbewoners in de ontmoetingsruimte

Vrijdag 14 maart

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



Zaterdag 15 maart

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



Zondag 16 maart

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



Maandag 17 maart

- 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



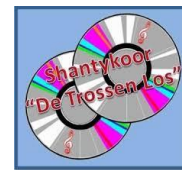
Dinsdag 18 maart

- 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 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 19 maart

- 10:00 uur: Koffie/thee drinken in de ontmoetingsruimte
Bloemenman in de hal
10:30 uur: Sjoelen in de ontmoetingsruimte
14:00 uur: Handwerken in de AB ruimte
14:30 uur: Café
19:30 uur: Optreden in het restaurant: shantylkoor Trossen los



Donderdag 20 maart



- 9:30 uur: Inloop voor administratieve vragen in de hal
10:00 uur: **Verkoop in de hal: H en A mode**
Koffie/thee drinken in de ontmoetingsruimte
13:30 uur: Klaverjasgroep in de AB ruimte
14:00 uur: Creatieve middag in het restaurant: **bloementuintje**
14:30 uur: Café
19:00 uur: Koffie/thee drinken voor flatbewoners
in de ontmoetingsruimte



Vrijdag 21 maart

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



Zaterdag 22 maart

10:00 uur: Koffie drinken in de ontmoetingsruimte

14:30 uur: Café

15:00 uur: Protestantse viering met. dhr. C. Hoogendoorn
in het restaurant met aansluitend
koffie/thee drinken in de ontmoetingsruimte



Zondag 23 maart

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

14:30 uur: Café



Maandag 24 maart

± 9.15 uur: Uitzwaaien vaarvakantiegangers

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 25 maart

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 Koperwiek

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 26 maart

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

10:30 uur: Sjoelen in de ontmoetingsruimte

14:00 uur: Handwerken in de AB ruimte

14:30 uur: Café



Donderdag 27 maart

- 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: **knutselkaart**
- 14:30 uur: Café
- 19:00 uur: Koffie/thee drinken voor flatbewoners in de ontmoetingsruimte



Vrijdag 28 maart

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

Thuiskomst vaarvakantiegangers



Zaterdag 29 maart

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



Zondag 30 maart

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



Maandag 31 maart

- 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



Jarig?



Wist u dat u als cliënt voor deze dag een heerlijk feestmenu kunt aanvragen? Aanvangstijd is tussen 17:00–17:30 uur.

U kunt dit aanvragen bij 1 van de personeelsleden van het restaurant.

Zij zullen dan samen met u het desbetreffende formulier invullen.

Aanvragen: minimaal 2 weken vóór de desbetreffende dag.

**** voor alle personen geldt: hetzelfde menu ****

Voorgerecht

Carpaccio
Meloen met ham
Salade met gerookte zalm
Heldere soep van de dag
Gebonden soep van de dag

Zetmeel

Gekookte aardappelen
Aardappelpuree
Gebakken aardappelen
Pommes Duchesse
Patat

Alternatief compleet gerecht

Nasi met kipsatéstokjes***
Bami met kipsatéstokjes***
*** geserveerd met satésaus.

Nagerecht

Roomijs met slagroom en vruchten
Wafel met vanille-ijs en warme kersen
Tiramisu
Vruchten cocktail

Vegetarisch

Gebakken brie
Gevulde portobello

Hoofdgerecht (vlees/vis)

Biefstuk
Varkenshaas
Sliptong
Kipfilet
Kroket

Groenten

Sperziebonen
Witlof met ham/kaas
Gemengde sla
Keuze uit groenten van de dag
Appelmoes

Sauzen

Jus / Mayonaise
Champignonsaus
Hollandaisesaus

Drinken

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

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

Cliënten uit de senioren- en zorg/serviceflats betalen € 9,55.

Uw eerste gast mag gratis van dit feestmenu genieten.

Vanaf uw tweede gast brengen wij een bedrag van € 26,50(per gast) in rekening.*

** onder voorbehoud van tussentijdse prijswijzigingen*

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 eabbonnementen met een begeleiderspas. Mocht u hiervoor interesse hebben, kunt u contact met de dierentuin opnemen.



Prijzen Koperhorst activiteiten 2025

- 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)	€ 6,40 (max.2 kaarten)	€ 3,25
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)	€3,30	gratis
Schilderen, incl. materiaalkosten	€ 5,00	€ 3,95
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	€13,70 voor warme maaltijd, twee activiteiten, koffie en thee.	n.v.t.
Boks je fit	€7,80	€5,25
Stoelyoga	€3,30	gratis

Prijswijzigingen voorbehouden lopende het jaar

PRIJSLIJST MAALTIJDEN 2025

Driegangen keuzemenu cliënten en wijkbewoners	:	€ 9,10
Driegangen menu op het appartement	:	€ 9,55
Hoofdgerecht	:	€ 7,00
Kop soep	:	€ 2,40
Toetje	:	€ 1,85
Verse maaltijd uit de diepvries	:	€ 7,80

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	:	€ 9,55
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	:	€ 26,50

STERRENDINER

Sterrendiner flatbewoners	:	€ 18,00
Sterrendiner wijk/familie/gasten	:	€ 26,50
Sterrendiner bewoners van de Koperhorst die dagelijks een warme maaltijd krijgen geldt, bij afzegging reguliere warme maaltijd.	:	€ 11,70

PRIJSLIJST CAFÉ 2025

Frisdranken	:	€ 1,25
Vruchtensappen	:	€ 1,65
Sinaasappelsap vers	:	€ 2,20
Advocaat met slagroom	:	€ 2,45
Bier	:	€ 2,00
Wijn	:	€ 2,75
Gedistilleerd	:	€ 3,75
Melk, chocolademelk, karnemelk	:	€ 1,90

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	:	€ 46,35 per dagdeel
*	Bewegingsmelder	:	€ 28,60 per maand
*	Huishoudelijke zorg	:	€ 33,20 per uur
*	Rolstoel huur	:	€ 2,50 per dag
*	Rolstoel, maximaal 1 week	:	€ 15,25 per week
*	Hals/polsalarm per maand	:	€ 11,50 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-
17.00 uur, woensdag van 13.00-17.00 uur
en donderdag van 09.00-12.00 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

Annelous van der Donck is op donderdag van
09.00-17.00 uur aanwezig. Te bereiken
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.

Ergotherapeut

Mirjam Gijsen. Zij is aanwezig op
woensdagmiddag op aanvraag.

Te bereiken op: ergotherapie@koperhorst.nl

Mirjam Gijsen. Aanwezig op aanvraag.

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

Kim maandag en donderdag ochtend
aanwezig tot 11.30 uur.

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
die wonen in de Koperhorst.

Huiskamerbibliotheek	Elke maandag, woensdag en vrijdag van 10.00 – 11.30 uur Abonnement aanvragen via vrijwilligers van de huiskamerbibliotheek -In de hal bij de leestafel-
Inloop voor Administratieve vragen	Elke donderdag van 09:30 – 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 uur tot 17.00 uur. Gaarne een afspraak maken via de receptie - kapsalon, parterre – pinnen of contant –
Kerkdiensten	1 ^e Zaterdag van de maand een katholieke viering, om 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. - 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 donderdag aanwezig. Afspraak maken kan via 06-23044199 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
schoentechiek**

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
bewoners**

Mevrouw Mosterd is de 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 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 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.

<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 maart 2025</p>
--