



De Wijzer



**Heilig
Hart leper**
Psychiatrisch ziekenhuis

WELKOM

Wij, de verpleging van de Wijzer 3 zullen er alles aan doen om jou een aangenaam verblijf te bieden op onze afdeling. Om je wat wegwijs te maken op onze afdeling, hebben we deze informatiebrochure opgesteld.

In deze brochure krijg je een voorstelling van onze verschillende leefgroepen, praktische informatie over de afdeling, een aantal afspraken en een voorstelling van ons team.

INHOUD

1.	DE AFDELING	5
2.	WAT IS NU HET VERSCHIL PER LEEFGROEP	6
3.	AFSPRAKEN	7
	1. Ziekenhuisregels	
	2. Afdelingsregels	
4.	WAT VERWACHTEN WIJ VAN JOU?	9
5.	KENNISMAKING MET ONS TEAM.....	10-12
6.	DAGINDELING	13
7.	NOTA'S	14

DE AFDELING

De Wijzer 3 is een afdeling voor voortgezette behandeling voor mensen met een psychotische kwetsbaarheid. De afdeling is opgedeeld in twee units: leefgroep 1 en leefgroep 2. Bij ons wordt er gewerkt vanuit een rehabilitatievisie.

Rehabilitatie betekent het verlenen van zorg en begeleiding gericht op het ondersteunen van het herstel- of ontwikkelingsproces van de patiënt. Het is een denkwijze, een manier van omgaan met anderen, en gericht op verbetering van de kwaliteit van leven en zingeving. Dit is een persoonlijk proces, waarbij wij als hulpverleners een ondersteunende rol kunnen vervullen.



WAT IS NU HET VERSCHIL PER LEEFGROEP

In leefgroep 1 wordt gewerkt met een verhoogd toezicht, in een gesloten unit. De nadruk ligt op: een intensieve individuele behandeling, schouder aan schouder begeleiding. Het verkennen van de hulpvraag en de problematiek, het herwinnen van rust, het aanbieden van structuur en realiteit in het begrenzen van ontremd gedrag. Hierbij wordt de veiligheid, zowel voor de patiënt als voor zijn omgeving, prioritair gesteld. De therapieën worden in kleine groep aangeboden, deels op de afdeling. Na een wekelijks interdisciplinaire evaluatie kan besloten worden dat de noodzaak aan verhoogd toezicht niet meer nodig is en kan de patiënt doorverwezen worden naar de andere leefgroep. Leefgroep 1 heeft een capaciteit van 12 bedden.

In leefgroep 2 (Een unit van 20 bedden) biedt men zorg aan binnen een veilig, ondersteunend en gestructureerd afdelingsklimaat. Ook hier ligt de klemtoon op het bieden van individuele zorg, maar meer ingebed in een groepsprogramma. Aan de hand van zijn persoonlijk profiel gaat iedere patiënt samen met zijn IVB een behandelplan opstellen om doelgericht te werken aan zijn/haar herstel. Leefgroep 2 bestaat uit 2 subunits namelijk 2A en 2B.

In leefgroep 2A is men gericht op die mensen die nog in hun stabilisatie- en verwerkingsfase van het herstelproces zitten.

- De werking is vooral gericht op het onder controle krijgen van de symptomen en het verminderen van het lijden.
- In leefgroep 2B wordt in hoofdzaak gewerkt aan de persoonlijke “re-integratie”. De herstelondersteuning omvat voornamelijk: vaardigheidsontwikkeling, woonondersteuning, sociale netwerkondersteuning en ondersteuning bij het invullen van de vrije tijd.

In beide units wordt de familie maximaal betrokken bij de behandeling. De maatschappelijk werkster nodigt de familie uit, indien gevraagd door de familie kan ook de psychiater en/of de psycholoog bij dit gesprek aanwezig zijn. Verder zijn er ook veelvuldige contacten met de verpleegkundigen. Daarnaast worden familiedagen georganiseerd waar op interactieve wijze volgende onderwerpen aan bod komen: de afdelingswerking en visie, psychose, de werking van de therapieën enz. Jaarlijks wordt ook de mogelijkheid geboden om deel te nemen aan de psycho-educatiesessies.

