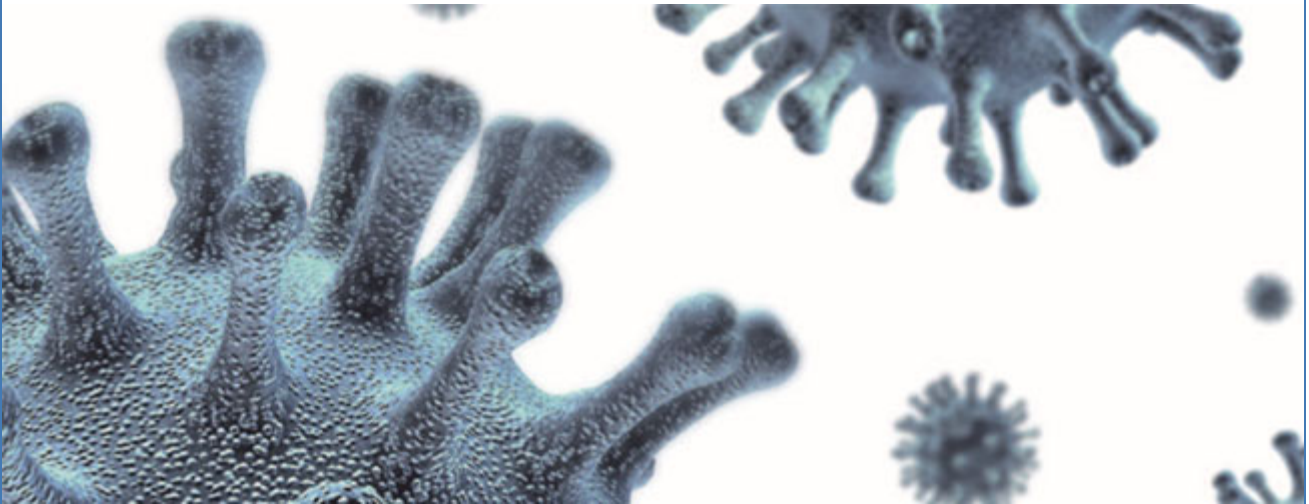


Kunt u deze e-mailing niet goed lezen of worden de afbeeldingen niet goed weergegeven, volg deze [link](#).



ACTA in tijden van corona

Tot opluchting vermoedelijk van velen van jullie zijn we sinds 15 juni weer tot het maximaal haalbare aan het opschalen. Dat heeft flink wat hoofdbrekens gekost bij de verschillende diensten en secties. Want hoe zorg je ervoor dat je met meer mensen in het pand nog steeds verantwoorde zorg kunt verlenen? Dat is niet simpel, maar wel gelukt! Dat betekent dus dat alle patiënten sinds afgelopen maandag weer ingepland kunnen worden voor behandelingen. Net als jullie zijn ook [onze patiënten hier intussen over geïnformeerd](#).

Thuiswerken blijft de norm

Toch moet het merendeel van ons, waar dat kan, blijven thuiswerken en thuis studeren. Thuiswerken is dus nog steeds de norm. Daarom blijven we jullie via deze nieuwsbrief tips geven om het thuiswerken of thuis studeren te vergemakkelijken. Want hoewel het intussen een gewoonte begint te worden, is het niet voor iedereen gemakkelijk of vanzelfsprekend.

Zie [ACTAnet/Corona](#)

ACTA-PAND BEZOEKEN



Document 'Fysieke herstart' opnieuw aangepast

We zijn weer gestart met het inplannen van alle zorg. Daarom is het document met de maatregelen, richtlijnen en instructies voor werken in het ACTA-gebouw opnieuw aangepast. De aanpassingen gelden vooral voor het onderwijs en de zorg. Je vindt ze onder paragraaf 12 en 13.

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

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

Toegangspassen door coronacrisis vaker geblokkeerd

Nu er na een lange tijd weer meer mensen naar het ACTA-gebouw komen en de poortjes open staan, komt het steeds vaker voor dat toegangspassen worden geblokkeerd. Dat gebeurt automatisch als de pas lange tijd niet is aangeboden bij de toegangspalen op de begane grond. Hoe komt het en hoe los je het op?

Zie ACTAnet

WERKEN/STUDEREN VANUIT HUIS



Thuiswerktip #week25

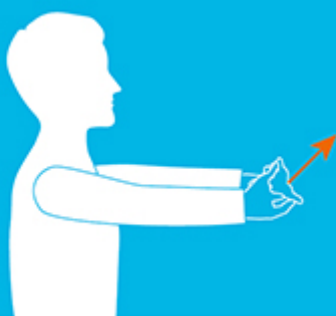
Het thuiswerken/studeren is bijna normaal geworden. Daardoor vergeten we hoeveel tijd we aaneengesloten achter het beeldscherm zitten; je loopt bijvoorbeeld niet zo even naar de printer. Vervang dit loopje daarom voor een ander loopje in de thussituatie.

En denk niet alleen aan je beweging, maar ook aan de sociale contacten tijdens je werk of studie. Dat missen we nu meer dan ooit. Spreek daarom ook eens op een andere manier af met collega's of medestudenten; las bijvoorbeeld koffie-momentjes in.

Ergonomie-oefening van de maand



Vouw uw vingers in elkaar, draai uw handpalmen van u af



Til uw verstrengelde handen op tot schouderhoogte, strek uw armen



Strek uw armen boven uw hoofd en maak uzelf helemaal lang

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

ACTA

Academisch
Centrum
Tandheelkunde
Amsterdam

ONDERZOEK



Help mee met onderzoek ACTA coronavirus

Het is belangrijk dat we een mogelijke verspreiding van het coronavirus binnen ACTA in de gaten houden om zo nodig snel maatregelen te kunnen treffen. Daar kun jij bij helpen! Catherine Volgenant en Ilona Persoon van HIP versturen [2-wekelijks een korte vragenlijst](#). Hoe meer mensen meedoen, hoe beter we de ontwikkelingen in de tijd kunnen volgen. De vragenlijst is voor studenten en medewerkers. Invullen kost ca. 5 minuten. Jij doet toch ook mee?

Doe mee

Waarom we lakser worden in het naleven van de coronaregels?

Volle parken, terrassen en steeds meer moeite om afstand te houden. Waar we ons eerst massaal aan de coronaregels hielden, lijkt het alsof we nu steeds minder aandacht voor de regels hebben.

[Lees meer](#)

Hoe gaat thuiswerken bij een universiteit, ziekenhuis of communicatiebureau?

Sinds afgelopen maart werken veel mensen vanwege het coronavirus massaal vanuit huis. Uit verschillende onderzoeken blijkt dat dit voor sommigen gesneden koek is, maar voor veel anderen juist ook nieuw.

[Lees meer](#)

DOE WAT JE KUNT EN WEES DAAR TEVREDEN MEE



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