

Informatie t.a.v.

# PSH bij de opvang en ondersteuning van vluchtelingen uit Oekraïne

Versie: wk.25\_v.01

- Deze informatie is samengesteld door ARQ Kenniscentrum Impact van Rampen en Crises en GGD GHOR Nederland.
- De nieuwste versie van dit overzicht kunt u [hier](#) vinden (direct in de inleiding).
- Geel gearceerd steeds de meest recente toevoegingen/aanpassingen)

Psychosociale hulp (PSH) ondersteunt waar nodig de veerkracht van getroffenen, om met de gebeurtenis samenhangende psychosociale klachten en/of gezondheidsproblemen te verminderen, dan wel te voorkomen. Reductie van (extra) stress en het bieden van handvatten om met de stress om te gaan, zijn daarin cruciaal. PSH is daardoor veelomvattend. Op basis van de mogelijke reacties, behoeften en problemen van getroffenen kan de PSH verder worden onderverdeeld in:

1. Basishulp (veiligheid, medische zorg, eten, drinken, medicatie, onderdak);
2. Informatie (over de gebeurtenis, de stand van zaken, het lot van dierbaren, mogelijke stressreacties);
3. Emotionele en sociale steun (luisterend oor, betrokkenheid, erkenning);
4. Praktische hulp (administratie, huishouden, juridisch advies, financiële ondersteuning);
5. Zorg bij gezondheidsklachten (preventie, signaleren, diagnose en behandeling).



De aspecten 1. basishulp, 2. informatie 4. praktische hulp en vallen (grotendeels) onder de verantwoordelijkheid van de gemeente, in het kader van Bevolkingszorg. **GGD'en** hebben een adviserende- en informerende rol over hoe zij de PSH in de categorieën 3. psychosociale/emotionele ondersteuning en 5. zorg bij gezondheidsklachten, voor vluchtelingen uit Oekraïne in opvanglocaties kan vormgeven. Zie voor meer informatie over PSH [Multidisciplinaire Richtlijn PSH bij rampen en crises](#).

Aansluitend bij de Multidisciplinaire richtlijn PSH bij rampen en crises wordt geadviseerd de PSH zoveel mogelijk langs de reguliere (regionale/lokale) lijnen te laten plaats vinden, bijvoorbeeld als het gaat om het bieden van een luisterend oor (Luisterlijn, supportlijn, allesOkélijn), de hulp- en advieslijn voor mensen met psychische en psychosociale problematiek MIND Korrelatie, het Centrum seksueel geweld wanneer er sprake is van seksueel misbruik en de huisarts als poortwachter bij de doorverwijzing naar specialistische zorg.

In dit document vindt u een overzicht van: Landelijke informatie, verwijzingen en steunbronnen PSH Vluchtelingen Oekraïne

## Actuele situatieschets

- [Situational report Displaced People Unit – Ukrainians in the Netherlands Foundation](#) (in Engels) biedt een contextuele en feitelijke analyse van de positie van gevluchte Oekraïners in Nederland. Gebaseerd op gegevens verzameld tussen maart en mei 2022 met als doel: een overzicht geven van de situatie van Oekraïense vluchtelingen vanuit Oekraïens perspectief, knelpunten te benoemen en waar mogelijk beleidsoplossingen voor te stellen.
- Uit omgevingsanalyse opvang vluchtelingen Oekraïne (22-05-2022)
- Het aantal opvangplekken voor Oekraïense vluchtelingen ligt voor het eerst boven de 50.000. In totaal kunnen in theorie nu 50.596 Oekraïners onderdak vinden bij gemeentelijke opvanglocaties. Daarmee is het doel dat kabinet en gemeenten begin maart stelden om z.s.m. 50.000 bedden te realiseren, behaald, zij het later dan gepland. (ANP)
- Er zijn berichten over uitbuiting van Oekraïense arbeiders in het Westland. De uitbuiting blijkt uit documenten die vakbond CNV in handen kreeg en uit gesprekken van RTL met Oekraïense werknemers.
- Tegenvallende ervaringen met particuliere opvang blijven een punt van aandacht. Een artikel van NU.nl hierover zorgt voor veel reacties.
- De situatie in Ter Apel en de opvang van asielzoekers domineert nog steeds het mediabeeld op het gebied van migratie. Over de opvang van Oekraïense vluchtelingen verschijnen minder berichten.
- Het Programma-Directoraat-Generaal Oekraïense ontheemden (DG Oek) heeft een interdepartementale coördinerende en integrale beleidsfunctie met betrekking tot de opvang van Oekraïense ontheemden.
- Nationale crisisstructuur opvang vluchtelingen Oekraïne gaat over in specifieke crisisstructuur (16-5-2022). In de specifieke crisisstructuur kan de opvang van vluchtelingen uit Oekraïne, in samenhang met het brede asielvraagstuk en de opvang van vluchtelingen uit andere landen, worden gecoördineerd. Kijk [hier](#) voor meer informatie.
- Rode Kruis heeft in een aantal regio's moeite met de capaciteit van vrijwilligers en overweegt de Nationale reserve aan te spreken
- Knelpunt bij huisartsen: In veel regio's raken zij overbelast.
- Paramedici / psychologen uit o.a. Oekraïne (en uit andere landen) die hulp aanbieden, worden doorverwezen naar [Wereldpsychologen.nl](#)

