

Lijst hulpbronnen binnen Tilburg Universiteit:

- **Studentendecaan:** studentendecaan@tilburguniversity.edu
 - Een studentendecaan informeert en adviseert je bij alle problemen die je tegenkomt als student, zolang het niet specifiek over je opleiding gaat. De studentendecaan lost het probleem niet op, dat zal je zelf moeten doen. Zij kan wel adviseren, bemiddelen en/of doorverwijzen naar andere hulp- of dienstverleners of instanties.
 - Meer informatie: <https://www.tilburguniversity.edu/nl/studenten/advies/studentendecaan>
- **Studentenpsycholoog:** studentenpsycholoog@tilburguniversity.edu
 - Studentenpsychologen bieden doelgerichte hulp bij studie- en studeerproblemen en levensfase gebonden persoonlijke problemen en begeleiding bij problemen die de studie direct raken. De hulp van de studentenpsychologen is laagdrempelig en kortdurend. Alle studenten die staan ingeschreven bij Tilburg University kunnen gebruik maken van de diensten van de studentenpsychologen.
 - Aanmeldformulier: https://forms.tilburguniversity.edu/116?_ga=2.37893283.1011778004.1633609641-1266981013.1598293477
 - Meer informatie: <https://www.tilburguniversity.edu/nl/studenten/advies/studentenpsycholoog>
- **Maatschappelijk werker:** smw@tilburguniversity.edu
 - Voor aanvullende hulp en ondersteuning bij problemen die je in het dagelijks leven kan tegenkomen en die je studie hinderen.
 - Meer informatie: <https://www.tilburguniversity.edu/nl/studenten/advies/maatschappelijk-werker>
- **Vertrouwenspersonen:**
 - De vertrouwenspersonen zijn er voor iedereen aan Tilburg University en vormen het aanspreekpunt voor medewerkers, studenten en gasten die te maken hebben met ongewenst gedrag, zoals (seksuele) intimidatie, pesten of discriminatie.
 - Anke Bisschops: a.m.h.bisschops@tilburguniversity.edu
 - Hein Coppes: H.H.C.Coppes@tilburguniversity.edu
 - Kristel van Oosterbosch: k.j.m.vanoosterbosch@tilburguniversity.edu
 - Meer informatie: <https://www.tilburguniversity.edu/nl/over/gedrag-integriteit/vertrouwenspersonen>
- **Peer-to-peer support groep voor studenten met AD(H)D**
 - Elke dinsdag van 9.30 - 10.30 uur is er in zaal A18 een peer-to-peer support groep voor studenten met AD(H)D. In samenwerking met een Studentenpsycholoog (Margreet van Laarhoven) en Dean of Students (Dorine Roestenberg) bouwen we aan een kleine groep om met elkaar in contact te komen en te leren van individuele copingstrategieën. Studenten van alle studies en jaren zijn welkom.
 - Als je geïnteresseerd bent maar niet op bovengenoemd tijdstip kunt komen, meld je dan toch aan, want er is ook een WhatsApp-groep en een Canvas-pagina waarin veel informatie wordt gedeeld. Om toegang te krijgen, kun je een e-mail sturen naar de Student Coördinator, Jonas Festor: j.festor@tilburguniversity.edu

- **E-health modules van Gezondeboel**

- Tilburg University biedt alle studenten de mogelijkheid om zelfstandig te werken aan het eigen mentale welzijn door gebruik te maken van de online modules van Gezondeboel. We staan voor je klaar om je te helpen om je stressniveau te reduceren en te werken aan je eigen welzijn. Gezondeboel heeft e-health programma's ontworpen, die zijn afgestemd op de behoeften van studenten in het hoger onderwijs en jou kunnen helpen om beter om te gaan met de uitdagingen van het studentenleven. De laagdrempelige e-health modules zijn onlangs gratis en onbeperkt beschikbaar gesteld voor alle Tilburg University studenten, zodat je proactief aan de slag kan gaan met jouw eigen welzijn.
- Er is een groot aanbod aan modules, zowel in het Nederlands als het Engels. Voor een overzicht van het beschikbare aanbod en voor het direct starten met een module verwijzen we naar deze website:
<https://mijn.gezondeboel.nl/external/surfconext/saml/sso>