de koperhorst

Het Bijblijvertje



November 2026

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

BIJBLIJVERTJE

ENENVIJFTIGSTE JAARGANG NUMMER 11

UITGAVE NOVEMBER 2026

INHOUD:

Van de bestuurder	3
De Koperhorst 50 jaar	4
Awarenesskalender	9
Waardevol uitje	11
Week van de tevredenheid	12
Leuk tafereel	13
Fietsenstalling	14
Kleuters en Knakkers	15
Terugblik activiteit kinderen	16
Even voorstellen	17
Verkoop van kerstartikelen	17
Handwerkgroep	18
Winnaar puzzel	19
Puzzeltijd	20
Sterrendiner	21
Vaarvakantie	22
Opgaveformulieren vaarvakantie	23
Vooruitblik activiteiten november	26
Activiteiten november	27
Prijzen clubs De Koperhorst	33
Prijslijst maaltijden/verjaardag menu	35
Prijslijst café	35
Wilt u (meer) zorg ontvangen	36
Overzicht voorzieningen	37

Van de bestuurder

De wintertijd is begonnen. De kruidnoten die ik eind augustus al gekocht heb, mogen nu eindelijk op tafel. November staat voor de deur: tijd om de gezelligheid binnen op te zoeken en nog even na te genieten van onze feestelijke oktobermaand.

We kijken terug op een bijzondere oktobermaand vol jubileumfestiviteiten. Ik heb genoten van onze verjaardag en het voelde echt als onze verjaardag. Bewoners die hun mooiste kleding hebben aangetrokken, een speciaal door onze keuken gemaakt jubileumtaartje gemaakt met de ingrediënten van de bakwedstrijd Heel De Koperhorst bakt… En dan ons verjaardagscadeau: een eigen (rolstoel)bus. Wat een blijdschap toen de bus aan kwam rijden. Ik zag een zichtbaar ontroerde bewoner die zich enorm verheugt op uitjes. De aanschaf van de bus is mede mogelijk gemaakt dankzij vele donaties die we hebben ontvangen. De dag is goed gevierd met een optreden en heerlijk eten.

Dat plezier in samen iets beleven nemen we mee de novembermaand in. Buiten wordt het eerder donker maar binnen kunnen we blijven zorgen voor warmte en ontmoeting. Daar zijn niet altijd grote feestelijkheden voor nodig. Ook een kop koffie, een goed gesprek of even bij elkaar binnenlopen maakt een dag bijzonder.

Op 10 november is het Dag van de Mantelzorg. Daarom wil ik graag stilstaan bij alle naasten. Met een bezoekje, samen op pad gaan, iets regelen of gewoon luisteren betekenen zij veel. Dat lijkt soms vanzelfsprekend, maar dat is het niet. Dank daarvoor!

November is ook de maand waarin we de bewoners die ons ontvallen zijn gedenken. We staan stil bij wie zij voor ons waren en koesteren de mooie herinneringen die zij hebben achtergelaten.



Ik wens u een mooie novembermaand toe, met tijd voor elkaar en fijne ontmoetingen.

Hartelijke groet,

Evelien van Dijk
bestuurder

De Koperhorst 50 jaar

Woensdag 21 oktober 2026. De Koperhorst ziet Sarah. Wie had dat 50 jaar geleden kunnen bedenken. Bestuurder Evelien van Dijk opende de dag door iedereen welkom te heten en met elkaar het winnende gebak, van heel De Koperhorst bakt te gaan eten.







Vervolgens ging het gezelschap met elkaar naar buiten waar het cadeau werd binnengereden. Dankzij de gulle giften hadden we al veel opgehaald voor de gewenste bus, dus kon hij al worden aangeschaft.



Wat was iedereen blij toen deze het terrein op werd gereden. Vervolgens was er lunch voor iedereen. De medewerkers van de keuken en het restaurant hadden koste nog moeite gespaard.







In de middag werd er gefeest. Zanger Bennie Bakker zette de zaal op zijn kop voor de bewoners van Klein Koperhorst en Koperhorst Plus. Het was druk en erg gezellig.







Alsof het nog niet genoeg was, kon iedereen daarna genieten van een feestelijk diner. En in de avond trad Bennie nog een keer op voor de bewoners uit de flat. Alles bij elkaar was het een echte feestdag.

















1976 - 2026
50 JAAR
de koperhorst

AWARENESS KALENDER NOVEMBER

Deze maand staat medicatie centraal. Medicijnen kunnen veel betekenen,
maar het is goed om af en toe stil te staan bij wat u gebruikt en waarom.

Weet u eigenlijk nog waarvoor u alles gebruikt?
Zijn er medicijnen waar u vragen over heeft? Stel ze gerust.

En medewerkers: blijf ook kritisch kijken naar de medicatie die u verstrekt.
Samen zorgen we voor veilige en passende medicatie.

