



## Contactpunt Gezin@arq.org

Hieronder is een overzicht van organisaties die informatie bieden over gezinssituaties en corona, die mogelijkheden voor verwijzing bieden. Deze lijst is met zorg samengesteld, maar is vast niet volledig. We zorgen voor regelmatige updates.

### Voor professionals

Organisatie		Contact	
Veilig thuis	Advies- en meldpunt huiselijk geweld en kindermishandeling	<a href="http://www.veiligthuis.nl">www.veiligthuis.nl</a> 0800-2000 (24/7)	* Je kunt anoniem blijven
De Viersprong	Kosteloos advies van professionals die dagelijks omgaan met spanningen binnen gezinnen	I <a href="https://www.devierversprong.nl/">https://www.devierversprong.nl/</a> T 088 7656 216 E <a href="mailto:spanning-thuis@devierversprong.nl">spanning-thuis@devierversprong.nl</a>	* Anonimiteit van het kind waarover je wilt raadplegen, of van jezelf is mogelijk (als gewenst)
Rijksoverheid	Advies wat te doen als je je zorgen maakt om een kind, volwassene of ouder	I <a href="https://www.ikvermoedhuiselijkgeweld.nl/">https://www.ikvermoedhuiselijkgeweld.nl/</a>	*Advies inclusief voorbeelden uit de praktijk aangaande het herkennen van signalen, het gesprek aangaan, en hoe je advies en hulp vraagt
Nederlands Jeugdinstituut	Verzameling van informatie over het coronavirus voor professionals, ouders en kinderen	I <a href="https://www.nji.nl/coronavirus">https://www.nji.nl/coronavirus</a>	*Helder overzicht van informatie en advies over hoe je over het virus praat en hoe je in de dagelijkse praktijk steun kunt bieden * Informatie voor specifieke beroepen * Vragen en antwoorden bijv. voor professionals over omgangsregeling bij scheiding



Nederlands Jeugdinstuut	Omgangsregelingen in tijden van corona: Vraag en antwoord voor professionals	I <a href="https://www.nji.nl/nl/coronavirus/Professionals/Contact-bezoek-en-omgang/Vragen-over-omgangsregeling-bij-scheiding">https://www.nji.nl/nl/coronavirus/Professionals/Contact-bezoek-en-omgang/Vragen-over-omgangsregeling-bij-scheiding</a>	
Movisie	Bundeling van informatie over het coronavirus en de gevolgen die het heeft binnen de verschillende thema's van het sociaal domein	I <a href="http://www.movisie.nl/coronadossier">www.movisie.nl/coronadossier</a>	*Informatie gesorteerd op doelgroep en thema *Huiselijk en seksueel geweld uitgelicht
Psychotrauma ARQ IVP	Contactpunt psychosociale ondersteuning voor zorgprofessionals	I <a href="https://www.ivp.nl/ivp-accent/zorgprofessionals">https://www.ivp.nl/ivp-accent/zorgprofessionals</a> T 088 - 330 5500. (8.30 - 21.30 uur)	*Ook in het weekend bereikbaar
Augeo foundation	Onder 'Augeo actueel' informatie voor professionals die nu vanaf een afstand contact hebben met gezinnen	I <a href="https://www.augeo.nl/#">https://www.augeo.nl/#</a>	
113 Zelfmoord preventie	Ook beschikbaar voor (Zorg)professionals in coronatijd. Advies over wat je kunt doen als je cliënt, klant, leerling of werknemer het leven niet meer ziet zitten	I <a href="https://www.113.nl/zorgprofessionals-coronatijd">https://www.113.nl/zorgprofessionals-coronatijd</a> T 020 311 3888. (10.00 - 16.00 uur)	
Pharos	Kennis en expertise op het gebied van gezondheidsverschillen. Informatie over Corona in verschillende talen	I <a href="https://www.pharos.nl/coronavirus/">https://www.pharos.nl/coronavirus/</a>	
Pharos	Thuiswerken en welbevinden inclusief emotiekaartjes voor kinderen in verschillende talen	I <a href="https://www.pharos.nl/nieuws/thuis-werken-aan-welbevinden/">https://www.pharos.nl/nieuws/thuis-werken-aan-welbevinden/</a>	



Pharos	Handreiking psychosociale ondersteuning aan migranten, vluchtelingen en asielzoekers tijdens de corona-pandemie:	I <a href="https://www.pharos.nl/kennisbank/oog-voor-diversiteit-t-en-tijde-van-coronacrisis/">https://www.pharos.nl/kennisbank/oog-voor-diversiteit-t-en-tijde-van-coronacrisis/</a>	
GGD GHOR	Informatie over Corona in verschillende talen: Corona. Voorlichtingsmaterialen:	I <a href="https://www.ggdghorkennisnet.nl/thema/publieke-gezondheidszorg-asielzoekers-pga/publicaties/publicatie/29334-corona-informatie-en-voorlichtingsmaterialen">https://www.ggdghorkennisnet.nl/thema/publieke-gezondheidszorg-asielzoekers-pga/publicaties/publicatie/29334-corona-informatie-en-voorlichtingsmaterialen</a>	*Folders in verschillende talen

