

LOKET

ONTHEEMDEN OEKRAÏNE PSH



VEEL HANDVATTEN BIJ WEBINAR DESILLUSIE

Op 29 oktober was het webinar over desillusie onder ontheemden uit Oekraïne en opvangmedewerkers. We bespraken verschillende oorzaken van desillusie, hoe desillusie zich uit in gedrag en wat de opvang kan doen om mensen te ondersteunen. Felicia Stoutjesdijk was onze tafelgast en vertelde meer over de do's en don'ts als je in gesprek gaat met mensen die desillusie ervaren en de interventies PM+ en Mind-Spring om de veerkracht van ontheemden te vergroten. Ook gaf ze tips over wat je kan doen met opvangmedewerkers die desillusie ervaren. Ook bespraken we het KR8! Magazine (zie ook onderaan de nieuwsbrief een toelichting van KR8!) als tool om de krachten en doelen van mensen in kaart te brengen.

Verder vertelde Ivanna, van Stichting Mano, over de mindfull picknick, die het gemeenschapsgevoel bevordert en mensen verantwoordelijkheid geeft voor de organisatie daarvan. Lin Hovenga deelde haar ervaring over de toekomsttraining die zij geeft bij het COA. Olya de Jong gaf inzicht over haar tool om opvangbewoners in sleutelgroepen in te delen om beter aan te sluiten bij hun behoeften. Kortom: een hoop tips en inzichten. Heb je het webinar niet gezien? Niet getreurd! Het is terug te kijken op onze website.

Terugkijken

NIEUWE OEKRAÏENSE POH-GZZ EN BASISPSYCHOLOOG BESCHIKBAAR

Door een samenwerking tussen huisartsenpraktijk [Arene](#) en [HSK](#), geïnitieerd door [PsyGlobal](#), is er nu een nieuwe Oekraïense POH-GGZ beschikbaar én een Oekraïense basispsycholoog. Beide professionals werken volledig online. Dat zorgt voor kortere wachttijden en toegankelijkheid voor ontheemden door heel Nederland. Het maakt de drempel naar hulp lager en helpt bij het vroegtijdig signaleren van psychische klachten. Dat is belangrijk want tijdige hulp is een cruciale steunbron bij het verwerken van trauma's, stress en de uitdagingen van het opbouwen van een nieuw leven in Nederland.

TERUGKOPPELING SPARMOMENT JONGEREN

Op 22 oktober vond het derde sparmoment plaats, waarbij het thema Jongeren centraal stond. We horen steeds vaker dat het niet goed gaat met Oekraïense jongeren. Ze kampen in toenemende mate met psychische klachten, maar vinden het moeilijk om hulp te zoeken.

Herman Nugteren van Trauma Care Company gaf een korte presentatie over de situatie van Oekraïense jongeren en deelde praktische tips over hoe je hen kunt ondersteunen. Daarna gingen we in break-outrooms verder om over oplossingen te brainstormen, met bijdragen van experts van onder andere War Child, Universiteit Utrecht, ARQ en Jellinek. [Lees hier het verslag.](#)

Het volgende sparmoment vindt plaats op 3 december van 11.30 tot 12.45 uur en heeft als onderwerp: Praten over de toekomst. Meld je hieronder aan.

Aanmelden



THEATERVOORSTELLING: WIJ ZIJN HIER

Op zondag 17 november om 17.00 uur is er in de Oude Jeroenskerk in Noordwijk een theatervoorstelling genaamd: Wij zijn hier (in het Oekraïens: ми тут). Theaterregisseur Hanna Taube heeft met tien Oekraïense vrouwen een prachtige voorstelling gemaakt over de oorlog in Oekraïne. Die kan Oekraïners helpen om hun situatie met alle onzekerheden die er zijn te aanvaarden zoals deze is en Nederlanders meer inzicht geven op wat Oekraïners in het hier en nu meemaken.

Hanna vertelde bij een eerdere voorstelling hoe mooi het proces was dat haar acteurs tijdens de ontwikkeling van het stuk doormaakte. Hanna zou daarom deze voorstelling graag vaker willen geven op andere locaties én met een nieuwe club Oekraïners willen maken. Mocht je als gemeente, opvanglocatie of theater interesse hebben in dit stuk dan kunnen wij de contactgegevens delen van de regisseur. Stuur ons dan een mailtje naar info@loketoekraïnepsh.nl of bel naar onze helpdesk op 088 662 5816.

Meer informatie

LAAGDREMPelige PSYCHOSOCIALE ONDERSTEUNING: KR8! MAGAZINE

KR8! Magazine van Movisie is een gespreksinstrument gericht op jongeren in een kwetsbare positie. Het ondersteunt hen bij de overgang naar volwassenheid en helpt hen hun eigen wensen, krachten en doelen te ontdekken, zodat ze zelfstandig hun leven kunnen inrichten. Het magazine bevat vragen en oefeningen, waardoor jongeren meer zelfinzicht krijgen en het eigenaarschap van hun ontwikkeling vergroten. KR8! Magazine kun je inzetten voor Oekraïense jongeren in de opvang om zo met hen samen te werken aan een toekomstperspectief en hen in hun kracht te zetten.

Meer informatie

Vragen op de helpdesk: ONDERSTEUNEN BIJ EEN SCHEIDING

Vanwege wachtlijsten kan het lang duren voordat iemand door een psycholoog gezien kan worden. Ook deze week kregen we hier een vraag over: wat kunnen we aanbieden ter overbrugging? Er zijn verschillende dingen die je kunt doen als bewoners wachten op een behandeling.

Mensen hebben dan baat bij structuur, en een locatie kan daarbij helpen door passende dagbesteding te vinden. Daarnaast zijn sociale contacten belangrijk. Het organiseren van supportgroepen kan hierbij helpen. Ook kun je handvatten bieden op het gebied van zelfhulp. Zo geeft de [e-learning Doing What Matters in Times of Stress](#) psycho-educatie en ontspanningsoefeningen in het Oekraïens. Neem contact op met de helpdesk om de verschillende mogelijkheden te bespreken of bekijk onze [handreiking Laagdrempelige Psychosociale Ondersteuning](#) onder het kopje Hulpmiddelen. Je vindt daar meerdere laagdrempelige tools om de wachttijd te overbruggen.

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 met psychische klachten?

Naar wegwijzer

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.

Laposta