



Iedereen draagt zorg

[zorggroepmyna.be](https://zorggroepmyna.be)

# Welkom bij De Zeilen 1



# Welkom bij De Zeilen 1

In deze brochure vind je informatie over de werking van dienst De Zeilen 1.

Na een verkennend gesprek over jouw zorgvraag en ons aanbod, beslist het team samen met jou of een opname bij De Zeilen 1 voor jou de beste keuze is. Deze brochure biedt inzicht in wat je van een opname kan verwachten en wat wij van jou verlangen. Het is belangrijke info die je kan helpen inschatten of deze behandelvorm bij jou past.

Is je opname al gepland? Dan kan de brochure je helpen je voor te bereiden op je opname en een gids zijn tijdens je behandeltraject.

Heb je nog vragen? Stel ze dan gerust. Je vindt contactgegevens van de dienst terug op pagina 4.



# Inhoudstafel

Over De Zeilen 1	p. 04	Regels	p. 12
Contactgegevens		In het ziekenhuis	
		Op jouw dienst	p. 13
Over de behandeling	p. 05		
Behandelvisie		Ook je naasten dragen	p. 16
De behandeling		zorg	
Over ons team	p. 06	Bezoek ontvangen	p. 17
Een multidisciplinair team		Bezoekuren	
		Afspraken	
Ondersteuning voor,			
tijdens en na je opname	p. 07	Veelgestelde vragen	p. 18
Spirituele en pastorale			
zorg		Jouw patiëntenrechten	p. 19
Voedingsadvies			
Ervaringsmedewerkers		Je dossier	p. 20
Hulp van buitenaf			
Leven op de dienst	p. 08	Zorg verbeteren	p. 21
Een vast ritme			
Je weg vinden op de dienst	p. 09	Bereikbaarheid	p. 22
Een evenwicht tussen		Hoe bereik je ons	
autonomie en veiligheid		Campusplan	p. 23
Even uitblazen op je dienst	p. 10		
Ontspanning buiten je	p. 11	Notities	
dienst			



# Over De Zeilen 1

## Contact

Diensthofd: +32 11 78 86 10  
Dienst: Crisismodule +32 11 78 86 11  
Behandelmodule +32 11 78 86 12  
+32 11 78 86 13

[dezeilen1verpleging@zorggroepmyna.be](mailto:dezeilen1verpleging@zorggroepmyna.be)

## Wat doen we?

Jongvolwassenen (18 - 23 jaar) die moeilijkheden ervaren bij de overgang naar volwassenheid kunnen bij ons terecht. We behandelen complexe mentale gezondheidsproblemen én richten ons op de biologische, psychologische en sociale ontwikkeling.





# Over de behandeling

## Crisismodule

Duurtijd maximaal 3 weken  
(uitzonderlijk verlengbaar naar 40 dagen)

Een crisisopname is aangewezen als de situatie thuis onhoudbaar is. Het doel is de nodige stabiliteit brengen, zodat je zelf de touwtjes terug in handen kan nemen. We herstellen stresssystemen en werken aan een basis voor een gezond leven met een gezond dag- en nachtritme, een gevarieerd eetpatroon, en voldoende zelfzorg en rust.

We schatten steeds samen met jouw betrokken huisarts, psychiater of spoedarts in of een crisisopname voor jou nodig is.

## Behandelmodule

Proefontslag na 6 maanden –  
dagbehandeling of behandeling met verblijf

In de behandelmodule behandelen we uiteen- lopende mentale gezondheidsproblemen en helpen we je ontwikkeling als jongvolwassene op het spoor te krijgen. We werken in 3 fases:

**Fase 1.** We herstellen het vertrouwen in hulp, steun en zorg. We plannen een proefontslag (6 maanden na opstart) en zetten samen een zorgnetwerk op dat je na je opname zal ondersteunen. Daarnaast werken we aan de basis die nodig is om jezelf goed in je vel te voelen. Je leert omgaan met sterke emoties, goed voor jezelf te zorgen en bouwt aan een evenwichtig dag- en nachtritme en gezonde eetgewoonten.

**Fase 2.** We onderzoeken relaties met mensen die voor je zorgden. Welke patronen leerde je en hoe kan je deze doorbreken? Je beslist in overleg met je team aan welke doelen je wil werken. Met deze doelen ga je aan de slag buiten én binnen het ziekenhuis, in een dagprogramma met groepsessies op maat.

Indien nodig starten we **fase 3** op om alles wat je leerde buiten het ziekenhuis te oefenen. We kiezen nieuwe doelen gericht op het terugvinden van je plekje in de maatschappij. Zo kan je rustig je behandeling in het ziekenhuis afronden en je terugkeer naar huis voorbereiden. Deze fase duurt maximaal 8 weken.

Tijdens het **proefontslag** leg je thuis 5 weken lang de gemaakte vooruitgang vast, in overleg met het team. Vervolgens bekijken we tijdens een herintake-gesprek of we de opname verlengen (met of zonder verblijf in het ziekenhuis) en in welke fase je aansluit.



