

Nieuwsbrief Stadsdorp Noord Jordaan 24 maart 2020

Beste Stadsdorpers,

Helaas gaan onze gezamenlijke activiteiten op dit moment niet door, maar daar laten we het niet bij zitten. Wij willen proberen jullie te informeren over zaken die wij vernemen en waarvan wij denken dat die kunnen helpen het leven te vergemakkelijken en op te vrolijken.

Heb je zelf een tip?

Als jullie tips of ideeën (b.v. goede boeken, een mooi gedicht etc.) hebben die interessant kunnen zijn voor elkaar laat ons dat weten op stadsdorpnoordjordaan@gmail.com. We kunnen dan de door jullie geselecteerde tips en ideeën weer communiceren naar de stadsdorpers.



IDFA

De IDFA zet ruim 300 documentaires gratis online. Op de website van de IDFA zijn de documentaires gratis toegankelijk. Het gaat om films uit de periode 1988-2019. Hierbij zijn festival hits als Rafea: Solar mama, On the way to School, Runaway en nog veel meer:

<https://filmkrant.nl/nieuws/idfa-zet-ruim-300-documentaires-gratis-online/>

Concerten vanuit Europese concertzalen

Weten jullie bijvoorbeeld dat veertien Europese klassieke concertzalen elke avond een ander concert streamen uit hun archief. De deelnemende concertzalen zijn onder andere Het Concertgebouw in Amsterdam, l'Auditori in Barcelona, Barbican Center in London en de Elbphilharmonie in Hamburg. Elke avond om 20.00 uur te zien op de Facebookpagina's van de deelnemende zalen:

https://www.parool.nl/kunst-media/europese-concertzalen-presenteren-gratis-concertstreams-op-facebook~b98223fb/?utm_campaign=shared_earned&utm_medium=social&utm_source=email

Noorderkerkconcerten

De Noorderkerk zendt concerten uit. Lidewij Van der Voort (barokviool) en Fred Jacobs (theorbe) hebben op stel en sprong een mooi nieuw programma samengesteld dat zij afgelopen zaterdag 21 maart live zijn gaan streamen vanaf een mooie locatie in Amsterdam!

De livestream van aanstaande zaterdag is voor iedereen toegankelijk maar zij stellen een alternatieve kaartverkoop voor. Je kunt voor 5,- of meer een kaartje kopen. De opbrengst gaat naar de musici.

Log in via Vimeo of Facebook vanaf 13.55. Same time, different place, see you there! <https://noorderkerkconcerten.nl/>

En voor wie van wie van opera houdt

<https://www.youtube.com/watch?v=JTVXEGIS3LE&feature=youtu.be>



OLVG corona check

Zijn jullie op de hoogte van het bestaan van de app 'OLVG corona check'? Door de uitbraak neemt de zorgvraag toe. Deze OLVG corona check is bedoeld voor inwoners van Groot-Amsterdam die gezondheidsproblemen hebben die mogelijk door het coronavirus worden veroorzaakt. Met deze gratis app kan een medisch team mensen op afstand begeleiden. Deze app is overigens uitdrukkelijk niet bedoeld als vervanging van reguliere zorg of spoedhulp: <https://luscii.com/nl/corona-virus/>

Blijf bewegen

Neem het 'thuis zitten' vooral niet al te letterlijk! Erik Scherder zegt daarover: "Door stilzitten verslechtert je weerstand en dat is precies wat je nu niet wilt." Wetenschappers hopen dat de politiek in de communicatie over het virus ook het belang van lichaamsbeweging benadrukt. "Je hoort steeds het advies over handen wassen, maar lichaamsbeweging wordt nergens genoemd." Zolang het nog kan, ga iedere dag even naar buiten en houd afstand tot je medewandelaars.

Zie hier voor het volledige artikel:

<https://www.goldensports.nl/wp-content/uploads/2020/03/artikel-AD-def.pdf>



Houd vooral het hoofd koel, dat is wellicht het beste advies dat we jullie op dit moment kunnen geven. Het is verstandig niet alles te lezen van de oeverloze stroom berichten die via allerlei kanalen over de wereld worden uitgestort. Die vormen een stressor van jewelste. Problematisch is de veelheid van de berichten, maar ook het feit dat ze ongecontroleerd zijn en je geen idee hebt wat ervan klopt. Door al die informatie sta je voortdurend op scherp en blijf je continu alert en gespannen. Op den duur word je daar horendol van. Raadpleeg regelmatig de officiële berichten, dan mis je niets.

Zorg goed voor jullie zelf en wellicht tot ziens tijdens een van onze ommetjes door de buurt.

Gemma, Gerda, José, Peter en Elly