

Samen tegen eenzaamheid Oegstgeest



Nieuwsbrief 8 Speciale editie i.v.m. Coronacrisis

In deze nieuwsbrief:

- Hulp nodig of bieden?
- Overzicht initiatieven in de regio
- Dit kunt u nu doen: plak een raamposter
- Vijf manieren om ouderen nu niet eenzaam te laten worden

Beste betrokkenen bij de aanpak van eenzaamheid,

De Coronacrisis en de aanpak van eenzaamheid hebben alles met elkaar te maken. Door de noodzakelijke beperking van sociale contacten lopen grote groepen mensen nóg meer risico om te vereenzamen. Gelukkig zien we in het hele land en ook in Oegstgeest veel initiatieven van inwoners die klaar staan om anderen te ondersteunen in deze moeilijke tijd. In deze nieuwsbrief leest u daar over; waar hulp te vragen is en wat u zelf kunt doen voor anderen.

MIJN OPROEP AAN U:

- 1. Stuur deze nieuwsbrief met bijlagen door naar iedereen die u kent in Oegstgeest, uw medewerkers, vrijwilligers en collega's**
- 2. Verspreid, print en gebruik de posters in de bijlage**

Ik dank u bij voorbaat voor uw medewerking, pas goed op u zelf!

Mirjana Pannekoek

Projectleider Samen tegen eenzaamheid Oegstgeest

Hulp nodig of bieden?

Heb je praktische vragen vanwege de maatregelen rond het coronavirus, of heb je behoefte aan een luisterend oor in deze tijden van crisis: er zijn organisaties en vrijwilligers die je kunnen helpen. Kijk hiervoor op de website van het Sociaal Team Oegstgeest:

<https://www.sociaalteamoegstgeest.nl/coronahulp-vraag-en-aanbod/>. Hier vindt je de initiatieven in Oegstgeest en het landelijke aanbod voor hulp.

Een overzicht van de informatie van de gemeente over Corona vindt u hier:
<https://www.oegstgeest.nl/gemeente/inwoners/actueel/coronavirus-covid-19/>



I.V.M. CORONAVIRUS

Heb je hulp nodig? Bel:

- Alice van Elk (Radius Welzijn)
071 7074200
of
- Sietske Steenberg (sociaal makelaar) 06 83079884



Overzicht initiatieven in de regio

iDOE verzamelt alle initiatieven om mensen te ondersteunen in de regio op <https://i-doe.nl/corona-leiden/>.

Aanvullingen/tips kunt u sturen naar contact@i-doe.nl.

Dit kunt u nu doen: plak een raamposter

Een makkelijk hulpmiddel om de kleinschalige hulp in de straat en in de buurt te regelen is door gebruik te maken van raamposters. Door een poster voor het raam te hangen kan iedereen aangeven of hij/zij hulp wil vragen of hulp wil geven. Beide raamposters vindt u in de bijlage. Print ze uit en hang ze op!

De posters staan woensdag 25 maart ook in de Oegstgeester Courant.



Vijf manieren om ouderen nu niet eenzaam te laten worden

1. Bel vaker en langer

Hoe makkelijk is het om wat vaker te bellen of langer te bellen? Kijk bijvoorbeeld samen naar een televisieprogramma en zet uw telefoon dan op luidsprekerstand. Zo bent u op afstand toch verbonden.

2. Schrijf kaarten en brieven

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. Dat kunt u natuurlijk doen met uw eigen ansichtkaarten en enveloppen. Maar u kunt bijvoorbeeld ook gebruik maken van Omapost (www.omapost.nl; met code coronapost kan dit tegen kostprijs).

3. Wijs ouderen op 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 Leiden is 071 - 512 52 02.

4. Gebruik 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.

5. De Zilverlijn

De Zilverlijn is een speciale belservice voor ouderen (www.ouderenfonds.nl/aanmeldenzilverlijn). Professionele vrijwilligers bellen regelmatig en bieden een luisterend oor, een gezellig praatje of een goed gesprek.

Met vriendelijke groet,

Mirjana Pannekoek

Op dit moment werk ik thuis en ben ik niet op mijn vaste nummer bereikbaar.

Ik werk zoveel mogelijk op mijn gebruikelijke werktijden, zie hieronder.

Senior beleidsmedewerker Team Maatschappij

Projectleider 'Samen tegen eenzaamheid Oegstgeest'

Maandag, dinsdag, woensdagochtend, donderdagochtend



INTERNET www.oegstgeest.nl

GEMEENTEHUIS Rhijngeesterstraatweg 13

POSTADRES Postbus 1270 | 2340 BG Oegstgeest