### Voor ouders

Rode Kruis	Een hulplijn voor mensen die vanwege het coronavirus in quarantaine of thuisisolatie zitten	T 070 4455 888 (09:00 - 21:00 uur)	
OuderWijzerTelefoon	Iedereen die even wil sparren, stoom af wil blazen of vragen heeft over het ouderschap en/of de opvoeding van zijn of haar kind	T 085 1303 959 (09:00/12:00 - 19:00/21:00 uur)	*Ook in het weekend (beperkt) bereikbaar



CAS Help Desk	Helpdesk voor coronagerelateerde vragen voor vluchtelingen en asielzoekers in het Arabisch en Tigrinya	T 085-5808800 (14:00 - 16:00 uur) Facebook: <a href="https://www.facebook.com/C19helpdesk">https://www.facebook.com/C19helpdesk</a>	* Arabisch en Tigrinya
De Oudertelefoon	Bellen en chatten voor een luisterend oor, en tips	I <a href="http://www.oudertelefoon.nl">www.oudertelefoon.nl</a> T 085-1304658 (14.00/17.00 uur)	*Anoniem
Stichting Kinderleven #goedverbonden	Een hulplijn om een luisterend oor te bieden aan gezinnen waar de stress hoog oploopt nu in coronatijd	T 085 864 0164 (08:00 - 18:00 uur)	
Omnia Jeugdzorg	Een hulplijn voor ouders die nu vragen hebben over opvoeden. Antwoord kan gegeven worden in meerdere talen	I <a href="https://omnia-jeugdzorg.nl/">https://omnia-jeugdzorg.nl/</a> T 040 202 7129 (09:00/17:00 uur)	* Nederlands, Arabisch, Turks, Somalisch, Pools, Berbers, Spaans, Engels, Afghaans en meer. *Kostenvrije hulp
De Luisterlijn		I <a href="http://deluisterlijn.nl">deluisterlijn.nl</a> T 0900-0767 of via de chatfunctie	
Mind Korrelatie	Hulplijn voor vragen over de opvoeding of als er spanningen thuis zijn hulplijn voor als je	I <a href="https://mindkorrelatie.nl/spanningenthuis">https://mindkorrelatie.nl/spanningenthuis</a> T 0900 – 1450 (18:00 - 22:00 uur)	*Ook in het weekend (beperkt) bereikbaar



	psychische hulp nodig hebt tijdens deze crisis		
Covid Coach	mobile app	<a href="https://apps.apple.com">apps.apple.com</a>	
Pharos	Informatie over Corona in verschillende talen	<a href="https://www.pharos.nl/coronavirus/">https://www.pharos.nl/coronavirus/</a>	
Pharos	Corona, thuis blijven en opvoeding. Wat kan je doen	<a href="https://www.pharos.nl/kennisbank/corona-t-huis-blijven-en-opvoeding-wat-kan-je-doen/">https://www.pharos.nl/kennisbank/corona-t-huis-blijven-en-opvoeding-wat-kan-je-doen/</a>	
Pharos	Thuiswerken en welbevinden inclusief emotiekaartjes voor kinderen in verschillende talen	<a href="https://www.pharos.nl/nieuws/thuis-werken-aan-welbevinden/">https://www.pharos.nl/nieuws/thuis-werken-aan-welbevinden/</a>	
113 Zelfmoord preventie	Een hulplijn voor als jezelf denkt aan zelfmoord of als je een dierbare, die het zwaar heeft, wil helpen		
Nederlands Jeugdinstuut	Verzameling van informatie over het coronavirus ook voor ouders	<a href="https://www.nji.nl/coronavirus">https://www.nji.nl/coronavirus</a>	
GGZ Standaarden	Werkkaart: Ondersteun de ouder in hun ouderrol tijdens de coronacrisis!	<a href="https://www.ggzstandaarden.nl/uploads/site_products/5a4bcad55dd5a58135fa0e8b442030e9.pdf">https://www.ggzstandaarden.nl/uploads/site_products/5a4bcad55dd5a58135fa0e8b442030e9.pdf</a>	



GGZ Standaarden	Werkkaart: Kwetsbare gezinnen tijdens coronacrisis – scholen aan zet!	<a href="https://www.ggzstandaarden.nl/uploads/side_products/f3570c671f6ca77e558a769376f7e04c.pdf">https://www.ggzstandaarden.nl/uploads/side_products/f3570c671f6ca77e558a769376f7e04c.pdf</a>	
Headspace	Meditaties voor jongeren en ouders	I <a href="http://www.headspace.com/covid-19">www.headspace.com/covid-19</a>	Kosteloos