## Informatie, verwijzingen en steunbronnen PSH

### Basishulp (veiligheid, medische zorg, voedsel, onderdak)

- [Koninklijk Besluit](#) gepubliceerd omtrent de noodwet die gemeenten verplicht vluchtelingen uit Oekraïne op te vangen. Daarmee ligt de wettelijke taak per direct bij de burgemeesters.
- Informatie over [opvang vluchtelingen uit de Oekraïne](#) vanuit de rijksoverheid
- De themawebsite [vluchtelingen Oekraïne van GGD/GHOR Nederland](#) is in de lucht
- [Website VNG: Oorlog Oekraïne – Informatie voor gemeenten](#)
- [Nieuwe Handreiking Gemeentelijke Opvang Oekraïners 3.0 \(versie 20-5-2022\)](#)
- Knooppunt Coördinatie Informatie Oekraïne (KCIO) ingericht door LOCC en NIPV, i.s.m. Veiligheidsregio's, Rijk en overige relevante partijen (GGD GHOR NL, Defensie, LMS). Doelen: 1) Informatie verzamelen en analyseren, 2) Opstellen scenario's en adviezen 3) Opstellen Q&A 4) Ondersteunen operatie via centraal landelijk punt (LCPS) 5) Koppeling met LCMS.
- Het **Rode Kruis** opent informatiehubs op alle grote stations. Mensen die daar aankomen kunnen daar aan- en verwijzingen krijgen
- Crisiscommunicatie gaat via het [Nationaal Kernteam Communicatie](#)

## Particuliere opvang

- [Handreiking Particuliere Opvang Oekraïners \(POO\)](#) (15-4-2022).
- [ARQ folder voor mensen die Oekraïners opvangen](#): Hoe zorg je voor veerkracht bij je gasten en bij jezelf?

## Registratie

- Gedocumenteerde Oekraïners (vastgestelde Oekraïense identiteit) krijgen een registratie in de BRP en een BSN. Gedocumenteerde Oekraïners krijgen GEEN v-nummer omdat ze niet onder de reguliere aanvragen voor een verblijfsvergunning (bij de IND) vallen.
- Niet-gedocumenteerde Oekraïners (dus zonder papieren) worden niet ingeschreven in de BRP en krijgen geen BSN. Zij moeten eerst papieren krijgen, bijv. via de ambassade (vaak op locaties aanwezig). Gedocumenteerde kinderen kán de gemeente inschrijven met een 'verklaring onder ede'. Dit is een bijzondere regel die alleen voor Oekraïners geldt.
- Voor meer actuele informatie hierover zie ook [Refugeehelp](#)
- [Oorlog Oekraïne – informatie voor gemeenten VNG](#)

