

WIJ GRONINGEN

MET ELKAAR VOOR ELKAAR

Hoe kom je de komende tijd door? In verband met het corona virus willen wij iedereen voorzien van extra informatie en tips.

Hieronder volgt een overzicht met allemaal tips en mogelijkheden. Het zijn er heel veel. Wil je er hulp bij, neem dan gerust contact met ons op. Maak je je zorgen om iemand bij jou in de buurt en ben je zelf goed van gezondheid, bel dan aan of doe een briefje in de brievenbus met je telefoonnummer. Denk wel om de gepaste afstand van 1,5 meter.

Er ontstaan lokaal en landelijk verschillende initiatieven. Hieronder staan een aantal opgenoemd.

Heel Groningen belt

Met het Coronavirus wordt afgeraden oudere en kwetsbare mensen te bezoeken. De eenzaamheid neemt hierdoor toe onder mensen. Heb je wel behoefte aan iemand die af en toe belt? Of wil je graag een steentje bijdragen en anderen bellen? [Geef je op voor Heel Groningen belt!](#)

Rode Kruis Hulplijn – 070 4455 888

Heb je een luisterend oor, advies of extra hulp nodig omdat je in quarantaine of thuisisolatie zit? Dan kun je contact opnemen met de Rode Kruis Hulplijn.

De Luisterlijn – 050 525 0000

De landelijke Luisterlijn bestaat al eventjes en ook zij zijn te bellen. Zij zijn 24 uur per dag, zeven dagen in de week bereikbaar per telefoon, chat of mail. Meer informatie? Kijk op <https://www.deluisterlijn.nl/>.

De Zilverlijn - 088 344 2000

De Zilverlijn van het Ouderenfonds. Krijg wekelijks een belletje van een vrijwilliger, of bel zelf. Als je liever schrijft hebben ze ook Schrijfmaatje, een structurele vorm van contact met een vrijwilliger per post. Beide diensten zijn kosteloos beschikbaar voor alle ouderen. Aanmelden kan via 088 344 2000 of ouderenfonds.nl/zilverlijn en ouderenfonds.nl/schrijfmaatje.

Kindertelefoon - 0800-0432

Niet alleen de ouderen onder ons hebben af en toe behoefte aan iemand om mee te bellen. De jongeren onder ons kunnen bellen met De Kindertelefoon als ze behoefte hebben aan een luisterend oor. De Kindertelefoon via de chat op kindertelefoon.nl.

Samen sterk tegen corona

De Groningse drukker Martijn ten Pas wil een handje helpen met de raamposter-actie: 'Samen Sterk Tegen Corona'. Het idee is simpel: via de website <http://www.samensterktegencorona.nl> kunnen Groningers die hulp willen bieden of juist zoeken een gratis poster bestellen om in het raam te hangen.

Helpende hand voor Stadgers

Facebookpagina waar je hulp kan vragen en je hulp kan aanbieden voor mede Stadgers:
<https://www.facebook.com/groups/helpendehandvoorstadgers/>

Groningers voor elkaar

Facebookpagina waar je hulp kan vragen en aanbieden voor mede Stadgers.
<https://www.facebook.com/groups/GroningersVoorElkaar/>

We Helpen presenteert: WHAPP

Whapp zorgt ervoor dat een vraag terecht komt bij buurtgenoten die willen helpen. Er is een rubriek met activiteiten die de RIVM-richtlijnen rondom het Corona virus volgt. De app stuurt een vraag naar de aanbieder in de buurt. En zoekt verder als het even niet schikt. Hoe meer mensen, hoe sneller buurtgenoten elkaar vinden. Kijk op <https://whapp.nl/> voor meer informatie.

HIP Groningen

Wil jij beschikbaar zijn voor je medemens in Groningen, door buurtgenoten te helpen wanneer zij niet op anderen kunnen terugvallen? HiP Groningen ondersteunt je daarbij. Wil jij hulpbieder worden? [Klik hier voor meer informatie.](#)

Hulpdienst Humanitas

Moet er een klusje geklaard worden thuis en lukt het je niet om dit zelf te doen? Dan kun je ook bij [Humanitas](#) aankloppen. Bel 050-312 6000 of [mail](#).

NLvoorelkaar

Via deze site kan je vrijwilligerswerk vinden of zelf een oproep plaatsen. [Kijk hier voor meer informatie.](#)

Kaartje sturen?

Je kunt ook via je mobiele telefoon voor een klein bedrag een fysiek kaartje voor opa's en oma's in heel Nederland maken, die nog meer dan jonge mensen erg moeten uitkijken met fysieke contacten. Kijk op <https://cor.omapost.nl/>.

Nextdoor

Door heel Nederland worden er momenteel hartverwarmende gesprekken tussen burens gevoerd op Nextdoor om elkaar hulp te bieden. Wil jij ook meepraten? Of wil je weten hoe het met jouw burens gaat en misschien wel jouw hulp aanbieden? Download dan de Nextdoor-app op je iPhone, Android-apparaat of iPad.