Hartelijke groet,

Liane Lemmers
Manager Zorg



November

2026

Waar een pil is... is een weg

Medicatie

Het lijk zo gewoon, dat ouderdom met gebreken komt en zo langzamerhand bestaat uw ontbijt naast de plak ontbijtkoek of het beschuitje uit meer dan vijf verschillende soorten pillen. Of krijgt u een zakje om te poepen in plaats van meer drinken en bewegen. Soms lijkt het alsof de voorschrijver er geld voor krijgt om het aan bijvoorbeeld u te slijten. Of denkt u in een helder moment: 'Hoelang slik ik dit al en waarvoor was het ook al weer?'

De geneeskunde kent fases van ontwikkelin, de pieken liggen in de 12e en 19e eeuw en zijn het vooral planten en kruiden die geleid hebben tot ook synthetische medicijnen. Het wilgenbastextract van Hippocrates is ons eerste koortsverlagende en pijnstillende middel geworden: aspirine. Naast het gegeven dat medicatie de systemen van ons lichaam (en geest) ondersteunt om weer op niveau te functioneren, is het ook goed om te weten dat diezelfde systemen de ongebruikte stofjes en de bijwerkingen uit die medicatie mogen verwerken. Sommige medicatie is tijdelijk en anderen voor altijd en wilt u dat dan?

Medicatieveiligheid is iets waar wij samen verantwoordelijk voor mogen zijn, met de voorschrijver en de apotheek. Toch begint het met een gesprek met u. Wat gebruikt u nu en is dat nog van toepassing, zijn er medicijnen met minder bijwerkingen? Slikt u iets wat eigenlijk niet meer nodig is... Het is goed om ten minste één keer per jaar 'de pillendoos even binnenstebuiten te keren'.



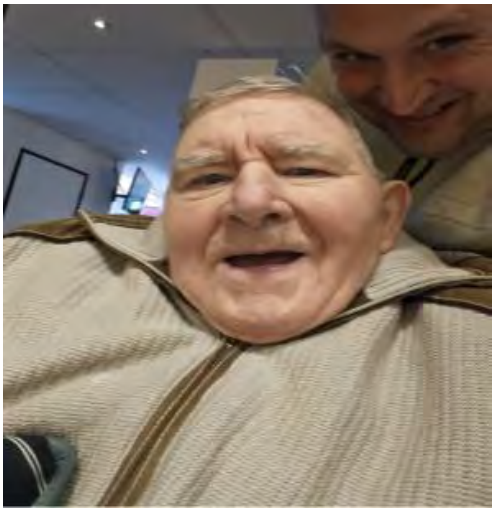
Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						

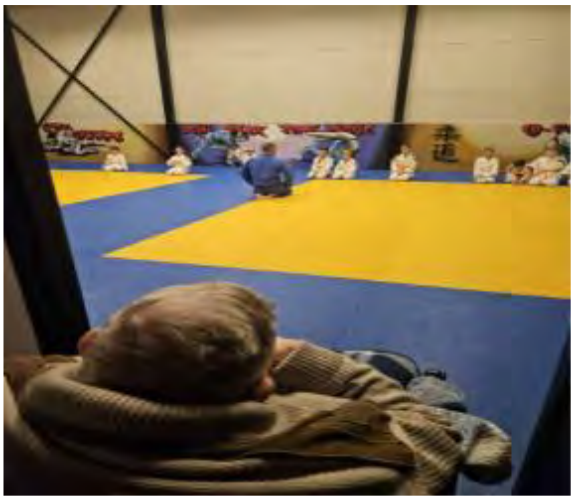
Een gezellig middagje judo met Peter

Maandagmiddag 26 oktober ben ik samen met Peter Jansen, bewoner van de serviceflat, op pad geweest naar zijn oude liefde: Judo!
We zijn naar de judoschool aan de Kosmonautstraat in Amersfoort gelopen. Peter zat in zijn rolstoel en ik mocht hem duwen. Onderweg hebben we samen gezellig liedjes gezongen en ontzettend veel plezier gehad.
Eenmaal aangekomen, kwam Peter een oude judovriend tegen, die tegenwoordig judoles geeft aan de jeugd. Wat was het leuk om elkaar weer te zien! Samen hebben we gekeken naar de judoles en Peter genoot zichtbaar van alles wat er gebeurde. Hij zat van oor tot oor te glunderen! Het was een prachtige middag vol mooie herinneringen, gezelligheid en plezier. Het was fijn om Peter weer even terug te brengen naar de sport waar hij zoveel mooie herinneringen aan heeft.

Een middag met een gouden randje!

Groet Nick





2 T/M 5 NOVEMBER 2026

Week van de tevredenheid

Hoe ervaart u het wonen, de zorg en de sfeer in De Koperhorst?

Tijdens de Week van de Tevredenheid gaan we hierover met elkaar in gesprek. Dat doen we in een gezellige sfeer, met koffie, thee en iets lekkers. We horen graag wat goed gaat en wat beter kan.

U heeft hiervoor een persoonlijke uitnodiging en een vragenlijst ontvangen. neemt u de ingevulde vragenlijst in een gesloten envelop mee?



Na afloop ontvangt u een leuk cadeautje.

Leuk tafereel

Eens in de maand is er voor de bewoners een borrelavond in het restaurant.
Een grote kring met hapjes, drankjes en natuurlijk muziek.
Lekker kletsen met elkaar, meezingen en deze keer werd er zelfs een dansje gemaakt.

