

## Informatie coronavirus (COVID-19)

### Informatie voor ouders

Het coronavirus is elke dag in het nieuws. Ook als je zelf niet ziek bent, krijgen jij en je gezin te maken met het coronavirus. Er wordt veel over gepraat, evenementen zijn afgelast, horeca is dicht en ook scholen en kinderdagverblijven zijn gesloten. *Hoe ga je hier als ouder mee om?*

### De jeugdverpleegkundigen van GGD Zeeland staan voor u klaar

Er is een telefonisch spreekuur opengesteld voor al uw vragen rondom de opvoeding in deze bijzondere tijd. Het telefoonnummer 0113 249316 is bereikbaar op de volgende tijden:

- Werkdagen van 14.00 tot 15.30 uur  
én
- Maandag en donderdag van 19.30 tot 21 uur.

Ook kunnen er vragen worden gesteld via: [opvoeden@ggdzeeland.nl](mailto:opvoeden@ggdzeeland.nl)

Daarnaast is het mogelijk om een terugbelverzoek in te dienen via het emailadres.

### Tien tips in het omgaan met de 'nieuwe' thuissituatie

De huidige thuisblijfsituatie zorgt voor vragen bij veel ouders. Hoe ga je hier als ouder mee om? Lees [hier](#) de tien tips.

### **Wat als de spanning thuis hoog oplopen door de maatregelen tegen het coronavirus?**

Het zijn onzekere tijden. Niemand weet welke gevolgen het coronavirus precies gaat hebben en hoe lang deze periode gaat duren. Kinderen, jongeren en ouders zijn veel meer thuis dan gewoonlijk. Dat kan voor spanningen zorgen, wat invloed heeft op je draagkracht. Zeker als er geen afleiding is door bijvoorbeeld thuisonderwijs, sport en sociale activiteiten. Lees hier meer over via [deze link](#).

### **Informatie voor kinderen**

Door het coronavirus is het leven van iedereen, dus ook van jou, flink veranderd. Dat roept vast een heleboel vragen bij je op. Bekijk [hier](#) een aantal tips en antwoorden op vragen.