

# Initiatieven hulpaanbod rondom Corona

## Gooise Meren

In dit document vindt u een overzicht van hulp initiatieven rondom het Corona-virus in Gooise Meren. Het aanbod is verdeeld in heel gemeente Gooise Meren, facebook-groepen, plaats, wijk en landelijke hulplijnen.

Heeft u een aanvulling, of vindt u uw initiatief niet terug in het overzicht, dan kunt u dat doorgeven per mail aan: [communicatie@versawelzijn.nl](mailto:communicatie@versawelzijn.nl)

# **INHOUDSOPGAVE**

**Initiatieven in hele gemeente Gooise Meren**

**Facebookgroepen**

**Bussum**

1. Oostereng
2. 't Spiegel

**Muiderberg**

**Landelijke initiatieven en hulplijnen**

## Initiatieven in hele gemeente Gooise Meren

<b>Versa Vrijwillige Thuishulp</b>	
Omschrijving	Hulp nodig voor bijvoorbeeld een boodschapje of de hond uitlaten? Bel dan met de VTH!
Informatie en aanmelden	Ma t/m vr tussen 10.00 en 12.00 uur, 035-6947455 Voor boodschappen en voor overige vragen: maandag en dinsdag Dolf Adam, 06-13416734, woensdag en donderdag Zaineb Toama, 06-31995655, op donderdag en vrijdag Nicky Eggenkamp, 06-13907587. Dringende vragen op financieel-administratief gebied bel van maandag t/m vrijdag tussen 10-13 uur Wilma Post 06 139 656 04 of mail <a href="mailto:wpost@versawelzijn.nl">wpost@versawelzijn.nl</a>

<b>Versa Administratie voor Elkaar</b>	
Omschrijving	De Spreekuren Administratie voor Elkaar Gooise Meren (Bussum-Naarden-Muiden) zijn tijdens de Corona periode gesloten. Wij blijven u graag helpen en zijn telefonisch bereikbaar op di.dag en do.dag 10-13 uur.
Informatie en aanmelden	Wilma Knops 06 339 518 92 Wilma Post 06 13965604 Tineke van der Tol 06 139 665 14 of via; <a href="mailto:avegm@versawelzijn.nl">avegm@versawelzijn.nl</a> .

<b>Boodschappen</b>	
Omschrijving	Enthousiaste jonge statushouders/nieuwkomers van verschillende nationaliteiten, helpen u graag met uw boodschappen!
Informatie en aanmelden	Neem contact op met: <a href="mailto:iabdullah@versawelzijn.nl">iabdullah@versawelzijn.nl</a> of <a href="mailto:kaderabas30@gmail.com">kaderabas30@gmail.com</a> van Versa Welzijn. Als u niet kunt mailen, dan kunt u ons bereiken via telefoon of WhatsApp: Kheder Abas: 06 87 57 39 57 Iyad Abdullah: 06 86 31 86 85

<b>Maatjesproject Gooi en Vechtstreek</b>	
Omschrijving	Contact voor mensen vanaf 18 jaar die door sociale, psychische of psychiatrische problemen in een isolement zijn geraakt
Informatie en aanmelden	<a href="http://www.maatjesprojectgooi.nl">www.maatjesprojectgooi.nl</a> of bel 035 737 01 63 Email: <a href="mailto:info@maatjesprojectgooi.nl">info@maatjesprojectgooi.nl</a>

<b>Humanitas t Gooi</b>	
Omschrijving	Voor als je het even in je eentje niet meer redt, bijvoorbeeld doorrouw, ziekte, financiën, eenzaamheid
Informatie en aanmelden	<a href="http://www.humanitas.nl/afdeling/t-gooi">www.humanitas.nl/afdeling/t-gooi</a> , telefoon 035 628 60 93 Email: <a href="mailto:tgooi@humanitas.nl">tgooi@humanitas.nl</a>

