



Gepubliceerd op Kijk op KOO 24-11-2020 12:26 (<https://www.kijkopkoo.nl>)

[Kijk op KOO](#) > Extra hulp in verband met corona-virus

---

Vanwege het coronavirus en de maatregelen om het in te dammen hebben sommige mensen het (extra) moeilijk. Tegelijk zijn er hartverwarmend veel initiatieven om elkaar door deze lastige periode heen te helpen. Hieronder staat op een rijtje waar u hulp kunt vragen en aanbieden.

Wilt u helpen, kijk dan of u bij één van de onderstaande initiatieven aan kunt sluiten (als individu of organisatie). Zo kunnen hulpvragers u beter vinden.

### **Lokaal hulp vragen & aanbieden**

U kunt terecht bij KOO, het informatie en adviespunt voor inwoners van de gemeente 's-Hertogenbosch. Bel of WhatsApp met KOO via [073 206 88 88](tel:0732068888) . KOO kan uw hulpvraag of –aanbod doorzetten naar de juiste organisatie, bijvoorbeeld de buurtteams van Farent en MEE.

Als mantelzorger kan deze situatie extra lastig zijn: hoe zorgt u goed voor uzelf en uw naaste(n)? Bel [Team Mantelzorg Farent](#) voor praktisch advies of een gesprek op [073 20 68 800](tel:0732068800) .

Coronahulpgroep Den Bosch: Bosschenaren helpen elkaar! Heeft u hulp nodig of wilt u helpen, meld u aan via [06 23 21 20 11](tel:0623212011) .

Aanpak coronazorg door de gemeente: [www.s-hertogenbosch.nl/corona-zorg](http://www.s-hertogenbosch.nl/corona-zorg) .

Wilt u zich aansluiten als vrijwilliger bij [Crew Against Corona Den Bosch](#) , bel dan naar [06 27 90 27 08](tel:0627902708) .

Via diverse Facebookpagina's voor 's-Hertogenbosch en Brabant kunt u hulp vragen en aanbieden:

[Crew against Corona Den Bosch](#)

[Corona 's-Hertogenbosch](#)

## Coronahulp 's-Hertogenbosch

Galant heeft informatie met tips voor mensen die in isolatie of quarantaine zitten.

Hulp en steun bij thuisquarantaine nodig? Lees de folder over hulp en steun bij thuisquarantaine .

## **Opvoeden in onzekere tijden**

Door het corona-virus verandert er veel in de levens van gezinnen. Kinderen en ouders zijn ineens de hele dag thuis, ouders moeten thuiswerk en opvoeden combineren. Gezinsleden brengen veel meer tijd dan gewoonlijk samen door. Dat kan fijn zijn, maar soms is het ook moeilijk en zwaar. Heeft u ondersteuning nodig bij alle veranderingen? Vraag gerust hulp. Dat helpt u en uw gezinsleden.

Deze tips op de website van Triple P kunnen u misschien al helpen. Heeft u meer nodig of wilt u eens praten met iemand over hoe het thuis gaat? Neem dan contact op met KOO of de GGD.

## **Hulp vragen & aanbieden per wijk**

Bij Katrien brengt hulpaanbod en -vragen zoveel mogelijk bij elkaar, vooral in en rond de **binnenstad**. Bel of mail via 06 15 20 84 38 of info@bijkatrien.com .

Op wijkwebsite Buurtkiep voor **Muntel, Vliert en Orthenpoort** staan hulpvragen en aanbod, via de website kunt u met elkaar in contact komen.

Sociaal Cultureel Centrum de Biechten heeft een maaltijdservice voor de wijk **Hintham**. Voor meer informatie en bestellen van een maaltijd (€ 7,50 met PIN afrekenen) bel 06 29 30 58 07 .

Inwoners van **Boschveld, Deuteren en het Paleiskwartier** kunnen voor noodhulp of boodschappen contact opnemen met Copernikkel via 06 25 21 53 40 of info@copernikkel.nl .

