



INFORMATIEKAART
Psychosociale hulpverlening aan
vluchtelingen uit Oekraïne

GGD Fryslân heeft deze informatiekaart samengesteld voor de Friese gemeenten die betrokken zijn bij de opvang van Oekraïense vluchtelingen. Met de informatiekaart wordt inzichtelijk gemaakt wat de mogelijkheden zijn op het gebied van psychosociale hulpverlening, welke partijen daarvoor benaderd kunnen worden en hoe de hulpverlening vormgeven kan worden. Naast de inzet van psychosociale hulpverlening, kan voor zorg bij psychische klachten zoveel mogelijk worden aangesloten bij de reguliere zorg in Friesland. In deze specifieke situatie – waarin vluchtelingen uit Oekraïne vrij mogen reizen, geen asiel hoeven aanvragen en gebruik mogen maken van de reguliere gezondheidszorg – zijn we mede afhankelijk van landelijke richtlijnen. Ontwikkelingen zullen daarom nauw in de gaten worden gehouden en waar nodig zal de informatiekaart worden aangepast.

Versie: 1

Datum: 1-4-2022

Psychosociale hulpverlening aan Oekraïense vluchtelingen

Opgesteld door: Landelijke Vakgroep procesleiders PSH i.s.m. ARQ Nationaal Psychotraumacentrum, GGD GHOR Nederland. In afstemming met R. Stumpel, directeur Publieke Gezondheid en landelijk portefeuillehouder crisistaken PSH en GOR.

Inleiding

Nederland heeft te maken met de opvang van vluchtelingen uit Oekraïne. De gemeenten hebben de verantwoordelijkheid voor de organisatie en inrichting van opvanglocaties en het coördineren van de zorg. In de [Handreiking gemeentelijke opvang Oekraïners](#) (13 maart 2022) wordt het belang van psychosociale hulpverlening (afgekort PSH) benadrukt. In opdracht van gemeenten heeft de GGD hierin een bevorderingstaak.

Kernboodschap vanuit PSH-oogpunt

De eerste opvang en ondersteuning is gericht op het creëren van rust en veiligheid, het bieden van praktische hulp en informatie en het bieden van emotionele en sociale steun; het vervullen van basisbehoeften. Ondanks dat mensen mogelijk zeer ingrijpende situaties hebben meegemaakt en veel stress hebben ervaren, is de psychosociale ondersteuning in eerste instantie niet gericht op het bieden van traumahulp. Met de juiste ondersteuning zullen de meeste van de vluchtelingen zelf de balans terug vinden en geen professionele psychologische hulp nodig hebben. Het is van belang een goed evenwicht te vinden tussen afwachten en interveniëren. Daarvoor is het gewenst om 'vinger aan de pols' te houden en alert te blijven op het ontwikkelen van mogelijk langduriger klachten vanuit het principe van [watchful waiting](#).

De rol van de GGD bij PSH

De bevorderingstaak van psychosociale hulpverlening bij de opvang van vluchtelingen uit Oekraïne is gericht op informeren en adviseren. Bij voorkeur zal de GGD deze taak uitvoeren als wij daarom door een of meerdere gemeenten verzocht wordt. Voor het opstellen van een 'PSH-advies' doet de GGD een beroep op organisaties waarmee wij regulier reeds een goede samenwerking hebben opgebouwd en de lokale situatie doorgaans goed kennen. Dit zijn organisaties die veel expertise hebben in de uitvoering van de PSH, zoals Slachtofferhulp en GGZ Friesland. Deze, maar ook andere organisaties, kunnen bijeengeroepen worden in het PSH-kernteam.

Bij de opvang van vluchtelingen in de opvanglocaties zelf heeft de GGD geen coördinerende en/of uitvoerende taak. De uitvoering daarvan ligt bij organisaties waarmee de gemeente(n) uitvoeringsafspraken hebben gemaakt zoals het Rode Kruis, Vluchtelingenwerk Nederland, het Leger des Heils en/of andere opvangorganisaties. Het document Handreiking gemeentelijke opvang Oekraïners geeft daar meer informatie over. Via de reguliere zorginfrastructuur die we in Nederland kennen treedt de huisarts op als poortwachter en verwijzer naar eventueel meer gespecialiseerde psychosociale/psychische hulp.