Gewoon mensen die mensen willen helpen

Vier studenten wilden graag ook een bijdrage leveren en maakten daarom deze website. Wil je graag iets terug doen of heb je even wat extra hulp nodig? Kijk eens op de website:

<https://www.gewoonmensendiemensenwillenhelpen.nl/>

Supporters FC Groningen – Noordtribune helpt

De supporters van de Trots van het Noorden willen graag iedereen die het nodig heeft een handje helpen. Heb je iets nodig? Laat het weten op hun website:

<https://www.noordtribunegroningen.nl/noordtribune-helpt/>

Student voor Stad

Een groep betrokken studenten roept hun medestudenten op om een bijdrage te leveren. Wil je iets terug doen? Meld je aan op hun website: <https://www.studentvoorstad.nl/>

Toppas

Gratis toppas voor mensen in vitale beroepen. Moet je aan het werk omdat jouw werk onmisbaar is en is er niemand om op de kinderen te letten? Bij Toppas kun je je nu aanmelding voor vrijwilliger oppassers: <https://www.toppasgroningen.com/toppas-vrijwillig>

GRATIS TRAINING VOOR GESCHIEDEN OUDERS T/M 6 APRIL

Waarschijnlijk kan je als gescheiden ouder de komende weken best wat tips en adviezen gebruiken. Veel ouders zijn meer dan ooit op hun mede-ouder aangewezen, er moet intensiever dan anders worden samengewerkt tussen gescheiden ouders. Kinderen zijn in ieder geval de komende 3 weken hele dagen thuis. Deze situatie vraagt veel van onze flexibiliteit.

Om jou als ouder te ondersteunen in deze tijd biedt Villa Pinedo hun online training van €97 euro tot 6 april **kosteloos** aan. Ze willen graag ouders een handje helpen om de samenwerking makkelijker te laten verlopen deze weken.

Aanmelden en wat meer lezen over de training kan hier:

<https://training.villapinedo.nl/aanmelden/>

BELASTINGAANGIFTE UITSTEL AANVRAGEN

Kun je in deze roerige tijden wel wat extra tijd gebruiken voor de belastingaangifte? Vraag uitstel aan, dat kan via: <https://www.belastingdienst.nl/wps/wcm/connect/nl/belastingaangifte/content/ik-moet-aangifte-doen-maar-ik-wil-graag-uitstel-kan-dat>

VOEDSELBANKVERLENGING EN/OF AANMELDINGEN

Nieuwe voedselbankaanvragen kun je mailen naar het WIJ-team. We proberen zo veel mogelijk digitaal te organiseren, indien dit niet mogelijk is stemmen we af met de Voed

THUISTIPS MET & ZONDER KIDS

SUSAN ARETZ THUISTIPS – Susan verzamelt alle thuiships, met en zonder kids.

<https://www.facebook.com/SusanAretzNL/>

MOEDERS (EN VADERS) IN GRONINGEN – Online magazine voor moederes en vaders in Groningen

<https://www.facebook.com/moedersingroningen/>

CONTACTGEGEVENS WIJ-TEAMS

Benieuwd welk WIJ-team er voor jouw wijk is? Dat vind je op wij.groningen.nl. Zij kennen jouw buurten, straten en wijken door en door. Tot en met 6 april kun je ons telefonisch en per mail bereiken. Onze locaties zijn fysiek gesloten.

WIJ Beijum

050 - 549 71 31

wijbeijum@wij.groningen.nl

[Facebook](#)

WIJ Corpus den Hoorn

050 367 9120

wijcorpusdenhoorn@wij.groningen.nl

[Facebook](#)

WIJ De Wijert

050 367 9120

wijdewijert@wij.groningen.nl

[Facebook](#)

WIJ Haren

050 - 367 48 84

wijharen@wij.groningen.nl

[Facebook](#)

WIJ Hoogkerk

050 - 367 45 66

wijhoogkerk@wij.groningen.nl

[Facebook](#)

WIJ Korrewegwijk

050 367 40 06

wijkorrewegwijk@wij.groningen.nl

[Facebook](#)

WIJ Lewenborg

050 - 367 40 02

wijlewenborg@wij.groningen.nl

[Facebook](#)

WIJ Oosterparkwijk

050 367 89 60

wijoosterparkwijk@wij.groningen.nl

[Facebook](#)

WIJ Rivierenbuurt

050 367 9120

wijrivierenbuurt@wij.groningen.nl

[Facebook](#)

WIJ Schilderswijk/centrum

050 - 367 72 02

wij Schilderswijkcentrum@wij.groningen.nl

[Facebook](#)

WIJ Selwerd

050 367 42 20

wij selwerd@wij.groningen.nl

[Facebook](#)

WIJ Ten Boer

050 302 88 46

wijtenboer@wij.groningen.nl

[Facebook](#)

WIJ Vinkhuizen

050 - 367 63 03

wijvinkhuizen@wij.groningen.nl

[Facebook](#)