Een collega zag dit leuke tafereel van de twee zusjes die volop aan het genieten waren tijdens deze dans.





Stichting Vrienden van De Koperhorst
+++**wordt ook een vriend**+++
Steun aanvullende wensen!
Bank: NL175NSB 0951 236 075

Opruimactie fietsenstalling – geef uw fiets een plek vóór 15 december!



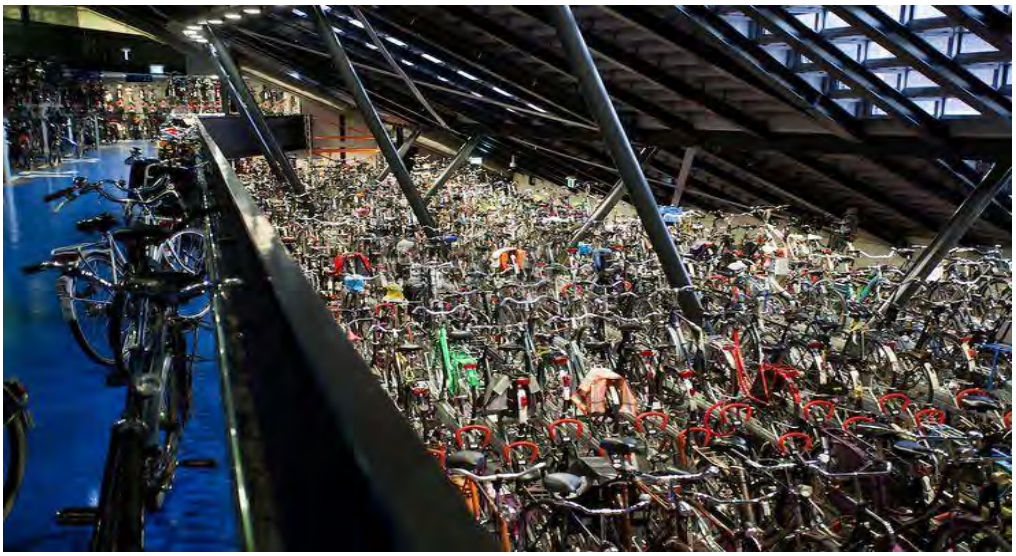
Beste bewoners en /of familieleden

We hebben gemerkt dat er in onze fietsenstalling van de bewoners veel oude en ongebruikte fietsen en scootmobielen staan. Om ruimte te creëren en de stalling netjes te houden, gaan we binnenkort alle fietsen en scootmobielen verwijderen die niet meer gebruikt worden.

Wat betekent dit voor u?
Heeft u een fiets of scootmobiel in de stalling die u wilt behouden? Zorg er dan voor dat deze duidelijk herkenbaar is en dat u deze vóór 15 december markeert. Na deze datum worden alle achtergebleven, niet-gebruikte of gemarkeerde fietsen en scootmobielen verwijderd.

Praktische tip:
Markeer uw fiets of scootmobiel eenvoudig door een stevig label of kaartje aan het stuur of frame te bevestigen met uw naam en huisnummer. Zo weten wij dat de fiets nog in gebruik is..

Bedankt voor uw medewerking! Samen houden we onze fietsenstalling overzichtelijk en netjes



Kleuters en knakkers

In het kader van de Kinderboekenweek kwamen de kleuters en de knakkers weer samen. Er werd voorgelezen uit een boek over muziek maken. Na afloop mochten de kinderen ook zelf muziek maken. Het was een gezellige middag.





Mooie samenwerking met Neos

Afgelopen maand zijn er drie kleine theatervoorstellingen geweest in samenwerking met NEOS. NEOS biedt cultuuronderwijs en zij boden professionele kunstenaars aan die leuke ochtenden verzorgde met steeds een andere thema. Zo was er een thema met licht, een dansvoorstelling en was er ook een ochtend met het thema post. Zowel ouderen als de kinderen die deze voorstelling bezochten schreven elkaar brieven en was er een leuke interactie tussen oud en jong.





NEOS
AL 5 JAAR CULTUURONDERWIJS

Even voorstellen

Ik ben Marjolein, 15 jaar en ik woon in Kattenbroek. Ik doe sinds februari de opleiding Verpleegkunde op MBO Amersfoort.

Ik ben nu al 3 weken op De Koperhorst te vinden, dus misschien heeft u mij al een keer gezien. Ik sta op Klein Koperhorst verdieping 2.3.

In het dagelijks leven ben ik veel bezig met mijn sport. Ik speel waterpolo op hoog niveau en besteed hier eigenlijk al mijn vrije tijd aan. Mocht u mij tegenkomen, ik heb altijd zin in een gezellige babbel.

Groetjes Marjolein



Hallo,

Ik ben Jannie en vrijdag 6 november sta ik in de hal met mijn kerstartikelen.

Heb er reuze zin in en verkoop mijn kerst artikelen voor kleine prijsjes.

U kunt bij mij gezellig komen snuffelen, om te kijken of er nog iets van u gading bij staat en bij mij kan u contant betalen of pinnen.

