

Wegwijzer Afdeling Stemming 1



UPC Duffel
geestelijke gezondheidszorg
emmaüs

Universitair Psychiatrisch Centrum Duffel

Stationsstraat 22c, 2570 Duffel

Algemeen infonummer: 015 30 40 30

Website: www.upcduffel.be

Bij Zorggroep UPC Duffel dragen 1.100 medewerkers zorg voor meer dan 2.500 zorggebruikers. Naast het Universitair Psychiatrisch Centrum Duffel (UPC Duffel), maken ook beschut wonen Este, psychiatrisch verzorgingstehuis Schorshaegen, psychosociaal revalidatiecentrum Pastel en mobiele teams deel uit van de zorggroep. Onze psychiatrische zorg concentreert zich in de ruime regio rond Boom-Mechelen-Lier. Zorggroep UPC Duffel maakt deel uit van vzw Emmaüs.

Volg ons op

 Zorggroep UPC Duffel  [zorggroepupcduffel](https://www.instagram.com/zorggroepupcduffel)  Zorggroep UPC Duffel

Wil je op de hoogte blijven van nieuws en evenementen van Zorggroep UPC Duffel, meld je dan aan voor onze nieuwsbrief onderaan onze website (www.upcduffel.be)

Laatste wijzigingsdatum: 8 mei 2025

Inhoud

Welkom	4
Een psychische kwetsbaarheid - Stemmingsstoornis.....	5
Doelgroep	6
Wat neem je zeker mee bij een opname?.....	7
Het verloop van een opname/verblijf	8
Wie zijn we en wat doen we?	9
Behandelaanbod en -verloop	12
Nazorg.....	14
Afdelingsafspraken	15
Algemene afspraken UPC Duffel.....	21
Goed om weten.....	24
Wat na opname?	31
Contactgegevens	36

Welkom

Deze Wegwijzer is een hulpmiddel tijdens jouw verblijf. Wij hopen dat deze informatie bijdraagt aan een vlotte samenwerking. Heb je na het lezen ervan nog vragen, richt je dan tot iemand van het team. Wij helpen je graag verder.

We wensen je alvast een goed herstelproces toe!

Het team van Stemming 1



Een psychische kwetsbaarheid - Stemmingsstoornis

Een stemming is een emotionele toestand die gedurende langere tijd aanhoudt en impact heeft op onze gedachten, gevoelens en gedrag. Het is normaal dat je je blij voelt als er iets plezierig gebeurt. Het is ook normaal en passend dat je je verdrietig voelt als er iets ergs gebeurt.

Bij mensen met een stemmingsstoornis is hun stemming echter ongewoon ernstig of langdurig verstoord, waardoor ze hun dagdagelijkse verantwoordelijkheden niet langer efficiënt kunnen vervullen. Een stemmingsstoornis belemmert het vermogen van mensen om in het dagelijks leven te blijven functioneren, wat kan leiden tot problemen op vlak van bijvoorbeeld relaties of werk. Dit kan ertoe leiden dat je vast komt te zitten in een vicieuze cirkel die nog moeilijk te doorbreken valt. Een opname kan dan noodzakelijk worden om hierop in te grijpen en dit patroon te doorbreken.

Via ons therapieaanbod proberen we samen met jou inzicht te krijgen in hoe jouw stemmingsstoornis tot uiting komt. Zo kunnen jij en je omgeving beter inspelen op jouw (beginnende) klachten. Daarnaast bekijken we samen wat voor jou belangrijk is. We helpen je zo terug vorm te geven aan jouw toekomstperspectief en kwaliteit van leven.

Wij vinden het belangrijk dat je als patiënt inspraak hebt in je behandeling. Dat kan door doelstellingen te formuleren die je vooropstelt tijdens de opname. Deze doelstellingen volgen en evalueren we samen met jou doorheen je opname.

Doelgroep

Stemming 1 is een therapeutische behandelafdeling die zich richt op volwassenen met ernstige en/of aanhoudende unipolaire depressieve stemmingsklachten en biedt een residentieel behandel aanbod voor 30 patiënten tussen 18 en 65 jaar.

Op Stemming 1 wordt onder begeleiding van een ondersteunend en betrokken multidisciplinair team veiligheid en structuur aangeboden. We hebben aandacht voor zowel biomedische, psychologische als sociale factoren in het herstelproces. Werken rond herstel is een 'samen'-werkingsproces waarin alle partijen een actieve rol hebben, ook jij als patiënt. We betrekken je dan ook graag bij het opstellen van je behandelplan en het evalueren van je herstelproces.

Op afdelingsniveau werken we voornamelijk rond het inventariseren van individuele klachten en krachten, het verhogen van ziekte-inzicht met betrekking tot je depressie, het aanleren en inoefenen van vaardigheden - op emotioneel, cognitief, sociaal en relationeel vlak- en het versterken van zelfzorg.

Daarnaast is er ook een belangrijke focus op het leven buiten de afdelingsmuren. Waar nodig worden thema's zoals woonsituatie, financiële en administratieve aangelegenheden, uitbouw van een zorgnetwerk en nazorg in eigen regio, sociale contacten en dagbesteding mee opgenomen in je behandelproces.

Op Stemming 1 kijken we niet alleen naar de depressie, we hebben steeds oog en oor voor de persoon en diens verhaal achter de depressie.

Via ons therapieaanbod proberen we samen met jou inzicht te krijgen in hoe je stemmingsstoornis specifiek bij jou tot uiting komt. We bekijken samen met jou en je omgeving wat in jouw behandeling belangrijk is en helpen je zo terug meer kwalitatief in je leven te staan.

Wat neem je zeker mee bij een opname?

We helpen je graag op weg met volgende inpaklijst:

Checklist administratie

- identiteitskaart
- gegevens van de hospitalisatieverzekering (indien je erover beschikt)
- verwijfsbrief van jouw huisarts, psychiater of een andere verwijzer
- gegevens (naam, adres en telefoon) van jouw huisarts
- gegevens (naam, adres en telefoon) van jouw contactpersonen (familie of belangrijke derden)
- overzicht van jouw huidige medicatie (medicatie voor de eerste 24 uur mag meegebracht worden)
- formulier van arbeidsongeschiktheid (bestemd voor de arts van jouw ziekenfonds)
- eventueel medische en psychiatrische verslagen
- bloedgroepkaart, vaccinatiekaart (indien mogelijk)
- gegevens over allergieën en dieet (indien van toepassing)

Checklist benodigdheden

- toiletgerief: washandjes, handdoeken, zeep, kam, tandpasta, tandenborstel, scheergerief, zakdoeken, ...
- dagkledij
- nachtkledij (pyjama/nachtjapon, kamerjas, pantoffels)
- ondergoed
- sportkledij en comfortabele schoenen
- zwemgrief (mogelijkheid tot zwemmen)
- zonnecrème/aftersun indien nodig
- ontspanningsmateriaal (boeken, tijdschriften, handwerk, schrijfgerief, etc.)
- drinkbus (er zijn waterfonteintjes op de afdeling aanwezig)

Wat laat je thuis?

- Alcohol, drugs en gevaarlijke voorwerpen zijn niet toegelaten.
- Niet-voorgeschreven medicatie mag je noch gebruiken noch in bezit hebben tijdens je opname.
- Waardevolle voorwerpen, juwelen en grote geldsommen laat je best thuis. Het ziekenhuis is niet verantwoordelijk in geval van diefstal of verlies.

Het verloop van een opname/verblijf

Bij aankomst op de afdeling word je ontvangen door één van de sociotherapeuten. Je krijgt een rondleiding en uitleg over de afdeling. Deze eerste momenten van opname kunnen soms spannend zijn en we moedigen zeker aan dat je je laat vergezellen door je partner of een belangrijke naaste.

Er volgt ook een opnamegesprek met de arts. Na het overlopen van nog belangrijke informatie en afdelingsafspraken ben je helemaal klaar om aan je behandeltraject te beginnen.

