



HELPT  
JE OP

Gepubliceerd op Waddinxveen 01-10-2020 08:31 (<https://www.wadwijzer.info>)

[Wadwijzer](#) > Laatste nieuws corona

---

### **Heel Waddinxveen helpt en belt!**

Door de leefregels en maatregelen die genomen worden om verdere verspreiding van het Coronavirus tegen te gaan, worden ouderen en kwetsbaren minder bezocht. Ook het deelnemen aan sociale activiteiten wordt beperkt. Hierdoor kunnen gevoelens van eenzaamheid ontstaan of toenemen. Een telefoontje, een beetje aandacht en een luisterend oor, kan dan heel erg welkom zijn.

### **Belt en helpt u mee?**

Bedenk welke personen u de komende periode (wat vaker) zou kunnen bellen. Vul uw naam en telefoonnummer in en geef aan of u graag wil bellen of gebeld wil worden. [U kunt zich opgeven via dit formulier](#) .

Op het formulier kunt u ook aangeven of u ander soort hulp kunt en/of wil bieden, waaronder boodschappen doen.

Belangrijk: Wij geven uw gegevens vervolgens door aan Waddinxveense organisaties die uw hulp goed kunnen gebruiken. Uw gegevens worden alleen ten bate van de Coronacrisis gebruikt en niet voor andere zaken.

Heeft u vragen? Neem dan contact op via 0182 60 17 29 of [Stuur een e-mail info@vrijwilligerswerkwaddinxveen.nl](mailto:info@vrijwilligerswerkwaddinxveen.nl)

## Waar vind ik het laatste nieuws over het corona-virus?

Het laatste nieuws over het corona-virus en alle maatregelen vindt u op de websites van de Rijksoverheid en het RIVM. Of kijk op de website [Corona.steffie.nl](http://Corona.steffie.nl) voor een duidelijke uitleg.

Kijkt u voor lokale actuele maatregelen voor inwoners, ondernemers, organisaties en verenigingen op de website van de gemeente Waddinxveen.

**Gemeente Waddinxveen - coronavirus actuele maatregelen**

[www.waddinxveen.nl/actuele-maatregelen](http://www.waddinxveen.nl/actuele-maatregelen)

---

**Rijksoverheid - corona-virus**

[www.rijksoverheid.nl/coronavirus](http://www.rijksoverheid.nl/coronavirus)

---

**RIVM - corona-virus**

[www.rivm.nl/coronavirus](http://www.rivm.nl/coronavirus)

---

**Corona.steffie.nl**

[corona.steffie.nl](http://corona.steffie.nl)

---

## Heeft u een eigen bedrijf en geldproblemen door de corona-crisis?

De overheid heeft maatregelen genomen om u financieel te ondersteunen. Lees er meer over op de website van de Rijksoverheid.

Bent u somber of gespannen door de coronacrisis? Kijk op de website van de Rijksoverheid voor tips en waar u terecht kunt voor hulp.

Wilt u een maatregel aanvragen? Kijk dan op de website van de gemeente.

**Gemeente Waddinxveen - coronavirus: hulp voor ondernemers**

**[14 0182](tel:0182)**

[www.waddinxveen.nl/coronavirus-hulp-voor-ondernemers](http://www.waddinxveen.nl/coronavirus-hulp-voor-ondernemers)

---

**Rijksoverheid - financiële maatregelen corona-virus**

[www.rijksoverheid.nl/vragen-over-coronavirus-voor-werkgevers](http://www.rijksoverheid.nl/vragen-over-coronavirus-voor-werkgevers)

---

**Rijksoverheid - somber of gespannen door het coronavirus**

[www.rijksoverheid.nl/somber-of-gespannen-door-het-coronavirus](http://www.rijksoverheid.nl/somber-of-gespannen-door-het-coronavirus)

---

## Kan ik mij laten testen op het coronavirus?

Ja, iedereen met klachten die lijken op het coronavirus kan zich laten testen. Bel daarvoor gratis naar 0800-1202.

Kijk voor meer informatie op de website van de Rijksoverheid.

**Rijksoverheid - testen op corona**

**0800 1202**

**[www.rijksoverheid.nl/coronavirus-covid-19-testen](http://www.rijksoverheid.nl/coronavirus-covid-19-testen)**

---

## Hoe hou ik het thuis fijn met kinderen tijdens de coronacrisis?

Vanaf 11 mei zijn de basisscholen weer open. Lang niet alle kinderen en leerlingen gaan alle dagen weer naar school toe. Hoe ga je als ouder thuis met je kinderen om en wat doe je om de sfeer goed te houden?

Onderstaande tips zijn gebaseerd op de informatie van het **Nederlands Jeugdinstituut** :

- Regelmaat en structuur zijn belangrijk voor kinderen. Maak een dagplanning en maak deze zichtbaar voor jonge kinderen met plaatjes of een tekening.
- Zorg voor afwisseling in bewegen, rust, leer- en beeldschermmomenten. Op de website **[www.mediaopvoeding.nl](http://www.mediaopvoeding.nl)** vind je informatie over beeldschermtijd.
- Praat met je kinderen over de situatie, hoe ervaren de kinderen het?
- Blijf kalm en verwacht niet te veel van jezelf en van elkaar. Geef ruimte voor de emoties van je kind.
- Voor kinderen en zeker voor pubers zijn sociale contacten van groot belang. Door te skypen, gebruik te maken van WhatsApp en door te bellen blijf je in contact met familie en vrienden.
- Je bent als ouder een belangrijk voorbeeld voor je kind hoe je met deze situatie omgaat.

Op de **CJG-website** van Waddinxveen vind je informatie, advies en tips voor ouders over thuisblijven met kinderen, hygiëne en de gevolgen van het coronavirus in het contact met andere mensen.

Speciaal voor jongeren in Waddinxveen is er de website [HoeZitDat.info](http://HoeZitDat.info) ; voor antwoord op vragen die zij mogelijk hebben over [je lijf](#) , [vriendschap](#) , [relaties](#) , [loverboys](#) , [verliefd zijn](#) , [vrijen](#) , [tienermoeder](#) , [soa](#) , [roken](#) , [alcohol](#) , [drugs](#) , [GHB](#) , [school](#) , [dyslexie](#) , [ruzie](#) , [pesten](#) , [op jezelf wonen](#) , [werken](#) , [geld](#) , [HALT](#) en meer.

Voor ouders en verzorgenden in Midden Holland en Woerden houden pedagogen een telefonisch **Spreekuur Opvoeden**, elke werkdag tussen 9.00-12.00 uur en van 13.00 tot 16.00 uur. De pedagogen zijn bereikbaar via telefoonnummer [088 900 40 00](tel:0889004000) . Om contact op te nemen kun je ook een e-mail sturen naar [opvoedbureau.mh@kwadraad.nl](mailto:opvoedbureau.mh@kwadraad.nl)



Wadwijzer is ontwikkeld in opdracht van de [gemeente Waddinxveen](#), in samenwerking met de deelnemende maatschappelijke organisaties.

[Over Wadwijzer](#)

---