

Beste vrijwilliger,

Wat fijn dat je wilt helpen. Als Zorgcoöperatie stimuleren we van harte om naar elkaar om te kijken. En zeker in deze bizarre tijd is dat nodig. Echter, behalve dat we het fijn vinden dat je wilt helpen, voelen we ons ook (mede) verantwoordelijk voor jullie gezondheid. Dus vragen we je om onderstaande, misschien wel heel bekende, maatregelen ter harte te nemen.

Een greep uit de maatregelen en adviezen van het RIVM en de Rijksoverheid



Rijksoverheid

- Voor iedereen in Nederland:
 - Blijf thuis bij klachten van neusverkoudheid of hoesten, keelpijn of koorts.
 - Mijd sociaal contact en beperk bezoek aan kwetsbare personen.
- Voor kwetsbare personen (ouderen en personen met verminderde weerstand) geldt: vermijd grote gezelschappen en openbaar vervoer.
- Mensen wordt dringend verzocht om bezoek aan kwetsbare personen te beperken.
- Iedereen in Nederland wordt gevraagd om waar mogelijk 1,5 meter afstand van elkaar te bewaren. Ook bijvoorbeeld bij het boodschappen doen.
- De belangrijkste maatregelen die je kan nemen om verspreiding van het coronavirus te voorkomen:
 - Was je handen regelmatig
 - Hoest en nies in de binnenkant van je elleboog
 - Gebruik papieren zakdoekjes
 - Geen handen schudden
 - Blijf thuis als je verkoudheidsklachten krijgt

Wat betekent dit voor vrijwilligers?

- Blijf thuis bij klachten van neusverkoudheid of hoesten, keelpijn of koorts. Ook als het lichte klachten zijn. We willen allemaal graag helpen, maar mogen geen risico nemen.
- Als fysiek contact niet nodig is, doe het dan niet; zet bv boodschappen of eten buiten bij de deur neer en bel aan.
- Als je bij iemand naar binnen moet, was daar eerst je handen met zeep: doe dit goed en wel 20 seconden lang en zorg dat je alle delen van je hand en pols ingewreven hebt. Nog beter dan de hand-gel.
- Zorg dat je voldoende afstand houdt van andere mensen. Dit betekent 1,5 tot 2 meter en geldt overal. Bij mensen thuis, maar ook in een winkel!
- Probeer het bezoek aan ouderen en kwetsbare personen zoveel mogelijk te beperken. Zoek liever op andere manieren contact, zoals telefonisch, via videobellen of schrijf eens een brief. En kan het niet anders: neem dat bovenstaande adviezen in acht!



Bovenstaande is maar een greep uit alle maatregelen en adviezen. Voor meer informatie, tips en adviezen kunt u ook terecht op www.rivm.nl of www.rijksoverheid.nl of www.ggdhvb.nl We moeten proberen om de snelle verspreiding van het Corona virus verder te voorkomen; Dit kan alleen als we allemaal de adviezen opvolgen.

Ben voorzichtig voor jezelf en voor de gezondheid van de ander!

Vragen: bel of mail gerust met de preventiewerkers van de zorgcoöperatie:

Volwassenen: Gertie Theunissen 06 – 11 038 370 gertie.zorgcooperatiereek@gmail.com

Jeugd: Nettie Nabuurs 06 – 53 343 689 nettie@preventiewerkerjeugd.nl