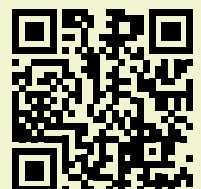
Na drie weken opname volgt er een eerste multidisciplinaire patiëntbespreking waarin we kijken hoe je opnamestart tot hiertoe verlopen is en waar de accenten van je behandeling de komende periode dienen te liggen. Na deze eerste bespreking volgt er een maandelijkse multidisciplinaire vervolgbespreking waarop je zelf wordt uitgenodigd. Hierop beslissen we samen aan welke doelstellingen verder gewerkt kan worden en of onze afdeling nog de meest passende zorg biedt. Indien dit zo is, zetten we de opname verder. Indien de behandeldoelen niet meer aansluiten bij ons behandelaanbod, verwijzen we door naar een meer passend therapie-aanbod. Als doelstellingen zich voornamelijk in een thuiscontext situeren of patiënten verder kunnen zonder residentiële omkadering, werken we toe naar ontslag.

We hebben gedurende heel je verblijf op Stemming 1 aandacht voor continuïteit van zorg. Dit betekent dat er informatie-uitwisseling kan zijn met je doorverwijzers of ambulante behandelaars (artsen/therapeuten). We denken ook vroeg in je opname mee met jou over nazorg. Concreet betekent dit dat je tijdens je behandeling reeds aan de slag gaat rond je ontslagvoorbereiding, het regelen van nazorg en het opstellen en bespreken van een signaleringsplan.



Informatieve video: 'Hoe verloopt een opname bij UPC Duffel?'

Een opname in een psychiatrisch ziekenhuis is best ingrijpend voor jou en je naasten. Of het nu om dagbehandeling of een volledige opname gaat, in het Universitair Psychiatrisch Centrum Duffel ben je welkom. We nemen je graag mee langs de belangrijkste momenten van je verblijf.



Wie zijn we en wat doen we?

Sociotherapeuten

Sociotherapeuten zijn de dagdagelijkse begeleiders van de afdeling. Zij zijn een belangrijk aanspreekpunt doorheen je verblijf op de afdeling. Bij hen kan je terecht met alle vragen met betrekking tot het gebeuren in de leefgroep of over de afdelingswerking.

Zij waken mee over de sfeer en het samenleven in de leefgroep en helpen onder andere mee je dagstructuur, gezonde levensstijl en therapiedeelname te ondersteunen. Dit zowel door individuele begeleiding op maat als door groepssessies in en met de leefgroep.

Psychologen

In de eerste fase van je opname zal je psycholoog trachten een goed beeld te vormen van je aanwezige klachten en krachten. Er wordt stilgestaan bij de ontstaansgeschiedenis, het klachtenverloop, de redenen van opname en de therapieverwachtingen. Zij brengen met jou beschermende en belastende factoren in beeld om samen te kijken waar er verder therapeutisch gewerkt kan worden.

In groepssessies maken zij ruimte voor psycho-educatie over belangrijke factoren die een rol spelen bij het ontstaan of blijven bestaan van depressieve klachten. Naast educatief en inzichtgevend, werken ze ook ervaringsgericht rond deze thema's.

Je kan je opgeven voor individuele consultatiemomenten bij de psycholoog en indien het aangewezen is voor het behandeltraject, kunnen ook familie (partner, gezin, ...) of belangrijke naasten uitnodigd worden voor een gesprek.

Psychiater

Er is wekelijks een consult met de psychiater/assistent-psychiater waarbij jullie het verloop van je behandeling bespreken. Daarbij hoort ook de medicatie-opvolging en de eventuele lichamelijke problemen. Indien aangewezen bespreken zij met jou ook de mogelijkheden van een elektroconvulsietherapie (ECT).

Psychomotorisch therapeut

Omdat bewegen en opnieuw in actie komen (gedragsactivatie), helpt bij het herstellen van depressieve klachten, krijgt dit luik een centrale plaats in ons behandelprogramma. Elke dag extra beweging in je leven inbouwen, biedt heel wat gezondheidsvoordelen en dit zowel op fysiek als mentaal vlak.

Tijdens de bewegingsgerichte sessies werken we enerzijds aan je conditie en word je je meer bewust van je lichaam. Tijdens sessies sport en spel kan je het plezier van bewegen herontdekken. Verder is er een aanbod dat inzet op ademhaling, relaxatie en ontspanning.

Non-verbale therapeut

Naast praten zijn er ook andere manieren om jezelf beter te leren kennen en/of een veranderingsproces op gang te brengen. In deze sessies staat het "doen" centraal.

In de yoga sessies stimuleren we je via laagdrempelige oefeningen om je lichaam te voelen en er mild mee om te gaan door te bewegen binnen de grenzen van je lichaam. We oefenen om aandacht bij de beweging te houden en deze steeds zacht terug te brengen wanneer ze wegglipt. Hierbij wordt al de brug naar mindfulness gemaakt.

In de prikkel sessie proberen we aan de hand van muziek en speelse activiteiten geest en zintuigen te prikkelen, met als doel (nieuwe) ervaringen in het moment op te doen, afleiding te zoeken, plezierbeleving aan te wakkeren. Dit kan herstel en heractivering bevorderen.

In de keuzemodule mindfulness proberen we via korte oefeningen meer bewust te worden van onze 'automatische piloot' en onze aandacht telkens terug te brengen naar het hier en nu vanuit een open en milde (niet oordelende) houding.

Beeldende therapie: Soms kan je met woorden alleen niet uitdrukken wat er in je omgaat. Óf mensen zijn juist zo vaardig met taal dat hun gevoel wordt ondergesneeuwd door hun verstand. Naast praten zijn er ook andere manieren om jezelf beter te leren kennen, iets zichtbaar te maken en/of een veranderingsproces op gang te brengen, bijvoorbeeld door te werken met beelden. Hier staat 'doen' centraal en gaan we aan de slag met opdrachten, thema's en beeldende materialen. Het ervaren en het proces is belangrijker dan het eindresultaat. Het gaat hier niet om mooie dingen maken, maar om betekenis geven aan. Je hebt geen voorkennis nodig.

Maatschappelijk werker

Een opname in een ziekenhuis is altijd een ingrijpende gebeurtenis, zowel voor jezelf als voor jouw omgeving. De maatschappelijk werker kan hierbij advies, hulp en psychosociale begeleiding bieden. Het betreft individuele ondersteuning op diverse vlakken: sociale administratie, financiën, werk- en daginvulling, sociale contacten en nazorg. Hierbij streven we naar zorg op maat in samenspraak met alle partijen, zowel professionele hulpverlening als naasten.

Academisch medewerker

De academisch medewerker neemt de testafnames op zich. Dit houdt onder meer in dat er op regelmatige tijdstippen enkele vragenlijsten kunnen worden afgenomen die een zicht geven op jouw huidig functioneren en (het verloop van) je klachten. Op deze manier kunnen wij de evolutie van jouw klachten systematisch opvolgen en de behandeling op jouw maat afstellen.

Als afdeling van een universitair psychiatrisch centrum ondersteunen we wetenschappelijk onderzoek. Dit maakt dat we je mogelijks – vrijblijvend - vragen om deel te nemen aan wetenschappelijke onderzoeken.

Behandelaanbod en -verloop

Stemming 1 is een groepstherapeutische behandelafdeling op maat. Dit betekent dat de meeste sessies in groep doorgaan, waarbij we ruimte maken voor de individuele beleving, processen of noden die spelen. Je eigen proces bespreken we op regelmatige momenten met jou zodat je traject zoveel als mogelijk op maat kan verlopen.

Bij aankomst op de afdeling wordt je toegewezen aan een vaste leefgroep. Het basisprogramma volg je samen met je leefgroep. Bij aankomst op de afdeling doorloop je naast dit basisprogramma ook een startpakket. Tijdens je opname kan je het basisprogramma personaliseren aan de hand van een modulewerking en een verdiepend vaardighedenaanbod.

Behandelprogramma

- **Basisprogramma**

In het basisprogramma liggen de accenten voornamelijk op het stabiliseren van het aanwezige toestandsbeeld. We zetten in op medicamenteuze oppuntstelling, aanbieden van psycho-educatie, kennismaking non-verbale therapie, het herstellen van dag/nachtstructuur en het heropbouwen van het dagelijks functioneren. De aandacht gaat uit naar het verstevigen van een gezonde basis rond eten, slapen, zelfzorg en dagstructuur zodat je opnieuw meer stabiliteit in je leven kan ervaren.

