

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.

## 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



## 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](#)

## 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](http://www.thuisarts.nl). Blijf thuis en [laat je testen door de GGD](#) of [versnel via ACTA](#) als je patiëntenzorg verleent.

#### VRAGEN?

[coronavragen@acta.nl](mailto: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](mailto: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](mailto:penobedrijfsvoering@acta.nl).

#### ACTANET

[ACTA en de coronacrisis](#)

## COLOFON



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