

Nieuwsbrief

Stichting Perspectief voor welzijn, zorg, sociaal en cultureel werk Beuningen



Dé organisatie voor welzijn,
zorg, sociaal en cultureel werk



Elkaar anders ontmoeten - elkaar helpen op afstand

Beste lezer,

Op 25 maart ontving u onze eerste nieuwsbrief 'Elkaar anders ontmoeten' en dit is alweer de tiende. We zijn in een gekke nieuwe tijd beland die niet altijd even makkelijk was (en is). Het viel mij op dat naast de eenzaamheid, ziekte en zorg er ook bijzondere mooie momenten waren. Vooral de zorg voor elkaar is hartverwarmend; door mensen uit ieders netwerk, door nieuwe initiatieven zoals Coronahulp Beuningen, middels bellen, video-quizen, stoepgesprekken, muziekserenades en tuinbezoekjes. Dit alles met dank aan onze vrijwilligers en collega's. Ook al zien we elkaar niet, we blijven in contact.

Nu de maatregelen wat versoepeld zijn willen we onze activiteiten weer langzaam gaan starten. Dit vraagt overleg, regels uitwerken en samen nadenken over veiligheid en mogelijkheden. Zodra het kan, gaan wij weer open, nog even geduld. Wij houden u op de hoogte.

Namens al mijn collega's en het bestuur wens ik u gezondheid, kalmte en alle goeds!

Eufride Klein Rouweler,
directeur

HOU JE VAN LITERATUUR? DAN IS DIT MISSCHIEN IETS VOOR JOU

Bibliotheek Gelderland Zuid start eind juni met vijf online leesclubs. Niet alleen voor volwassenen, ook voor kinderen en jongeren is er een leesclub. Deelnemers krijgen een exemplaar van het gekozen boek thuisgestuurd en gaan in gesprek met de schrijver, zoals Thomas Olde Heuvelt of Thijs Goverde.

Leesliefhebbers kunnen zich tot 1 juni gratis inschrijven. Via [deze link](https://www.obgz.nl/onlineleesclubs.html) vind je meer informatie over de online leesclubs.

<https://www.obgz.nl/onlineleesclubs.html>

HULP NODIG?

Kun je tijdens deze coronaperiode een steuntje in de rug gebruiken? Of wil je steun bieden aan mensen?

Geef dit aan op <https://www.coronahulpbeuningen.nl>
Hier komt vraag en aanbod bij elkaar.

Of zoek contact met <http://wehelpen.nl>.

Samen tegen #corona!



BEWEEG INSPIRATIE

Elke ochtend een **kwartiertje sporten** via de televisie. Nederland in beweging om 9.15 uur op NPO 2 of <https://www.maxvandaag.nl/programmas/tv/nederland-in-beweging/>



WEEK VAN DE JONGE MANTELZORGER VERZET NAAR OKTOBER

De landelijke Week van de Jonge Mantelzorger vindt jaarlijks plaats in de eerste week van juni, dit jaar van 1 t/m 7 juni. Vanwege de coronacrisis gaat het dit jaar helaas niet lukken om in deze week fysieke activiteiten te organiseren. Wél willen we online zoveel mogelijk aandacht vragen voor de jonge mantelzorgers in onze gemeente. **De Week van de Jonge Mantelzorger verplaatsen we naar de week van 5 t/m 11 oktober.** In deze week delen we een cadeautje uit en organiseren we een Get Together!

Op de hoogte blijven

In september maken we op Facebook, onze website en in onze nieuwsbrief bekend wat we gaan uitdelen en wat we gaan organiseren. Zorg dat je ons op Facebook volgt zodat je als eerste op de hoogte bent. Je kunt er ook voor kiezen om de nieuwsbrief te ontvangen zodat wij jou op de hoogte brengen. Stuur ons dan een e-mail met dit verzoek.

De Week van de Jonge Mantelzorger in Nijmegen, Heumen, Mook, Middelaar en Beuningen

Dit jaar organiseren wij voor het eerst de Week van de Jonge Mantelzorger samen met Mantelzorg Heumen, Mook en Middelaar en Steunpunt Mantelzorg Beuningen. Samen gaan we er hopelijk, mits het coronavirus en de overheid dat toelaten, in oktober een leuke week van maken!



BEN JE KUNSTLIEFHEBBER? DEZE MUSEA ZIJN ONLINE TE BEZOEKEN!

Dankzij Google Arts & Culture hoef je je niet te vervelen. Dit kunstproject laat je online meer dan 1200 musea en andere culturele plekken over de hele wereld bezoeken.

