

Tal van private en federale organisaties hebben zich, specifiek voor de noden tijdens deze Coronacrisis, georganiseerd. Hieronder een opsomming van enkele nuttige diensten die je rechtstreeks kan contacteren:

Corona hulplijn	0800 14 689 www.info-coronavirus.be	Alle vragen en bezorgdheden rond Corona. Ook psychosociale ondersteuning kan hier worden voorzien. U wordt dan onmiddellijk doorgeschakeld naar een medewerker van het Rode Kruis
Tele-onthaal	106 www.tele-onthaal.be	Acute nood aan een opvanggesprek (over alle onderwerpen)
Psychologen commissie	www.compsy.be	Vind een psycholoog in uw buurt
Vlaams Verenging van Klinisch Psychologen	www.vvkp.be	Vind een psycholoog in uw buurt
VESB	www.verenigingerkendestressburnoutcoaches.be	Stress- en burnoutcoaches beschikbaar om in gesprek te gaan met zorgprofessionals
Better minds at work	https://bettermindscoaching.com/luisterend-oor-voor-helden/	Luisterend oor (contactformulier invullen, coach belt jou terug)
ITZU	https://www.itzu.eu/nl/nieuws/itsyourhealthwecareabout	Luisterend oor (via aanmeldingsformulier)
Hulplijn Geweld	1712 Chat www.1712.be	Relationele spanningen, geweld (alle leeftijden)
CAW	0800 13 500 Chat of mail www.caw.be	Nood aan een gesprek, advies rond allerlei hulpverleningsvragen
Zelfmoordlijn	1813 Chat of mail www.zelfmoord1813.be	Opvang voor mensen met gedachten rond zelfdoding
Awel	102 Chat of mail www.awel.be	Voor kinderen, jongeren nood aan een gesprek
WatWat	www.watwat.be/corona	Voor kinderen en jongeren, informatie over het Coronavirus op maat van leeftijd

Nuttige video's:

- Hoe omgaan met angst of ongerustheid rond de coronacrisis / Mensura
<https://www.mensura.be/nl/blog/video-hoe-omgaan-met-angst-of-ongerustheid-rond-de-coronacrisis>
- Hoe kan je voor jezelf zorgen - Psychotherapeute coaching Patty Leppens
<https://youtu.be/le0ou0HHawk>

Interessante sites:

- Rode Kruis: www.rodekruis.be/nieuws-kalender/nieuws/omgaan-met-stress-in-tijden-van-corona
- Tips voor zorgverleners via een nieuw online platform - www.dezorgsamen.be
- Veerkracht, verhogen van mentale weerbaarheid, online check + tips - www.iedereenok.be
- Veerkracht versterken met nieuwe manieren om met deze situatie om te gaan - www.fitinjehoofd.be

Ook interessant:

- Rouwen in tijden van corona, brochure Mensura
- Kinderen informeren en betrekken bij het overlijden van een naaste in coronatijd, brochure
- Gids voor ouders “moet ik bang zijn van het coronavirus”
- Hulpgids voor gezinnen

Daarnaast kan Orpea **extra ondersteuning (betalende diensten) voor jouw residentie** inschakelen (op aanvraag via de directeur en de Health & Safety dienst):

- Hulplijnen (telefoon of videoconférence) via Mensura
- Pro-actief opbellen van afwezige medewerkers door psychologen van Mensura
- Interventies on site door psychologen