<b>MEE Gooi en Vecht</b>	
Omschrijving	Voor ondersteuning van mensen met een beperking maar ook voor ouderen en andere kwetsbare personen.
Informatie en aanmelden	Email <a href="mailto:gooisemeren@mee-ugv.nl">gooisemeren@mee-ugv.nl</a> Telefoon: 035-3030168

<b>De Zonnebloem</b>	
Omschrijving	Voor mensen met een lichamelijke beperking door ziekte, leeftijd of handicap en voor wie persoonlijk contact en meedoen niet vanzelfsprekend is.
Informatie en aanmelden	Bussum: 06 49 77 38 53 Naarden: 035 678 28 58 Muiden/Muiderberg: 0294 262 279 <a href="http://www.zonnebloem.nl">www.zonnebloem.nl</a> kijk op de pagina Activiteiten en zoek op jouw buurt

<b>Parochie van de Heilige drie-eenheid</b>	
Omschrijving	Voor diaconale steun
Informatie en aanmelden	<a href="http://www.h-drieeenheid.nl">www.h-drieeenheid.nl</a> , email: <a href="mailto:secretariaat@h-drieeenheid.nl">secretariaat@h-drieeenheid.nl</a>

<b>Bibliotheek Gooi en Meer</b>	
Omschrijving	Leden kunnen gewoon doorlezen met ons aanbod e-books en de Luisterbiebapp. Ook aan niet-leden is gedacht: het aanbod op de Luisterbiebapp is uitgebreid met titels voor iedereen, jong en oud.  Omdat niet iedereen even bekend is met digitale media, is onze telefonische servicedesk opgestart. Iedereen kan daar op werkdagen terecht met vragen. Niet alleen vragen over e-books of apps, maar voor alle vragen die je ook in normale omstandigheden in onze bibliotheken altijd al kon stellen.
Informatie en aanmelden	<a href="https://www.bibliotheekgooienmeer.nl/">https://www.bibliotheekgooienmeer.nl/</a> Telefonisch spreekuur elke dag tussen 10.00 en 14.00 uur, via 035 6973 000

### Burenkaartje

Omschrijving	Download het <a href="#">burenkaartje</a> , vul het in en doe het bij een oudere, eenzame, zieke buur in de brievenbus.
Informatie en aanmelden	Gebruik deze <a href="#">link</a> Het burenkaartje is een initiatief van Versa Welzijn, Vrijwillige Thuis Hulp en Stichting Present.

### Soep van Antoine Hermans

Omschrijving	Bussumer Antoine Hermans van 'Huize Hermans' is een fantastische cateraar die zijn tijd goed besteed door op zaterdag en zondag gratis versgemaakte soepen te brengen naar mensen die het nu extra moeilijk hebben door eenzaamheid, ziekte of andere redenen.
Informatie en aanmelden	Het liefst via een Whatsapp bericht naar 06-52006070.

### Jongeren-challenge #beteranderhalvemeter

Omschrijving	Voor jongeren is de challenge #beteranderhalvemeter Hiermee daagt STAD Bussum jongeren uit om de tofste filmpjes te maken met huis- tuin- en keukenspullen, want ja, het is natuurlijk niet de bedoeling dat we alsnog de straat op gaan om die filmpjes te maken.
Informatie en aanmelden	<a href="https://stad-gooi.nl/2020/03/23/beteranderhalvemeter/">https://stad-gooi.nl/2020/03/23/beteranderhalvemeter/</a>

### Online trainingen

Omschrijving	De Bussumse <a href="#">healthclub Squash &amp; Wellness</a> heeft een groot aantal trainingen online gezet. Zowel voor beginners als gevorderden. Van yoga tot full body workout.
Informatie en aanmelden	<a href="https://www.squashenwellness.nl/nieuws/sw-home-trainingen/">https://www.squashenwellness.nl/nieuws/sw-home-trainingen/</a>

### Bewegen en een gezonde leefstijl

Omschrijving	Gooise Meren Beweegt plaatst de komende weken dagelijks content op het gebied van bewegen & een gezonde leefstijl.
Informatie en aanmelden	<a href="https://www.facebook.com/gooisemerenbeweegt/">www.facebook.com/gooisemerenbeweegt/</a>