Ik ben er van 10.00 tot 16.00 uur en Maria komt mij gezellig helpen.



Misschien zien we elkaar dan op 6 november en dan genieten we samen
alvast van de kerstsfeer.

Tot dan.

Met vriendelijke kerstgroet
Jannie Huppertz



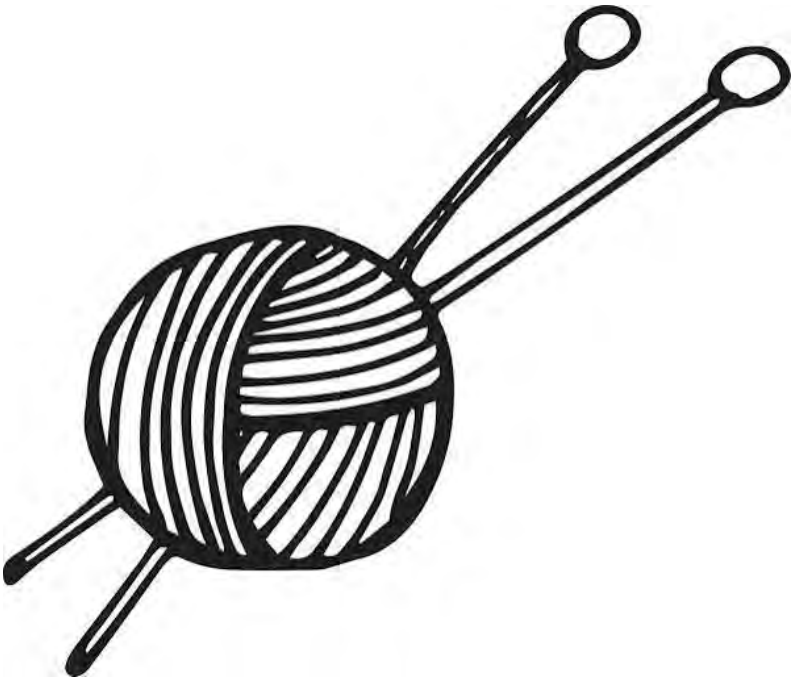
Handwerkgroep



Elke week komen een groep dames bij elkaar om samen te handwerken. Onder leiding van Thea en Luus worden er creatieve werken gemaakt.
Deze maand, op 3 november, staan de dames van de handwerkgroep in de hal met de mooiste werken, om deze te verkopen. Er wordt van alles gemaakt, van leuke knuffels voor een baby tot sjaals of pannenlappen.

Wees allemaal welkom. En het leuke is, de gehele opbrengst van deze verkoop gaat naar de actie voor De Koperhorstbus.





Winnaar puzzel maand september

En de winnaar is: Mw. Elsedoorn

Hartelijk gefeliciteerd met uw prijs.



De oplossing is:

Koperhorst viert vijftig jaren van herinneringen

November

BLAADJES
DONKER
GANS
HERFST
HOED
KACHEL
KOU
KOUD
LAARZEN
LAMPION
MIST
NAT
PADDENSTOEL
PARAPLU
PEPERNOOT
POMPOEN
REGEN
SCHEMER
SINTERKLAAS
SJAAL
SOMBERE
STORM
TRUI
WARME
WIND

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

puzzelplatform.nl » maak je eigen woordzoeker

Oplossing

Gastvrijheid in de Koperhorst!

Houdt u van lekker eten en bent u 55+?
Op woensdag 25 november 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*
€ 2*7,30 voor wijkbewoners, familieleden en gasten*

Restaurant open: 16:30 uur / begin maaltijd: 17:00 uur



MENU

* * *

Rundercarpaccio met Parmezaanse kaas, pijnboompitten en huisgemaakte pestomayonaise



* * *

Ouderwets lekkere tomatensoep



* * *

Varkenshaasmedaillons, roomsaus en aardappel-groententaartje

* * *



Citroentaartje met een mangosaus

* * *

Koffie of thee met bonbon



* * *

Bewoners én wijkbewoners kunnen vanaf 1 november reserveren en betalen.
Dit kan tot 19 november 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!

Vaarvakantie Prins Willem Alexander 2027

In maart 2027 gaat de 'Prins Willem Alexander' weer varen.
Net als elk jaar zullen wij ons uiterste best doen om u als vakantieganger een mooie vakantieweek te bieden.

Het schip vaart van maandag 15 maart tot en met vrijdag 19 maart 2027.

De vaarroute wordt op een later moment bekendgemaakt.

De Prins Willem Alexander is een hospitaalschip, wat inhoudt dat het schip van alle gemakken voorzien is, en dat u de zorg kan ontvangen die u thuis ook krijgt. Wij bieden u op verschillende manieren entertainment aan, van een bingo, tot een theateravond. Daarnaast wordt u de mogelijkheid geboden, om bij de aanlegplaatsen van boord te gaan.

Uw verblijf aan boord is op basis van vol pension (incl. drankjes). Alleen als u van boord gaat hebt u wellicht wat geld nodig om een consumptie te betalen of om een souvenir aan te schaffen.