## Voor Vluchtelingen (in Oekraïens en/of Russisch)

- [Filmpje over zelfhulp voor vluchtelingen](#) met verschillende achtergronden (Max Planck Institute for psychiatry)
- [Informatie over ondersteuning bij oorlog](#) (Nederlandse Vereniging voor Psychotrauma)
- De [Stichting Oekraïners in Nederland/Ukrainians in the Netherlands Foundation](#) geeft informatie voor vluchtelingen in het Oekraïens over allerlei praktische en humanitaire zaken.
  - Vluchtelingen uit Oekraïne bij terecht kunnen met vragen in hun eigen taal via [support@ukrainians.nl](mailto:support@ukrainians.nl) en **010 200-56-61** (Beschikbaar tussen 09:00 en 18:00, Alleen bellen met vragen die niet op de website beantwoord zijn).
- Bij **MIND Korrelatie** kun je (gratis en anoniem) terecht voor **(vragen over) psychische en psychosociale problemen**. Bereikbaar van maandag tot en met vrijdag van **9:00 tot 21:00 uur via 0900-1450**. Je kunt ook met een hulpverlener chatten, appen en mailen. Kijk voor alle openingstijden en contactgegevens op de [site](#).
- Ook **Kindertelefoon, AllesOké? Supportlijn en Luisterlijn** kunnen in de huidige situatie rondom de Oekraïne een belangrijke rol spelen (voor verschillende doelgroepen). Zie voor meer informatie hieronder het overzicht met hulplijnen en links.
- [Stichting Wereldpsychologen](#) biedt kosteloos psychologische hulp aan vluchtelingen uit Oekraïne door gekwalificeerde (trauma)psychologen. Vluchtelingen uit Oekraïne kunnen direct gekoppeld worden aan een psycholoog, er is geen sprake van wachttijden zoals in de GGZ. Vluchtelingen kunnen zich zelf aanmelden. Zij worden (na triage/screening) gekoppeld aan een psycholoog voor online ondersteuning. In sommige gevallen (kinderen) wordt face2face contact geregeld. Wereldpsychologen biedt ook supervisie voor de aangesloten psychologen en draaien mee in lokale projecten (scholen, HV Querido, etc.).
- Voor vragen met betrekking tot verzekering, zie [Zorgverzekeringslijn \(in Nederlands, Engels en Oekraïens\)](#).
- [Refugeehelp](#) (Vluchtelingenwerk en partners) biedt informatie over opvang, juridische vragen, vragen m.b.t. tot werken en school, verzekeren, medische en mentale hulp in Nederlands, Russisch, Oekraïens en Engels: **Let op**: initiatieven op deze site zijn niet allemaal geverifieerd op betrouwbaarheid. Dit kun je zien aan het kenmerk "verified" of "non verified"
- Pharos heeft een [overzichtelijke webpagina gemaakt met veel informatie gericht op zorg en ondersteuning](#). Op deze webpagina staat ook folder materiaal over psychische klachten, gericht op zelfhulp, vertaald naar het Oekraïens en Russisch.
- Pharos folder voor [vluchtelingen over omgaan met stress](#), is in meerdere talen beschikbaar.
- Inspiratiesessie (14-4-2022) over opvang en de medische zorg voor Oekraïense vluchtelingen is [hier](#) terug te kijken. Presentaties van de inleiders vindt u [hier](#).
- Zie ook hieronder bij kopje 'Mensenhandel en seksuele uitbuiting'.

## Jeugd en gezin

- Vanaf juli: gratis [online Centering](#)-groepen voor Oekraïense zwangeren: online groepsgewijze ondersteuning in eigen taal. Deze wordt aangeboden door een verloskundige en een cultuurmediator. Het doel is de deelnemers te verbinden met de Nederlandse geboortezorg, zodat ze bewuste keuzes kunnen maken over hun zwangerschap, bevalling en de geboorte van hun kind in Nederland.
- [Video](#) over de 13 wekenecho en de 20 wekenecho voor Oekraïense vluchtelingen.
- Vluchtelingen met jonge kinderen: Webinar van Vroeg (Kennisplatform Jonge Kind) 'Trauma Informed Care voor vluchtelingen met jonge kinderen' (5-4-2022):
- In de [Handreiking vluchtelingenkinderen in de klas](#) vindt u tips voor leerkrachten (ARQ en Pharos)
- [Handreiking](#) voor directies, schoolbesturen en gemeenten: Kaders bij invulling van inhoud onderwijs, inzet personeel en bekostiging. Maar ook bijv. leerlingenvervoer en onderwijshuisvesting. [Lowan](#)
- Nidos heeft een [handreiking](#) voor iedereen die te maken heeft met vluchtelingenkinderen uit Oekraïne die zonder ouders in Nederland verblijven. Met adviezen en aandachtspunten gebaseerd op de vele jaren ervaring van Nidos als voogdij instelling voor alleenstaande minderjarige vluchtelingen.



Steun\_kinderen\_vluchtelingenachtergrond

- Tips van Warchild: Hoe steun je kinderen met een vluchtelingenachtergrond.
- PO-raad (primair onderwijs) biedt [informatie en lesmateriaal](#) aan leerkrachten samen met het [Nidos](#) (jeugdbescherming voor vluchtelingen).
- Nederlands Jeugdinstituut (NJI) biedt [informatie voor opvoeders](#) over omgaan met de oorlog
- Op [seksindepraktijk.nl](#) (Rutgerstichting) is veel informatie te vinden over seksualiteit in het Engels en Nederlands (o.a. seksuele grensoverschrijding, anticonceptie, etc.)
- [De Kindertelefoon](#): Luisterend oor, **bel 0800-0432** (alleen in het Nederlands) 8-17 jaar (of chat via de website)
- [Alles Oké? Supportlijn](#) Luisterend oor (**ook in het Engels**) 18 – 24 jaar. **Bel:** 0800-0450, of chat via de website.
- [Oproep](#) om 18-jarige vluchteling te blijven begeleiden
- [Augeo Foundation](#) biedt gratis cursussen en ondersteuning voor iedereen die in zijn/haar werk met kinderen van vluchtelingen. Veel van deze kinderen die in korte tijd zeer stressvolle gebeurtenissen meegemaakt hebben (o.a. cursus 'Steun bieden aan vluchtelingenkinderen', animaties in het Oekraïens en andere talen en de campagne Expeditie Veerkracht).
- [School en Veiligheid](#), ook over hoe je het gesprek aan kan gaan met leerlingen over de oorlog