### Creatief Schrijven

Omschrijving	We nodigen je uit om deel te nemen aan CREATIEF SCHRIJVEN. Op de facebookpagina: <a href="#">Bureau Herstel-ondersteuning Kwintes vind je een voorbeeld en ook de eerste opdracht.</a>
Informatie en aanmelden	Als je zin hebt om mee te doen, stuur dan jouw werk naar onze collega <a href="mailto:annette.tahija@kwintes.nl">annette.tahija@kwintes.nl</a>

### Hond uitlaten

Omschrijving	Als het moeilijk is om de hond uit te laten, omdat u bij uw partner of kind moet blijven, vraag dan of uw buren het voor u willen doen.
Informatie en aanmelden	Of bel de hondenuitlaatservice: - hondenoppas.nl/hondenuitlaatservice/bussum - deuitgelatenhond.nl

### Berenjacht

Omschrijving	Plaats een knuffelbeer goed zichtbaar voor je raam of deur. Kinderen volgen deze 'beren-sporen' en hebben zo een leuke speurtocht. Alleen in kleine groepjes en natuurlijk geldt ook hier de 1,5 meter regel
Informatie en aanmelden	nvt

### Telefonisch contact met Vier het Leven

Omschrijving	Vier het Leven heeft regionale belteams samengesteld. Deelnemers worden door een vrijwilliger gebeld over een annulering of over een nieuwe datum van een uitje mocht deze gepland zijn. Ook kunnen zij contact met de ouderen opnemen om even een praatje te maken.
Informatie en aanmelden	Ouderen die dit fijn vinden kunnen ons dit laten weten via <a href="mailto:info@4hetleven.nl">info@4hetleven.nl</a> . Deelnemers kunnen natuurlijk ook zelf contact opnemen met Vier het Leven via ons centrale telefoonnummer: 035-5245156.

### (Praatkameraadje) voor kinderen

Omschrijving	Ben je tussen de 6 en 12 jaar oud en heb je een vraag? Of verveel je je en wil je knutsel- of beweegtips? Of wil je iets bespreken maar je vindt het moeilijk?  Tot 3 juli organiseert het Kinderwerk van Versa activiteiten voor kinderen van 4 -12 jaar. Meer info op: <a href="https://www.versawelzijn.nl/gooisemeren-corona/">https://www.versawelzijn.nl/gooisemeren-corona/</a>
Informatie en aanmelden	Mail of bel naar kinderwerk Versa: Kirsten voor Muiden/Muiderberg: <a href="mailto:kkasteren@versawelzijn.nl">kkasteren@versawelzijn.nl</a> / 06 12 58 37 49  Nicole voor Bussum: <a href="mailto:nwendt@versawelzijn.nl">nwendt@versawelzijn.nl</a> / 06 12 96 65 25  José voor Naarden: <a href="mailto:jgroot@versawelzijn.nl">jgroot@versawelzijn.nl</a> / 06 13 96 56 91

## St. Gooise Culturele evenementen

Omschrijving	<p>Deze Stichting heeft een nieuw initiatief: de Mobiele Muziek Box. Niet alleen voor verpleeghuizen en woongroepen, maar ook voor mensen die in deze tijd aan huis gekluisterd zijn. Bijv. omdat ze de deur niet uit durven of mogen of omdat zij in een risicogroep vallen. Hier willen de organisatoren iets aan doen. Muziek betekent zoveel voor iedereen; het geeft afleiding, even een vrolijk moment. De stichting biedt optredens op locatie aan (buiten). Geheel volgens de RIVM richtlijnen.</p>
Informatie en aanmelden	<p>Wil je iemand laten verrassen die zich in deze tijd wat eenzaam voelt en het zwaar heeft? Meld dit via de website <a href="http://www.stichtinggce.nl">www.stichtinggce.nl</a> of stuur een email: e-mail <a href="mailto:stichtinggce@gmail.com">stichtinggce@gmail.com</a></p>

