



Beste betrokkenen bij onze organisatie,

Nu ons dagelijks leven er heel anders uit ziet vanwege de maatregelen om het corona-virus te beperken, betekent dit ook veel voor kwetsbare doelgroepen in onze gemeente. Activiteiten in de dorpshuizen en op andere plekken gaan niet door. Bovendien krijgen veel kwetsbare mensen minder bezoek. Dat terwijl voor hen de toch al spaarzame contacten vaak het hoogtepunt van de week zijn. Het kan zijn dat zij nu sneller sociaal geïsoleerd raken of zich eenzaam gaan voelen, vooral als ze minder digitaal vaardig zijn. Dat willen we niet laten gebeuren!

Vanuit onze organisatie zijn er ook maatregelen getroffen. Hier leest u meer over op onze website: <https://www.mensenwelzijn.nl/news/mens-en-welzijn-voorst-neemt-aanvullende-maatregelen-rondom-corona-virus/>. Hier staat ook vermeld dat we alle 'face-to-face' dienstverlening tijdelijk stoppen, maar telefonisch, via de mail en sociale media blijven we wel bereikbaar. Dus mocht u met bepaalde vragen zitten, schroom vooral niet om contact met ons op te nemen.

Onze burgemeester Jos Penninx riep ons al op om naar elkaar om te blijven kijken. Onze premier deed dit gisteren ook tijdens zijn toespraak. In deze e-mail wijzen we u graag op een aantal mogelijkheden om dat handen en voeten te geven. Het zijn mogelijkheden waarmee we inwoners kunnen stimuleren om contact te onderhouden met kwetsbare mensen. Geef hier op een eigen, passende manier vorm aan. Denk bijvoorbeeld aan een telefoonkring of een kaartjes- of kleurplatenactie. Wees creatief! En waar u hulp nodig heeft, kunt u ons altijd om hulp vragen. Wij helpen graag waar we kunnen en hebben korte lijntjes met de gemeente, zorgaanbieders en dorpscontactpersonen.

Wat gebeurt er verder?

Ondertussen hebben wij contact met het Voorster Nieuws om ook via de lokale krant wat te kunnen betekenen. Vandaag al is er een artikel opgenomen met 'allerhande 'Corona-nieuws'. En we gaan nog in contact met de organisaties die thuishulp verzorgen om met hen na te gaan wat hun rol kan zijn. Wij zien verder veel mooi aanbod en vormen van ondersteuning op <https://kijkindekernen.nl/elkaar-helpen> en andere sociale media zoals Facebook. Denk mee en benader mensen waarvan je denkt dat ze de ondersteuning goed kunnen gebruiken.

Zelf in actie komen?

In de strijd tegen Corona - en bijkomende problemen zoals eenzaamheid - attenderen wij jullie graag op onderstaande mogelijkheden. Want alleen samen kunnen we eenzaamheid en nu ook het coronavirus verslaan.

1. Doe mee op het digitaal dorpsplein: www.kijkindekernen.nl

Om met elkaar in contact te komen is er op 'KijkindeKernen' de functie '[Elkaar Helpen](#)'. Hiermee kun je gemakkelijk een hulpvraag plaatsen en/of hulp aanbieden. Gebruik het bijvoorbeeld:

- Om door te geven welke hulp je nodig hebt wanneer je een kwetsbare gezondheid hebt.
- Om hulp aan te bieden als je voor iemand een boodschap kunt meenemen.
- Om een boek te ruilen of lenen.
- Om voor iemand te koken.
- Om een betrouwbare babysit te zoeken.
- Etc.

Dus ga hier naar [Elkaar Helpen](#) (log in waar nodig) en maak gebruik van de mogelijkheden. Daar kun je via de blauwe knop links op de pagina een hulpvraag of aanbod toevoegen.



2. Bel vaker en langer

Hoe makkelijk is het om wat vaker of langer te (video)bellen?

3. Schrijf/maak kaarten, brieven of kleurplaten

Veel mensen hebben nu minder reistijd en werken vanuit huis. Dat maakt het goed mogelijk om weer eens een brief te schrijven of een kaartje te posten. Dit kun je doen met je eigen Ansichtkaarten en enveloppen maar je kunt bijvoorbeeld ook gebruik maken van:

- Omapost (www.omapost.nl; met code coromapest kan dit tegen kostprijs)
- Het OranjeFonds (zij bieden gratis kaarten aan via: formulier.oranjefonds.nl/eenzaam).

Je kunt dit doen voor bekenden in het dorp, maar ook voor mensen die je niet kent. Het is bijvoorbeeld ook mogelijk om Schrijfmaatje te worden. Het Ouderenfonds brengt ouderen en schrijfmaatjes met elkaar in contact: <https://www.ouderenfonds.nl/schrijfmaatje>.

4. Hulplijn Rode Kruis

Heb je een luisterend oor, advies of extra hulp nodig omdat je in quarantaine of thuisisolatie zit? Dan kun je contact opnemen met de Rode Kruis Hulplijn (070-4455 888). Het Rode Kruis heeft dit nummer deze week geopend.

5. De Luisterlijn

Iedereen in Nederland kan gebruik maken van de Luisterlijn (www.deluisterlijn.nl). Via 0900-0767 of lokale nummers kunnen ook ouderen er terecht voor een gewoon kletspraatje of een goed gesprek. Het lokale nummer voor Apeldoorn en omgeving is 055 - 541 54 15.

6. Corona Quarantaine Contact

De omroepen KRO-NCRV brengen mensen in contact via Corona Quarantaine Contact. Op de actiepagina (www.kro-ncrv.nl/corona) kunnen mensen aangeven gebeld te willen worden.

7. De Zilverlijn

De Zilverlijn is een speciale belservice voor ouderen (<https://www.ouderenfonds.nl/activiteiten/zilverlijn>). Professionele vrijwilligers bellen regelmatig en bieden een luisterend oor, een gezellig praatje of een goed gesprek. Je kunt je aanmelden om gebeld te worden of om juist belvrijwilliger te worden.

8. Centrum voor Levensvragen Oost-Veluwe

Geestelijk verzorgers van het Centrum voor Levensvragen Oost-Veluwe bieden telefonische ondersteuning aan voor thuiswonende ouderen. Aanmelden kan iedere werkdag van 08.30 tot 17.00 uur via telefoonnummer 06- 294 461 03.

9. Volg informatie van jouw dorpsbelangenorganisatie en/of dorpscontactpersoon (DCP)

Zij brengen lokale initiatieven verder onder de aandacht via hun sociale media, websites en (digitale) nieuwsbrieven.

Vragen of tips

Heeft u nog vragen, tips of andere ideeën? Laat het ons weten. Zoals gezegd zijn we 'gewoon' bereikbaar via telefoonnummer 0571-279090 of via ons e-mailadres info@mensenwelzijn.nl.

Tot slot sluiten we af met de woorden van onze premier: "Samen komen we deze moeilijke periode te boven. Let een beetje op elkaar."

Alvast heel veel dank voor jullie inzet!