

Kom jij graag in contact met één van onze jongerenwerkers?

Follow us!

#### Dronten-Zuid

Aziz Doufikar

06 10 99 59 16

 Aziz.jongerenwerk

#### Dronten-West

Lotte Brinkmann

06 10 99 35 25

 Lotte.jongerenwerk

#### Dronten-Midden

Machiel Vellema

06 30 99 27 63

 Machiel.jongerenwerk

#### Linda Pietersma

06 51 41 77 20

 Linda.jongerenwerk

#### Swifterbant

Marc Everaers

06 10 03 99 13

 Marc\_straathoekwerkdron

#### Biddinghuizen

Michelle Knol

06 21 45 59 47

 Michelle.jongerenwerk

#### Op projectbasis

Claudia Jansen

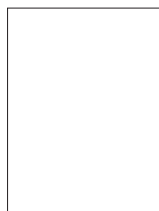
06 51 53 64 34

 Jongerenwerkerclaudia

Wij zijn ook bereikbaar  
via whatsapp!



Voor een bijzonder iemand in een bijzondere tijd.



www.meerpaal.nl

De Meerpaal®  
inspireert



## Tafeltje Dekje

### Iedere dag een vers bereide maaltijd

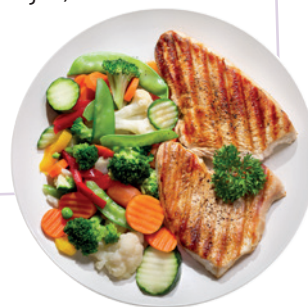
In tijden van crisis is het misschien lastig om dagelijks een verse maaltijd op tafel te zetten. De Meerpaal Welzijn organiseert 'Tafeltje Dekje', een bezorgservice van verse maaltijden.

#### Spelregels en uitleg

- Een gezonde maaltijd voor mensen die tijdelijk of langdurig niet in staat zijn om dit zelfstandig te kunnen verzorgen.
- Dagelijks koelvers geleverd en op te warmen in de magnetron.
- Diverse diëten of voedingsadviezen mogelijk (zoutarm, lactose intolerantie, suikervrij, etc.).
- Dagelijks keuze uit 3 menu's (ook vegetarisch mogelijk).
- Minimale afname 2x per week, maximaal 7 dagen per week.
- Online bestellen is ook mogelijk en wel zo handig ;-).
- Achteraf betaling per incasso of factuur (maandelijks).

#### Vragen of aanmelden?

Neem contact op met De Meerpaal Welzijn via 0321 388 710 of tafeltjedekje@meerpaal.nl.



Volg ons op Social media!



www.meerpaal.nl

de meerpaal



# Zorg goed voor elkaar!



De overheidsmaatregelen rond het coronavirus vragen ons om afstand van elkaar te houden, maar tegelijkertijd lijkt het ons juist dichterbij elkaar te brengen. Met prachtige landelijke en lokale initiatieven laten we zien dat solidariteit bestaat. Met z'n allen helpen we door te doen.

De Meerpaal Welzijn



# Naastenliefde in tijden van Corona

Ook in de gemeente Dronten wordt al veelal hulp geboden om boodschappen te doen voor ouderen, op kinderen te passen van werknemers in de zorg of een lift te geven aan mensen die niet met het openbaar vervoer durven te reizen. Tegelijkertijd spelen er ook hulpvragen waar onze sociaal werkers graag bij helpen. Want juist in deze lastige tijden blijven we zoeken naar alternatieve vormen van contact, hulp en steun. Als gevolg van de maatregelen van het RIVM zijn we wat minder in de wijken te vinden dan je van ons gewend bent, maar je kunt nog steeds met al je vragen bij ons terecht. Dagelijks rijden we met onze bakfiets door de wijk om in contact te zijn met de inwoners. Onder het genot van een bakje koffie of thee gaan we graag in gesprek.

*Heb je een vraag of behoefte aan een praatje? We zijn telefonisch bereikbaar via 0321 388 777. Je wordt dan doorverbonden met één van onze medewerkers.*

## Contactpunt ZamenEén

Heeft u behoefte aan een luisterend oor, heeft u extra hulp nodig of misschien wilt u juist iemand helpen? Inwoners van Dronten, Biddinghuizen en Swifterbant kunnen bellen met het Contactpunt van ZamenEén: 088 280 28 02. Meer informatie is te vinden op: [www.zamen-een.nl](http://www.zamen-een.nl)

**zamen één**  
coalitie tegen eenzaamheid DRONTEN

## Corona Challenges

### #glimlachchallenge

Wil je graag van betekenis zijn voor je kwetsbare of zieke buurvrouw en vind je het leuk om een ander in jou straat een glimlach te bezorgen? Doe dan mee aan de Glimlach Challenge. Je bent helemaal vrij in het bedenken van een actie. Voorbeelden zijn: een tekening op je raam plakken, iemand helpen met een boodschap of geef een tijdschrift aan iemand cadeau. Maak een foto of filmpje van de actie en zet deze op jouw Facebook of Instagram met #glimlachchallenge en tag De Meerpaal Dronten.

### Lekker in beweging

Nu we massaal thuis zijn en sportscholen en -clubs gesloten zijn, vind je het misschien lastig om in beweging te blijven. De buurtsportcoaches helpen je graag een handje! Via Facebook van Sport in Dronten worden dagelijks verschillende oefeningen gedeeld die je eenvoudig thuis kunt uitvoeren. Zo blijven we lekker in beweging!



### Online scrabbelen

Veel mensen halen deze dagen de bordspellen weer tevoorschijn. Heb je ook zin in een spelletje, maar heb je niemand om mee te spelen? Speel online scrabble met het spel 'Wordfeud' samen met vrijwilligers van Huis voor Taal. Het spel is gratis te downloaden in de appstore of Google Play.

### Hoe doe ik mee?

Geef je gebruikersnaam door aan [info@huisvoortaalDronten.nl](mailto:info@huisvoortaalDronten.nl) en wij zoeken je op om te spelen. Heb je moeite met het installeren van de app en wil je hierover contact? Wij zijn bereikbaar via: 06 30 34 86 25.



## Jeugd- en Jongerenwerk

"Wij zijn daar waar jongeren zijn."

Ook in tijden van social distancing blijven onze jongerenwerkers graag in contact met de jongeren. De jongerenwerkers blijven actief op straat en gaan met jongeren in gesprek over het belang van het volgen van de maatregelen van het RIVM. Daarnaast zijn ze op zoek naar wat jongeren momenteel nodig hebben in deze bijzondere periode. Online worden er verschillende polls, videoboodschappen en online groepen gevormd om maar zo dicht mogelijk bij de jongeren te blijven. Online zijn onze jongerenwerkers dan ook 7 dagen per week beschikbaar.

**Kom jij graag in contact met één van onze jongerenwerkers?**

Aan de achterzijde zie je waar je ze kunt vinden.



Ik denk AAN je

