

RE-INTEGRATIE- GROEP

DAGCENTRUM
VOLWASSENENPSYCHIATRIE

INHOUD

01	Re-integratiegroep	4
02	Dagcentrum	5
03	Behandeltraject	6
04	Praktisch	9

01 RE-INTEGRATIEGROEP

Voor wie?

Als dagcentrum zetten we in op de vermaatschappelijking van zorg, dat wil zeggen dat we een intensief traject aanbieden terwijl mensen binnen hun vertrouwde omgeving blijven. De re-integratiegroep in het dagcentrum van de dienst Psychiatrie is gericht op (jong)volwassenen met een eetstoornis (anorexia nervosa, boulimia nervosa of eetbuistoornis) met een minimum-BMI van 15, bij wie de huidige hulp ontoereikend blijkt en wie eerder al een intensief therapeutisch traject volgde, hetzij via (dag)opname, hetzij ambulant.

Deze groep is bedoeld voor mensen die nood hebben aan een gestructureerde omgeving om eerder verworven vaardigheden op te frissen of te verstevigen. De groep is ideaal als nazorgtraject na een (dag) opname, maar kan ook nuttig zijn als hervalpreventie tijdens een ambulant traject. Als de focus nog ligt op de opbouw van maaltijden, is de Therapiegroep eetstoornissen meer aangewezen. We verwachten dus dat je 3 volwaardige hoofdmaaltijden (equivalent 4 boterhammen met beleg) en 3 tussendoortjes per dag eet.

Voorwaarden om deel te kunnen nemen aan deze groep zijn:

- ▲ Voldoende motivatie en een minimaal engagement voor 2 weken opname
- ▲ Voldoende stabiliteit om deel te nemen aan een ambulant traject
- ▲ Geen acute suïcidaliteit
- ▲ Geen primaire drug- of alcohol- problematiek
- ▲ BMI boven 15

Visie

Met de re-integratiegroep werken we via intensieve ambulante groepstherapie aan:

- ▲ Toepassen van eetvaardigheden thuis
- ▲ Zicht krijgen op eigen valkuilen en die proberen te doorbreken
- ▲ Zicht krijgen op je eigen behoeften in specifieke situaties en ernaar leren handelen op een gezonde manier
- ▲ Anders leren omgaan met het lichaam en werken aan een positiever zelfbeeld
- ▲ Stapjes in de richting van een (ondersteunend) sociaal netwerk, een gebalanceerde tijdsbesteding en meer zelfvertrouwen
- ▲ Gezonde en sterke kanten versterken en stimuleren
- ▲ Een nazorgtraject uitstippelen

Hierbij sta jij met jouw doelstellingen centraal en vinden we het belangrijk om, als je dat wil, ook familie en naasten te betrekken.

We stellen in het traject ook je behandeling met medicatie op punt.

Onze visie is dat we niet dé oplossing bieden maar een aanzet geven in de richting van een aangenamer en kwalitatief beter leven. Doorheen het traject willen we inzichtelijk werken en je autonomie versterken. We leggen veel zelfstandigheid en verantwoordelijkheid bij elke deelnemer, bv. rond de invulling van kooksessies, boodschappen doen, gezamenlijke maaltijden, thema's binnen groepssessies, activiteiten en exposuremomenten.

02 DAGCENTRUM

Team

We werken in een multidisciplinair team om zo de verschillende facetten van een eetstoornis te behandelen. Elk vanuit zijn eigen invalshoek. Het team bestaat uit:

- ▲ Supervisor (psychiater)
- ▲ ASO's (arts-specialist in opleiding)
- ▲ Hoofdverpleegkundige
- ▲ Psychiatrisch verpleegkundigen
- ▲ Psychologen (cognitieve-gedragstherapie, systeemtherapie en schematherapie)
- ▲ Ergotherapeut
- ▲ Psychomotore therapeut
- ▲ Beeldende therapeut
- ▲ Diëtisten

Aanbod

We bieden alleen **groepstherapie** aan, die bestaat uit verbale en non-verbale therapie. De groep bestaat uit maximaal 8 deelnemers. De groep is halfopen: dit wil zeggen dat er om de twee weken nieuwe mensen kunnen aansluiten bij de groep.

Doorheen jouw traject heb je individuele consultaties bij de psychiater en diëtist. Op indicatie van het team kan er ook een gezins- of koppelsgesprek ingepland worden bij de systeemtherapeut. Die momenten vallen buiten de therapie-uren. Ook hier wordt een engagement verwacht om aanwezig te zijn. Voor minderjarigen wordt er tijdens het schooljaar ook ziekenhuisschool aangeboden op vaste momenten doorheen de week.

Als je naast je traject bij ons, ook je individueel traject bij jouw psycholoog of diëtist verderzet, is het wenselijk dat zij contact met ons opnemen om af te stemmen.

De duur van je traject wordt in overleg bepaald, met een maximum van 12 weken. We verwachten dat je vijf halve dagen per week aanwezig bent.

