



WEBINAR 29 OKTOBER OVER DESILLUSIE

Na de eerste fase van overleven beseffen veel ontheemde Oekraïners dat de situatie niet snel zal veranderen. De aanhoudende onzekerheid en het gebrek aan toekomstperspectief leiden tot gevoelens van desillusie, wat kan resulteren in spanningen, destructief gedrag, wantrouwen en isolement. Hoe kunnen we ontheemden die desillusie ervaren het beste ondersteunen?

Om hierop in te spelen, organiseren wij op 29 oktober een webinar over desillusie. Het doel is om praktische handvatten en good practices te delen, zodat opvangmedewerkers ontheemden beter kunnen bijstaan. Felicia Stoutjesdijk, psycholoog en supervisor voor de training Problem Management Plus (PM+), zal als gastspreker haar ervaring delen.

Tijdens het webinar bespreken we de volgende vragen: Hoe ga je het gesprek aan met mensen die desillusie ervaren? Hoe kun je de veerkracht vergroten? Hoe bevorder je het gemeenschapsgevoel? Hoe ga je om met desillusie onder opvangmedewerkers?

Aanmelden

CHECKLIST OVERLAST: NU OOK IN PRINTBARE PDF

Tijdens het webinar op 12 maart over overlast, presenteerden we de [overlastchecklist](#). Die bestaat uit punten die de kans op en de impact van overlast zoveel mogelijk kunnen beperken. Hij bestaat uit drie delen: organisatorische aspecten (wat kun je qua netwerk, beleid, huisvesting en personeel doen), preventie (hoe kun je van tevoren de kans verkleinen) en oplossen (hoe kun je de impact beperken). Op veler verzoek hebben we de digitale checklist nu ook in een printbare pdf gegoten. Check it out.

Checklist in pdf

MEERKOSTENREGELING

Dat de Meerkostenregeling bedoeld is om tegemoet te komen in de extra kosten die gemeenten maken voor Oekraïners als het gaat om Wmo, Jeugdwet en Wet publieke gezondheid is inmiddels wel bekend. Toch horen we regelmatig dat lang niet alle gemeenten gebruikmaken van dit (niet-geoordeelde) potje. Terwijl het van pas kan komen als je bijvoorbeeld passende zorg wilt organiseren voor een Oekraïense ontheemde. Daarom deze tip: vraag eens aan je financiële administratie of er nog geld over is van het bedrag dat met de decembercirculaire is meegekomen. De [bedragen per gemeente vind je hier](#) (vanaf blz. 46).

Meerkostenregeling

15 NOVEMBER: VERVOLG INITIATIEF COMPLEXE CASUÏSTIEK

Op 15 november organiseren we van 9.00 tot 13.00 uur in Utrecht een werksessie voor projectleiders over complexe casuïstiek. Op het kennisevent op 10 september zei 100 procent van de aanwezigen dat het ICC een vervolg moet krijgen. Daarom brengen we mensen die in hun regio al de nodige ervaring hebben opgedaan met het oplossen van vraagstukken rond complexe casuïstiek samen met projectleiders die behoefte hebben aan een oplossing van die vraagstukken in hun regio. Ook nodigen we anderen uit, zoals rijksambtenaren van A&M en VWS en experts. Met hen maken we landelijke plannen die we regionaal uitvoeren waaruit we landelijk lering trekken zodat we nog betere plannen regionaal nog beter uitvoeren enzovoort. De basis van deze sessie is de uitwerking van het kennisevent op 10 september. Mocht je die hebben gemist, klik op de gele button hier beneden.

Als je projectleider bent en erbij wilt zijn, laat dat dan via een [mail aan Olav de Maat](#) weten.