Advies PSH-kernteam

Het PSH-kernteam bestaat uit GGD Fryslân, GGZ Friesland, Slachtofferhulp, Vluchtelingenwerk, Rode Kruis en de Raad van Kerken in Friesland. Op donderdag 24 maart kwam het kernteam bijeen en heeft een PSH-advies opgesteld voor de Friese gemeenten die Oekraïense vluchtelingen (al of nog gaan) opvangen.

Vluchtelingen uit Oekraïne hebben een lange reis gemaakt als zij aankomen op de noodopvanglocatie (ofwel doorstroomlocatie in Heerenveen). Ze zijn vermoeid, hebben behoefte aan eten, drinken, een warme douche en vooral aan rust. Er komt in de eerste dagen van hun verblijf in Nederland ontzettend veel op hen af. Dat betekent dat psychosociale hulpverlening bij voorkeur pas wordt opgestart en aangeboden op de locaties waar de Oekraïense vluchtelingen voor langere tijd kunnen verblijven. En ook dan zal de focus moeten liggen op rust, veiligheid, informatie en (als daar behoefte aan is) een luisterend oor. Dat luisterend oor kunnen Oekraïense vluchtelingen ook bij elkaar vinden. Vanuit het PSH-kernteam wordt aangegeven dat het verwerken van de ingrijpende gebeurtenissen waar Oekraïense vluchtelingen mee te maken hebben gehad, start met gehoord en gezien worden; het gevoel hebben dat iemand naar je wil luisteren en ziet dat je het zwaar hebt.

In de situatie waarin Oekraïense vluchtelingen zich op dit moment bevinden is de uitdaging om niet teveel ondersteuning/zorg in te zetten maar ook niet te weinig. Gewoonlijk wordt een periode van 3 à 4 weken aangehouden als 'normaal' voor een verhoogd stressniveau na een ingrijpende gebeurtenis. In het geval van vluchtelingen kan deze periode langer zijn en de periode van 'vinger aan de pols' dus ook.

De psychosociale hulpverlening die op de opvanglocaties georganiseerd kan worden, bestaat bij voorkeur uit het bieden van een luisterend oor, het houden van een vinger aan de pols en het organiseren van activiteiten (sport, spel en mogelijkheden om met elkaar in gesprek te gaan). Laagdrempelige activiteiten zijn een goede vorm van ontspanning. Zorgen voor een dagritme en een vaste structuur kan volgens het PSH-kernteam helpen in het voorkomen van ernstige psychische klachten. Dat geldt ook voor kinderen. Voor hen is naar school gaan een belangrijk onderdeel van een alledaags leven. Positieve ervaringen op school verlagen de kans op het ontwikkelen van ernstige psychische klachten.

In onderstaande tabel is per basisbehoefte uitgewerkt hoe hier invulling aan kan worden gegeven en welke organisatie hierin een rol kan spelen. Ook is in de tabel aanvullende informatie opgenomen in de vorm van weblinks en contactpersonen.

Specifieke werkzaamheden passend bij dit onderwerp	Hoe doe je dat?	Voor wie is dit bedoeld?	Wie kan hier een rol in spelen?	Aanvullende informatie
Basishulp (veiligheid, medische zorg, voedsel, onderdak en dagbesteding)	In de Handreiking Gemeentelijke opvang Oekraïners (GOO) staat omschreven hoe de gemeenten de basishulp aan Oekraïense vluchtelingen kunnen waarborgen. Per categorie staat beschreven hoe hieraan invulling kan worden gegeven.	De basishulp is bedoeld voor Oekraïense vluchtelingen van alle leeftijden.	In het bieden van veiligheid, voedsel, onderdak en dagbesteding speelt de gemeente een belangrijke rol. In het bieden van medische zorg spelen huisartsen, dokterswacht en Jeugdgezondheidszorg een belangrijke rol.	Informatie met betrekking tot organisatie van opvang voor Oekraïense vluchtelingen: Handreiking Gemeentelijke Opvang Oekraïners (GOO) Publicatie Rijksoverheid.nl
Informatie	Vanuit GGD GHOR en het ARQ (Nationaal Psychotrauma Centrum) wordt aangegeven dat het verstrekken van informatie over praktische zaken (registratie, praktische zorg, verzekeringen, medische zorg) erg belangrijk is om de zelfredzaamheid van Oekraïense vluchtelingen te bevorderen.	Informatieverstrekking is bedoeld voor Oekraïense vluchtelingen van alle leeftijden.	In het bieden van praktische informatie kan o.a. Vluchtelingenwerk een belangrijke rol spelen.	Op beleidsniveau komen landelijk een aantal uitvoerende partijen wekelijks bijeen: Slachtofferhulp Nederland, ARQ , Vluchtelingenwerk Nederland , MIND/Korrelatie , Rode Kruis en GGD GHOR Nederland .