## Facebook groepen Gooise Meren

Facebook groepen	
Omschrijving	<p>Bussum Corona Help <a href="https://www.facebook.com/groups/1078032775913133/">https://www.facebook.com/groups/1078032775913133/</a></p> <p>Corona hulp voor mensen in Naarden <a href="https://www.facebook.com/groups/1513830648793726/">https://www.facebook.com/groups/1513830648793726/</a></p> <p>Gooise Meren Beweegt <a href="https://www.facebook.com/gooisemerenbeweegt/">https://www.facebook.com/gooisemerenbeweegt/</a></p> <p>Kinderwerk Versa met vele activiteiten: <b>Jose in Naarden</b> – <a href="https://www.facebook.com/kinderwerkscan.naarden">https://www.facebook.com/kinderwerkscan.naarden</a> <b>Kirsten in Muiden/Muiderberg</b> - <a href="https://www.facebook.com/kinderwerkmuidenmuiderberg/">https://www.facebook.com/kinderwerkmuidenmuiderberg/</a> <b>Nicole in Bussum</b> – <a href="https://www.facebook.com/KinderwerkBussum">https://www.facebook.com/KinderwerkBussum</a></p> <p><b>Informatie in Arabisch en Tigrinia</b> Arabisch: <b>معا ضد الكورونا في</b> Gooise Meren <a href="https://www.facebook.com/groups/201746104260601/">facebook.com/groups/201746104260601/</a></p> <p><b>Tigrinya: samen tegen Het Coronavirus (Eritrese Groep)</b> <a href="https://www.facebook.com/groups/2860964437286313">facebook.com/groups/2860964437286313</a></p> <p><b>Voorstellingen meebeleven vanuit huis</b> <a href="https://www.facebook.com/Stichting.Vier.het.leven/">https://www.facebook.com/Stichting.Vier.het.leven/</a></p> <p><a href="#">YouTubekanaal.</a></p>



## Bussum

<b>Kindertekeningactie</b>	
Omschrijving	'Kinderwerk Bussum' en het 'Geheugenhuis Bussum', beiden van Versa, hebben een kindertekeningactie opgezet. Elke vrijdag wordt de brievenbus van Wijkcentrum Uit-Wijk om 12.00 uur geleegd en wordt er een bestemming bedacht voor de opbrengst.
Informatie en aanmelden	Aanmelden is niet nodig, tekening kan in de bus van Uit-Wijk, Doctor Schaepmanlaan 10-12, 1402 BT Bussum <a href="https://www.facebook.com/KinderwerkBussum">https://www.facebook.com/KinderwerkBussum</a>

<b>Online gamen voor jongeren</b>	
Omschrijving	Elke donderdag is er vanaf 19:00 tot 22:00 uur online gamen op de Playstation 4. Voor jongeren die tussen de 12 en 25 jaar oud zijn.
Informatie en aanmelden	Meld je aan bij Vincent Vermeulen, jongerenwerk Versa Welzijn, tel. 06 82 30 37 48

## Oostereng

<b>Buurtpreventievereniging Oostereng</b>	
Omschrijving	Kun je wat voor iemand betekenen of kun je juist wel wat hulp gebruiken? Laat het aan je buurtgenoten weten. Samen staan we sterk!
Informatie en aanmelden	Buurtpreventievereniging Oostereng, <a href="http://bit.ly/zorgvoorelkaargooisemeren">bit.ly/zorgvoorelkaargooisemeren</a>

## t Spiegel

<b>Rollende Keukens</b>	
Omschrijving	In de wijk Het Spiegel in Bussum is Rollende Keukens opgezet. Iedere dinsdagavond actief waarbij foodtrucks in de straat komen zodat mensen daar een maaltijd kunnen afhalen. Initiatief van buurtbewoners Robert en Jeroen. Afstand van 1,5 meter wordt gegarandeerd en het eten wordt vers bereid in een foodtruck van een lokale ondernemer.
Informatie en aanmelden	Meer info op <a href="http://www.buurtkeukens.nl">www.buurtkeukens.nl</a> Daar staat ook hoe mensen het in hun eigen wijk kunnen opzetten