Indien je nadien rond bepaalde thema's therapeutisch verdiepend wil werken, kan je hiervoor kiezen via de modulewerking of het vaardighedenaanbod.

Startpakket

Bij aankomst op de afdeling volg je het basispakket, aangevuld met sessies van het startpakket en uit de modulewerking. De sessies van het startpakket bieden je alle informatie die je nodig hebt over de afdelingswerking en -afspraken, alsook educatie over depressie en beweegschema's. Daarnaast word je minstens eenmalig verwacht op de sessie over het signaleringsplan en op de familie-ontmoeting. Als je het startpakket doorlopen hebt kan je je basispakket verder aanvullen via keuzemodules of met het vaardighedenaanbod.

Modulewerking

Tijdens je opname kan je je behandelprogramma aanvullen met sessies uit de modulewerking. Er wordt tweewekelijks een aanbod gedaan waarbij je zelf kan kiezen voor welke module je je engageert. De modulewerking zorgt voor een verrijkend aanbod waarmee je traject op je eigen maat en tempo kan vormgeven.

- **Vaardighedenaanbod**

Het basisprogramma kan na het doorlopen van het startpakket ook aangevuld worden met een vaardighedenaanbod. In deze sessies werk je therapeutisch verdiepend rond een aantal thema's en dit zowel op een verbale als non-verbale manier. Deelname aan het vaardighedenaanbod gebeurt op indicatie en in samenspraak met het team.





Nazorg

Doorheen de opname zal je het woord 'nazorg' regelmatig horen vallen. Een opname kan je helpen om te stabiliseren en om je leven in de maatschappij opnieuw op te nemen, maar het blijft belangrijk om ook nadien beroep te kunnen doen op een ondersteunend netwerk. Dat kan bestaan uit vrienden en familie, praktische ondersteuning (huishoudhulp, ...) of professionele hulpverlening (psychiater, psycholoog, mobiel team, ...). Gezien mogelijke wachtlijsten is het belangrijk je nazorg zo snel mogelijk zo concreet mogelijk vorm te geven.

Afdelingsafspraken

Sessies en leefgroepmomenten

Sessies en momenten met de leefgroep bieden je de kans om met je therapiedoelen aan de slag te gaan. Deelname aan en aanwezigheid op deze momenten is dan ook erg belangrijk. We verwachten je in alle sessies. Indien het voor jou toch onmogelijk is om een bepaalde sessie bij te wonen, bijvoorbeeld omwille van een individuele afspraak, verwachten we dat je de betrokken therapeut hiervan op de hoogte brengt.

Maaltijden zijn een belangrijk leefgroepmoment. We verwachten je aan tafel. Naast het belangrijke sociale aspect van samen eten, dragen de vaste maaltijdmomenten ook bij aan het aanbrengen van een gezonde dag- en eetstructuur.

Tijdens de therapie-uren vragen we je om de afdeling niet te verlaten. Externe afspraken dien je buiten de sessiemomenten te plannen of via een structuurwijziging aan te vragen.

Gsm-gebruik tijdens de sessies is niet toegestaan. We vragen je vriendelijk je gsm niet te gebruiken tijdens sessies of deze op stil/in vliegtuigstand te zetten.

Uitgang

Stemming 1 is een afdeling met een gecontroleerde uitgang. Op deze manier kan een medewerker steeds een inschatting maken hoe het met je gaat wanneer je de afdeling wenst te verlaten.

We vragen je om steeds bij vertrek én terugkeer de nodige uit- en inschrijving te doen.

- **Weekendregeling**

Er is de mogelijkheid om tijdens het weekend naar huis te gaan. Het eerste weekend van opname wordt gevraagd niet met overnachting te gaan. Onderstaande tabel geeft de mogelijkheden qua weekenduitgang weer. Je hebt recht op één ligdag per twee weken.

	vrijdag	zaterdag	zondag	overnachting ja/nee	ligdag
1		14u tot 21u		ja (1, zat-zon)	1
2		8u30 tot 21u	8u30 tot 21u	nee	0
3	16u tot 12u	14u tot 21u		ja (2, vrij-zat + zat-zon)	1
4	16u tot 21u		14u tot 12u 12u15 tot 21u	ja (1, zat-zon)	0
5	16u tot 12u	14u tot 12u	12u15 tot 21u	ja (2, vrij-zat + zat-zon)	0
6	16u tot 12u	12u15 tot 21u		ja (2, vrij-zat + zat-zon)	1

Uitgang op woensdag en feestdagen

- Woensdag: uitgang mogelijk van 13.45 tot 21.00 uur of tot 10u30 donderdagochtend
- Feestdagen: uitgang mogelijk van 8.30 tot 21.00 uur of tot sessiestart de volgende ochtend

Bezoek

Je kan bezoek ontvangen tijdens volgende bezoeken:

- Maandag/dinsdag/donderdag/vrijdag: van 18.30 tot 21.00 uur
- Woensdag: 14.00 tot 21.00 uur
- Zaterdag/zon- en feestdagen: 8.30-21.00 uur

Bezoekers kunnen aanbellen aan de voordeur van de afdeling. Daar ontvangt een teamlid hen. We vragen je om je bezoek buiten de afdelingsmuren te laten doorgaan.

In samenspraak met de sociotherapeuten kunnen partner en/of kinderen een bezoek brengen aan de afdeling en je kamer. Omwille van privacyredenen laten we geen bezoek toe in de leefgroepen.

Laat tijdig weten wanneer je je kind(eren) wenst te ontvangen zodat we tijd kunnen maken voor een kennismaking of een rondleiding. Graag verwijzen we hier ook naar de sessie 'Zorg voor het gezin, die we op regelmatige basis organiseren op de afdeling.

Maaltijden

Maaltijden gaan door in de leefgroep.

Tijdens het ontbijt en het middagmaal is er een broodmaaltijd voorzien. Elke leefgroep ontvangt wekelijks een budget waarmee je in een nabijgelegen winkel de nodige producten aankoopt voor de broodmaaltijd.

's Avonds bieden we een warme maaltijd aan. Om voedselverspilling tegen te gaan, vragen we je ten laatste daags voordien te melden wanneer er geen avondmaal besteld moet worden.

Kamers en nachtrust

Je beschikt over een éénpersoonskamer, voorzien van een individuele badkamer met douche en toilet. De individuele kamers beschikken niet over een televisietoestel.

Op je kamer is een prikbord voorzien waar je onder meer persoonlijke foto's en tekeningen kan ophangen. We vragen je vriendelijk geen duimspijkers of kleefband op muren en kasten aan te brengen.

Je kamer is een persoonlijke ruimte tijdens je opname. We vragen patiënten elkaars kamer niet te betreden.

Tussen 22.00 uur 's avonds en 7.00 uur 's ochtends vragen we om elkaars nachtrust te respecteren en mee te waken over rust en stilte op de afdeling.

Tijdens de nacht is een nachtverpleegkundige aanwezig. Deze zal regelmatig toezicht houden in de gang en de kamers.

Medicatie

Bij opname nemen we je thuismedicatie in bewaring.

Op de afdeling hebben we twee vormen van medicatiebeheer:

1. Medicatie onder toezicht: je komt je medicatie op bepaalde tijdstippen afhalen aan de apotheek op de afdeling. De tijdstippen van afhaling staan vermeld op de deur van de apotheek.
2. Medicatie in eigen beheer: 's morgens ontvang je jouw medicatie voor de volledige dag. We vragen je met aandrang om je medicatiedoosje steeds op te bergen in je kamer.

De behandelend arts beslist of je jouw medicatie al dan niet in eigen beheer mag hebben.

Middelen en toxicologische screening

Gebruik, bezit of delen van alcohol, drugs en niet- voorgeschreven medicatie is (ook in het weekend of andere vrije momenten) niet toegestaan. Hiertoe behoren ook niet-alcoholische dranken, energiedranken of andere producten die niet met de arts werden besproken.

Bij bezit van drugs nemen we in elk geval het product in beslag en overhandigen we deze aan de politie.