AFSPRAKEN

Wanneer je in groep samenleeft, is het normaal dat er enkele afspraken worden gemaakt om de goede orde van zaken te behouden. Binnen het ziekenhuis zijn er ziekenhuisregels en deze kunnen functioneel niet veranderd worden. Er zijn ook specifieke afdelingsregels.

1. **Ziekenhuisregels deze omvatten:**

1. Er wordt niet gerookt op de kamer, de leefzalen en de gangen omwille de wet betreffende roken in openbare gebouwen, daarnaast ook uit brandveiligheid. Er kan steeds gerookt worden in de tuin. De rookzaal is open van 21u tot 23u en van 5u tot 7u. Gedurende de nacht wordt u vriendelijk verzocht niet te roken. Gelieve telkens de peuken in de voorziene asbak te doen. Indien er gerookt wordt op plaatsen waar het niet mag worden wij verplicht u te sanctioneren.

Deze regel wordt zeer streng opgevolgd.

2. Je kunt bezoek ontvangen vanaf 17u tot 20u. Er wordt wel gevraagd rekening te houden met het avondmaal om 18u. Bezoek kan je ontvangen in de bezoekersruimte niet in de leefruimte, dit uit respect voor de privacy van de ander.

3. Er wordt op de afdeling en in het ziekenhuis geen alcohol, drugs, geweld en seksuele contacten getolereerd.

Bij het niet naleven van deze afspraken worden er sancties getroffen.

4. Het ontvreemden van persoonlijke bezittingen van een ander of van het ziekenhuis wordt eveneens onmiddellijk gesanctioneerd.

5. In samenspraak met Dr. Lamote en het verpleegkundig team kan je op weekend gaan. Dit van de zaterdag namiddag 14u tot de zondagavond 20u.

6. Wij vragen het ziekenhuis niet verlaten zonder toestemming, tijdens de therapie-uren (van 9u tot 17u). Dit om in orde te zijn met de verzekering.

7. Bij het verlaten van de afdeling vragen we je om iemand van de verpleging te verwittigen. Zo weten wij altijd wie al dan niet aanwezig is.

8. Omdat een goede nachtrust belangrijk is, word je verzocht ten laatste om 23u naar je kamer te gaan.

9. Om de brandveiligheid te verzekeren worden elektrische apparaten en kaarsen op de kamer verboden.

10. Om medische redenen worden energierijke dranken geweerd in het ziekenhuis.

2. Afdelingsregels deze omvatten:

1. Uit respect voor je medepatiënten en hun nachtrust vragen wij om na 21u30 de stilte te respecteren in de gangen en kamers.
2. Niemand gaat binnen in de kamer van een medebewoner. We respecteren elkaars privacy.
3. Om de maaltijd rustig te laten verlopen, vragen we dat iedereen een half uur aan tafel blijft zitten. Dit bevordert het groepsgebeuren. Nadien wordt er gezamenlijk opgeruimd.
4. In het weekend kan je ontbijten tot 10u. Er wordt wel gevraagd zelf af te ruimen.
5. Uit respect voor de anderen wordt gevraagd u telefoon uit te zetten tijdens de therapieën en de maaltijden.

WAT VERWACHTEN WIJ VAN JOU?

Dat we samen met jou een herstelverhaal kunnen schrijven. Door na te gaan wat het voor jou betekent om ziek te zijn en/ of een beperking te hebben. Dat we je mogen ondersteunen bij het verwerken van deze ervaringen en je mogen helpen bij je persoonlijke “re-integratie”. Dat we samen je krachten ontdekken en je ondersteunen bij het leren omgaan met je kwetsbaarheid.