### Voor jongeren

Kindertelefoon		T 0800-0432 (8-18 jr)	
Chatfunctie JouwGGD.nl			
113online/: suïcidale bellers	Een hulplijn voor als jezelf denkt aan zelfmoord of als je een dierbare, die het zwaar heeft, wil helpen	T 0900-0113	
GGZ Standaarden	Werkkaart voor kinderen: Wat kan je als kind?	I <a href="https://www.ggzstandaarden.nl/uploads/side_products/922751e2cc20e31eac027a72215efb53.pdf">https://www.ggzstandaarden.nl/uploads/side_products/922751e2cc20e31eac027a72215efb53.pdf</a>	



--	--	--	--

### Verder lezen over stress en trauma in het gezin voor professionals

- Slootmaeckers, J. & Migerode, L. (2020). Partnergeweld en Emotionally Focused Therapy. Lannoo Campus.
- National Child Traumatic Stress Network (NCTSN). Keeping youth safe online: <https://bit.ly/2xkvawX>.
- Vereniging Valente bijdrage in NRC over noodzaak landelijk coördinatiepunt voor de aanpak van huiselijk geweld. [https://lnkd.in/g\\_74j8](https://lnkd.in/g_74j8).
- Parikh, S. Together we can: Engaging with children: Tips for parents. Maintain a flexible routine. Freely available <https://lnkd.in/fMpYVP7>.
- Ouwelant, A. Van den Trauma-sensitieve en creatieve oefeningen. [www.annes.eu](http://www.annes.eu).
- VluchtelingenWerk West en Midden-Nederland. Time4you-journaal: Journaal voor kinderen van 8 t/m 12 jaar die in de centrale opvanglocaties wonen, of hebben gewoond. <https://lnkd.in/e-dP6mZ>.
- WHO. Children's story book released to help children and young people cope with COVID-19. [www.who.int](http://www.who.int).
- Rossum, Marnix van. "Voorkom de machtsstrijd met je kinderen over thuis leren, 6 tips." [www.youtube.com](http://www.youtube.com).
- Scott Sells: "How to motivate and engage the whole family?" Webinar. [www.rinogroep.nl](http://www.rinogroep.nl)
- Fiddelaers-Jaspers, R., Roosmalen, T. Van, & Lavell, M. (2020). Een pleister tegen trainen (met aanvulling vanwege de impact van het coronavirus). Bijlage gratis te downloaden: [https://lnkd.in/gsd6\\_74](https://lnkd.in/gsd6_74). Meer info over het boek: <https://lnkd.in/gMNMKvd>.
- Goedhart, R. "Hoe? Sociaal emotioneel leren op afstand." Emotiekaartjes voor thuis en activiteitenbeschrijvingen in Farsi, Engels, Arabisch, Nederlands en Pools. Zie [www.LOWAN.nl](http://www.LOWAN.nl).
- COSIS. Werkboek ontspanning en contactoefeningen. Vrij te downloaden.
- VGCT (2020) Factsheet trauma bij kinderen. [www.vgct.nl](http://www.vgct.nl).
- Voor kwetsbare kinderen opdat ze toch naar school kunnen: Augeo Foundation, Stichting Kinderpostzegels Nederland & Het vergeten kind. HOME. [www.samensterkvoorkwetsbarekinderen.nl](http://www.samensterkvoorkwetsbarekinderen.nl).
- "De problemen van kinderen blijven nu achter de voordeur." [www.trouw.nl](http://www.trouw.nl)
- STERKR (Aafke en Gertie Mooren) "Prinsesje Hadith en het geheimzinnige virus dat je niet ziet", een voorleesverhaal voor jonge kinderen. Gratis te downloaden [https://lnkd.in/dCe6\\_ZU](https://lnkd.in/dCe6_ZU). [www.hartpraat.nl](http://www.hartpraat.nl)

### Verschillende talen/culturen:

- In Google Chrome zijn alle websites naar bijna elke taal te vertalen. Dit doe je door Chrome te openen, de website te openen die je wil bekijken, en bovenaan de pagina 'Vertalen' aan te klikken. Dit kan ook via klik met de rechtermuisknop ergens op de pagina.



- Refugee Start Force: bijvoorbeeld een filmpje van Eritrese jongeren in Nederland elkaar een hart onder de riem steken in het Tigrinya. <https://refugeestartforce.eu/>
- Syrisch - <https://nl-nl.facebook.com/syriersgezond/>
- Muziek & verhalen uit alle windstreken (De vrolijkheid): <https://m.soundcloud.com/vrolijkheidmuziek>