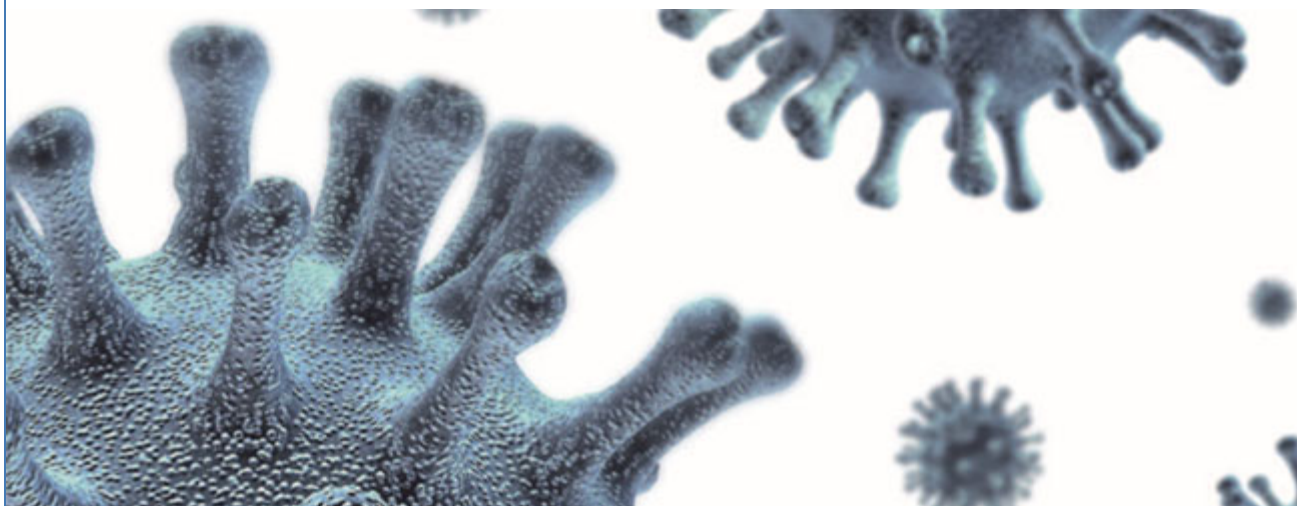


Kunt u deze e-mailing niet goed lezen of worden de afbeeldingen niet goed weergegeven, volg deze [link](#).



ACTA in tijden van corona

Beste collega's en studenten,

Dit is alweer de allerlaatste corona-nieuwsbrief voor de zomer. 4 maanden geleden waren we nog druk in de weer met persoonlijke beschermingsmiddelen tegen het coronavirus.

De crisis ontwikkelde zich snel en ACTA moest een paar weken later dicht, met uitzondering van de spoedzorg. En nu zitten we alweer midden in de herstart.

Maar dit is een overgangsfase — we weten niet precies hoe de nieuwe situatie verder zal verlopen. De ontwikkelingen van de pandemie, overheidsregels, regels van UvA en VU en natuurlijk ons eigen veiligheidsbeleid spelen een rol. Vast staat dat we zo snel als kan en mag, naar de normale situatie terug willen. Ik besef dat de onzekere variabelen in de overgangsfase een gevoel van onbehagen kunnen geven, van niet zeker weten. Niet iedereen kan daar even goed mee omgaan. Maar besef dat het op dit moment nu eenmaal niet anders is, dat helpt. En wat zeker helpt, is dat we er met ons allen voor staan, elkaar helpen en met elkaar er het beste van maken.

Veel sterkte met de eindejaarssprint naar het zomerreces toe. Over een paar weken weten we meer; ook hoe we het in de zomer gaan doen. En of je nu thuisblijft of ergens anders vakantie viert, alvast een hele mooie zomer toegewenst!

**Hartelijke groet, ook namens het DT,
Frank Abbas, decaan a.i.**



vragenlijst corona, doe mee!

Help mee met onderzoek ACTA coronavirus

De afgelopen 2 weken hebben 42 studenten (25%) en medewerkers (75%) van alle leeftijdsgroepen en uit alle ACTA-geledingen de digitale vragenlijst ingevuld. Ze deden hier maximaal 3 minuten over.