03 BEHANDELTRAJECT

Sessies

In het dagcentrum bieden we groepssessies aan rond verschillende **thema's** en op verschillende **manieren**. Zo zijn er verbale en non-verbale sessies. We verwachten een actieve deelname. De afspraak is dat we vertrouwelijk omspringen met de informatie die we van groepsgenoten horen. Zo waarborgen we samen de veiligheid en het vertrouwen in de groep.

Hieronder een greep uit de groepssessies die worden aangeboden:

- ▲ **Doelstellingenvergadering:** De verpleging helpt bij het formuleren van wekelijkse doelstellingen om concrete stappen richting herstel te zetten.
- ▲ **Kooktherapie:** Samen met de ergotherapeut leer je in groep om weer samen boodschappen te doen, te koken en de maaltijd te eten.
- ▲ **Exposuretherapie:** Binnen deze sessies wordt gewerkt rond zaken die je vermijdt door je eetstoornis, zowel voedingsgerelateerd maar ook ruimer.
- ▲ **Groepstherapie rond terugvalpreventie:** Er wordt stilgestaan bij concrete obstakels die je tegenkomt in jouw proces om uit de eetstoornis te geraken. Signalen voor terugval, valkuilen en hieraan gekoppelde acties worden concreter gemaakt.
- ▲ **Groepstherapie rond omgeving/relaties:** De impact van de eetstoornis op de directe omgeving en vice versa wordt tijdens deze sessies besproken.
- ▲ **Tijdsbesteding:** Tijdens deze sessies wordt er stilgestaan bij vrijetijdsbesteding, plezierbeleving en het aanleren van nieuwe vaardigheden
- ▲ **Ergotherapie:** In de sessies ergotherapie focussen we ons op het uitvoeren van nieuwe vaardigheden die belangrijk zijn in je dagelijkse leven. We zetten concrete stappen en gaan aan de slag met mindfulness, zoeken nieuwe copingstrategieën, proberen nieuwe vormen van vrijetijdsbesteding uit, gaan op uitstap, enz.
- ▲ **Groepstherapie rond emotionele basisbehoeften:** Je leert om, aan de hand van een zelfobservatieschema, moeilijke situaties beter te begrijpen en stil te staan bij wat je hierin nodig hebt en zelf kan doen.
- ▲ **Psychomotore therapie:** In lichaamsgerichte therapie ligt de focus op 'stilvallen', het bijstellen van het vertekend lichaamsbeeld, opnieuw leren genieten en milder zijn voor je lichaam.
- ▲ **Beeldende therapie:** Beeldende therapie is een non-verbale therapie waarin je leert om op een creatieve manier naar je eigen functioneren te kijken. Tijdens de sessies wordt er op een creatieve manier rond de eetstoornis gewerkt.
- ▲ **Andere psychologische groepssessies:** De psychologen werken in groep ook rond thema's als emotieregulatievaardigheden, jouw copingstijlen, innerlijke criticus, perfectionisme en interpersoonlijke vaardigheden.

Eet- en weegmomenten

Zowel tussendoortjes als volwaardige maaltijden over de middag, worden vastgelegd in een schema. De verpleegkundigen van de afdeling bekijken dit samen met jou. We verwachten dat je de aangeboden porties ook opeet op de afgesproken tijdstippen. Je zal ook een aantal maaltijden zelfstandig moeten eten tijdens het traject, als voorbereiding op een volledige terugkeer naar de thuissituatie.

Voor de tussendoortjes en de lunch hebben we een aantal richtlijnen.

Tussendoortje

Tussendoortjes breng je van thuis mee. Om discussie over portiebepaling te vermijden, vragen we om **voorverpakte** zaken uit de winkel mee te brengen. We oefenen hier met een koek.

Lunch

Een eigen lunch conform de richtlijnen bestaat uit een broodmaaltijd met **minstens 4 sneetjes brood én beleg**.

Weegmomenten

Weegmomenten zijn klassiek uitdagende situaties, maar ze blijven een belangrijke parameter om je fysieke gezondheid op te volgen. We kiezen ervoor om je **wekelijks** te wegen en het gewicht met eventuele dalingen of stijgingen mee te delen. We verwachten dat je een bepaalde curve aanhoudt. We gaan in dialoog (maar niet in discussie) bij moeilijke momenten. We leren je crisisvaardigheden aan om met de spanning om te gaan en geen patroon van vermijden te kiezen.

Bij opeenvolgende gewichtsdalingen trekken we aan de alarmbel. Er wordt gekeken waar je op dat ogenblik staat in de opbouw van je maaltijden en afbouw van compensatiegedrag. Als dat onvoldoende is, wordt er verwacht dat je bijkomende inspanningen levert. Als dat niet lukt of de gewichtsdaling zet zich voort ondanks de nodige inspanningen, kan er bijvoeding worden opgestart. Als er geen gewichtsstijging komt tijdens de dagbehandeling maar dat wel nodig is, dan kan de zinvolheid van het traject in vraag worden gesteld.

