Carrefour
samen kom je verder

APRIL 2020

HOE PRAAT JE MET JE KINDEREN OVER CORONA

Prentenboek: 'Flip, grote vriend en corona'
Mattanja Nieuwburg en Jeroen de Kuiver hebben een informatief prentenboek gemaakt. Je kan het gratis downloaden op www.flipengrotevriend.nl. Op YouTube is ook een voorlees-versie te vinden.

Hoe-praat-je-thuis-over-corona tips

- Praat met je kinderen over corona aan de hand van het boekje 'Flip, grote vriend en corona'.
- Het helpt als kinderen het gevoel hebben dat ze wat kunnen doen. Als ze al wat ouder zijn, kun je ze vertellen dat ze niet alleen andere mensen maar ook de dokters helpen door handen te wassen, 1,5 meter afstand te houden en geen contactspelletjes te doen.
- Ken je iemand waar je nu niet op visite kan? Maak dan een knutsel en stuur het op. In de blog op www.ouders-en-coo.nl staan knutsels die door de brievenbus kunnen.

Even van je af praten?
De preventief jeugdwerkers zijn elke doordeweekse dag voor je bereikbaar. Ze zijn er voor jou. Bel (0527) 630000. Je wordt dan zo snel mogelijk door een van hun teruggebeld.

SPORTIEVE TIPS VAN DE BEWEEGCOACHES

Op de facebookpagina: 'Beweegcoaches Carrefour' is al challenge 12 geplaatst!
Je ziet er ook leuke filmpjes waarin een challenge wordt voorgedaan. Doe je ook mee?

HULPLIJN IN EEN ANDERE TAAL

De KBO-PCOB heeft een speciale informatielijn in het leven geroepen. Senioren kunnen er terecht met vragen, signalen, en ook wordt er een luisterend oor geboden. Ook oudere migranten – indien gewenst in de eigen taal – te woord gestaan door een vrijwilliger die zelf een Caribische, Chinese, Italiaanse, Marokkaanse, Molukse, Spaanse, Surinaamse of Turkse achtergrond heeft.

Wil je jouw situatie met iemand bespreken?
Bel ons of stuur een e-mail dan nemen wij contact met je op.

CONTACTGEGEVENS

Carrefour is via de mail en telefonisch
tussen 08:30 en 16:00 uur bereikbaar voor vragen:
info@carrefour.nu of (0527) 63 00 00.

DAT VOELT GOED!

Heb jij wel eens iets voor een ander gedaan? En hoe voelde dat erna? Je werd er vast en zeker blij van.

Hoe zou een ander het voelen als die iets voor jou kan doen? Op dit moment zijn er veel mensen die iets willen doen voor iemand die het nodig heeft. En die iemand mag jij zijn. Laat een ander iets voor jou doen. Vraag! Neem het aanbod van de ander aan. Alleen dan kunnen we er voor elkaar zijn.

Stel je voor dat

Stel je voor dat een ander het echt belangrijk vindt hoe het met jou gaat

Stel je voor dat een ander naar je luistert en je begrijpt

Stel je voor dat die ander blij wordt als die iets voor jou mag betekenen

Stel je voor dat er mensen zijn die iets voor je willen doen en wachten op je vraag

Stel je voor dat je nu de telefoon pakt en (0527) 63 00 00 belt en je vraag stelt.

Stel je voor dat je weet dat je, buurvrouw, vriendin, zoon of ander iets voor je wil doen, bel die dan op! Doe het gewoon!

"Mijn buurvrouw van 2 huizen verderop heeft vaker aangeboden om een boodschap voor mij te halen. Ik vond dat ik het zelf moest oplossen en wilde haar niet lastig vallen. Nu ik door de Corona maatregelen echt beter thuis kan blijven en zij het weer vroeg heb ik haar aanbod aangenomen. En het mooie was…..toen ze de boodschappen voor mijn deur had neergezet en we op 1,5 meter afstand van elkaar aan het praten waren leek zij er nog blijer mee te zijn dan ik. Had ik veel eerder moeten doen!"

MANTELZORGERS

Misschien is de zorg voor jou met het Covid 19 virus wel zwaarder geworden.
Laat jij het weten als je een luisterend oor zoekt of dat we met je mee kunnen denken?

De consulenten mantelzorg zijn er voor jou. Bel (0527) 630000. Je wordt dan zo snel mogelijk door een van hun teruggebeld.

Op de facebookpagina: 'Steunpunt Mantelzorg Carrefour' vind je meer tegelwijsheden. Je leest er ook meer over mantelzorg en wat het Steunpunt Mantelzorg voor jou kan betekenen. Heb je geen facebook maar wil je wel nieuws ontvangen via de mail? Geef dan je mailadres door. Dan sturen we je de informatie via de mail.