



Initiatieven voor hulp online en telefonisch

Voor wie?	Organisatie + Aanbod	Hoe te bereiken
Mantelzorger	<ul style="list-style-type: none">- Steunpunt Mantelzorg Zwolle In de nieuwsbrief staan rechtstreekse telefoonnummers: https://mailchi.mp/d6145cf78db0/coronavirus- De Luisterlijn- MantelzorgLijn van MantelzorgNL- Sociaal wijkteam- Hersenletsel.nl Een telefoonlijn voor mensen met Nah en hun naasten in deze corona tijd.	<p>https://www.zwolledoet.nl/ik-zoek-hulp-voor-mezelf/luisterend-oor</p> <p>https://www.deluisterlijn.nl/</p> <p>https://mantelzorg.nl/</p> <p>https://www.swtzwolle.nl/</p> <p>https://www.hersenletsel.nl/actueel/nieuws/lichtpuntje-donkere-tijden</p>
Praktische hulpvragen / vrijwilligerswerk	<ul style="list-style-type: none">- Startpunt Vrijwilligerswerk ZwolleDoet! Speciale coronaproof vrijwilligersvacatures uitgelicht- Stichting Present- Stichting Hart voor Zwolle Stichting Hart voor Zwolle verbindt betrokken jongeren aan kwetsbare, eenzame Zwollenaren- Stichting Jow- Platform vrijwillige inzet- Bezorg de Zorg- Coronahulp Zwolle Facebook groep voor hulpaanbod in en om Zwolle.- Coronahulplijn Rode Kruis- Coronahelpers	<p>www.zwolledoet.nl/coronaproofvrijwilligerswerk</p> <p>https://stichtingpresent.nl/zwolle/presentintijdenvancorona/</p> <p>www.stichtinghartvoorzwolle.nl 06 – 207 70629</p> <p>https://jow-zwolle.nl/</p> <p>https://www.vrijwilligerswerk.nl</p> <p>https://www.bezorg-dezorg.nl</p> <p>https://www.facebook.com/groups/1196395277197363/</p> <p>https://www.rodekruis.nl/contact/</p>



Initiatieven voor hulp online en telefonisch

	<p>Hulp voor mensen in de zorg.</p> <ul style="list-style-type: none">- Ready2helpers – vanuit rode kruis. In heel Nederland komen zij in actie om de meeste kwetsbare mensen te informeren hoe zij zich kunnen beschermen tegen het coronavirus	<p>https://www.coronahelpers.nl</p> <p>https://www.rodekruis.nl/hulp-in-nederland/ready2help</p>
Ouderen	<ul style="list-style-type: none">- Zwolse Kletslijn voor eenzame ouderen Wijz-medewerkers zijn via deze lijn dagelijks bereikbaar van 09.00-21.00 uur.- Landelijke Anbo lijn Dagelijks bereikbaar van 09.00-21.00 uur. Telefoondienst van Ouderenorganisatie ANBO.- De Luisterlijn (voorheen Sensor) 24 uur per dag, dagelijks, bereikbaar.- Zilverlijn van het Ouderenfonds Ouderen kunnen wekelijks gebeld worden door de organisatie. <p>(Praktische) hulp voor ouderen</p> <ul style="list-style-type: none">- Betaalde dienst: SaaraanHuis Wilt u graag in uw eigen vertrouwde omgeving blijven wonen, maar kunt u wat ondersteuning gebruiken?- Betaalde dienst: ZorgMies Ondersteuning nodig bij de dagelijkse activiteiten? ZorgMies neemt de tijd voor iedereen die wel wat hulp kan gebruiken. Want goede zorg kan niet zonder persoonlijke aandacht!- Betaalde dienst: Optimaal Oud Advies, begeleiding en coaching voor ouderen.	<p>088 - 2011250</p> <p>0348 - 646 666</p> <p>0900 - 0967</p> <p>088 - 344 2000</p> <p>https://saaraanhuis.nl/vestigingen/mantelzorg-zwolle-e-o/</p> <p>https://www.zorgmies.nl/WIE-ZIJN-WE/REGIO-ZWOLLE/</p> <p>https://optimaaloud.nl/contact/</p>
Algemeen	<ul style="list-style-type: none">- SWT – coronasite Speciale site voor vragen m.b.t. corona- SWT	<p>https://www.swtzwolle.nl/coronavirus</p> <p>038 498 9980</p> <p>https://www.swtzwolle.nl/nieuws/spreekuur-op-vrijdagmiddag</p>