Tijdens je opname kan op verschillende momenten een screening voor alcohol en/of drugs gebeuren.

Briefings- en vergadermomenten

We willen je vragen om de medewerkers tijdens de briefings- en vergadermomenten enkel voor dringende zaken te storen. Een overzicht van de briefings- en vergadermomenten hangt uit op de deur van het staflokaal.

Je behandeltraject wordt besproken tijdens de patiëntenbespreking. Na 3 weken opname vindt een eerste bespreking in team plaats. Daarna word je traject op maandelijkse basis besproken. Op deze vervolgbesprekingen word je vriendelijk mee uitgenodigd om samen te spreken over je behandelverloop. Je kan deze bespreking actief voorbereiden door op papier enkele vragen voor te bereiden.

Ontspanning

Gezelschapsspellen en boeken staan ter beschikking in de vergaderzaal en in de leefgroepen. We vragen je om zorgvuldig met het materiaal om te gaan en de ruimte en kasten ordelijk achter te laten.

Poets

Je kamer wordt tweemaal per week gepoetst. Gelieve op de aangeduide poetsdagen de vloer, de lavabo en het lavabotablet 's morgens vrij te maken.

Om de poets van de gezamenlijke ruimten (leefgroepen, therapielokalen, gangen) zo vlot mogelijk te laten verlopen, vragen we je om deze ruimten tijdens het poetsen niet te betreden.

Familiebeleid

Belangrijke naasten beschouwen we als partners in zorg. Het familiebeleid geven we vorm via onder andere:

- Bereikbaarheid: familie, partner en andere belangrijke derden kunnen met vragen steeds telefonisch terecht bij de afdeling
- Familie-ontmoeting: bij opname wordt je familiale netwerk in kaart gebracht en worden jij en je familie of belangrijke derden uitgenodigd op onze familie-ontmoeting.
- Systeemgesprekken op indicatie: bij specifieke of behandelgerelateerde vragen kan je partner, gezin, belangrijke vertrouwenspersoon, ... uitgenodigd worden voor een gesprek samen met jou en de psycholoog.

- Zorg voor het Gezin: om de zes weken organiseren we een sessie 'Zorg voor het Gezin' waarbij we specifiek stilstaan bij hoe we (klein)kinderen maximaal en aangepast aan de leeftijd kunnen betrekken bij en informeren over de psychische kwetsbaarheid van de (groot)ouder. Kinderen kunnen ook een rondleiding op de afdeling en de kamer krijgen indien dit duidelijk vooraf afgesproken wordt met een sociotherapeut.

Therapieprogramma

Het therapieprogramma hangt uit in de leefgroep en het therapiebord in de gang.

Als je vragen hebt over een bepaalde sessie of module kan je steeds bij de therapeut in kwestie terecht.

Individuele afspraken (bijvoorbeeld bij de psychologe, bij de wetenschappelijk medewerker, bij de maatschappelijk werker en andere) kunnen soms overlappen met sessies in het therapieprogramma. Verwittig steeds de therapeut indien je niet aanwezig kan zijn.

Orde en netheid

Zowel voor jezelf als voor je groepsgenoten is het aangenaam leven op een nette en ordelijke afdeling. Samen dragen we hier zorg voor.

Hygiëne

Zorg dragen voor je persoonlijke hygiëne helpt je je zelfwaarde te verhogen. Wij vinden dit een belangrijk aandachtspunt en zullen je indien nodig ondersteunen bij je zelfzorg en dagelijkse hygiëne.

Privacy en respect

We vragen om respectvol om te gaan met elkaars privacy:

- Informatie over medepatiënten deel je niet met derden. We hanteren een groepsgeheim.
- Het is verboden foto's, film- en geluidsopnames van medepatiënten te maken.
- Gsm-gebruik kan niet tijdens therapiemomenten.
- Wij vragen geen medepatiënten op jouw slaapkamer toe te laten.

Seksuele intimiteiten

Seksuele intimiteiten – gewenst of ongewenst - zijn niet toegestaan, noch op de afdeling, noch in de rest van het ziekenhuis. Wij ontraden het aangaan van intieme relaties tussen patiënten. Bij relatievorming tijdens opname, bekijken we samen hoe dit een impact heeft op het opnameverloop.

Fysieke agressie

Kwaadheid of frustraties zijn natuurlijke en op momenten begrijpelijke emoties. Toch verwachten wij ten alle tijden een respectvolle omgang en samenwerking. Verbale of fysieke agressie ten aanzien van materiaal of personen aanvaarden wij niet en kunnen maken dat je opname in vraag gesteld of beëindigd wordt. Opzettelijke beschadigingen of vernielingen dienen te worden vergoed.

Aanwezigheid in de avond

We verwachten alle patiënten ten laatste om 21.00 uur terug op de afdeling. Indien je onverwacht of door omstandigheden te laat zou komen, gelieve dan de afdeling zo spoedig mogelijk telefonisch te verwittigen om niemand nodeloos ongerust te maken.

Brand en brandoefeningen

Bij het horen van de brandsirene begeef je je zo snel als mogelijk via de veilige wegen naar de verpleegdesk (gelijkvloers, officieel verzamelpunt) en volg je de instructies van het personeel. Gebruik tijdens het horen van de brandsirene nooit de lift maar enkel de trappen. Een teamlid stelt een namenlijst op van iedereen die zich meldt. Hij/zij zal deze namenlijst overhandigen aan de brandweer in functie van de nog te evacueren personen.

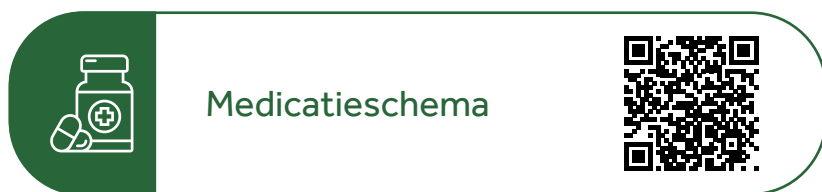
Op de afdeling kunnen brandoefeningen plaatsvinden op niet aangekondigde tijdstippen.

Algemene afspraken

UPC Duffel

Medicatie- en medisch beleid

Wanneer je bij ons in opname komt, breng je een medicatieschema mee van de thuismedicatie die je gebruikt. Dit vind je op de website van de voorziening. De medicatie zelf breng je eveneens mee.



Alle medicatie die je in ons ziekenhuis gebruikt, moet voorgeschreven zijn door je behandelend arts (afdelingsarts) en verstrekt worden door de ziekenhuisapotheker, tenzij anders afgesproken met je afdelingsarts. Je mag geen medicatie in je bezit hebben die niet is voorgeschreven in ons ziekenhuis. Heb je die toch bij, dan nemen we deze thuismedicatie in bewaring tot je ontslag. Medicatie op voorschrift kan je enkel gebruiken na overleg met de behandelend arts.

Jouw behandelend arts is de eindverantwoordelijke voor alle medische beslissingen tijdens je behandeling. Consultaties en behandelingen buiten ons psychiatrisch centrum kunnen enkel doorgaan in samenspraak met je behandelend arts.

Als je tijdens je hospitalisatie externe artsen of zorgverstrekkers consulteert, zal jouw mutualiteit de remgeldregeling niet toepassen. In dat geval draag je de volledige kostprijs van deze consultaties zelf.

Privacy

Jouw privacy is belangrijk voor ons. Tijdens je verblijf in het ziekenhuis leer je andere mensen kennen. Je kan vaak iets leren of steun putten uit wat zij vertellen. Dat is een goede manier om met deze informatie om te gaan.

Misbruik van deze gegevens ontstaat wanneer je deze informatie doorvertelt aan mensen die niet bij de gezamenlijke therapie betrokken zijn. Dan schend je de privacy van medepatiënten. Om deze reden is het ook verboden om foto's of video's van medepatiënten of personeelsleden te maken met je camera of smartphone.

We delen enkel informatie met naasten mits toestemming van de patiënt zelf. Wanneer een naaste contact opneemt met ons centrum, zullen we steeds vragen dat de patiënt zelf contact opneemt indien die dat wenst.