	Ook informatie over hoe om te gaan met stressreacties (psycho-educatie) is van groot belang. Het leren over wat stress met je doet, kan helpen bij het omgaan met de symptomen ervan. Daarnaast kan ook informatie worden verstrekt over de situatie rondom de oorlog en de naasten die nog in oorlogsgebied verblijven.		Op het gebied van psycho-educatie voor Oekraïense vluchtelingen gaat, wordt er landelijk veel materiaal ontwikkeld door o.a. ARQ en PHAROS (zie volgende kopje) Het Rode Kruis biedt ondersteuning in het terugvinden van familie en naasten in oorlogsgebied.	Informatie met betrekking tot Restoring Family Links: Zoeken naar vermiste familieleden - Restoring Family Links Rode Kruis
Psycho-educatie (direct en indirect betrokkenen)	Direct betrokkenen: Psycho-educatie voor Oekraïense vluchtelingen is belangrijk om inzicht te krijgen in de klachten die zij hebben of (kunnen) ontwikkelen door een verhoogd stressniveau. Het kan hen tools bieden om met deze klachten om te leren gaan, en kan voorkomen dat deze klachten verergeren.	Psycho-educatie aan direct betrokkenen is bedoeld voor (meerderjarige) Oekraïense vluchtelingen.	Door middel van foldermateriaal dat PHAROS heeft ontwikkeld, kan laagdrempelig psycho-educatie aan Oekraïense vluchtelingen worden verstrekt. Dit foldermateriaal is vertaald in het Russisch en Oekraïens.	Folder voor vluchtelingen over psychische klachten gericht op zelfhulp (Oekraïens): Folder psychische klachten: als je stress hebt, veel denkt en slecht slaapt (pharos.nl) Folder voor vluchtelingen over psychische klachten gericht op zelfhulp (Russisch): Als je stress hebt, veel denkt en slecht slaapt... - Russisch - Pharos

	Indirect betrokkenen: Vrijwilligers en medewerkers van de opvanglocaties of andere vrijwilligers die worden ingezet ten behoeve van (psychosociale) hulpverlening aan Oekraïense vluchtelingen zien veel leed en verdriet. Dit kan effect hebben op hun eigen mentale welzijn. Psycho-educatie kan hen helpen hiermee om te gaan. Ook kan psycho-educatie helpen in de omgang met Oekraïense vluchtelingen die klachten (psychische) ervaren.	Vrijwilligers en medewerkers van opvanglocaties en andere vrijwilligers die Oekraïense vluchtelingen opvangen e.d.	Voor vrijwilligers en medewerkers van de opvanglocaties of andere vrijwilligers die worden ingezet, kan Slachtofferhulp psycho-educatie verzorgen.	Contactpersoon PSH-Kernteam: Grietje de Vries – Slachtofferhulp Noord Nederland <i>(contactgegevens op te vragen bij PSH GGD Fryslân)</i>
Emotionele en sociale hulp	Laagdrempelige steun bieden gaat vooral om een luisterend oor, betrokkenheid tonen en erkenning bieden. Op een natuurlijke manier kan door middel van lotgenotencontact ook emotionele en sociale steun bij elkaar gevonden worden.	Oekraïense vluchtelingen	Laagdrempelige gesprekken op de opvanglocatie(s) door medewerkers van: - Vluchtelingenwerk (signaleringsfunctie) - Rode Kruis Nederland (signaleringsfunctie) - Leger des Heils (indien aanwezig) - Sociale wijkteams	Zelfhulp tools voor Oekraïense vluchtelingen: Psychological first aid – ntv Folders over mentaal welzijn in verschillende talen: Mental Health and Psychosocial Support