## Bedrijven

- ARQ geeft korte trainingen (bij veel aanvragen zal dit omgezet worden in webinars PSH voor bedrijven met Oekraïners in dienst. Kijk bij ARQ IVP voor het [trainingsaanbod](#), of neem [contact](#) op. Of kijk bij het opleidingsaanbod van ARQ [Academy](#)).
- Bedrijven en organisaties kunnen bij het [Traumaloket](#) terecht voor opvang en nazorg bij schokkende incidenten: Noodnummer: **0800-6001** (24/7)
- In deze Engelstalige [video](#) meer informatie over **opvang** en **nazorg** van **medewerkers** gecombineerd met de uitgangspunten van psychosociale hulpverlening

## Speciale doelgroepen

- Tips voor toegankelijk communiceren met **dove en slechthorende** vluchtelingen uit Oekraïne kan je [hier](#) vinden
- **Asielzoekers**: Veiligheidsregio's coördineren ook deze groepen om verdringing te voorkomen (normaal COA en Nidos). **GZA** zorgt voor goede zorg voor alle asielzoekers met extra aandacht voor taal- en cultuurverschillen, de asielprocedure, de leefsituatie en de zorgbehoefte van asielzoekers. BAMBOO (GGZ preventieprogramma) is vertaald en beschikbaar gesteld in het Oekraïens. Meer info op de [website](#). GZA biedt ook de reguliere eerstelijns zorg voor alle bewoners op het AZC.
- **Vluchtelingen met een beperking**: Cordaan en Soft Tulip vangen mensen met een beperking op.

## Mensenhandel en seksuele uitbuiting:

- Centrum voor seksueel geweld (CSG): [vlogs over misbruik minderjarigen](#).  
**Gratis** bellen of chatten met CSG kan via **0800-0188** (24/7) chat (ma-vr: 16:00 - 6:00 uur, za-zo & feestdagen: 20:00 - 6:00 uur)
- [CoMensha](#) (Coördinatiecentrum tegen mensenhandel) registreert en coördineert zorg/opvang van (mogelijke) slachtoffers.
- Rode kruis: [module herkenning mensenhandel](#)
- [Fier](#) (Landelijk expertise- en behandelcentrum op het terrein van geweld in afhankelijkheidsrelaties): Neem voor direct hulp of advies 24/7 contact op via 088-208000.

## Informatie over hulpverlening en zelfzorg

- [MIND Korrelatie](#) Psychische en psychosociale hulp en advies (**ook in Engels**) **Alle leeftijden**  
**Bel 0900 -1450, Chat** (via website), **Whatsapp 06 – 13863803, Mail** (via website)
- [De Luisterlijn | 24/7](#) een luisterend oor | **088 0767 000**
- ARQ folder [\(Na\)Zorg voor medewerkers bij inzet gemeentelijke opvang Oekraïners](#)
- ARQ folder [Zelfzorg voor medewerkers opvanglocatie](#)
- ARQ IVP heeft een [contactpunt](#) opgezet met als doel professionals en hun leidinggevendenden te ondersteunen bij de psychosociale aspecten van werken met vluchtelingen uit Oekraïne.  
Het contactpunt van ARQ IVP is op werkdagen bereikbaar tussen 9.00 en 17.00 uur op telefoonnummer: **088 – 3305500** (gebruikelijke belkosten).
- 113 en ARQ ontwikkelen basistraining 'herkennen suïcide bij migranten'.
- [ARQ Webinar Cultuursensitieve hulpverlening aan vluchtelingen](#) (achtergrond, psychische klachten, cultureel interview, behandeling)
- [ARQ video Opvang en nazorg van medewerkers](#) (op basis van de uitgangspunten van psychosociale hulpverlening)
- ARQ Folder [Informatie voor vrijwilligers die met vluchtelingen werken](#) (veerkracht en wat wel en niet te doen om vluchtelingen optimaal te ondersteunen)
- [ARQ Folder](#) voor particulieren die Oekraïners opvangen: wat kun je doen voor **vluchtelingen** en voor **jezelf** (ARQ).
- [Handreiking psychische hulp aan vluchtelingen uit \(regio\) Oekraïne](#): informatie over psychische hulp aan vluchtelingen die nu in Nederland verblijven. Samengesteld door de partners die verbonden zijn aan de klankbordgroep Vluchtelingen & Asielzoekers (V&A) (gespecialiseerde GGZ instellingen die traumazorg leveren aan vluchtelingen en asielzoekers).
- ARQ Academy in samenwerking met **Health[e]Foundation**: gratis **e-learning cultuursensitieve opvang en begeleiding van vluchtelingen** voor zorgprofessionals op [online platform van Health\[e\]Foundation](#).
- Pharos en ARQ: [gids](#) met bestaande preventieve interventies die de mentale gezondheid kunnen bevorderen gericht op asielzoekers en statushouders.
- Pharos: [overzichtelijke webpagina met veel informatie gericht op zorg en ondersteuning](#). Op deze webpagina staat ook folder materiaal over psychische klachten, gericht op zelfhulp, vertaald naar het Oekraïens en Russisch.
- [GGD Toolkit PSH](#) biedt handvatten met betrekking tot psychosociale hulp bij rampen en crises.
- Movisie geeft informatie over veerkracht en het versterken van sociale structuren
- [Wat werkt bij opvang en integratie van vluchtelingen?](#)  
Webinar: [Sociale gevolgen Oekraïne-oorlog in Nederland](#)
- [Slachtofferhulp Nederland](#) kan emotionele ondersteuning bieden aan mensen in Nederland (zoals familieleden) die betrokken zijn bij personen in Oekraïne en die vanwege die situatie emotionele ondersteuning wensen, zo ook voor bijvoorbeeld in Nederland wonende Oekraïense werknemers bij een Nederlands bedrijf.
- ARQ verkent mogelijkheden om op korte termijn een webinar PSH (opvang) voor GGD'ers en één voor huisartsen te organiseren.
- [Handboek of Refugee Health](#) for health professionals and Humanitarians providing care to forced migrants (theorie mbt publieke gezondheid en klinische toepassing)
- RIVM [informatie voor vluchtelingen uit Oekraïne](#) (mbt opvang en infectieziekten, TBC, Vaccinaties, zwangerschap, etc.)
- [School en Veiligheid](#), ook over hoe je het gesprek aan kan gaan met leerlingen over de oorlog