# Over ons team

## We staan voor je klaar

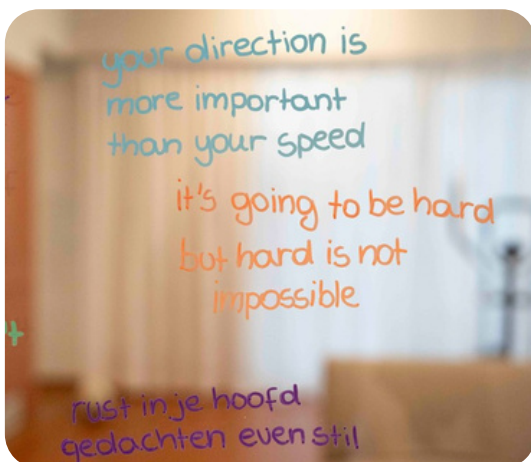
- Verpleegkundigen en leefgroepbegeleiders bieden dag en nacht begeleiding en medische zorgen. Je hebt één persoonlijk begeleider (PB'er). Hij of zij volgt je behandeldoelstellingen op en luistert naar je vragen, zorgen, kleine en grote gelukjes.
- Het diensthoofd zorgt voor een vlotte dagelijkse werking. Je kan bij het diensthoofd terecht met klachten, opmerkingen of algemene vragen.
- De psychiaters overzien de behandeling en sturen deze bij. Zij passen medicatie aan indien nodig. De psychiaters worden bijgestaan door een arts-specialist-in-opleiding. Dat is een arts die zich specialiseert in psychiatrische zorg.
- De psycholoog/pedagoog is verantwoordelijk voor de psychologische begeleiding. Hij of zij geeft groepstherapiesessies en kan individuele gesprekken met jou hebben. Het is ook mogelijk, met jouw toestemming, familieleden uit te nodigen voor een kennismakingsgesprek.

- De maatschappelijk werker geeft informatie en advies over woon- en leefomstandigheden, geldzaken, juridische zorgen, familiale problemen, ... Daarnaast zorgt hij of zij voor een goede samenwerking met andere hulpverleners die bij jouw zorg betrokken zijn.

Samen met de therapeuten werk je op verschillende manieren aan je doelstellingen:

- De psychomotorisch therapeut (PMT'er) en bewegingstherapeut gebruiken activiteiten waarbij het lichaam centraal staat (zoals sportspel, relaxatie, yoga, groepsopdrachten).
- De ergotherapeuten gaan aan de slag rond wonen, werken, vrije tijd en zelfzorg. Ze gebruiken hiervoor uiteenlopende activiteiten waaronder creatieve opdrachten, huishoudopdrachten, arbeidsopdrachten, ...

Zorggroep Myna is een lerend ziekenhuis. Studenten van elk van bovenstaande vakgebieden maken deel uit van het team. Zij zullen dit steeds kenbaar maken aan jou.





# Ondersteuning voor, tijdens en na je opname

## Spirituele en pastorale zorg

Tijdens je opname duiken mogelijk vele vragen bij je op. Wie ben je en waarom is dit je overkomen? Wat geeft je leven zin? Twijfel je aan je geloof? Of mis je iemand dierbaar? De medewerkers van spirituele en pastorale zorg ondersteunen je bij dit soort vragen, op een manier die bij jou en je geloofsovertuiging past. Op sommige diensten bieden ze groepssessies aan, op andere een stiltemoment in de stille ruimte. Je kan ook steeds een persoonlijk gesprek vragen, via een teamlid. Voel je heel welkom om bij hen 'op verhaal te komen'.

## Samenwerking met zelfhulpgroepen

We zijn een zelfhulpvriendelijk ziekenhuis en werken nauw samen met verschillende zelfhulpgroepen. Op Trefpunt Zelfhulp vind je een lijst van alle zelfhulpgroepen in Vlaanderen. Meer info vind je op [zelfhulp.be](http://zelfhulp.be).

## Voedingsadvies

Onze diëtisten geven voedingsadvies. Dat kan op vraag van een arts, die je om medische redenen een dieet voorschrijft. Als je zelf vragen rond voeding hebt kan je via één van je zorgverleners de hulp van de diëtisten inschakelen.

## Ervaringswerkers

Een ervaringswerker heeft zelf een psychische kwetsbaarheid of heeft een naaste met een kwetsbaarheid. Vanuit deze ervaringen kunnen de ervaringswerkers van team Horizon je bijstaan in je persoonlijk herstelproces.

Jij en je familie of vrienden kunnen op verschillende manieren bij ervaringswerkers terecht:

- Wandel binnen voor een kopje koffie in de aanloopplek in gebouw A, geopend op vrijdag van 13u00 tot 15u00
- Of maak een persoonlijke afspraak via [horizon@zorggroepmyna.be](mailto:horizon@zorggroepmyna.be) of via een teamlid van je dienst.



# Leven op de dienst

## Een vast ritme

Een vaste dagstructuur is bevorderend voor je welbevinden. Een vaste dagstructuur zorgt voor een goed evenwicht tussen inspanning en ontspanning en draagt bij aan een goed dag- en nachtritme. Bovendien biedt het houvast en duidelijkheid.