Uitwerking kennisevent



MET OPVANGBEWONERS EEN FILM KIJKEN OVER OPVANGBEWONERS

De documentaire All is well gaat over Oekraïense oudere dames die een nieuw leven opbouwen in Nederland terwijl ze nog met één been in Oekraïne staan. Het documentaireproductiebedrijf Een van de jongens gaat met die film langs opvangplekken om na het kijken van de film onder begeleiding van Oekraïense gespreksleiders (en het genot van een Oekraïense maaltijd) te praten over de mentale kant van vluchten. Bewoners kunnen zo op een veilige en laagdrempelige manier hun persoonlijke verhalen in hun eigen taal met elkaar delen.

Daarnaast organiseert Een van de jongens huiskamervertoningen op opvanglocaties met buurtgenoten. Bewoners en hun burens kijken dan de film en gaan in gesprek over het leven op een nieuwe plek. Ook weer onder het genot van Oekraïense eten. Dit om meer begrip te creëren voor Oekraïners in Nederland, en om de Oekraïners andere mensen te laten ontmoeten in de buurt.

Meer weten over hoe je dit in jullie opvang kan organiseren? Neem dan contact op met [Deniece Hilberink](#).

LAAGDREMPELIGE PSYCHOSOCIALE ONDERSTEUNING: MY MENTAL HEALTH GUIDE

In deze nieuwsbrief willen we graag My Mental Health Guide onder de aandacht brengen. Dit platform combineert psycho-educatie en zelfhulp voor mensen met (beginnende) psychische klachten. My Mental Health Guide biedt waardevolle informatie over het omgaan met onder andere stress, burn-out, verslaving en slaapproblemen. Daarnaast zijn er zelfzorgbronnen en nuttige contacten beschikbaar voor wie ondersteuning zoekt bij traumatische ervaringen, speciaal voor Oekraïense ontheemden. De website is Engelstalig en ontwikkeld door het Nationaal Instituut voor Geestelijke Gezondheid in Tsjechië.

My Mental Health Guide

VRAGEN OP DE HELPDESK: ONDERSTEUNEN BIJ EEN SCHEIDING

Deze week ontvingen we meerdere vragen op de helpdesk over Oekraïense ouders in de opvang die willen scheiden of dat overwegen. De vraag die vaak naar voren kwam: welke stappen kunnen we nemen en hoe bieden we de juiste ondersteuning?

Allereerst kunnen stressvolle situaties de spanningen laten oplopen die kunnen leiden tot relatieproblemen. Het kan daarom goed zijn om extra psychosociale ondersteuning te bieden. Soms blijkt het dat iemand last heeft van psychische klachten waardoor de relatie onder druk komt te staan. Het is daarom belangrijk het gesprek te gaan en informatie te geven over welke ondersteuning en hulp er is. Zo kan bijvoorbeeld een sociaal wijkteam, een relatietherapeut of een Oekraïense psycholoog ondersteuning bieden. Sommige ggz-instellingen bieden ook ondersteuning aan bij relatieproblemen. Daarnaast kun je altijd doorverwijzen naar de hotline van [Empatia](#) voor een luisterend oor. In de [Handreiking LPO](#) onder het kopje 'hulpmiddelen' vind je bovendien handige tools voor laagdrempelige hulpverlening.

Voor juridische vragen omtrent een scheiding kan er contact opgenomen worden met [Opora Foundation](#). Voor juridische vragen over documentatie in Oekraïne kan er contact worden opgenomen met [Rokada](#). Indien er sprake is van huiselijk geweld is het belangrijk om de meldcode huiselijk geweld aan te houden door een melding te maken bij Veilig Thuis.

Heb je vragen of wil je dat we met je meedenken? Bel onze helpdesk op 088 662 5816 of mail naar [info@loketoekraïnepsh.nl](#).

Handreiking LPO

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



HANDREIKING KIND EN GEZIN

Tips, adviezen en tools ter ondersteuning van kind en gezin.

Naar handreiking



WEGWIJZER PSYCHISCHE KLACHTEN

Hoe kun je iemand het beste ondersteunen bij psychische klachten?

Naar wegwijzer

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

Telefoonnummer tijdens kantoortijden: 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.