Inwoners van het **Paleiskwartier** kunnen ook mailen naar Paleiskwartierhelpt@gmail.com om hulp te vragen of aan te bieden, bijvoorbeeld boodschappen doen of de hond uitlaten.

De **Groote Wielen** heeft een Facebookgroep om vraag en aanbod uit te wisselen.

Inwoners van de **gemeente Vught** kunnen dagelijks tussen 10.00 – 15.00 uur bellen naar 06 51 86 66 60

om hulp te vragen of aan te bieden.

In veel buurten/wijken wordt hulp gevraagd en aangeboden via de [NextDoor-app](#) . Via de [website](#) kunt u checken of er een appgroep voor uw buurt is en lid worden.

## **Corona en geldzaken**

Financiële problemen door Corona? Inwoners met financiële problemen (werk/inkomen/schuldhelpverlening) kunnen contact opnemen met de gemeente via [073 615 515 5](#) . Als je dit telefoonnummer opslaat bij de contacten in je smartphone, kun je ook appen met de gemeente.

## **Landelijk hulp vragen & aanbieden**

[Landelijk overzicht van Facebookgroepen](#) die hulpvragen en aanbod matchen.

[Vrijwilligersplatform NLvoorelkaar](#) koppelt vraag en aanbod voor hulp. Bijvoorbeeld digitaal gezelschap of een belletje. '[Coronaproof](#)' [vrijwilligerswerk](#) is ook te vinden via NLvoorelkaar.

Via de website [Coronahelpers](#) worden allerlei soorten hulp en aanbod bij elkaar gebracht.

Via platform [Gewoonmensendiemensenwillenhelpen](#) kunt u ook hulp vragen en aanbieden.

[Omroep KRO-NCRV](#) biedt samen met de Nationale Coalitie tegen Eenzaamheid contact aan voor mensen die vanwege corona thuis en/of in quarantaine zitten.

## **Telefonische hulp**

Nu veel mensen verplicht binnen zitten, liggen eenzaamheid, psychische en relationele problemen op de loer. Er zijn verschillende telefonische hulpdiensten waar u uw verhaal kwijt kunt of advies kunt krijgen. Vaak bemenst door vrijwilligers!

Wilt u even praten? [De Luisterlijn](#) kunt u dag en nacht bellen voor een anoniem en vertrouwelijk gesprek op [073 61 400 48](#) . U kunt ook chatten of mailen.

Zit u thuis en voel u zich eenzaam? U kunt bellen of mailen naar Infopunt Eenzaamheid van Farent: [073 20 68 120](#) of [infopunteenzaamheid@farent.nl](mailto:infopunteenzaamheid@farent.nl) .

Het Rode Kruis heeft een hulplijn voor kwetsbare mensen geopend: [070 44 55 888](tel:0704455888) .

ANBO (Algemene Nederlandse Bond Ouderen) heeft een telefoonlijn geopend waar ouderen op ieder moment naartoe kunnen bellen: [0348 46 66 66](tel:0348466666) .

Voor mantelzorgers is er, naast [Team Mantelzorg Farent](#) , ook de landelijke Mantelzorglijn: [030 760 60 55](tel:0307606055) .

Voor kinderen is er de Kindertelefoon: [0800 04 32](tel:08000432) .

Korrelatie is een landelijke organisatie die anoniem en professioneel psychische en psychosociale hulp biedt. Per telefoon: [0900 14 50](tel:09001450) (15 cent per minuut) en chat op maandag t/m vrijdag van 9.00 tot 17.30 uur.

### **Wat kan ik doen en hoe kan ik veilig helpen?**

Het [Rode Kruis geeft tips](#) wat u kunt doen voor een ander en ook hoe u dat veilig doet.

Op hun platform [Ready2Help](#) kun u zich inschrijven voor hun burgerhulpnetwerk voor noodsituaties.

### **Meer tips?**

Heeft u tips voor deze lijst, geef ze dan aan ons door via [redactiekoo@kijkopkoo.nl](mailto:redactiekoo@kijkopkoo.nl) . Wij zullen ze toevoegen.

[Over deze website](#)

---