Strafbare feiten

Net als in de samenleving, tolereren we ook tijdens een ziekenhuisopname geen strafbare feiten zoals diefstal, wapenbezit, zedenfeiten, brandstichting en het dealen van middelen. Stellen we toch strafbare feiten vast, dan neemt je afdelingsteam of de directie gepaste maatregelen.

Alcohol- en drugbeleid

Het gebruik van alcohol of drugs kan je herstel in de weg staan. Om jezelf en medepatiënten te beschermen, is het daarom ook niet toegestaan om onder invloed te zijn van alcohol en alcoholische dranken in je bezit te hebben. Heb je hier vragen rond, raadpleeg dan de concrete afspraken en de huisregels van de afdeling waar je verblijft.

Daarnaast is het op onze campus ook verboden drugs te gebruiken of in je bezit te hebben. Treffen we toch drugs aan, dan nemen we deze in beslag om daarna aan de politie te overhandigen.

Diefstalpreventie

Breng zo weinig mogelijk kostbare voorwerpen en cash geld mee tijdens je opname.

Het ziekenhuis is niet aansprakelijk voor diefstal of verlies. Kostbaarheden kan je opbergen in je kamer of in bewaring geven bij het team van je afdeling. Op sommige afdelingen kan je een sleutel krijgen om je nacht- of kleerkast af te sluiten. Vraag hiernaar op je afdeling. Verlies je de sleutel, dan rekenen we hiervoor een kostprijs aan via je maandelijkse factuur.

Als je tijdens je behandeling niet in staat bent om zelf je geld te beheren, kan de afdeling beslissen om tijdelijk iets voor je in bewaring te nemen.

Wat kan je wel meebrengen? Een kleine som cash voor kleine aankopen, een bankkaart om geld op te nemen tijdens je verblijf, een smartphone, e-reader, laptop, een draagbare spelconsole of een hoofdtelefoon. Respecteer altijd de privacy en eigendommen van anderen.

Lenen en verkopen

Het verkopen van persoonlijke bezittingen, geld, rookwaar of kleding is niet toegelaten. Ook handel drijven is verboden. Daarnaast raden we het ruilen en uitlenen of weggeven van bezittingen sterk af. Doe je dit toch, dan is dit steeds op eigen verantwoordelijkheid.

Rookbeleid en brandveiligheid

In het ziekenhuis geldt een algemeen rookverbod. Roken en vaperen (het gebruik van e-sigaretten) in de gebouwen is verboden en kan leiden tot ontslag. Op het domein mag je enkel roken of vaperen op plaatsen waar dit uitdrukkelijk is toegelaten, zoals de rookkiosken. Vraag op je afdeling waar die zich bevinden. Het is ook verboden om te roken binnen een straal van 10 meter rond de in- en uitgangen van ons domein.

Wil je stoppen met roken? Er is een tabakoloog aanwezig in ons centrum. Vraag op je afdeling of het mogelijk is een consultatie in te plannen of raadpleeg de website: www.upcduffel.be/aanbod/rookstopbegeleiding.

Omwille van brandveiligheid mag je geen persoonlijk bedlinnen of dekbed en tapijten gebruiken op je kamer. Ook vuurtjes of andere warmtebronnen zoals kaarsen of wierrookstokjes zijn niet toegelaten.

Uitbreiding van de standaardverlichting van de kamer (bv. kerstverlichting) en het gebruik van eigen tv en recorders, dominostekkers en elektrische toestellen in slechte staat is ook verboden.

Hou je kamer steeds ordelijk. Vermijd te veel spullen of rommel en hou de doorgang op je kamer en afdeling altijd vrij.

Schade aan materiaal

We vragen je steeds respectvol om te gaan met onze infrastructuur en materialen. Schade die je opzettelijk aanricht, verrekenen we via de factuur.

Afval sorteren

We zijn een milieubewust en duurzaam ziekenhuis. De richtlijnen over hoe je afval moet sorteren vind je op de afdeling.

Rijgeschiktheid

Tijdens je opname mag je geen gemotoriseerde voertuigen besturen (artikel 46 van het K.B. van maart 1998). Je rijvaardigheid kan immers ernstig beïnvloed worden, zowel door een psychische kwetsbaarheid als door je medicatie.

Op sommige afdelingen zal je hierrond een document moeten ondertekenen.

Als je toch een gemotoriseerd voertuig bestuurt tijdens je opname, wordt dit beschouwd als een verkeersovertreding. Je kan hiervoor beboet worden. Daarnaast kan je problemen krijgen met je verzekering wanneer je een ongeval hebt.

Wil je een uitzondering, dan vraag je steeds goedkeuring bij je behandelend arts. Soms moet je in dat geval een rijvaardigheidstest afleggen in een erkend centrum. Ook wanneer je niet in opname bent (bv. dagactiviteitencentrum), vraag je goedkeuring van je behandelend arts om met de eigen wagen naar onze voorzieningen te komen.

Goed om weten

Wat kost mijn opname?

Het bedrag op je patiëntenfactuur is sterk afhankelijk van het zorgaanbod (residentieel of dagbehandeling, zorg aan huis), de duur van je zorgtraject en of je al dan niet een verhoogde tegemoetkoming krijgt van je mutualiteit.



Meer info over de kostprijs van een verblijf vind je op onze website. Spreek ook gerust de maatschappelijk werker van je afdeling aan. Voor vragen over je factuur kan je terecht bij de dienst facturatie (015/30.45.20).



Ombudsdienst en patiëntenrechten

Onze medewerkers willen hun werk zorgzaam en correct uitvoeren. Toch kan het anders lopen dan je verwacht had. De eenvoudigste en vaak ook snelste oplossing is dat je de persoon waarmee je het probleem ervaart, of de hoofdverantwoordelijke van de afdeling, aanspreekt. Waarschijnlijk kan je samen tot een oplossing komen.

Levert dit gesprek een ander resultaat op, dan kan je contact nemen met de onafhankelijke ombudspersoon geestelijke gezondheid. De contactgegevens vind je op onze website: www.upcduffel.be/ombuds.

In dit ziekenhuis is de wet van 6 februari 2024 met betrekking tot de rechten van de patiënt van toepassing. De precieze inhoud van deze rechten kan je lezen in de brochure 'Rechten van de Patiënt'. Vraag ernaar op je afdeling en bespreek je bezorgdheden met je begeleiders of met de ombudspersoon. De brochure is ook raadpleegbaar op onze website: <https://www.upcduffel.be/patientenrechten>.

Beroepsgeheim en patiëntendossier

In het kader van de ziekenhuiswet is elk ziekenhuis verplicht om voor iedere patiënt een patiëntendossier aan te maken. In dit dossier nemen we alle gegevens op die verband houden met je behandeling. Indien je inzage wenst in dit dossier, kan je terecht bij je behandelend arts.

Alle zorgverleners, ook de medewerkers in opleiding, zijn gebonden door het beroepsgeheim. Alles wat je met hen bespreekt, blijft vertrouwelijk binnen het behandelend team. De zorgverlener zal met jou overleggen of er informatie aan de familie mag worden gevraagd of gegeven.

Spirituele Zorg

Op elke afdeling staat een spiritueel zorgverlener voor je klaar met een luisterend oor en een bemoedigend woord.

Je kan er terecht met alles wat jou raakt en waarmee je de zin en onzin van het leven probeert te doorgronden: je levens- en geloofsverhaal, rouw en verlies, geloof en ongeloof, pijn en verdriet, maar ook vreugde en hoop, kracht en bemoediging.

De medewerkers van de dienst Spirituele Zorg werken vanuit een christelijke visie, maar ze staan vanzelfsprekend ook open voor mensen met een andere (geloofs) overtuiging. Je hebt immers recht op levensbeschouwelijke begeleiding naar jouw keuze.

Het is niet altijd vanzelfsprekend om tijd en ruimte te vinden voor de trage (existentiële) levensvragen. De Stiltetuin, Troostbank, Kapel van het Niets en Stille Ruimte zijn plekken waar je rust kunt tanken, mocht je daar nood aan hebben.