Een derde van de deelnemers is betrokken geweest bij de behandeling van patiënten. 8% heeft de afgelopen 14 dagen klachten van COVID-19 ervaren en zich laten testen. Vanwege het beperkte hoeveelheid data zijn er verder nog geen uitspraken te doen. Help ons deze data verzamelen [door de vragenlijst in te vullen](#), ook als je geen klachten hebt en elke 2 weken!

[Doe mee](#)

ACTA-PAND BEZOEKEN



Document 'Fysieke herstart' uitgelicht

Om te kunnen voldoen aan de richtlijnen van het RIVM heeft ACTA, zoals eerder vermeld, een document 'fysieke herstart' gemaakt. Waar moet je vooral opletten? Een paar zaken uitgelicht: in ons gebouw geldt de 1,5 meter regel. Er mogen dus maximaal 2 personen in de lift. Gebruik vooral de roltrap en houd ook daar de nodige afstand. Loop je door het gebouw en maak je gebruik van de (nood)trappenhuizen? Denk dan aan de looprichting. Graag met de klok mee, zodat we elkaar zo min mogelijk passeren.

Bekijk het [hele document](#) voor de details.

[Zie ACTAnet > Corona > ACTA-pand](#)

Ventilatie ACTA-gebouw

Op dit moment zijn er minder mensen dan normaal in het ACTA-pand en daardoor is de 'vervuiling' van het binnenklimaat gering. Maar goede ventilatie is belangrijk. Daarom draait de ventilatie volledig en met 100% verse buitenlucht. De 100% ventilatie heeft voldoende capaciteit om de lucht in het gebouw 'schoon te spoelen'. Ook is de tijd dat de installatie draait verlengt met 2 uur voor en na sluiting van ons gebouw. We volgen daarmee de richtlijnen van het RIVM.

WERKEN/STUDEREN VANUIT HUIS



Thuiswerktip #week27

Tijdens het thuis studeren/werken is het belangrijk dat je muis en toetsenbord je niet tot een slechte werkhouding dwingen: er moet voldoende ruimte zijn voor de armen en handen.

Voorkom spiegeling of lichtweerskaatsing van lampen of ramen op het beeldscherm. Neem op tijd pauze; hierdoor blijven de spieren soepel; stijve spieren zijn niet prettig. Maak je toetsenbord ook regelmatig schoon.

Al helemaal als je regelmatig in de buurt van je werkplek luncht of snoept.

Ergonomie-oefening van de maand



Raak je schouderblad aan met de tegenovergestelde hand



Trek opzij met je andere hand

Deze oefeningen vormen een welkome afwisseling op je werk achter de computer of op zaal. Doe deze oefening ieder uur. Heb je het druk? Dan vaker!

ACTA

Academisch
Centrum
Tandheelkunde
Amsterdam

ONDERZOEK



Promoties weer fysiek

Zowel de VU als de UvA houden vanaf 2 september de promotie-plechtigheden weer fysiek.

- [Mogelijkheden bij de VU](#)
- [Mogelijkheden bij de UvA](#)

ONDERWIJS



Studentenbijeenkomst 1 juli terugblik

Voor degenen die 1 juli niet bij de studentenbijeenkomst konden zijn of de bijeenkomst nog even terug willen zien, [bekijk de video](#) of de [pdf-presentatie van de studentenbijeenkomst](#).

DOE WAT JE KUNT EN WEES DAAR TEVREDEN MEE



Corona-nieuwsbrief

Dit is de laatste corona-nieuwsbrief voor de zomer. De eerstvolgende nieuwsbrief verschijnt 27 augustus.

WEES ALERT

Iedereen kan het coronavirus krijgen, houd je dus zo goed mogelijk aan de [richtlijnen van het RIVM](#) en de [rijksoverheid](#). Heb je klachten? Kijk dan op www.thuisarts.nl.

VRAGEN?

coronavragen@acta.nl

ONDERSTEUNING NODIG?

Ben je student? Neem dan contact op met de studieadviseurs via: [studieadviseurs/ACTAnet](#). Ben je medewerker? Neem contact op met je leidinggevende of de HR-adviseur via penobedrijfsvoering@acta.nl.

ACTANET

[Wat betekent het coronavirus voor ACTA?](#)

COLOFON



Dit is een publicatie van Marketing & Communicatie.

T: (020) 59 80678

E: communicatie@acta.nl