



LOOP SPARMOMENT 22 AUGUSTUS: OVER DESILLUSIE

Veel Oekraïners hadden verwacht dat ze na een korte periode in de opvang weer terug konden keren naar hun huis in Oekraïne. Maar twee jaar later duurt de oorlog voort en is de toekomst onzeker. Dardoor kunnen ontheemden (en degenen die hen ondersteunen) een gevoel van desillusie, teleurstelling en boosheid ervaren. Hoe kunnen we hen hierin ondersteunen?

Om hier een antwoord op te geven nodigen we iedereen die betrokken is uit voor het komende online sparmoment. We gaan met elkaar in gesprek en delen ideeën en good practices. Speciaal voor Oekraïense psychologen en ervaringsdeskundigen zullen er, naast Nederlandstalige, ook break-outrooms zijn waar men Engels kan spreken. Het online sparmoment vindt 22 augustus van 11.30 tot 12.45 uur plaats. Meld je aan via de knop beneden.

Aanmelden

HANDREIKING LAAGDREMPELIGE PSYCHOSOCIALE ONDERSTEUNING

De meeste mensen die te maken hebben met schokkende gebeurtenissen hebben genoeg veerkracht om met deze ervaringen om te gaan. Maar Oekraïense ontheemden zijn in Nederland verwijderd van (een deel van) hun familie en vrienden. Daardoor ontbreken steunbronnen die juist zo belangrijk zijn. Daarom ligt er een belangrijke rol voor opvangmedewerkers en andere betrokkenen. Door laagdrempelige ondersteuning te bieden kunnen zij ontheemden helpen met deze lastige situatie om te gaan.

Om hierin te ondersteunen heeft het LOOP de handreiking Laagdrempelige Psychosociale Ondersteuning (LPO) gemaakt. Hierin staan adviezen, handvatten en nuttige tools. Hij beslaat verschillende thema's, zoals: sociale steun, vroegtijdige signalering, gespreksvoering, werken aan vertrouwen, psycho-educatie en lotgenotencontact.

Handreiking LPO



LAAGDREMPELIGE PSYCHOSOCIALE ONDERSTEUNING: DE UNDP-HOTLINE

Luisterlijnen zijn een nuttige tool voor laagdrempelige ondersteuning voor ontheemden uit Oekraïne. Er zijn er verschillende waar ontheemden naartoe kunnen bellen, voor een luisterend oor of voor een laagdrempelig gesprek. Deze keer vertellen wij meer over de hotline van UNDP.

Het [United Nations Development Programme](#) heeft de hotline opgericht op initiatief van de National Psychological Association met steun van UNDP Oekraïne en de regeringen van Denemarken en Canada. De hotline heeft professionele psychologen in dienst met veel ervaring die een speciale opleiding hebben gevolgd om met complexe crisissituaties te werken. Het doel is vooral om Oekraïners die voortdurende emotionele spanning ervaren, die door de oorlog wordt veroorzaakt, te helpen die te verlichten en hun betrouwbare ondersteuning te bieden in moeilijke tijden. Vanuit Nederland kan er gebeld worden naar 0800 230 0405. (Ontheemden kunnen ook vanuit andere landen bellen.)

Meer informatie

VRAGEN OP DE HELPDESK: JONGEREN MET PSYCHISCHE PROBLEMEN

We kregen een bericht over verschillende psychische problemen bij Oekraïense jongeren, zoals zelfbeschadiging, depressieve gedachten en stressklachten. Zowel de school van de jongeren als de opvanglocatie maakten zich zorgen en vroegen ons mee te denken. Omdat betrokkenen nog geen specifieke casuïstiek konden benoemen, enkel signalen, hebben we preventief wat suggesties gedaan.

Eén daarvan was [Empatia](#): jongeren kunnen naar hun hotline bellen voor een laagdrempelig gesprek met een Oekraïense psycholoog. Ook wezen we op de mogelijkheid om een Oekraïense professional op locatie in te zetten voor laagdrempelige gesprekken. Daarnaast adviseerden we gerichte interventies voor jongeren, zoals [Mind-Spring 13+](#) en [Time4You](#). Tot slot hebben we verschillende zelfhulptools doorgestuurd die ook terug te vinden zijn in de [handreiking LPO](#).

Handreiking Kind en Gezin

VOLG ONS OP LINKEDIN

We zouden het leuk vinden als je ons volgt op LinkedIn, waar wij relevante informatie delen over PSH, maar ook terugkoppelingen en aankondigen doen over werkbezoeken, webinars, gesprekken en andere relevante activiteiten en thema's.

LinkedIn



SIGNALEREN VAN PSYCHISCHE KLACHTEN BIJ ONTHEEMDEN

Tips bij het signaleren van psychische klachten.

Naar wegwijzer



LAAGDREMPELIGE PSYCHOSOCIALE INTERVENTIES

Bekijk hier welke interventie het beste aansluit.

Naar keuzehulp

Heb je vragen over het welzijn van bewoners binnen de opvang?

Telefoonnummer tijdens kantooruren: 088 - 662 5816.

Je kunt ook mailen naar info@loketoekraïnepsh.nl.

Informatie, tools, webinars en trainingen m.b.t. psychosociale hulp vind je op <https://loketoekraïnepsh.nl/>

Alle nieuwsbrieven bekijken en aanmelden? [Klik hier.](#)

Het LOOP is een samenwerkingsverband van ARQ, de GGD'en, GGD GHOR Nederland, JenV, de Nederlandse ggz, het NIPV, Nivel, OPORA Foundation, PsyGlobal, het RIVM, het Nederlandse Rode Kruis en VluchtelingenWerk Nederland. We werken nauw samen met partijen als Leger des Heils, Pharos en de VNG.

Deze e-mail is verzonden aan {{email}}. • Als u geen nieuwsbrief meer wilt ontvangen, kunt u zich [hier afmelden](#). • U kunt ook uw [gegevens inzien en wijzigen](#). • Voor een goede ontvangst voegt u info@loketoekraïnepsh.nl toe aan uw adresboek.

