



Handige voorbeelden van buiten de SW-sector met tips voor duurzame inzetbaarheid

Veel medewerkers in de SW zijn nu thuis als gevolg van het coronavirus. Een aantal medewerkers werkt nog door. Dit zorgt voor andere uitdagingen op het gebied van duurzame inzetbaarheid. Dit document biedt tips en oplossingen van allerlei organisaties. Deze delen we graag ter inspiratie om mensen betrokken te houden bij het werk en de organisatie. Ook om eenzaamheid en sociaal isolement tegen te gaan en te zorgen voor plezier en ontwikkeling. Regelmatig vullen we dit document aan met nieuwe informatie.

Toolbox corona en banenafpraak

Toolbox van 'Op naar 100.000 banen!' met relevante wet en regelgeving en tips en adviezen over de begeleiding van medewerkers.

[Bekijk de toolbox](#)

Gratis e-learnings op de WERK-portal.nl

Thuis leren en werken aan je ontwikkeling kan via gratis e-learnings.

- Op de [WERK-portal.nl](#) staan allerlei programma's rondom werk. Oefen bijvoorbeeld met lastige situaties op de werkvloer.

Bekijk de [instructievideo van de WERK-portal.nl](#).

Voor begeleiders is er ook een [webinar van een kwartier](#) met tips over hoe je de WERK-portal.nl kunt inzetten.

Websites met goed nieuws

Je kunt verdrietig worden van al dat slechte nieuws. [Goed nieuws](#) (van Steffie) verzamelt websites die alleen positief nieuws plaatsen.



Luisterend oor

De Telefoonlijn van zorgorganisatie Aveleijn is vanaf nu dagelijks open tussen 10.00 en 16.00 uur. Mensen met een verstandelijke beperking kunnen bellen voor de gezelligheid of met een vraag.

Bel 074 265 1168.

Informatie over corona

Op [Leer zelf online](#) staat begrijpelijke en toegankelijke informatie over de coronacrisis.

Steffie.nl

[Steffie.nl](#) is een website waarop moeilijke dingen makkelijk worden uitgelegd. Met gratis programma's om thuis te volgen. Een paar voorbeelden van deze site:

- [Contactloos betalen](#): In veel winkels kun je nu alleen nog maar contactloos betalen. Dit filmpje legt uit hoe het werkt.
- [Kijk op gezond](#): Leer op een leuke manier gezond eten en meer bewegen.
- [Naar je huisarts](#): Hoe je blij klachten een afspraak met je huisarts maakt en voorbereidt.

E-learnings op Oefenen.nl

Thuis leren en werken aan je ontwikkeling kan ook op Oefenen.nl

- Op [Oefenen.nl](#) staan bijvoorbeeld programma's om op een leuke manier aan je taalvaardigheid te werken, zoals Oefen LINGO en de Liedjeskast.
- Heeft iemand er moeite mee om online contacten te onderhouden in deze tijd? Dan is het programma ['Klik & Tik. Samen op 't Web'](#) op Oefenen.nl geschikt.

Bekijk de [pagina met tips voor thuis leren met of zonder Oefenen.nl](#)



Samen spelen

Samen spelen biedt challenges en andere online spellen om in contact te blijven met anderen.

Dagplanner met pictogrammen

Via de site [Mijn eigen plan](#) kun je een handige dagplanner met pictogrammen maken voor meer structuur. Als begeleider kun je meekijken in de planning en er zelf activiteiten in zetten. De planning is uit te printen of te gebruiken in een app. (Een initiatief van Zilveren Kruis)

Of vul deze dagplanner meteen in.



ochtend planner

9.30 - 10.15		11.15 - 12.00	
10.15 - 10.30		12.00 - 12.30	
10.30 - 11.15		12.30 - 13.00	



Actify app

App met tips over bewegen, voeding en allerlei leuke challenges. Te downloaden in de Play Store of App Store. *(Een initiatief van Zilveren Kruis)*

Dagelijkse work-out met TeamNL

Doe je dagelijkse work-out met een Nederlandse Olympisch sporter van TeamNL. De huiskamer als sportschool voor je favoriete sport met je favoriete sporter.

Kijk op [Fit met TeamNL](#)

Bewegen in tijden van corona

Infographic met sport- en beweegadviezen van het Amsterdam Universitair Medisch Centrum, de Koninklijke Nederlandse Voetbalbond, NOC*NSF en de Vereniging voor Sportgeneeskunde.

[Bekijk de infographic](#)





Digi-Taalhuis

Website van de bibliotheek met interessante tips om het thuis makkelijker, veiliger en leuker te maken.

Kijk op [Digi-Taalhuis](#)

Gratis Nederlandse taalles via Facebook en YouTube

Lees hier meer over in dit artikel: [Nederlandse taalles vanuit Aerdenhoutse villa een hit op social media](#)



Het begint met taal!

Met [webinars](#) over spreektaal, taalcoaching op afstand en taal in de praktijk. Voor taalcoaching op afstand tijdens de coronacrisis vind je op de site ook [handige tips](#).

Taal Doet Meer

De [website van Taal Doet Meer](#) biedt veel tips over zelfstandig taal oefenen, taalcoaching op afstand en digitale tools voor coaching op afstand.

➔ Kijk voor tips en voorbeelden voor **medewerkers aan het werk** en voor **medewerkers thuis** op www.sbcm.nl/corona