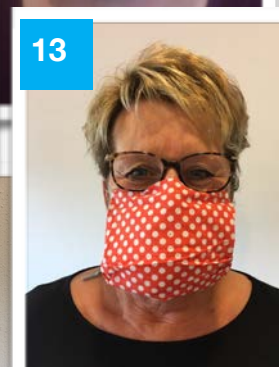
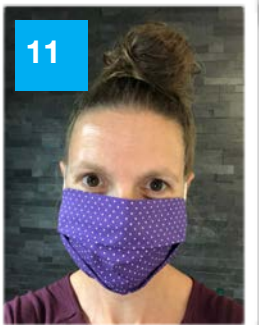
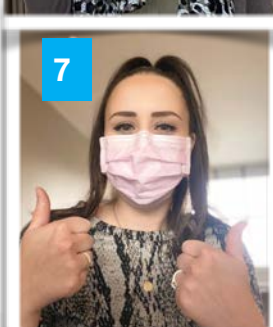
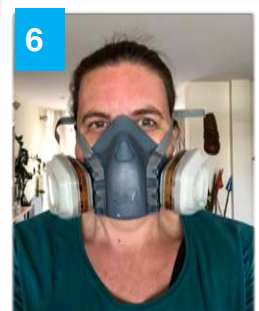
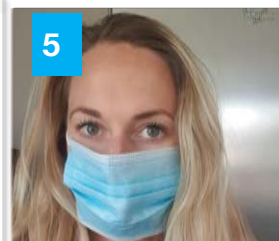
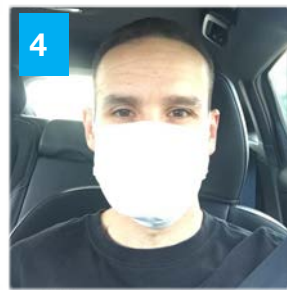
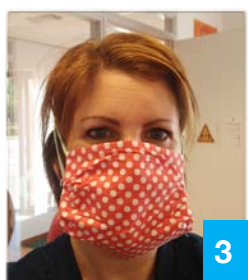
Bijvoorbeeld:

Ons eigen **Van Gogh Museum** kun je digitaal bezoeken zonder ook maar een stap op het Museumplein te zetten.

<https://artsandculture.google.com/partner/van-gogh-museum>.

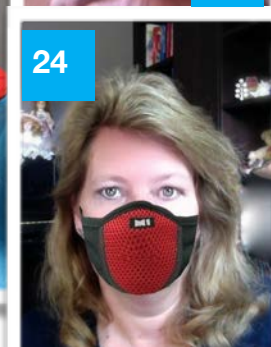
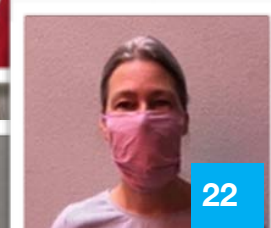
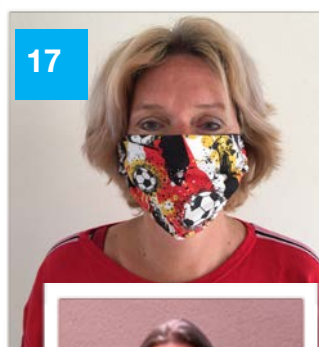
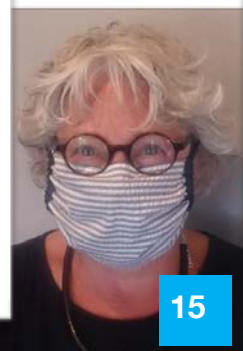
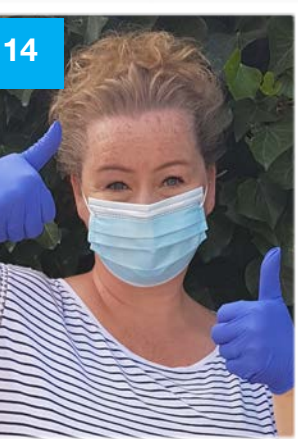
Of wat dacht je van **The Metropolitan Museum of Art** in New York.

<https://artsandculture.google.com/partner/the-metropolitan-museum-of-art>.



GROETEN VAN HET PERSPECTIEF-TEAM

Nieuwsgierig geworden wie-wie-is, de
namen van collega's? Je kunt deze
vinden op onze website,
www.stg-perspectief.nl.





Rijksoverheid

8 mei 2020

Niet-medisch mondkapje vanaf 1 juni 2020 verplicht in het openbaar vervoer

Hoe maak je het en hoe gebruik je het?

Basisregels voor iedereen



Heb je verkoudheids-
klachten? Blijf dan
thuis en ziek uit.