Wilt u graag mee met de Prins Willem Alexander vaarvakantie 2027?
In dit Bijblijvertje vindt u de inschrijfformulieren met daarop de prijzen.
Na de deadline voor inschrijving (11 januari 2027) is bekend hoeveel personen mee willen varen en of daar genoeg plaats voor is. U wordt dan persoonlijk geïnformeerd of u mee kunt op onze vaarvakantie.

Wenst u meer informatie over de vaarvakantie?
Kom dan even langs bij Esther Hoogervorst



Inschrijving vaarvakantie van 15 maart tot en met 19 maart 2027.
Inleveren bij de receptie vóór 11 januari 2027.

Kosten vaarvakantie voor bewoners van Klein Koperhorst en **Koperhorst plus zijn € 695,**-. Dit is inclusief een reisverzekering

Dhr./Mw.:……

Appartement nummer:……

Geboortedatum…….

Geboorte plaats:……

Documentnummer uit uw geldig I.D. :…….

O ik ga akkoord met een automatische incasso

Handtekening:…….

Inschrijving vaarvakantie van 15 maart tot en met 19 maart 2027.
Inleveren bij de receptie vóór 11 januari 2027.

Kosten voor de bewoners van Flat De Vallei en Flat De Eem met **een VPT (Volledig Pakket Thuis) zijn € 695,**- en voor bewoners **zonder VPT € 750**,-. Dit is inclusief een reisverzekering.

Dhr./Mw.:……

Appartement nummer:……

Geboorte datum…….

Geboorte plaats:……

Documentnummer uit uw geldig I.D.:……..

O ik ga akkoord met een automatische incasso

Handtekening:…….

Inschrijving vaarvakantie van 15 maart tot en met 19 maart 2027.
Inleveren bij de receptie vóór 11 januari 2027.

Kosten vaarvakantie voor gasten en wijkbewoners zijn € 850,-
Dit is inclusief een reisverzekering.

Dhr./Mw.:…….

Voorletter:……

Geboorteplaats:……

Geboortedatum:…….

Adres:……..

Postcode:…….

Telefoonnummer:……

Rekeningnummer:…….

Documentnummer uit uw geldig I.D. :……

O Ik betaal op de dag van vertrek of de dag voor vertrek, met mijn pinpas of mijn Koperhorstpas.

Handtekening:…….

Vooruitblik activiteiten

Wij als team proberen zoveel mogelijk én diverse soorten activiteiten aan te bieden. Uiteraard lukt dat niet zonder alle vrijwilligers. Zo zijn we de laatste tijd begonnen met een café avond elke drie weken. Maar in overleg met de vrijwilligers hebben we besloten om deze avond niet meer structureel voort te zetten. Het zijn zeker leuke avonden geweest maar het botst soms ook met de koffiegroep die ook al jaren op donderdagavond in de hal plaatsvindt. We zullen zeker nog wel eens een borrelavond organiseren, maar niet meer structureel elke maand.

Inmiddels is de bus gearriveerd en we zullen dan ook diverse uitstapjes gaan aanbieden. Mocht u leuke ideeën hebben, dan horen wij dat graag.

Team Welzijn

1976 - 2026
50 JAAR
de koperhorst



Zondag 1 november



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

Maandag 2 november

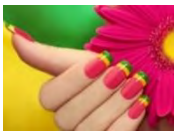


10:00 uur: Koffie/thee drinken in de ontmoetingsruimte
10:30 uur: Koersbal in het restaurant voor Klein Koperhorst
13:30 uur:Repaircafé in het restaurant
14:30 uur: Stoelyoga in de AB ruimte
Café

Dinsdag 3 november



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



Woensdag 4 november



9:30 uur: Bloemenman in de hal
10:00 uur: Koffie/thee drinken in de ontmoetingsruimte
10:30 uur: Sjoelen in de ontmoetingsruimte
14:00 uur: Handwerken in de AB ruimte
14:30 uur: Café
19:30 uur:Bingo in het restaurant



Donderdag 5 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
14:30 uur: Creatieve middag in het restaurant: sleutelhanger
Café
19:00 uur: Koffie/thee drinken voor flatbewoners in de hal



Vrijdag 6 november



10:00 uur: Verkoop in de hal: cadeauartikelen
Koffie/thee drinken in de ontmoetingsruimte
10:30 uur: Fit bij de koffie in de ontmoetingsruimte
13:30 uur: Karaoke middag in de ontmoetingsruimte
14:00 uur: Boksen in de AB ruimte (opgeven bij receptie)
14:30 uur: Café
15:15 uur: Tapasbar



Zaterdag 7 november



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 8 november



10:00 uur: Koffie/thee drinken in de ontmoetingsruimte
14:00 uur:Optreden in het restaurant: duo Dorico
14:30 uur: Café

Maandag 9 november



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

Dinsdag 10 november



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



Woensdag 11 november



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



Gedachtenisbijeenkomst m.m.v. Ds. Rein van der Zwan in het restaurant voor bewoners die overleden zijn tussen 31-10-2025 en 1-4-2026

Donderdag 12 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: Creatieve middag in het restaurant: pompoenkaart
Café
19:00 uur: Koffie/thee drinken voor flatbewoners in de hal