## (Vroeg)signalering en interventies gericht op (mentale) gezondheid van vluchtelingen

- **Mind-Spring** is een **preventieve groepsinterventie** van psycho-educatie en opvoedingsondersteuning voor en door vluchtelingen. Mind-Spring kenmerkt zich door de samenwerking tussen een trainer met een vluchtelingenachtergrond en een trainer vanuit de regionale GGZ. Kijk [hier](#) voor meer informatie. Download [dit document](#) met informatie over Mind-Spring inzetten in een gemeente
- **7ROSES** is een empowerment-methodiek gericht op het hervinden van de eigen kracht na een schokkende gebeurtenis en het ondersteunen van het herstelproces. Asielzoekers, statushouders en migranten van 18 jaar en ouder behoren tot de doelgroep. Het gaat om een groepsinterventie die uitgevoerd kan worden door maatschappelijke organisaties, hulpverlenings- en ggz-instellingen. Onder andere ARQ Academy verzorgt 7ROSES trainingen voor hulpverleners om met de interventie aan de slag te gaan. Kijk [hier](#) voor meer informatie.
- **Self-Help Plus (SH\*)**: stress management voor volwassenen in groepen, met succes ingezet bij Syrische vluchtelingen (zie ook webinar Marit Sijbrandij hieronder)
- **Problem management plus (PM+)**: individuele psychologische hulp voor volwassenen die door nood zijn verzwakt in gemeenschappen die zijn blootgesteld aan tegenspoed
- **Mirror** is een vroegsignaleringsinstrument waarmee psychische klachten kunnen worden gesignaleerd en besproken. De Mirror V gaat specifiek in op de achtergrond van vluchtelingen en asielzoekers. Op 7 juli 2022 organiseert ARQ een training [Effectieve vroegscreening bij vluchtelingen op o.a. PTSS](#). In de training wordt het gebruik van de Mirror V uitgelegd en geoefend. Daarnaast wordt de invloed van cultuur op de beleving en het begrijpen van klachten toegelicht aan de hand van casuïstiek. Er wordt geoefend met het Cultural Formulation Interview en aan de hand van de zorgpiramide wordt stil gestaan wanneer wel en wanneer niet te verwijzen en welke mogelijkheden voor hulp er zijn.
- **Pharos** heeft een [Checklist Signalering van psychische klachten bij vluchtelingen \(Protect vragen\)](#) voor dit doel.
- [Cultuursensitieve sociale kaart](#): Landelijk overzicht van interculturele GGZ en maatschappelijke ondersteuning.
- ARQ werkt aan wegwijzer **PSH**, met signalen waar je op moet letten bij psychische klachten en welke tools daarvoor beschikbaar zijn.
- Webinar 'Eerste (psychologische) hulp aan oorlogsgetroffenen' (NtVP, VST, VGCT, NVGzP, Vereniging EMDR Nederland, NIP en VEN), kan [HIER](#) terug gekeken worden. Presentaties: [Marit Sijbrandij](#), [Sjef Berendsen](#), [Iryna Frankova](#)
- NtVP biedt handvatten voor [psychologische eerste hulp aan mensen in crisis- en oorlogssituaties](#)
- IASC: diverse folders m.b.t. tot PSH en Psychological first Aid in Engels Russisch en Oekraïens: [Mental Health and Psychosocial support: resources in the Ukrainian language](#), [Guideline: Mental health and psychosocial support in emergency settings](#)
- Pan American Health organization: [Psychologische Eerste Hulp: Handleiding voor helpers in het veld](#)
- ARQ plant webinar PSH voor GGD'ers en zorgverleners (datum volgt)
- ARQ IVP heeft een [contactpunt](#) opgezet met als doel professionals en hun leidinggevenden te ondersteunen bij de psychosociale aspecten van werken met vluchtelingen uit Oekraïne. Het contactpunt van ARQ IVP is op werkdagen bereikbaar tussen 9.00 en 17.00 uur op telefoonnummer: **088 – 3305500** (gebruikelijke belkosten).
- Huisartsen, andere verwijzers of Oekraïners die in psychische nood zijn, kunnen contact opnemen via [wereldpsychologen@gmail.com](mailto:wereldpsychologen@gmail.com)
- [Wereldpsychologen](#) biedt verschillende webinars aan in de serie Psychologists For Ukraine-Educational Series (o.a. Sexual violence and trauma (28-6-2022), Dealing with grief (12-7-2022)). Aanmelden kan [hier](#)
- BAMBOO (GGZ preventieprogramma) is vertaald en beschikbaar gesteld in het Oekraïens. Meer info op de [website](#).

