

Beste,

In verband met de COVID-19 uitbraak in Nederland ben ik beperkt bereikbaar. Heb je als ouder/opvoeder of jongere vragen over het coronavirus? Of maak je je zorgen over jezelf, je gezondheid of je thuissituatie? Wellicht kunnen onderstaande webpagina's of instanties je verder helpen:

Voor ouders:

- [Het RIVM](#) biedt adviezen en actuele informatie over het coronavirus. Hier kun je ook lezen wat je kunt doen als er mensen in je omgeving besmet zijn.
- [Opvoedinformatie Nederland](#) biedt informatie voor ouders over het coronavirus. Daarnaast vind je hier opvoedtips over omgaan met de nieuwe thuissituatie.
- [Mediaopvoeding.nl](#) biedt informatie over verantwoord media gebruik nu kinderen meer thuis zijn.
- [Ouders en onderwijs](#) biedt informatie voor ouders rondom het sluiten van scholen en kinderdagverblijven

Voor jongeren:

- Op [JouwGGD.nl](#) vind je antwoord op je vragen over je lichaam, je gevoel of dingen waar je thuis liever niet over praat. Ook kun je hier chatten met een professional over het coronavirus en je zorgen delen
- [De kindombudsman](#) helpt je met vragen over corona
- [Via de kindertelefoon kun je met iemand praten over alles waar je mee zit](#)
- [De MIND Digitale Huiskamer](#). Elke werkdag vanaf 11.00 uur organiseert MIND een live Facebook verbinding. Hierin wordt gesproken met experts over psychische gezondheid in deze vreemde periode. Ook kun je hier vragen stellen.

Met vriendelijke groet,