Ervaringswerkers

Naast het afdelingsteam staan ook onze ervaringswerkers jou en je naasten bij tijdens je traject. Ervaringswerkers zijn mensen die persoonlijk ervaring hebben met een psychische kwetsbaarheid en het herstelproces. Ze maken deel uit van het zorgteam, hebben beroepsgeheim en zijn aanwezig op afdelingen als aanspreekpunt of luisterend oor. Via hun ervaringen en opleiding gidsen ze je tijdens jouw herstelproces. Via contactmomenten op de afdeling of sessies in groep dragen ze de herstellvisie uit en maken ze je wegwijs in het zorglandschap. Op familieavonden staan ze naasten te woord over verschillende psychische kwetsbaarheden.

Verzekering

Ons centrum is verzekerd voor burgerlijke aansprakelijkheid 'uitbating'. Deze verzekering dekt schadegevallen die voortvloeien uit de activiteiten van het ziekenhuis. De activiteiten die je in jouw vrije tijd op eigen initiatief uitvoert en de verplaatsing van en naar het ziekenhuis vallen hier niet onder.

Aansprakelijkheid

Het ziekenhuis is verplicht om jou in te lichten over de rechtsverhoudingen tussen het ziekenhuis en de zorgverleners die er werken.

In principe is het ziekenhuis aansprakelijk voor alle medewerkers zoals verpleegkundigen, zorgkundigen en therapeuten. Dat noemen we de centrale aansprakelijkheid van het ziekenhuis.

Het ziekenhuis is niet aansprakelijk voor zelfstandige beroepsbeoefenaars. Zelfstandigen, zoals een arts of kapper, hebben een eigen verzekering die beroepsaansprakelijkheid dekt.

Indien je meer informatie wenst over de rechtsverhouding tussen ziekenhuis en een individuele beroepsbeoefenaar kan je terecht bij de financieel-administratief directeur (☎ 015 30 40 30). Heb je klachten of opmerkingen over je behandeling of bejegening, spreek dan eerst even de medewerkers op je afdeling aan of neem contact op met de ombudspersoon.

Was

Op de meeste afdelingen kan je een wasmachine en/of droogkast gebruiken. Vraag op je afdeling na of je hiervoor was- en droogbonnetjes kan kopen.

Indien jij of je familie niet zelf kan instaan voor jouw was, zijn er andere mogelijkheden via onze eigen linnendienst (tegen betaling via je maandelijkse factuur). Voor vragen hier rond kan je terecht op je afdeling.

Pakjespost

Wie tijdens zijn verblijf in het UPC Duffel pakjes wil laten bezorgen, kan die laten leveren in het dichtstbijzijnde postpunt. Dat is het postkantoor van Duffel, Ter Elstlei 14/1. Je kan ook terecht bij het PakjesPunt in de krantenwinkel, Stationsstraat 173 of in de pakjesautomaat van bpost aan het station.

Natuurlijk zijn er uitzonderingen mogelijk. Wanneer je opgenomen bent en je kan of mag het ziekenhuis niet verlaten, neemt ons onthaal je pakje graag voor je aan. Bij je bestelling geef je in dat geval het adres van UPC Duffel mee: Stationsstraat 22c, 2570 Duffel. Uiteraard geldt dat enkel voor bestellingen op jouw naam.

Wanneer jouw pakje hier wordt aangeboden, kijken de receptiemedewerkers na of je nog in het ziekenhuis verblijft. Als dat niet het geval is, neemt de koerier de levering terug mee. Wanneer je wel in opname bent, neemt het onthaal je pakje in ontvangst en krijgt de afdeling een seintje. Zij maken met jou verdere concrete afspraken rond het ophalen.

Lichamelijke klachten

Binnen UPC Duffel zien we psychiatrische zorg niet los van de zorg rond lichamelijke klachten (ook wel gekend als somatische zorg). Daarom kiezen de artsen binnen UPC Duffel ervoor de opvolging van lichamelijke klachten en symptomen van patiënten

die bij hen in behandeling zijn zelf op te nemen. Wanneer je lichamelijke klachten hebt, kan je hiervoor een afspraak maken met de arts van je afdeling. Dat kan via de verpleegkundigen. De arts zal een algemeen klinisch onderzoek doen, eventueel aangevuld met een labo-onderzoek. Als de afdelingsarts inschat dat dit nodig is, bestaat ook de mogelijkheid een consultatie in te plannen bij een huisarts in de polikliniek. Als er daarna nog gespecialiseerde zorg nodig is, verwijzen we je door naar een arts buiten het ziekenhuis.

Draadloos internet – Wifi

Draadloos netwerk vind je in alle gebouwen op onze campus onder de naam "EmmausOpen" en is beschikbaar voor iedereen. Wees steeds waakzaam voor pogingen tot phishing en oplichting.

Phishing is een vorm van internetfraude waarbij criminelen een e-mail of sms naar je verzenden om te proberen inloggegevens, creditcardinformatie, pincodes of andere persoonlijke gegevens van jou te achterhalen. Ze doen dit met de bedoeling geld of gegevens van je te stelen.

Kapper en pedicure

Als je voldoende mobiel en zelfstandig bent, raden wij je aan om naar je vertrouwde kapsalon of pedicure buiten ons centrum te gaan, of eentje in de omgeving. Indien dit, bijvoorbeeld om medische redenen, niet mogelijk is, kan je beroep doen op de kapper en pedicure die aan ons ziekenhuis verbonden zijn. In dat geval doe je een aanvraag via de afdeling. We verrekenen deze kosten via je maandelijkse factuur.

Fietsverhuur Klimop

In het activiteitencentrum Klimop kan je (enkel op weekdays) een fiets huren, mits reservatie.

Openingsuren Klimop: alle werkdagen tussen 8.30 uur en 11.45 uur en tussen 13.00 uur en 16.00 uur.

Bij gebruik voor therapeutische doeleinden kan je de fiets gratis ontlenen. Je hebt hiervoor bevestiging van je afdeling nodig op papier of via mail.

Bij recreatief gebruik vragen we een kleine bijdrage:

- € 0,50 per uur
- € 1,25 voor een halve dag
- € 2,50 voor een ganse dag

Cafetaria

In de cafetaria op het gelijkvloers van gebouw 15 kan je zowel warme als koude gerechten en snacks verkrijgen. Tijdens de week kan je er als zorggebruiker of bezoeker terecht van 13.30 uur tot 19.30 uur en tijdens het weekend tussen 14.00 uur en 17.00 uur.

Familiewerking

Een opname in een psychiatrisch ziekenhuis is niet enkel een ingrijpende gebeurtenis in jouw leven, maar ook voor je familie en naasten. Samenwerking met familie en/of naasten vormt daarom een belangrijk onderdeel in elk behandeltraject.

De samenwerking met familie geven we vorm door:

- samen te zoeken, ieder vanuit zijn deskundigheid en ervaring;
- krachten te bundelen om elkaar te ondersteunen;
- stil te staan bij de invloed die de psychische kwetsbaarheid heeft op iedereen die betrokken is en de noden die hier uit voortvloeien;
- de organisatie van familieavonden op sommige afdelingen;
- de sessies 'Zorg voor het Gezin'.

Ondersteuning voor families en naasten

Als er extra ondersteuning nodig is, doen familieleden of naasten er goed aan in hun eigen omgeving te zoeken naar steunfiguren zoals de huisarts of andere hulpverleners.

Daarnaast zijn er ook binnen ons ziekenhuis ondersteuningsmogelijkheden.

- Er kan steeds een gesprek ingepland worden met hulpverleners op je afdeling zoals de hoofdverantwoordelijke of maatschappelijk werker. Deze laatste kan ook rond administratieve of financiële vragen ondersteunen.
- Sessies als 'Zorg voor het Gezin' of 'Kwetsbaar Sterk Ouderschap' richten zich op het ganse gezin.
- Binnen ons ziekenhuis is een zorgprofessional met familie-ervaring aanwezig om je familie en naasten te ondersteunen.
- Enkele afdelingen organiseren op regelmatige basis infosessies voor familieleden over omgaan met een psychische kwetsbaarheid..
- Daarnaast bieden we ook training aan voor naastbetrokkenen rond het omgaan met borderline.
- Als er via de behandelafdelingen onvoldoende ondersteuning mogelijk is, kan je beroep doen op de onafhankelijke familievertrouwenspersoon buiten het ziekenhuis: familievertrouwenspersoon@familieplatform.be
- Bij klachten is ook de onafhankelijk ombudspersoon beschikbaar.