### Vluchtelingen in en nabij Oekraïne

- [MissieNederland.nl](#) geeft informatie over noodhulp, vluchtelingenzorg, bidden & bemoedigen, in gesprek met jeugd (vanuit christelijke levensbeschouwelijke visie)
- ARQ International verzorgt Staff support voor NGO's en first responders
- Zie ook War Child, Wereldpsychologen, Unicef.

## Praktische hulp

- **Tolken** en taalondersteuning beschikbaar van maandag 13 juni 2022. Deze ondersteuning bestaat uit Oekraïense en of Russische vertaaldiensten, eventueel ondersteund door taalhulpen (die niet de officiële status van tolk hebben).  
**Huisartsen** kunnen gebruikmaken van telefoonnummer 088 25 55 222  
**Overige zorg** kan gebruikmaken van telefoonnummer 020 3808184  
Belangrijk voor communicatie naar zorgverleners:
  - Maak gebruik van het [stroomschema](#) om bewust van taalondersteuning gebruik te maken.
  - Lees de [werkwijze van Livewords](#) goed door voordat u een tolk inschakelt.
- Online tolk voor Oekraïense vluchtelingen: Voor iedereen die gemakkelijk met de Oekraïners wil communiceren is vandaag een mooie, gratis tool gelanceerd. Zie [hier](#) voor meer informatie.
- Inschakeling van **tolken**: <https://www.zoschakeltueentolkin.nl/>
- De vertaalapp is [pryv.it](#) en werkt heel mooi en direct.
- [Refugeehulp](#). Vluchtelingenwerk biedt informatie met betrekking tot opvang, juridische vragen, vragen m.b.t. tot werken en school, verzekeren, medische en mentale hulp in Nederlands, Russisch, Oekraïens en Engels. Bedoeling is dat deze site als **éénloket** (IVC) gaat fungeren. N.B. Niet alle initiatieven op deze site zijn geverifieerd.
- **Rode Kruis**:  
**070 4455 888** is de hulplijn voor mensen die vragen hebben in het Nederlands. Zowel hulpvragers als hulpaanbieders kunnen daar terecht.  
**06 48 15 80 53** Via WhatsApp (voice-)berichten met vragen in het Oekraïens en Engels. Men krijgt in dezelfde taal antwoord.
- **Pharos** geeft [een overzicht van instanties](#) waarvoor je terecht kunt voor praktische/regel zaken en andere zorg:

## Bijlage 1:

### Extra informatie organisaties (niet compleet)

#### ARQ Nationaal Psychotrauma Centrum

- ARQ deelt kennis rondom psychosociale ondersteuning op verschillende manieren en voor verschillende doelgroepen. Heeft een ondersteunende en adviserende rol aan lokale en nationale overheden. Ontwikkelen daarnaast materiaal voor publiek en professionals. [Meer info op de website](#). Op de webpagina staan o.a folders en de informatie wordt waar nodig aangevuld/uitgebreid.
- [Informatie voor vrijwilligers](#)
- [Informatie voor mensen die Oekrainers opvangen \(particulieren\)](#): hoe zorg je voor veerkracht bij je gasten en bij jezelf
- [Werken met collega's uit een oorlogsgebied](#): Adviezen voor medewerkers en leidinggevenden.
- [Cutuursensitieve sociale kaart](#): Landelijk overzicht van interculturele GGZ en maatschappelijke ondersteuning.
- In [deze Engelstalige video](#) meer over **opvang en nazorg van medewerkers** gecombineerd met de uitgangspunten van psychosociale hulpverlening (Psychological First Aid).
- In [dit webinar](#) meer informatie over **cutuursensitieve hulpverlening aan vluchtelingen**, inclusief concrete tips die u **zelf kunt toepassen**.
- [Handreiking psychische hulp aan vluchtelingen uit \(regio\) Oekraïne](#): informatie over psychische hulp aan vluchtelingen die nu in Nederland verblijven. Samengesteld door de partners die verbonden zijn aan de klankbordgroep Vluchtelingen & Asielzoekers (V&A), waarin onder meer diverse gespecialiseerde GGZ instellingen zitten die traumazorg leveren aan vluchtelingen en asielzoekers.
- **ARQIVP** heeft een [Contactpunt](#) opgezet met als doel professionals en hun leidinggevenden zo goed mogelijk te ondersteunen bij de psychosociale aspecten van het werken met mensen die zijn gevlucht uit Oekraïne. Het telefoonnummer wordt bemenst door gespecialiseerde psychologen die allen kennis en ervaring hebben in de ondersteuning van professionals in beroepen waarin zij geconfronteerd kunnen worden met ingrijpende gebeurtenissen. Het contactpunt is op werkdagen bereikbaar via **088 – 3305500** (gebruikelijke belkosten) op **werkdagen tussen 9:00 en 17:00 uur**.