Vrijdag 13 november

10:00 uur: Koffie/thee drinken in de ontmoetingsruimte
10:30 uur: Bewegen op muziek voor Klein Koperhorst in de AB ruimte
14:00 uur: Qigong in de AB ruimte (opgeven bij de receptie)
14:30 uur: Optreden in de ontmoetingsruimte:
shantykoor Nijkerk
Café
15:15 uur: Tapasbar



Zaterdag 14 november

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 15 november

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

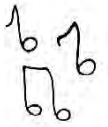


Maandag 16 november

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 17 november



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 18 november



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



Gedachtenisbijeenkomst m.m.v. Ds. Rein van der Zwan in het restaurant voor bewoners die overleden zijn tussen 1-4-2026 en 5-10-2026

Donderdag 19 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: Creatieve middag in het restaurant: bloemschikken



Wij vragen **€ 6,50** bijdrage voor de materiaalkosten.
moet zelf een bakje meenemen. Geen eigen bakje?
Voor € 0,50 hebben we een bakje of potje voor u.
Café
19:00 uur: Koffie/thee drinken voor flatbewoners in de hal



Vrijdag 20 november



10:00 uur: Verkoop in de hal: sieraden door mw. Spijker
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)
14:00 uur: Optreden in het restaurant: John ter Weijden
14:30 uur: Café
15:15 uur: Tapasbar



Zaterdag 21 november



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

Zondag 22 november



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

Maandag 23 november



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

Dinsdag 24 november 



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



Woensdag 25 november

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

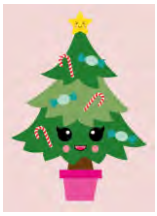
Donderdag 26 november



9:30 uur: Inloop voor administratieve vragen in de hal
10:00 uur: Verkoop in de hal: cadeau artikelen door Gerda Meinten
Koffie/thee drinken in de ontmoetingsruimte
13:30 uur: Klaverjasgroep in de AB ruimte
14:30 uur: Creatieve middag in het restaurant: klok + vogel met vetbol
Café
19:00 uur: Koffie/thee drinken voor flatbewoners in de hal



Vrijdag 27 november



10:00 uur: Verkoop in de hal: kerstkaarten
Koffie/thee drinken in de ontmoetingsruimte
10:30 uur: Bewegen op muziek voor Klein Koperhorst
in de AB ruimte
14:00 uur: Qigong in de AB ruimte (opgeven bij de receptie)
14:30 uur: Café
15:15 uur: Tapasbar
20:00 uur: Optreden in het restaurant:
zeemanskoor Eemvaarders



Zaterdag 28 november



10:00 uur: Koffie/thee drinken in de ontmoetingsruimte
10:30 uur: Protestantse viering met dhr. Frits van Santen
in het restaurant
14:30 uur: Café

Zondag 29 november



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

Maandag 30 november

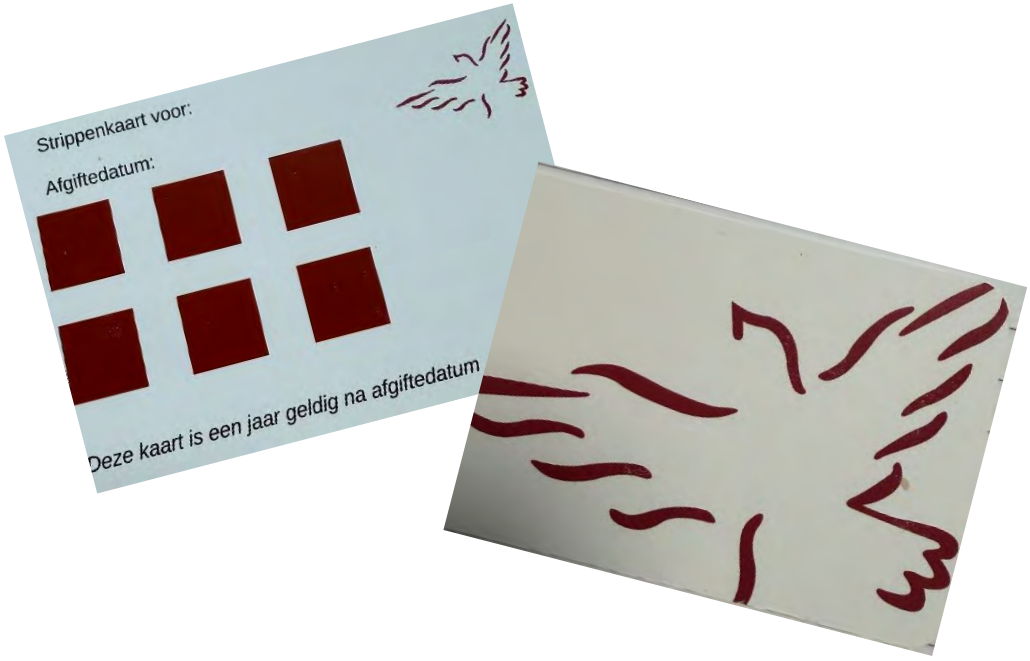


10:00 uur: Koffie/thee drinken in de ontmoetingsruimte
10:30 uur: Koersbal in het restaurant voor Klein Koperhorst
14:30 uur: Stoelyoga in de AB ruimte
Café



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 schema.
- Tenzij anders vermeld is koffie/thee bij de entreeprijzen 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.