KENNISMAKING MET ONS TEAM

Het verpleegkundig team:

Het verpleegkundig team van De wijzer 3 bestaat uit:
dagverpleegkundigen,
nachtverpleegkundigen en één
hoofdverpleegkundige.

Alle verpleegkundigen zijn toegewezen aan een leefgroep.

L1-A:, Peter, Cindy, Elise, Tatiana,
Rita en Marleen.

L2-A en B: Marijke, Mia, Lore,
Christine, Lobke, Karin, Birgit
en Nathalie.

Mobile équipe : Dorine en Sarah
Nachtverpleegkundigen: Brenda,
Griet, Mia

Hoofdverpleegkundige Martine:

Zij is iedere werkdag aanwezig op de afdeling. Je kunt haar altijd aanspreken.

De psychiater Dokter Lamote:

Na het kennismakingsgesprek zal de arts je regelmatig uitnodigen voor een gesprek. Indien je daartussen een afspraak wenst, breng je de verpleegkundigen op de hoogte. Zij maken een afspraak voor jou. Dit kan aangevraagd worden tijdens de groepsvergadering.

De klinisch psychologe Lien :

Op de Wijzer 3 staat een psychologe/gedragstherapeute voor u klaar. Binnen de individuele psychotherapie wordt de complexe samenhang van verschillende problemen in kaart gebracht. Daarna wordt gekeken welke behandeltechnieken u kunnen helpen om dit complexe kluwen te doorbreken. Tijdens de therapie wordt de focus gelegd op uw mogelijkheden en daarmee gaan we aan de slag. Binnen de groepstherapie wordt er gezamenlijk gewerkt aan 'herstel'. We bekijken wat 'herstel' voor ieder van ons betekent en delen onze ervaringen met elkaar.

De maatschappelijk werkster Marjan:

De maatschappelijk werker kijkt samen met jou of er eventuele problemen zijn in je sociale, administratieve en/of financiële situatie. In overleg met jou en belangrijke anderen (familie, bepaalde diensten of organisaties), wordt naar oplossingen gezocht. Indien nodig kan je bij de maatschappelijk werker ook terecht voor gezinsbegeleiding.

De bewegingstherapeut Miet:

In de bewegingstherapie kan je deelnemen aan diverse bewegingsactiviteiten zoals fitness, badminton, netbal,...

Regelmatige lichaamsbeweging heeft immers een gunstige invloed op je gezondheid:

- Het heeft positieve effecten op je hart en bloedsomloop, je ademhaling, je kracht, je uithouding,...

- Het stimuleert bepaalde stoffen (o.a. endorfine) in de hersenen waardoor je meer gevoelens van plezier, levenslust... krijgt.

- Het bevordert daarenboven je doorzettingsvermogen: je kan veel langer actief zijn zonder vermoeid te raken, je krijgt meer energie... waardoor zelfvertrouwen groeit.

- Het voorkomt en verhelpt tal van ongemakken en klachten zoals futloos voelen, nervositeit, spanning, piekeren, angst,...

Ergotherapeutisch centrum 2 Charlotte:

In het Ergotherapeutisch Centrum 2 ligt de klemtoon op activeren binnen een gestructureerde atelierwerking. Patiënten hebben een individueel therapieschema die aansluit bij hun interesses en hun persoonlijke doelstellingen. We vertrekken

vanuit de mogelijkheden en patiënten doen zo positieve ervaringen op tijdens verschillende activiteiten (computer, houtbewerking, kaarsen maken, keramiek, crea, keuken, administratief en industrieel werk, denk & doe, tuin en fietsen herstellen). Met deze activiteiten stimuleren we een actieve dagstructuur, leren we patiënten hun aandacht richten op een activiteit, volhouden, werken we aan hun zelfvertrouwen, (opnieuw) plezier beleven, nieuwe hobby's ontdekken...