#### GGD/GHOR Nederland

De gemeente is verantwoordelijk voor het bieden van deze psychosociale ondersteuning. De GGD adviseert en ondersteunt de gemeenten daarbij. Voor het opstellen van dit advies kan zij afstemming zoeken met relevante samenwerkingspartners. Hoe actief zij dat doet kan verschillen per regio. De GGD heeft geen rol in de organisatie, uitvoering en coördinatie van de psychosociale hulpverlening in de noodopvanglocaties zelf. Ook mensen uit Oekraïne kunnen gebruikmaken van psychosociale ondersteuning. Het eerste aanspreekpunt voor het inschakelen van hulp is de huisarts. Zie meer informatie hierover op de [themapagina](#).

#### Nederlandse Rode Kruis

Op het gebied van psychosociale ondersteuning

- **070 44 55 888** is de hulplijn voor mensen die vragen hebben in het Nederlands. Zowel hulpvragers als hulpaanbieders kunnen daar terecht.
- **06 48 15 80 53** Via WhatsApp (voice-)berichten met vragen in het Oekraïens en Engels. Men krijgt in dezelfde taal antwoord.
- Toelichting: Het bieden van mentale eerste hulp (psychological first aid) via de hulplijnen: luisterend oor, vraag achter vraag herhalen, weten om te gaan met emoties en goed doorverwijzen naar passende hulp. Hebben samen met andere hulplijnen overzicht gemaakt zodat RK weet naar wie we kunnen doorverwijzen. Whatsapp hulplijn richt zich met name op Oekraïners, de informatielijn is voor iedereen.
- Op de noodopvanglocaties lopen vrijwilligers van het Rode Kruis rond die getraind zijn in het bieden van mentale eerste hulp. Er zijn door RK korte checklists verspreid onder onze vrijwilligers. Hierdoor hebben ze de handvatten (do's and don'ts) om met emoties om te gaan, maar ook voor zichzelf te zorgen.



- Ondersteunen van particuliere opvang gaat via de hulplijnen. Hierin richten Vluchtelingenwerk en het Rode Kruis zich met name op de vluchtelingen. Leger des Heils zal de gastgezinnen ondersteunen.
- Life Talks: gespecialiseerde PSO vrijwilligers gaan 1 x per week voor een halve dag naar de noodopvang om met mensen het gesprek aan te gaan waarin ze een luisterend oor bieden, emoties normaliseren, uitleg geven over stress en samen met de mensen een handelingsperspectief maken. Deze interventie is nog in de testfase in twee noodopvanglocaties. Eind april wordt er geëvalueerd waarnaar er in mei/juni wordt opgeschaald indien de evaluatie positief is.
- Voor de eigen RK hulpverleners hebben is nazorg ingeregeld. Daarnaast kunnen vrijwilligers MIND bellen indien nodig.

## Vluchtelingenwerk Nederland

- [RefugeeHelp.nl](https://www.refugeehelp.nl) is het online startpunt voor Oekraïense vluchtelingen in Nederland en iedereen die zich voor hen in wil zetten.
- Heb je een vraag over het social media pakket of de lancering, neem dan contact op met Aase Kretzschmar ([akretzschmar@vluchtelingenwerk.nl](mailto:akretzschmar@vluchtelingenwerk.nl) / 06-41483871).