Lotgenotencontact voor familieleden

Zoek je contact met lotgenoten of heb je meer ondersteuning en opleiding nodig in het zorg dragen voor een familielid of naaste met een psychische kwetsbaarheid? Dan kan je ook terecht bij **Similes**. Similes is een sociaal-culturele vereniging die de familie en naasten van mensen met psychische kwetsbaarheden ondersteunt, versterkt en verenigt. De vrijwilligersafdelingen overal in Vlaanderen en Brussel organiseren infoavonden, gespreksbijeenkomsten en training voor familieleden van psychisch kwetsbare mensen.

Meer info: www.similes.be

Je kan ook terecht bij het Familieplatform, een samenwerkingsverband van familieorganisaties dat zich inzet om de participatie van families en naastbetrokkenen van personen met een geestelijk gezondheidsprobleem te versterken.

Meer info: www.familieplatform.be

Kindvriendelijk ziekenhuis

Voor kinderen en jongeren is de opname van een (plus-, stief-, bonus-, groot-) ouder een hele gebeurtenis. Als ziekenhuis vinden we het belangrijk om van bij het begin aandacht te hebben voor kinderen en jongeren.

We willen dat kinderen zich welkom voelen. Hoe doen we dit?

- Wanneer ze mee op bezoek komen zoeken we een plekje waar er samen gespeeld kan worden. Zo kunnen kinderen zich uitleven in de speelhoek op de afdeling, in de kinderhoek in de cafetaria en op de speeltuin aan de cafetaria.
- Op de afdeling krijgen de kinderen die op bezoek komen een knuffeltje: 'Duffeltje het Knuffeltje'. De knuffel biedt troost en verbinding aan zowel patiënten als hun kinderen.
- We bieden maandelijks sessies 'Zorg voor het Gezin' aan op afdelingen. Tijdens deze sessies is je familie meer dan welkom.
- Met de sessies 'Kwetsbaar Sterk Ouderschap' bieden we een plek waar ouders én hun kinderen terecht kunnen bij elkaar met vragen, gevoelens en gedachten over uitdagingen binnen het gezin en hun omgeving.

Het Behandelkompas

We hechten belang aan jouw visie op en verwachtingen rond je herstelproces. We beschouwen zorgverlener, patiënt en naasten als gelijkwaardige partners. Om je te ondersteunen tijdens gesprekken over je traject bij ons of in nazorg, ontwikkelden we, met steun van de Koning Boudewijnstichting, het Behandelkompas.

Met het behandelkompas willen we jou en je naasten tien vragen in handen geven die je kan gebruiken tijdens besprekingen over je traject, bij ons of in nazorg. Hiermee heb je een belangrijk instrument in handen om in dialoog te gaan met je zorgverleners en naasten. Welke doelen wil je bereiken? Wat zijn de hindernissen die we hierbij verwachten? Wie kan helpen of wie moeten we hierbij betrekken?

Wil je meer weten? Vraag ernaar op je afdeling.

Patiëntenverenigingen

Lotgenotenorganisaties kunnen een enorme steun betekenen als je een psychische kwetsbaarheid hebt. Contact met lotgenoten kan hoop geven en het vertrouwen in je eigen herstel vergroten. Veel lotgenotenorganisaties verstrekken ook informatie voor het ruimere publiek. Dit helpt het taboe rond mentaal welzijn en psychische kwetsbaarheid te doorbreken en de mensen die erdoor getroffen worden uit hun isolement te halen.

Enkele belangrijke organisaties en verenigingen die je steeds kan contacteren:

- UilenSpiegel: deze vereniging vertegenwoordigt patiënten in de geestelijke gezondheidszorg in Vlaanderen.
- Ups & Downs: de vereniging voor personen met bipolariteit of depressie en hun omgeving.
- Vlaams Patiëntenplatform: een onafhankelijke koepelorganisatie van patiëntenverenigingen uit Vlaanderen.
- Werkgroep Verder: voor nabestaanden na zelfdoding.
- Anonieme Alcoholisten (AA) en SOS Nuchterheid: zelfhulpgroep voor mensen met middelenafhankelijkheid en hun omgeving.

Universitair ziekenhuis

Sinds 2012 zijn 90 bedden binnen ons centrum, samen met de dienst Psychiatrie op het UZA, officieel erkend als universitaire ziekenhuisdienst. In dat kader is ons ziekenhuis een belangrijke opleidingsplek voor diverse therapeutische en verzorgende disciplines. Ook wetenschappelijk onderzoek met als doel kwaliteitsvolle zorg, neemt hier een belangrijke plaats in.

Wetenschappelijk onderzoek

Het kan zijn dat we je tijdens je opname vragen of je wil meewerken aan wetenschappelijk onderzoek. Door mee te doen draag je bij aan de verdere ontwikkeling van de wetenschap. Voel je vrij om al dan niet op deze vraag in te gaan.

Wat na opname?

Achtergelaten eigendom (bij vertrek)

Kijk bij vertrek goed na of je niets vergeet:

- je identiteitskaart;
- waardevolle voorwerpen;
- spullen die je in de gemeenschappelijke ruimtes gebruikte;
- verwijfsbrieven van toekomstige afspraken.

Het ziekenhuis is niet aansprakelijk voor achtergelaten eigendommen. Je kan je eigendommen nog tot één maand na je ontslag bij ons ophalen. Daarna worden ze vernietigd of weggeschonken.

Bezorg voor je ontslag terug wat je in bruikleen kreeg tijdens je opname zoals een muggenapparaat of je kastsleutel.

Patiëntenbevraging

We weten graag hoe onze patiënten hun opname bij ons ervaren. We organiseren dan ook jaarlijks tijdens twee periodes van 6 weken een patiëntenbevraging. Verander je tijdens die periode bij ons van afdeling of staat je ontslag gepland, dan leggen we je een vragenlijst van het Vlaams Patiëntenplatform (VPP) voor. Daarnaast organiseren we ook op elke afdeling minstens één keer per jaar een gesprek met een groep patiënten en hulpverleners over de kwaliteit van de afdeling. Zo verzamelen we belangrijke feedback waarmee we het behandelaanbod en onze diensten kunnen verbeteren. Heb je tijdens je verblijf vragen of opmerkingen, dan kan je steeds terecht bij de hulpverleners op je afdeling.

Geneesmiddelen na opname

Indien je na ontslag nog medicatie moet nemen, zal de behandelend arts de nodige voorschriften aanmaken. Ook andere attesten voor je werkgever, thuisverpleging of andere instanties kan je via je behandelend arts opvragen.

Nabehandeling

Ontslag betekent niet altijd het definitieve einde van je behandeling of begeleiding. Zo bestaan er ook nabehandelingsmogelijkheden binnen of buiten het ziekenhuis zoals het Bed Op Recept (BOR) of ambulante begeleiding.

Jouw behandelend arts brengt je huisarts op de hoogte over je (na)behandeling via een medisch verslag. Daarin staan de gegevens van de behandeling en informatie over nazorg.

Wanneer je na ontslag arbeidsongeschikt blijft, vergeet dan niet het formulier voor arbeidsongeschiktheid, ingevuld en ondertekend door jouw behandelend arts, onmiddellijk aan je ziekenfonds te bezorgen.

Kunstencentrum De Loods

Kunstencentrum De Loods is een sociaal-artistiek atelier voor mensen met en zonder psychische kwetsbaarheid, naast het stationsgebouw van Duffel. Het aanbod bestaat uit vrije ateliers zoals schilderen, tekenen, kleien, proza/poëzie en improvisatietheater, projecten met externe kunstenaars en tentoonstellingen, een kunstbibliotheek en vrijwilligerswerk.