Nazorg

We hechten er groot belang aan dat de hulpverlening niet stopt na de dagbehandeling. We verwachten dat je daarna op zoek gaat naar zorgverleners in je regio, als je die nog niet hebt. Wij waken erover dat dit effectief ook gebeurt en indien nodig bieden we ondersteuning bij de zoektocht.

Doorgaans gebeurt de opvolging door (een combinatie van) een psycholoog, psychiater, huisarts of diëtist.



04 PRAKTISCH

Verloop dagtherapie

Wanneer en duur

Dagtherapie gaat door op **5 halve weekdagen**. Wekelijks wordt er een up-to-date therapie-programma opgehangen in de leefruimte, aangezien dat soms kan veranderen. De minimale duur is 2 weken en maximale duur 12 weken. Na verloop van tijd kunnen we het aantal dagen afbouwen door bv. de deeltijdse opstart van school of werk.

Dagverloop

Het dagdeel is steeds onderverdeeld in twee therapieblokken, een tussendoortje en een middagmaal.

Groepsgrootte

Deze groep is open en bestaat uit maximum 8 deelnemers.

Teamvergadering

Gedurende jouw traject word je twee keer uitgenodigd op de teamvergadering. De eerste vindt plaats in het begin van je traject. Daarin staan we samen stil bij wat jouw doelstellingen zijn voor de dagbehandeling. Wij gaan dan als team samen nadenken over hoe wij jou het beste kunnen begeleiden in het behalen van deze doelstellingen. Tijdens de wekelijkse doelstellingenvergadering worden er korte-termijndoelen opgesteld. Naar het einde van je traject doen we dit opnieuw om te evalueren en het nazorgtraject te optimaliseren.

Eerste therapiedag

Inschrijven

Zeer belangrijk is dat je je eerst inschrijft (mét identiteitskaart) aan de **aanmeldzuilen in het centraal onthaal (ingang 11)**. Daarna moet je nog langsgaan bij een onthaalmedewerker aan de balie. Een aantal praktische zaken worden dan geregeld. Als je een hospitalisatieverzekering hebt, breng dan de nodige documenten mee.

Hou de eerste dag rekening met evt. files, parkeertijd, wachttijd aan de balie enz. zodat we op tijd kunnen starten.

Inschrijven hoeft **enkel op dag 1**. Elke volgende dag kom je rechtstreeks naar het dagcentrum.

Locatie

Na inschrijving ga je naar ingang 17, **route 1717**. Via de trappen kom je op de eerste verdieping. Meld je aan bij de verpleging in de verpleegpost.

Verder breng je best ook nog volgende zaken mee:

- ▲ Cursusblok en schrijfgierief om nota's te maken
- ▲ Map om uitgedeelde papieren in te bewaren
- ▲ 10 euro waarborg voor een locker (indien gewenst)

Afspraken

Afwezigheid

We verwachten een groot engagement en stipte aanwezigheid. Als je te veel therapiedagen mist, kan het traject beëindigd worden.

Identificatiebandje

Bij inschrijving krijg je een polsbandje. Het is de bedoeling dat je dit draagt **elke dag** dat je aanwezig bent. Bij verlies kunnen we wel een nieuw polsbandje bezorgen.

Externe consultatie

Als er om medische of andere redenen een consultatie of ingreep gepland wordt tijdens het traject, bespreek dat dan tijdig **bespreken** met een verpleegkundige. Dat kan mogelijk voor een financieel of administratief 'conflict' zorgen bij de hospitalisatieverzekering of het ziekenfonds.

Enkel op dagen dat je hier niet verwacht wordt of na 16 uur kunnen externe consultaties gepland worden.

Consultaties bij een **(neuro)psychiater** mogen nooit gecombineerd worden met een dagbehandeling. Dan krijg je tijdens de volledige periode van dagbehandeling (ook op de dagen van afwezigheid) geen terugbetaling van het ziekenfonds.

Parkeren

Je kan parkeren op de parkeertoren, centraal gelegen op de campus. Voor patiënten kunnen we een parkeerkaart ter beschikking stellen waarmee je gedurende de behandeling gratis kan parkeren.

Tarieven

Voor een exacte kostenraming kan je terecht op de website van het UZ Gent:

Prijs eerste dag: € 30,04

Dagprijs: € 6,00

Met verhoogde tegemoetkoming: € 0,62

www.uzgent.be/kostenraming

Hou er rekening mee dat prijzen onderhevig zijn aan verandering.

Dagcentrum volwassenenpsychiatrie

Ingang 17, route 1700

T +32 (0)9 332 65 57

+32 (0)9 332 65 58

www.uzgent.be/dagcentrum-volwassenenpsychiatrie

Deze brochure werd enkel ontwikkeld voor gebruik binnen het UZ Gent. Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden vervoelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van het UZ Gent.

Universitair Ziekenhuis Gent

C. Heymanslaan 10 | B 9000 Gent

T +32 (0)9 332 21 11 | E info@uzgent.be

www.uzgent.be