Initiatieven voor hulp online en telefonisch

	<p>Door het corona-virus zijn er in principe geen inloopsprekuren bij het Sociaal wijkteam. U kunt het Sociaal wijkteam wel bellen, wilt u dat liever niet dan kunt u naar het spreekuur komen. Dat is iedere vrijdag van 15.00 – 17.00 uur, op het stadskantoor.</p> <p>Iedere maandag en donderdag van 16.00 – 20.00 kan er gechat worden met het SWT. Geen vraag is te gek!</p>	<p>www.swtzwolle.nl</p>
Psycho sociale problematiek	<ul style="list-style-type: none">- Wij zijn Mind - Korrelatie Telefonisch aanbod voor mensen met angst, somberheid en andere klachten. Bereikbaar tussen 9.00-18.00- Wij Zijn Mind Er wordt hier o.a. verwezen naar een livestream (soort huiskamer). Vragen worden beantwoord en gesprekken gevoerd met ervaringsdeskundigen en experts. Ook voor lotgenoten contact hebben ze nog tips.- Corona Steffie Ik leg hier alles uit over het coronavirus. Ik vertel je wat je wel en wat je niet moet doen. Zo kan jij ervoor zorgen dat jij en anderen niet ziek worden.- Ypsilon Verenigt familieleden en naasten van mensen met psychose gevoeligheid- Familievertrouwenspersoon Familievertrouwenspersoon speciaal voor familie en naasten van ggz-cliënten- Stichting Focus Stichting Focus zet zich in voor de verbetering van de positie van mensen die niet als vanzelfsprekend hun weg vinden in de maatschappij, met speciale aandacht voor psychiatrie. Dit doen wij o.a. door de inzet van ervaringskennis.- De Ruimte De Ruimte is een locatie met open karakter: iedereen is welkom om mee te doen! Je kunt hier werken aan je herstelproces. De Ruimte is een initiatief van cliënten en ervaringsdeskundigen van RIBW GO. Plek in de Pierik die nu via hun facebook livestream-inloopmomenten organiseren.	<p>0900-1450 of via mindkorrelatie.nl</p> <p>https://wijzijnmind.nl/corona</p> <p>https://corona.steffie.nl/nl/</p> <p>https://www.ypsilon.org/corona</p> <p>https://lsfvp.nl/naasten/persoonlijk-contact/</p> <p>http://focuszwolle.nl/</p> <p>https://www.facebook.com/fresiastraat55Zwolle</p>
Jeugdigen en ouders	<ul style="list-style-type: none">- Travers Welzijn Travers Welzijn zet zich actief in voor de leefbaarheid in wijken en buurten.	<p>https://traverswelzijn.nl/contact/</p>



Initiatieven voor hulp online en telefonisch

	<ul style="list-style-type: none">- Yarin Deze website is gericht op het delen van kennis over angst. Het biedt anoniem en kosteloos consultatie voor ouders, jongen en het voorliggend veld. <p>(Ouders van) kinderen met autisme</p> <ul style="list-style-type: none">- Nederlandse Vereniging voor Autisme Op de website staat vermeld dat het erg druk is bij de informatie & Advieslijn, per mail zijn ze goed bereikbaar of kijk dit filmpje: https://www.autisme.nl/2020/03/12/zo-stel-je-je-kind-met-autisme-gerust-over-het-coronavirus/. Elke werkdag bereikbaar tussen 10.00 en 14.00 uur (optie 3). <p>Gescheiden ouders</p> <ul style="list-style-type: none">- Villa Pinedo Online buddy's voor kinderen / een ouderforum met ervaringsdeskundigen / een tot 6 april een kosteloze oudertraining / en adviezen om conflicten te voorkomen	<p>www.blikopangst.nl</p> <p>advies@autisme.nl www.autisme.nl 030 - 22 99 800</p> <p>www.villapinedo.nl</p>
Volwassenen	<ul style="list-style-type: none">- MaximaalJezelf MaximaalJezelf is dé website waarop jij in contact komt met organisaties die jou verder kunnen helpen. Je kunt hier bijvoorbeeld zorg of begeleiding regelen, maar ook uitzoeken of je ergens recht op hebt. <ul style="list-style-type: none">- Sociale raadsliden / Op Orde Heb je geldzorgen of heb je vragen rondom inkomen en schulden, bijvoorbeeld vanwege de Coronacrisis? Bereikbaar: elke werkdag tussen 09:00-17:00. <p>Voor zelfstandigen / ondernemers:</p> <ul style="list-style-type: none">- Regionaal Bureau Zelfstandigen (RBZ) Zwolle Ben je zelfstandige of ondernemer en heb je vragen over de maatregelen rondom de Coronacrisis?	<p>https:// zwolle.maximaaljezelf.nl</p> <p>Tel.nr: 038 - 456 9700 Whatsapp: 06 - 121 85437 Mail: info@opordezwolle.nl Website: https://www.opordezwolle.nl/ Facebook: https://nl-nl.facebook.com/pages/category/Social-Service/Sociaal-Raadsliden-Zwolle-169524373910745/</p> <p>www.rbzzwolle.nl</p>
Anderstaligen	<ul style="list-style-type: none">- Stichting Present- Corona Steffie	<p>https://stichtingpresent.nl/ zwolle/hulpverlenertijd envancorona/</p>



