

## **Zorg voor elkaar Breda blijft telefonisch bereikbaar**

**Ouderen en het Corona-virus is geen goede combinatie. We willen dan ook zoveel mogelijk voorkomen dat ouderen worden besmet. Ben je familie en/of mantelzorger en verkouden of griepig? Dan is het heel verstandig om de komende weken niet bij kwetsbare ouderen op bezoek gaan. Makkelijk gezegd. Maar, dat heeft wel grote gevolgen. Veel ouderen krijgen zo minder bezoek en aandacht, waarbij isolement op de loer ligt. Zorg voor elkaar Breda blijft daarom bereikbaar voor die ouderen. Voor mensen die zich zorgen maken over het Corona-virus. Of gewoon graag even een praatje willen maken.**

Veel ouderen wonen tot op hoge leeftijd zelfstandig thuis. Dat is natuurlijk heel mooi. Toch is het belangrijk dat ze niet in een isolement terechtkomen. Dus regelmatig contact hebben met anderen. Door het Corona-virus hebben veel mensen nu minder sociale contacten. Voor hen dreigt eenzaamheid. Omdat familie en mantelzorgers niet op bezoek kunnen komen. En doordat allerlei activiteiten voor senioren worden afgelast.

### **Niet naar vaste clubjes**

We merken dat veel van onze klanten zich zorgen maken over het Corona-virus. Zij zeggen bijeenkomsten en vaste activiteiten af. Zoals de bridgeclub, uit angst om zelf ziek te worden. En juist die sociale contacten zijn voor veel mensen heel belangrijk. Daarom hebben we een telefoonnummer waar mensen naartoe kunnen bellen. Om hun zorgen te uiten, of vragen te stellen over het Corona-virus. Maar ook om gewoon even een praatje te maken.

### **Sociale contacten erg belangrijk**

Familieleden blijken voorzichtiger te zijn geworden. Zij bezoeken hun ouders en grootouders minder vaak. Dat komt ook door het officiële advies van het RIVM. Al bij een klein verkoudheidje gaan ze toch maar niet langs. Bang als ze zijn om iemand aan te steken.

Zitten bezoekjes aan een ouder iemand er even niet in door het Corona-virus? Zorg er dan voor dat je wel op andere manieren contact houdt. Door iets vaker te bellen of beeldbellen. Bijvoorbeeld via Face Time en Skype. Een goed alternatief voor een uurtje samen op de bank zitten. Zelfs een klein gebaar kan al een enorm positieve invloed hebben.

### **076 – 525 15 15**

Heb je een vraag over het Corona-virus? Maak je je zorgen, of wil je gewoon even een praatje maken? Bel dan met het telefoonnummer van Zorg voor elkaar Breda: 076-525 15 15. Daar zit 5 dagen per week van 09:00 uur tot 17:00 uur iemand voor je klaar.