

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



UPDATE: Avondklok heeft gevolgen voor onderwijs ACTA

Op donderdag 21 januari kondigde de regering nieuwe coronamaatregelen aan, waaronder een avondklok. Vanaf zaterdag 23 januari gaat de avondklok in. Dat betekent dat tussen 21.00 uur en 4.30 uur niemand op straat mag zijn. De avondklok geldt tot en met 9 februari. Met ingang van de avondklok sluit het ACTA-gebouw eerder zodat studenten en medewerkers tijdig thuis kunnen zijn. Dit heeft geen gevolgen voor de patiëntenzorg en onderzoek. Het onderwijs zal eerder stoppen.

[Zie ACTAnet](#)

ACTA-PAND CORONAPROOF



Gebouwtip week 3

Ook in het nieuwe jaar is het afstand houden nog steeds van belang. Probeer dit ook te doen tijdens de lunchpauze en durf elkaar erop aan te spreken. Gebruik de trap, blijf in beweging en gezond.

Noodzakelijke werk in het ACTA-pand tijdens Coronaperiode

Je mag alléén naar het ACTA-gebouw komen als dat voor je werk noodzakelijk is, oftewel voor bedrijfskritische processen. Daarom is goedkeuring nodig van je leidinggevende en Facilitaire Dienst voor je aanwezigheid in het ACTA-pand. Om dit proces te stroomlijnen is een nieuw aanmeldingsformulier gemaakt, waarbij automatische beoordelingsmails worden gestuurd naar je leidinggevende en Facilitaire Dienst.

[Zie ACTAnet](#)

CORONADASHBOARD



Landelijke maatregelen toegevoegd aan coronadashboard

Op basis van resultaten uit gebruikersonderzoeken worden nu ook de geldende maatregelen gecommuniceerd via het coronadashboard. Nu zijn dat de landelijk geldende maatregelen van de lockdown, maar als we in 2021 weer op het punt komen dat er regionale maatregelen gaan gelden, dan komen ook die op het dashboard te staan.

[Zie Dashboard
coronavirus](#)

WERKEN/STUDEREN VANUIT HUIS



Thuiswerken en mentale weerbaarheid – Hoe lekker zit jij in je vel?

Bedrijfsmaatschappelijk werk organiseert interactieve (online) bijeenkomsten, waarin we uitwisselen over persoonlijke ervaringen met thuiswerken; waar loop je tegenaan en wat kun je doen om je beter te voelen. Als het werk zich verplaatst naar 'thuis', dan kan dat grote gevolgen hebben voor de mentale gezondheid van jezelf en van je collega's. Veel mensen zullen dit herkennen. Niet zo verwonderlijk, want er is de afgelopen periode nogal wat veranderd. Door het thuiswerken vloeien werk en privé steeds mee in elkaar over. Weg structuur, patronen en welkom frustratie! Gevoelens van somberheid, nutteloosheid, apathie, irritatie, stress, angst en onzekerheid nemen toe.

[Zie ACTAnet](#)

Reminder: laat weten hoe het met je gaat en doe mee aan de UvA-Crisismonitor

Het einde van de coronacrisis is helaas nog niet in zicht. Het blijft voor iedereen een moeilijke tijd die veel van ons vraagt. Het is voor de faculteiten en de centrale organisatie belangrijk om goed inzicht te hebben in de impact van de maatregelen op het welzijn van studenten en medewerkers, vooral met het oog op hetgeen we kunnen doen om hen (beter) te ondersteunen. Daarom starten we, net als in de laatste maanden van vorig studiejaar, met de UvA-Crisismonitor. Doe je mee? Het invullen van de vragenlijst duurt ongeveer 5 minuten.

[Doe mee aan de
Crisismonitor](#)

Thuiswerktip #week3

We zullen doorgaan

Play the game

Don't quit

Until it's done

Keep trying

Until it's won!

We lijken tegenwoordig net topsporters... incasseren... opstaan...doorgaan... niet opgeven tot je hebt gewonnen... Het thuiswerken/studeren gaat nog langer duren. Heb je last van studiestress, is het allemaal wat veel, de studieadviseurs weten niet alle oplossingen maar hebben wel een luisterend oor. Ervaar je als medewerker extra werkdruk in de thuiswerksituatie, bespreek dit met je leidinggevende of maak een afspraak met je P&O-adviseur.

Ergonomie-oefening van de maand



Kruis je benen over elkaar,
leg je enkel op je bovenbeen



Draai je torso en benen
van elkaar weg

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

ONDERWIJS



Hoger onderwijs krijgt 20 miljoen voor ondersteunende coronabanen

Universiteiten en hogescholen krijgen van het kabinet 20 miljoen euro voor 1.200 tijdelijke banen van hooguit een half jaar. Dit moet het hoger onderwijs enige verlichting bieden in de coronacrisis.

Zie Advalvas

Studentenraden dringen aan op versoepeling bindend studieadvies

Eerstejaars studenten hebben het al zwaar genoeg. Laat hen niet in de kou staan en verlaag dit jaar de norm voor het bindend studieadvies, schrijven studenten uit de medezeggenschap van elf universiteiten in een brief aan hun colleges van bestuur.

Zie Advalvas

PERSONEELSZAKEN



Reiskosten woon-werkverkeer lopen door tot februari

Het kabinet heeft 18 december 2020 besloten om ten minste tot 1 februari 2021 de tegemoetkoming in de reiskosten woon-werkverkeer door te laten lopen, vanwege de lockdown. Dit in tegenstelling tot [eerdere berichtgeving](#).

Zie ACTAnet

BLIJF ALERT



Coronanieuwsbrief verschijnt 1x per maand

De volgende nieuwsbrief komt op 18 februari uit. Je vindt de verschijningsdata op [ACTAnet > ACTA Info > jaarkalender](#).

Zie ACTAnet

Iedereen kan het coronavirus krijgen, houd je dus zo goed mogelijk aan de [richtlijnen van het RIVM](#) en de [rijksoverheid](#). Heb je klachten? Kijk op www.thuisarts.nl. Blijf thuis en [laat je testen door de GGD](#) of [versneld via ACTA](#) als je patiëntenzorg verleent.

VRAGEN?

coronavragen@acta.nl. Heb je vragen over een corona gerelateerde situatie, twijfel je of je naar ACTA moet komen of wil je advies? Dan kun je terecht bij medewerkers van Zorgbeleid via: zorgbeleid@acta.nl en bij spoed via WhatsApp: (06) 1126 8298 (Michelle Lenkens, Zorgbeleid).

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

[ACTA en de coronacrisis](#)

COLOFON



Dit is een publicatie van Marketing & Communicatie.
T: (020) 59 80678
E: communicatie@acta.nl