Clubs:	Kosten wijkbewoners	Kosten bewoners:
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 *Per strippenkaart (6 lessen) 1 jaar geldig na afgifte*	€24,00 *Per strippenkaart (6 lessen) 1 jaar geldig na afgifte*
Variamiddag	gratis	gratis
Nagels lakken	€12,00 *Per strippenkaart (6 behandelingen) 1 jaar geldig na afgifte*	€6,00 *Per strippenkaart (6 behandelingen) 1 jaar geldig na afgifte*
Fit in het restaurant/tuin	gratis	gratis
Zingen met het Koperhorstkoor (onder leiding van Marjan)	€24,00 *Per strippenkaart (6 lessen) 1 jaar geldig na afgifte*	€12,00 *Per strippenkaart (6 lessen) 1 jaar geldig na afgifte*
Schilderen, incl. materiaalkosten	n.v.t.	€ 24,00 *Per strippenkaart (6 lessen) 1 jaar geldig na afgifte*
Koffieochtend	Gratis	Gratis
Kerkelijke vieringen	Gratis	Gratis
Middagcafé	gratis excl. dranken	gratis excl. dranken
Uitstapjes	variabel	variabel
Koersbal	gratis	Gratis
Klaverjassen	gratis	Gratis
Biljartclub	*€ 6,00* *Per strippenkaart (6 keer) 1 jaar geldig na afgifte*	€6,00 *Per strippenkaart (6 lessen) 1 jaar geldig na afgifte*
Boks je fit	€48,60 *Per strippenkaart (6 lessen) 1 jaar geldig na afgifte*	€32,70 *Per strippenkaart (6 lessen) 1 jaar geldig na afgifte*
Qigong	*€ 45,00* *Per strippenkaart (6 lessen) 1 jaar geldig na afgifte*	*€ 30,00* *Per strippenkaart (6 lessen) 1 jaar geldig na afgifte*
Stoelyoga	€20,70 *Per strippenkaart (6 lessen) 1 jaar geldig na afgifte*	Gratis

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 1e gast gratis is.		
Voor overige gasten	:	€ 27,30

STERRENDINER

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

PRIJSLIJST CAFÉ 2026

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

Prijswijzigingen voorbehouden lopende het jaar

WILT U (MEER) ZORG ONTVANGEN

Wilt u meer zorg ontvangen dan waar u volgens uw indicatie recht op heeft of wilt u zorg ontvangen zonder indicatie, dan bestaat de mogelijkheid deze via de Koperhorst in te kopen. U kunt dit met uw contactverzorgende of teamverpleegkundige bespreken. De kosten hiervoor bedragen binnen de Koperhorst:

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



Prijswijzigingen voorbehouden lopende het jaar

Overzicht voorzieningen en dienstverlening

Afvalscheiding	Glas in de glasbak. Oud papier in de container. PMD in de PMD container (zie overzicht wat er in PMD gaat) De rest bij het restafval in vuilniszak in betreffende container deponeren.
Audiciën	Karin Vedder. Eén keer in de twee weken aanwezig op maandagmiddag van 15.00-16.00 uur in de stilteruimte. Te bereiken op 06 - 14 33 83 66.
Batterijenbox	Voor het inleveren van uw batterijen - begane grond, bij de folderhoek –
Cliëntadviseur	Mevrouw M. Schalkwijk, telefonisch afspraak maken via: 033 – 472 62 14 Aanwezig op: Maandag: 8.30 - 14.30 uur Dinsdag : 8.30 - 14.30 uur Woensdag: 13.30 - 19.30 uur Donderdag: 8.30 - 14.30 uur
Cliëntenraad	Heeft u vragen of opmerkingen voor de Cliëntenraad dan kunt u dit mailen naar Cliëntenraad@koperhorst.nl of in een gesloten envelop afgeven bij de receptie.
Cliëntenvertrouwens-persoon Zorgstem specifiek voor de Wet zorg en dwang	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 Deuveren Tel: 06 - 40 87 80 60 Email: Koenvandeuveren@stemgever.nl.

Diëtisten Midden Nederland	Laura Hilhorst te bereiken op 06 - 27 54 46 21 www.dietistenmn.nl
Duofiets	Kosteloos te reserveren via de receptie. Verdere info en voorwaarden bij de receptie.
Ergotherapeut	Telefoonnummer: 033-2048006 Ook te bereiken via mail: info@ergotherapieamersfoort.nl
Fysiotherapie.	Op de volgende dagen is er een fysiotherapeut van MTC de Fysioclub in De Koperhorst aanwezig. Te bereiken via: Lisa van Zanten is op maandag van 9:00-17:00 uur en donderdag van 9:00-17:00 uur aanwezig. Te bereiken via: L.vanzanten@koperhorst.nl of 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 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 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.