			(indien aanwezig) - Pastoraal werk	Contactpersonen PSH-Kernteam: Raad van Kerken <i>(Contactgegevens op te vragen bij PSH GGD Fryslân)</i> Wereld Psychologen: Home Mysite 2 (wereldpsychologen.nl)
	Voor kinderen en jongeren: TeamUp biedt psychosociale steun aan gevluchte kinderen door middel van spel- en bewegingsactiviteiten. Zij leren spelenderwijs omgaan met hun emoties,		De organisatie Wereld Psychologen biedt gratis geestelijke gezondheidszorg aan Oekraïense vluchtelingen. Verder verzorgt de organisatie ook psychosociale ondersteuning aan vluchtelingen en hulpverleners die met vluchtelingen werken. TeamUp is een samenwerking tussen Save the Children, UNICEF Nederland en War Child.	Contactpersoon PSH-Kernteam: Petra Bakker – TeamUp Regiocoördinator Noord <i>(Contactgegevens op te vragen bij PSH GGD Fryslân)</i>

	krijgen meer vertrouwen en bouwen zo aan een hoopvolle toekomst.			TeamUp: Save the Children TeamUp: gevluchte kinderen in Nederland
Praktische hulp	Voor praktische hulp bij allerlei zaken zoals rechtsbijstand & registratie, gezondheidszorg, activiteiten, huisdieren, onderwijs, werk & inkomen, etc. is een speciale website ontwikkeld op initiatief van Vluchtelingenwerk.		Vluchtelingenwerk, Rode Kruis (en Leger des Heils) zijn de uitvoeringsorganisaties die gemeenten ondersteunen bij het opvangen van (Oekraïense) vluchtelingen.	Contactpersoon PSH-Kernteam: Sonja de Ridder – Vluchtelingenwerk <i>(Contactgegevens op te vragen bij PSH GGD Fryslân)</i> Weblink naar praktische informatie voor Oekraïense vluchtelingen: RefugeeHelp Contactpersoon PSH-Kernteam: François Perreau – Rode Kruis Friesland <i>(Contactgegevens op te vragen bij PSH GGD Fryslân)</i>

Zorg bij gezondheidsklachten (preventie, signaleren, diagnose, behandeling)	Voor zorg bij gezondheidsklachten kunnen Oekraïense vluchtelingen gebruik maken van de reguliere gezondheidszorg. Dat betekent dat zij toegang hebben tot de huisartsenzorg en ook tot de specialistische gezondheidszorg.	Oekraïense vluchtelingen met gezondheidsklachten	Huisartsen en de dokterswacht zijn verantwoordelijk voor de eerstelijns medische zorg aan Oekraïense vluchtelingen. De GHOR staat in nauw contact met de huisartsen en dokterswacht om de medische zorg aan Oekraïense vluchtelingen te stroomlijnen. Wekelijks vindt hierover overleg plaats.	Informatie met betrekking tot huisartsenzorg aan Oekraïense vluchtelingen: Landelijke aanpak medische zorg voor vluchtelingen uit Oekraïne - LHV Informatie met betrekking tot vergoeding van zorg aan Oekraïense vluchtelingen: CAK - Subsidieregeling medisch noodzakelijke zorg aan onverzekerden (hetcak.nl) Vertaalde informatie over Coronavirus in het Engels: Coronavirus - Pharos
	Voor kinderen en jongeren: Preventieve zorg voor kinderen bestaat uit het screenen op lichamelijk, cognitief en psychosociaal gebied.	Oekraïense vluchtelingenkinderen van 0 tot 18 jaar.	De Jeugdgezondheidszorg van GGD Fryslân speelt een belangrijke rol in de preventieve zorg voor kinderen en jongeren tot 18 jaar. Hierbij hoort ook het uitvoeren van het Rijksvaccinatieprogramma.	

Piketnummer PSH GGD Fryslân: 088-2298577