Ben je ook benauwd
en/of heb je koorts?
Dan moet iedereen in
het huis thuisblijven.



**Houd 1,5 meter
afstand.**



Vermijd drukte.



**Werk zoveel
mogelijk thuis.**



**Was vaak je
handen.**

In het openbaar vervoer is 1,5 meter afstand houden soms niet mogelijk. Daarom is daar vanaf 1 juni 2020 een niet-medisch mondkapje verplicht. Dit kun je aanschaffen of thuis maken, zodat medische mondkapjes beschikbaar blijven voor de zorg. Een niet-medisch mondkapje draag je niet ter bescherming van jezelf, maar ter bescherming van de mensen om je heen.

Per enkele reis met het openbaar vervoer heb je een schoon niet-medisch mondkapje nodig.

Hoe maak je je eigen niet-medische mondkapje? (voorbeeld instructie)

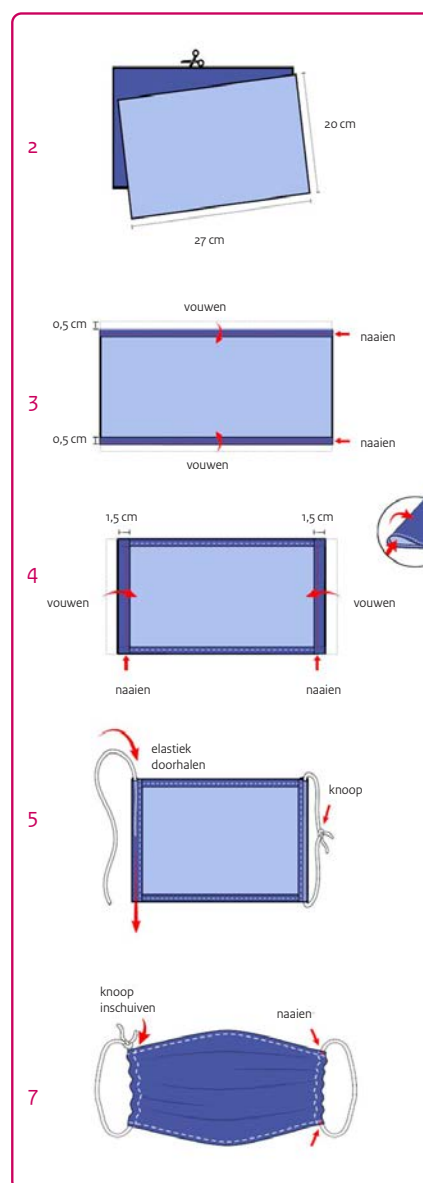
Benodigheden: textiel, elastiek, schaar, naald en draad of naaimachine.

1. Was het textiel op 60 °C
2. Knip twee stukken textiel uit van 20 bij 27 cm en neem twee bandjes elastiek van 18 cm lang.
3. Leg de 2 stukken textiel op elkaar. Vouw de lange zijden 0,5 cm om en naai ze aan elkaar vast.
4. Vouw de korte kanten ruim 1,5 cm naar binnen en naai ze vast.
5. Trek daar de elastieken doorheen en maak er een knoop in.
6. Zorg dat het mondkapje goed aansluit op het gezicht. Stel daarvoor de knopen in het elastiek bij wanneer nodig.
7. Schuif de knoop in de zoom, rimpel de stof zodat het goed over je mond, neus en kin past en naai het elastiek vast aan de stof.

Let op: dit is geen medisch hulpmiddel of persoonlijk beschermingsmiddel.

Hoe gebruik ik mijn niet-medische mondkapje?

- Was voor het opzetten én na het afzetten van het niet-medische mondkapje je handen minimaal 20 seconden met water en zeep.
- Raak tijdens het op- en afzetten alleen het elastiek aan.
- Zorg dat je mond, neus en kin goed bedekt zijn en raak het daarna niet meer aan.
- Draag het niet-medische mondkapje maximaal 3 uur per keer.
- Bewaar een schoon of gebruikt mondkapje apart van elkaar in een afgesloten zakje of bakje.
- Was het niet-medisch mondkapje na ieder gebruik op 60 °C op een volledig wasprogramma. Was alleen met wasmiddel, voeg geen wasverzachter toe.
- Was je handen nadat je het niet-medische mondkapje in de wasmachine hebt gestopt.
- Niet gebruiken bij kinderen jonger dan 3 jaar.



<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/prevent-getting-sick/diy-cloth-face-coverings.html>

**alleen samen krijgen we
corona onder controle**

Meer informatie:
rijksoverheid.nl/coronavirus
of bel 0800-1351