## Slachtofferhulp Nederland

Contact: <https://www.slachtofferhulp.nl/contact/> /0900-0101

- Slachtofferhulp Nederland kan emotionele ondersteuning bieden aan mensen in Nederland (zoals familieleden) die betrokken zijn bij personen in Oekraïne; en vanwege die situatie emotionele ondersteuning wensen. (de 'indirect getroffen').
- De reguliere SHN methode PSO biedt handvatten om op de juiste, laagdrempelige manier gehoor te geven in het kader van stressreductie.
- Kunnen inventariseren wat de behoefte van de indirect getroffen is en hen informeren over de mogelijkheden van hulporganisaties.
- Emotionele opvang van 'indirect getroffen' kan zowel individueel als in groepsverband. (Een voorbeeld van groepsverband is een groepsgesprek begeleiden van in Nederland wonende Oekraïense werknemers bij een Nederlands bedrijf.)
- Op dit moment is er nog geen sprake van PSH aan vluchtelingen (de 'direct getroffen') door SHN.
- Als SHN via PSHOR wordt opgeschaald kan SHN worden verzocht om in PSH opvangteams deel te nemen.
- SHN neemt verschil in acht tussen reguliere PSHOR (flitsinzet na één incident) en langdurige PSH (als er dagen, weken, of maanden PSH opvang geboden moet worden).

## MIND

Overzicht landelijke hulplijnen in Nederland voor [psychische en psychosociale ondersteuning en hulp](#)

- Alle lijnen zijn gericht op preventie van psychische en psychosociale problemen (primaire preventie) als ook het voorkomen dat het verergeren van de problematiek of situatie (secundaire preventie);
- Alle lijnen zijn gericht op bieden van handelingsperspectief;
- Alle lijnen zijn telefonisch en per chat bereikbaar en sommige ook per WhatsApp en /of mail.
- Alle lijnen zijn anoniem en gratis (alleen bij de Luisterlijn betaalt de beller de gebruikelijke belkosten).
- Alle lijnen werken met vrijwilligers. Bij MIND Korrelatie wordt voornamelijk gewerkt met professionele (betaalde) hulpverleners.
- Alle medewerkers aan de lijnen zijn hiervoor speciaal opgeleid.

Voor:	<a href="#">MIND Korrelatie</a>	<a href="#">De Luisterlijn<sup>1</sup></a>	<a href="#">De Kindertelefoon:</a>	<a href="#">Alles Oké? Supportlijn</a>
- Nederlanders - Oekraïners en Russen die al langer in Nederland wonen en Engels spreken. - <b>Vluchtelingen die Engels spreken</b>	Psychische en psychosociale hulp en advies ( <b>ook in Engels</b> ) <b>Alle leeftijden</b>	Luisterend oor (alleen in het Nederlands) <b>Alle leeftijden</b>	Luisterend oor (alleen in het Nederlands) <b>8-17 jaar</b>	Luisterend oor ( <b>ook in het Engels</b> ) <b>18 – 24 jaar</b>
Kinderen, jongvolwassenen, ouderen die mentaal uit evenwicht (dreigen te) raken a.g.v. de oorlog in Oekraïne	X	X	X	X

<sup>1</sup> De Luisterlijn is 24/7 bereikbaar. Dat geldt ook voor de specialistische lijnen van 113 en Centrum Seksueel Geweld.

Oekraïners en Russen in NL (studenten, expats) en Nederlanders die zich zorgen maken om familie of vrienden in Oekraïne/Rusland	X	X		X
Veteranen of ex-vluchtelingen bij wie als gevolg van de oorlog in Oekraïne herbelevingen opspelen;	X	X		
Medewerkers van organisaties die hulpverleners aan Oekraïense en/of Russische vluchtelingen	X	X		
Leden van gastgezinnen die vragen hebben over psychische problemen (b.v. over PTSS, Psychose, etc.)	X			
Leden van gastgezinnen die psychische (schuldgevoel, piekeren, angst e.d.) of psychosociale (irritaties, ruzies,) problemen ervaren.	X	X	X	X

- Het overzicht is nu toegespitst op de huidige crisis als gevolg van de oorlog in Oekraïne;
- De Luisterlijn is 24/7 bereikbaar. Dat geldt ook voor de specialistische lijnen van 113 en Centrum Seksueel Geweld.
- N.B. Voor **suicide** zorgen of gedachten: [113 Zelfmoordpreventie \(24/7\)](#)
- N.B. Voor **seksueel misbruik**: [Centrum Seksueel Geweld \(24/7\)](#)
- N.B. Voor acuut gevaar: bel 112

## Nederlands Instituut van Psychologen (NIP)

Het NIP is er om psychologen waar mogelijk te ondersteunen. Focus op het versterken en verspreiden van onze vakinhoudelijke kennis. Organiseren bijeenkomsten en verzamelen materiaal van en voor psychologen, zodat kennis zo goed mogelijk gedeeld en verspreid wordt. Helpen goede en eenduidige informatie beschikbaar maken. Zetten bestaande en nieuwe initiatieven op een rij, proberen verbindingen te leggen, en werken daarin samen met andere organisaties. Zie ook de alinea 'Landelijk overleg' hieronder. Het NIP zet zich in voor psychologen in Nederland en heeft steun betuigd aan de collega's in Oekraïne. <https://www.psynip.nl/actueel/themas/thema/oorlog-in-oekraïne/>