Voor info:

- ✉ kunstencentrum.de.loods@emmaus.be
- ✉ christian.verschelden@emmaus.be (coördinator)
- 📞 015 30 48 30

Activiteitscentrum Het Klaverblad

Activiteitscentrum Het Klaverblad (UPC Duffel, gebouw 4) wil mensen ondersteunen in het uitbouwen van een zinvolle dagbesteding en een sociaal-relatieel ondersteunend netwerk, vanuit een herstelgerichte visie. Het biedt laagdrempelige en vlot toegankelijke activiteiten gericht op zorg, verbinden en vrije tijd. Een plek waar je andere mensen met een psychische kwetsbaarheid kan ontmoeten.

Het vrijetijdsaanbod is à la carte en bestaat uit onder meer kaart- en gezelschapsspellen, handwerk en koken. In het Vrijetijdsloket kan je terecht voor het boeken van uitstappen en vakanties. Omnisportclub Het Klaverblad biedt activiteiten aan als zaalvoetbal, KUBB, wandelen of schaken.

Wil je meer informatie over het programma en hoe je kan aanmelden:

- 📞 0470 20 51 86
- ✉ UPCD.klaverblad@emmaus.be.

Activering

Activering ('t Vlot Mechelen en De Passant Duffel) wil niet-opgenomen personen met een psychische kwetsbaarheid of mensen die in de ontslagfase zitten vanuit een herstelgerichte visie ondersteunen in het uitbouwen van een zinvolle dagbesteding en een sociaal-relationeel ondersteunend netwerk.

Aanbod: een waaier aan vrijetijdsactiviteiten (ontmoeting, sport, vorming, cultuur ...) die inspelen op de interesses van de leden.

Voor info over de volledige programma's en aanmelding:

't Vlot

☎ 015 41 35 14

☎ 0498 90 46 61

✉ activering@emmaus.be

De Passant

☎ 015 30 46 54

☎ 0498 90 46 60

✉ activering@emmaus.be

Herstelacademie Emergo

Vanuit het netwerk voor geestelijke gezondheid Emergo willen we je ook na een opname ondersteunen in je herstelproces. In de regio werken onze verschillende partners samen om een ruim aanbod aan herstelgerichte initiatieven te voorzien.

Zo bieden de vormingen van de HerstelAcademie je de kans in groep te werken aan je eigen psychisch herstel. We organiseren een veilige leeromgeving op stigmavrije plekken zoals de bibliotheek of een buurthuis. Kernthema's zijn onder meer hoop, eigen keuzes, krachten en talenten, verbinding, zingeving, zelfzorg en veerkracht.

Ook bij onze Herstelcafés staat ontmoeting centraal. Onder leiding van enkele ervaringswerkers wisselen we bij een koffie of thee van gedachten over een bepaald thema. Herstelcafés staan open voor iedereen: mensen met een psychische kwetsbaarheid, familieleden of naasten.

Herstelcafés gaan elke vierde donderdag van de maand door in De Passant (Duffel).

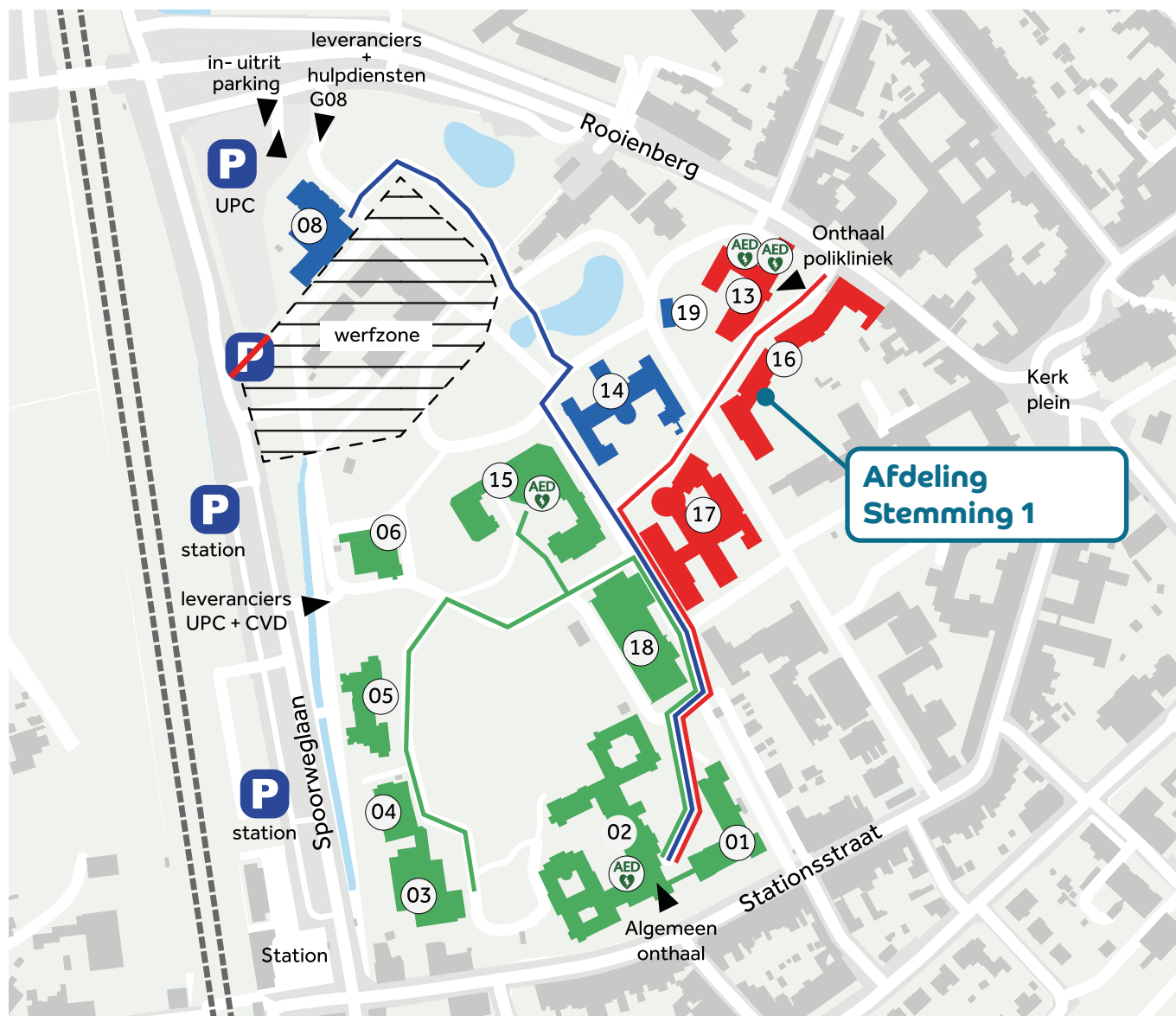
Verder kan je je laten begeleiden door een arbeidscoach, beroep doen op de buddywerking, je eigen ervaring inzetten als (familie-)ervaringsdeskundige en deelnemen aan vrijetijdsactiviteiten.

Meer weten?

📄 www.netwerkemergo.be/herstel

✉ infopunt@netwerkemergo.be





- | | |
|--------------------------------------|--|
| ○ 01 Administratief gebouw | ○ 13 Sophia 1 - Polikliniek - ECT - SINAPS |
| ○ 02 Atlas 1 - Déclick 1 - Déclick 2 | ○ 16 Stemming 1 - DubbelDiagnose |
| ○ 03 Sporthal | ○ 17 Opname 1 - Opname 2 |
| ○ 04 Klimop - Klaverblad - Spie | |
| ○ 05 Dynamo | ○ 08 Atlas 2 |
| ○ 06 Technische dienst | ○ 14 Spinnaker 1 - 2 - 3 |
| ○ 15 Sophia 2 - 3 - 4 - Atlas 3 | ○ 19 Therapielokaal |
| ○ 15 Cafetaria | |
| ○ 18 Congrescentrum De Kleiput | ○ AED AED-toestellen |

Contactgegevens

Stemming 1

Telefoon afdeling	015 30 46 81
E-mail afdeling	UPCD.stemming1@emmaus.be
Psychiater	dr. Carmen De Grave 015 30 40 30
Hoofdverantwoordelijke	Ellen Hellemans 015 30 45 24

Mijn aanspreekpunt / begeleider

Naam

Mail / telefoon