## Muiderberg

<b>'Kleine Moeite'</b>	
Omschrijving	<p>Stel: u bent te ziek om naar een winkel te gaan en u kent niemand die boodschappen voor u kan doen. Het project 'Kleine Moeite' biedt dan een oplossing. Muiderbergers die hulp nodig hebben kunnen aan de knop van de buitendeur een kaart met een hulpvraag hangen. Iemand die wil helpen neemt de kaart mee.</p> <p>De kaarten liggen in het weekend van 4 april 2020 of aan het begin van de week van 6 april 2020 bij Muiderbergers in de bus</p> <p>In de begeleidende brief staat hoe u de boodschappen bezorgt en op gepaste afstand blijft</p>
Informatie en aanmelden	<p>Wilt u meer informatie? Stuur een mail naar <a href="mailto:kleinemoeitegooisemerem@gmail.com">kleinemoeitegooisemerem@gmail.com</a></p>

## Landelijke initiatieven en hulplijnen

<b>De luisterlijn</b>	
Omschrijving	Voor een goed gesprek of een luisterend oor. Anoniem en vertrouwelijk
Informatie en aanmelden	24 uur per dag, <a href="http://www.deluisterlijn.nl">www.deluisterlijn.nl</a> , 0900 0767 (5 ct. p/m)

<b>De Zonnebloem</b>	
Omschrijving	Voor mensen met een lichamelijke beperking door ziekte, leeftijd of handicap en voor wie persoonlijk contact en meedoen niet vanzelfsprekend is.
Informatie en aanmelden	Bussum: 06 49 77 38 53 Naarden: 035 678 28 58 Muiden/Muiderberg: 0294 262 279 <a href="http://www.zonnebloem.nl">www.zonnebloem.nl</a> kijk op de pagina Activiteiten en zoek op jouw buurt

<b>Steffie legt uit</b>	
Omschrijving	De uitleg op deze website is speciaal voor mensen met een verstandelijke beperking en mensen die moeite hebben met lezen en schrijven. Ook voor kinderen is de uitleg heel fijn.
Informatie en aanmelden	<a href="http://www.steffie.nl">www.steffie.nl</a> Op <a href="http://corona.steffie.nl">corona.steffie.nl</a> vertelt Steffie alles over corona.

### Ouderenfonds hulp met digitaal

Omschrijving	De helpdesk Welkom Online van het Nationaal Ouderenfonds helpt bij online en digitale vragen. Denk aan uitleg over videobellen en contact houden via social media. Elke werkdag van 9.00 tot 17.00 uur kunt u bellen met 088 344 20 00.
Informatie en aanmelden	Elke werkdag van 9.00 tot 17.00 uur kunt u bellen met 088 344 20 00.

### Rode Kruis

Omschrijving	Heb je een luisterend oor, advies of extra hulp nodig omdat je in quarantaine of thuisisolatie zit? Dan kun je contact opnemen met de Hulplijn voor kwetsbare mensen.
Informatie en aanmelden	<u>Hulplijn voor kwetsbare mensen</u> tel. 070-4455888

### Angst, dwang en fobie stichting

Omschrijving	Angst, dwang en Fobie stichting voor mensen met angst en dwangklachten.
Informatie en aanmelden	Tel. 0343-753009 9.00-13.30 werkdagen, chat mogelijkheid <a href="https://adfstichting.nl/">https://adfstichting.nl/</a> / #ADFstichting

### Wij zijn MIND

Omschrijving	Voor mensen die hulp willen bij psychische en sociale problemen.
Informatie en aanmelden	Tel. 0900-1450 9.00-18.00 werkdagen, chat mogelijkheid <a href="https://mindkorrelatie.nl/">https://mindkorrelatie.nl/</a>

### De Kindertelefoon

Omschrijving	Voor kinderen die vertrouwelijke gesprekken willen voeren en dit niet durven, willen, kunnen met anderen.
Informatie en aanmelden	0800-0432 van 11.00-21.00, chat mogelijkheid <a href="https://www.kindertelefoon.nl/">https://www.kindertelefoon.nl/</a>