Initiatieven voor hulp online en telefonisch

	Ik leg hier alles uit over het coronavirus. Ik vertel je wat je wel en wat je niet moet doen. Zo kan jij ervoor zorgen dat jij en anderen niet ziek worden.	https://corona.steffie.nl/nl/
Dak -en thuislozen	- Soepbus De soepbus rijdt, maar deelt pakketjes uit. Dus pakken en weer gaan. Pakket bestaat uit een bakje soep en brood.	Maandag, dinsdag, vrijdag en zondag 19.00 Mediamarkt (brug) 20.00 Parkeerplaats winkelcentrum Holtenbroek 20.30 Dieze (naast Cycloon) 21.00 Turfmarkt naast de kerk
Professionals, maar ook ouders en kinderen.	- NJI Via deze pagina vindt de landelijke communicatie plaats voor ouders, kinderen, gemeenten en professionals	https://www.nji.nl/coronavirus
Kinderen	- De Kindertelefoon	0800 0432 https://www.kindertelefoon.nl/
Eenzamen of zieken	- Dominicanenkerk Voelt u zich eenzaam, maakt u zich zorgen, heeft u angst of wilt u graag iemand van de Dominicanenkerk spreken? Bel dan naar het nummer en u wordt dan teruggebeld door een vrijwilliger of pastoraal medewerker van de Dominicanenkerk. Ook voor uitvaarten en ziekenzegening kunt u dit nummer bellen. Het gewone nummer van het Dominicanenklooster is i.v.m. de sluiting van het klooster niet bereikbaar. - Alzheimer Nederland Alzheimer Nederland is er voor iedereen die hiermee te maken heeft. Het is onze missie om dementie te voorkomen of genezen. En tot die tijd maken we ons sterk voor het verbeteren van de levenskwaliteit van mensen met dementie en hun omgeving. Het telefoonnummer is gratis en is 7 dagen per week bereikbaar tussen 9 en 23 uur.	06 - 13 81 56 36 0800 - 50 88 www.dementie.nl forum.alzheimer-nederland.nl
Buren-problemen	- Buurtbemiddeling van Travers Welzijn Buurtbemiddeling geeft praktische hulp om ergernissen en conflicten met buren zelf op te lossen.	https://traverswelzijn.nl/diensten/buurtbemiddeling https://www.problemenmetjeburen.nl/
Maatjes	De organisaties achter de verschillende maatjesinitiatieven en projecten hebben de handen ineen geslagen en vind je hier.	https://www.samenzwolle.nl/samenmaatjes
Dagbesteding	Stichting Philadelphia heeft Hallo Thuis bedacht, een platform met video's van optredens / informatie over corona en workshops.	https://www.philadelphia.nl/hallothuis



Initiatieven voor hulp online en telefonisch

Werkwijze algemeen:

1. Hulpvraag komt binnen bij desbetreffende organisatie/initiatief
2. Kijk of het opgelost kan worden binnen eigen netwerk anders doorverwijzen naar andere initiatieven/organisaties (denk aan richtlijnen RIVM)
3. Lukt dat niet: kijk op SamenZwolle of er hulp geboden wordt.
4. Is daar geen hulp: plaats een oproep op SamenZwolle.
5. Wanneer je meer aanbod dan hulpvragen binnen je organisatie hebt, kijk op SamenZwolle voor hulpvragen of moedig de vrijwillig aan om zelf even op SamenZwolle te kijken.

