



Steunpakket voor welzijn en leefstijl in coronatijd

Door corona moeten we thuiswerken, is het onderwijs (gedeeltelijk) gesloten en zijn de mogelijkheden voor sociaal contact zeer beperkt. Dit heeft veel impact op het sociale en mentale welzijn van veel Nederlanders. Met het steunpakket voor welzijn en leefstijl in coronatijd komt 200 miljoen euro extra beschikbaar voor een hele serie initiatieven die eenzaamheid tegengaan, meer sociaal contact mogelijk maken en gezonder leven bevorderen.

Vier voorbeelden hoe mensen hier concreet iets van gaan merken:

Voor **jongeren** komen meer mogelijkheden in bibliotheken en wijkcentra om ergens binnen te lopen om een praatje te maken. En ook meer mogelijkheden om via hulplijnen en chats met iemand in contact te komen als je loopt te piekeren.



Voor **ouderen** komen meer (coronaproef) huisbezoeken en helpende handen bij bijvoorbeeld de boodschappen of andere dagelijkse klusjes.



Via buurtsportcoaches, scholen en gemeentes worden – **voor ons allemaal** – meer activiteiten georganiseerd om in beweging te blijven en gezond te leven.



Voor **mensen die psychisch kwetsbaar zijn en mensen met een (verstandelijke) beperking** komt meer begeleiding. Zodat zij meer dagelijkse structuur krijgen en hun hart kunnen luchten bij een huisbezoek als ze ergens mee zitten.



Houd je altijd aan de basisregels:

Heb je klachten?



Blijf in thuisquarantaine.



Ontvang geen bezoek.



Laat je testen.



Werk thuis, tenzij het niet anders kan.



Houd 1,5 meter afstand.



Is het druk? Ga dan weg.



Was vaak je handen.



Hoest en nies in je elleboog.



Draag een mondkapje waar dat verplicht is.

alleen samen krijgen we
corona onder controle

Meer informatie:
rijksoverheid.nl/coronavirus
of bel 0800-1351