Huishoudelijke therapie en ADL op educatie:

Binnen de huishoudelijke therapie is er aandacht voor:

- Observeren van de huishoudelijke basisvaardigheden,
- Aanleren van:
 - o koken,
 - o wassen & strijken,
 - o leefruimte onderhouden,
 - o boodschappen doen,
 - o thuisbegeleiding
- Themagerichte gesprekken rond gezonde voeding en gezonde levensstijl
- Huiselijke en gezellige sfeer
- Training zowel individueel als in groep

De therapie draagt bij tot zelfstandigheid van de patiënt in zijn huishouden.

Zelfstandig koken, wassen, strijken, poetsen en boodschappen doen, draagt bij tot verhoogde levenskwaliteit.

Muziektherapie Nele:

In de muziektherapie kan je via muziek jezelf leren uitdrukken. Je leert vormgeven aan je emoties, wensen en verlangens en je leert deze op een veilige manier te uiten. In de groepssessies krijg je de kans om in het hier en nu je muzikale ervaringen te delen met anderen.

We maken gebruik van drie verschillende werkvormen: zelf instrumenten bespelen, muziek beluisteren en/of het werken met onze stem. Erg belangrijk: om deel te nemen aan de muziektherapie hoef je geen noten te kunnen lezen en ook geen muziekinstrument te kunnen bespelen.

Beeldende therapie Wouter:

Door middel van een tekening, een schets, een schilderij, een fotocollage, e.a., leer je gevoelens en wensen te uiten en te vertalen in beelden. Deze belevingsbeelden van de persoonlijke leefwereld in combinatie met de therapeutische ondersteuning, helpen om inzichten in de eigen mogelijkheden en in het persoonlijk functioneren te verwerven en toe te passen. Beeldend werken creëert niet enkel innerlijke rust en ontspanning. Een

creatieve kijk helpt ook om het leven door een vernieuwde bril te zien en om toekomstige uitdagingen creatief, probleemoplossend en succesvol aan te gaan.

Dienst vrije tijd

Veerle en Martine:

Dienst vrije tijd richt zich met verschillende activiteiten en initiatieven tot alle patiënten van het ziekenhuis.

Er zijn heel wat mogelijkheden om je vrije tijd op een zinvolle manier in te vullen. Zo kan je terecht in de winkel voor het uitlenen van materiaal, bijvoorbeeld: fiets, gezelschapsspel...

Op woensdagnamiddag kan je na overleg met de dokter en verpleegkundigen deelnemen aan de activiteit.

Contacten:

Familieleden die vragen hebben in verband met: je ziektebeeld / het verloop van je opname / medicatie en allerhande andere zaken kunnen via Marjan een afspraak maken bij de persoon die ze wensen te spreken: de arts/psychologe /therapeut enz.

De verpleegkundigen kunnen altijd aangesproken worden op de afdeling.

DAGINDELING

Deze indeling geldt voor de dagen van de 'werkweek' (van maandag tot en met vrijdag):

- 7 uur: Opstaan en verzorging. Wens je hulp, vraag het ons.
- 8 uur: Ontbijt, iedereen wordt er verwacht omdat het ontbijt als overlegmoment wordt gezien.
- 8u30: De tafels worden afgeruimd.

De rest van de morgen volgt iedereen zijn individueel therapieprogramma.

- 11u30: soep
- 11u45: middagmaal
- 13 uur: koffie
- 13u30: Opnieuw volgen van individueel therapieprogramma in de namiddag.
- 18 uur: avondmaal
- 20u15: Bedeling van nachtmedicatie voor wie vroeg wil gaan slapen.
- 21u30: Bedeling nachtmedicatie voor de andere patiënten.

In het weekend is er geen strikte dagindeling. Met uitzondering van de maaltijden s'middags en s'avonds.

Wij hopen jullie aan de hand van deze brochure wat wegwijs gemaakt te hebben op onze afdeling. We wensen je een goede start!

De verpleging