Huisartsenpraktijken	Huisartsenpraktijk Sagenhoek, Paladijnenweg 613, 3813 KD, Amersfoort 033 - 472 50 00 Huisartsenpraktijk Orion, Ringweg Koppel 15 3813 BA Amersfoort 033 - 479 00 00 Beide praktijken zijn geopend voor patiënten die wonen in De Koperhorst
Huiskamerbibliotheek	Elke maandag, woensdag en vrijdag van 10:00 – 11:30 uur is er een vrijwilliger aanwezig voor hulp en vragen. Abonnement aanvragen kan ook via vrijwilligers van de huiskamerbibliotheek -In de hal bij de leestafel-
Inloop voor administratieve vragen	Elke donderdag van 9:30 – 12:00 uur Heeft u vragen over de belastingdienst, gemeentezaken, administratie, zorgzaken, zorg- en/of huurtoeslag enz.? Komt u gerust langs en wij kijken mee en helpen u verder! - In de hal -
Kapsalon Silvester (dames- en herenkapper)	- Dinsdag en donderdag van 8.30 – 17:00 uur. Gaarne een afspraak maken via de receptie - kapsalon, parterre – pinnen of contant –
Kerkdiensten	Elke 1e zaterdag van de maand een katholieke viering om 10:30 uur. Elke 2e en 4e zaterdag van de maand een protestantse kerkdienst om 10:30 uur. - in het restaurant-
Keuken	U kunt wanneer u iemand van de keuken wenst te spreken zich wenden tot de receptie. Er zal dan iemand van de keuken naar u toe komen of er zal een afspraak met u worden gemaakt wanneer er een medewerker van de keuken beschikbaar is.

Massage therapeut (Inge Waardenburg)	Dinsdag en woensdag aanwezig. Afspraak maken kan via 06 – 23 04 41 99 of via info@reflexplus.nl
MondZorgPlus Tandartspraktijk	Zalmweg 1-B 4941 VX Raamsdonksveer Telefoon: 088 – 93 66 300 E-mail: info@mondzorgplus.nl Aanwezig op afspraak
Orthopedische schoentechniek	Hanssen footcare 033 - 456 02 62 U kunt bellen om een afspraak te maken.
Pedicure (Melinda van Logtestein) (Petra de Groot) (Corry Nummerdor)	 Aanwezig op maandag Aanwezig op woensdag Aanwezig op vrijdag Gaarne een afspraak maken via de receptie - pedicure, parterre – pinnen of contant -
Receptie	Dagelijks van 7:30 - 22:00 uur
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.

Technische dienst	Reparaties opgeven via receptie
Veilig thuis/ Ouderenmishandeling	Voor hulp en advies kunt u contact opnemen met het steunpunt Veilig Thuis, bereikbaar via telefoonnummer 0800 - 2000
Vertrouwenspersoon bewoners	Mevrouw E. Mosterd is vertrouwenspersoon bewoners in de Koperhorst. Zij is elke week wisselend aanwezig tijdens de koffie. U kunt rechtstreeks in contact komen tijdens het koffiedrinken op de afdelingen of in de ontmoetingsruimte. Daarnaast kunt u via de receptie een afspraak maken, een brief in het groene busje in de hal doen of via de mail contact opnemen vertrouwenspersoonbewoners@koperhorst.nl
Vuilnis ophalen	Woensdag vanaf 11:00 uur Flat De Eem. Vrijdag vanaf 11:00 uur Flat De Vallei. Alleen vuilnis, geen glas- of papierwerk (zie onder kop "Glasbakken")
Wasserij t.b.v. het verzorgingshuis	Maandag en donderdag wordt op alle afdelingen de vuile was opgehaald en op dinsdag en vrijdag schoon teruggebracht. Ook wasgoed kan gemerkt worden. Dinsdag meegenomen en op vrijdag weer terug. Of vrijdag meegenomen en op de dinsdag terug.
Winkel (De Koperhoek)	Maandag t/m zondag geopend van: 10:00 - 13:30 uur en van 14:00 - 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 € 15,00 voor 10 ritten. Te verkrijgen in de wijkmobiel of winkeltje van De Koperhorst. U kunt minimaal een dag van tevoren reserveren bij de receptie van De Koperhorst, of op telefoonnummer: 06 – 40 83 16 47. • Maak uw reservering op zaterdag en zondag van 9:00 – 21:00 uur en op maandag, dinsdag, woensdag, donderdag en vrijdag kunt uw bellen vanaf 18:00 – 21:00 uur

Oproep voor alle lezers van het Bijblijvertje:

Wilt u het Bijblijvertje voortaan digitaal ontvangen, mailt u dan uw naam en emailadres naar info@koperhorst.nl t.a.v. redactie Bijblijvertje.
Als u het Bijblijvertje niet meer per mail wilt ontvangen, dan kunt u dit ook naar dit mailadres sturen, dan melden wij u af.

Redactie van het Bijblijvertje:
Ingrid Hartsuiker en Isa Eijbergen
U kunt kopij sturen naar info@koperhorst.nl
of naar i.hartsuiker@koperhorst.nl
Uiterste inleverdatum kopij: 26 november 2026
U ontvangt het digitale Bijblijvertje de eerste maandag van een nieuwe maand

1976 - 2026
50 JAAR
de koperhorst