### Nederland Een tegen eenzaamheid

Omschrijving	Ook jij kan er vandaag voor kiezen om een betere buur te zijn en iemand het gevoel te geven dat de wereld wél op hem wacht. Een klein gebaar kan een wereld van verschil maken.
Informatie en aanmelden	<a href="https://www.eentegeneenzaamheid.nl/">https://www.eentegeneenzaamheid.nl/</a>

### Sensor

Omschrijving	Voor mensen die behoefte hebben om hun hart te luchten of die eenzaam zijn
Informatie en aanmelden	0900-0767 (24 uur per dag, de hele week bereikbaar)

### Corona Helpdesk voor statushouders

Omschrijving	In het Arabisch en Tigrinya
Informatie en aanmelden	Vrijwilligers kunnen mailen naar C19helpdesk@gmail.com 085 580 88 00, op werkdagen van 14-16 uur

### Infolijn voor ouderen met migratieachtergrond

Omschrijving	Ouderen met een migratieachtergrond kunnen bellen met een speciale hulplijn van seniorenorganisatie KBO-PCOB. De telefoonlijn is bedoeld voor vragen over het coronavirus. Gewoon een praatje maken mag ook. Aan de telefoon zitten vrijwilligers die zelf een Caribische, Chinese, Italiaanse, Marokkaanse, Molukse, Spaanse, Surinaamse of Turkse achtergrond hebben. De hulplijn is een initiatief van KBO-PCOB en het Netwerk van Organisaties van Oudere Migrantten (NOOM).
Informatie en aanmelden	U kunt van maandag tot en met vrijdag van 9.00 tot 17.00 uur bellen met 030 34 00 600.

### Veilig thuis

Omschrijving	Landelijke hulplijn om huiselijk geweld te melden (slachtoffers en daders). Als u belt wordt u doorverbonden met de bureaudienst uit de eigen regio/gemeente.
Informatie en aanmelden	0800-2000

### Oudertelefoon

Omschrijving	Anoniem bereikbaar via telefoon en chat om te praten over je gezinssituatie. Opvoeden is een uitdagende taak, zeker in combinatie met je andere dagelijkse bezigheden. Het is heel logisch dat dat af en toe even te veel wordt. Bij de Oudertelefoon kun je terecht om hierover te praten. Voor iedere ouder, opvoeder, oppas, zorgverlener, opa, oma, aangetrouwd, bonus, tijdelijk of voor altijd.
Informatie en aanmelden	<a href="http://www.oudertelefoon.nl">www.oudertelefoon.nl</a> Telefoon: 085 130 46 58 (normaal tarief) Van maandag t/m vrijdag, tussen 09.00-15.00 uur. Ook op donderdagavond, tussen 19.00-22.00 uur.

<b>Thuisarts.nl</b>	
Omschrijving	Betrouwbare informatie over ziekte en gezondheid, gemaakt door artsen. Nu ook met de Corona-test; Heb ik corona, wat moet ik doen? De corona-vragentest geeft op een makkelijke manier informatie en advies over corona. Deze vragentest is gemaakt door het Nederlands Huisartsen Genootschap. Dit is de wetenschappelijke vereniging van huisartsen in Nederland.
Informatie en aanmelden	<a href="http://www.thuisarts.nl">www.thuisarts.nl</a>

<b>Allemaal digitaal</b>	
Omschrijving	Een gezamenlijk initiatief van publieke en private partijen om laptops in te zamelen zodat zo veel mogelijk Nederlanders digitaal mee kunnen doen. De overheid, maatschappelijke organisaties en de ICT-sector slaan de handen ineen om gebruikte laptops in te zamelen, op te knappen en te verdelen over de mensen die ze het hardst nodig hebben. Ze zorgen ook voor de juiste software, instructies en zo nodig een internetverbinding.
Informatie en aanmelden	<a href="https://www.allemaal-digitaal.nl/">https://www.allemaal-digitaal.nl/</a>