Op vrije momenten, zonder therapie sessies, moedigen we je aan zelf activiteiten te ondernemen die belangrijk zijn voor je behandeling, toekomstig leven of om op een gezonde manier te ontspannen. Je vindt een aantal mogelijkheden op de dienst en in het ziekenhuis terug op p 10.

## Hoe ziet een dag op de dienst eruit?

07.00 u.	Openen leefruimtes en terrassen
07.45 u.	Opstaan en ochtendtoilet.
08.00 u. - 08.45 u.	Ontbijt en medicatie afhalen centrale verpleegpost
08.45 u. - 09.00 u.	Dagopener
09.00 u. - 09.50 u.	Start2Day-sessie
10.00 u. - 10.50 u.	Therapieprogramma
11.00 u. - 11.10 u.	Pauze
11.10 u. - 12.00 u.	Therapieprogramma
12.00 u. - 12.15 u.	Medicatie afhalen*
12.00 u. - 12.50 u.	Middagmaal en pauze
13.00 u. - 13.50 u.	Therapieprogramma
14.00 u. - 14.50 u.	Therapieprogramma
15.00 u. - 16.00 u.	Pauze/individueel werk
16.00 u. - 16.50 u.	Therapieprogramma
17.00 u. - 17.30 u.	Dagafsluiter
17.30 u. - 18.00 u.	Avondeten en medicatie afhalen centrale verpleegpost
18.00 u. - 20.00 u.	Bezoek of vrije tijd
20.00 u. - 22.00 u.	Vrije tijd op
Vanaf 20.40 u.	Medicatie afhalen centrale verpleegpost
21.30 u.	Afsluiten douches
22.00 u.	Afsluiten leefruimtes en terrassen
22.00 u. - 23.00 u.	Dag afronden op kamer, slaaphygiëne, zelfzorg Mogelijkheid om laatste sigaret te roken
23.00 u.	Er wordt niet meer gerookt
23.00 u. - 07.45 u.	Licht uit en slapen Op avonden voor een vrije dag kan je opblijven tot 00u00



Vervolg: Leven op de dienst

## Je weg vinden op de dienst

Je maakt deel uit van één van de drie leefgroepen. Elke leefgroep heeft een eigen 'zone' op de dienst. De zone voor patiënten in crisisopname is gescheiden van de zones voor patiënten in behandelopname.

Elke zone heeft een aantal éénpersoonskamers met eigen lavabo en toilet (sommige ook met eigen douche), een leefruimte met zit- en eetgedeelte, een tv-ruimte, een afzonderingsruimte, een comfortroom, een binnen- en buitenterras. Je kan ook gebruik maken van het sportterrein aan de ingang.

## Evenwicht tussen autonomie en veiligheid

### Toegankelijkheid

Alle zones hebben een open deur; je kan er vrij binnen en buiten wandelen. Vanaf 23.00 u. ontvangt de nachtverpleegkundige een melding als je kamerdeur opent. Zo weet de nachtverpleegkundige wie er op de gang rondloopt.

De zone voor patiënten in crisisopname kan worden afgesloten indien er een onveilige situatie is. Alle kamers voor patiënten in crisisopname zijn voorzien van camerabewaking. We kunnen deze beelden enkel live bekijken.

### Inbouwen van bijkomende veiligheid

Soms kan je je overweldigd voelen en een veiligere omgeving nodig hebben. We onderzoeken samen wat jij nodig hebt wanneer spanning opbouwt.

Op de dienst vind je een comfortroom. Dit is een aparte, rustgevende ruimte waar je tot rust kan komen als je gespannen voelt. Maak samen met je hulpverlener goede afspraken over het gebruik van de comfortroom. Een kort verblijf in deze kamer zal altijd een beter effect op je mentale welzijn hebben als je de vraag zelf stelt.

In sommige situaties kan het nodig zijn dat we als behandelaar het even van je overnemen, om de veiligheid van jezelf, de medewerkers en medepatiënten te verzekeren. We brengen je dan naar een gesloten ruimte op een andere dienst. Uitzonderlijk kunnen we je bewegingsvrijheid beperken (door fixatie). Bij een afzondering volgen we strikte procedures waarvoor we zijn opgeleid. Soms roepen we de hulp in van collega's van andere diensten, die je niet zal kennen. Tijdens een afzondering houden we veelvuldig contact met je. We beëindigen een afzondering zo snel mogelijk. Een afzondering is meestal geen prettige ervaring voor jou en het team. We nodigen je uit de afzondering nadien met ons te bespreken. De afzondering wordt ook geregistreerd in het patiëntendossier.

### Opbouw van meer tijd buiten het ziekenhuis

De rode draad doorheen de behandeling is dat je in contact blijft met je thuisomgeving en vaardigheden buiten het ziekenhuis oefent. Daarom bouwen we stap voor stap uitstappen naar huis in. Meer info hierover vind je bij 'Huisregels' op p. 14.



Vervolg: Leven op de dienst

## Even uitblazen op je dienst

- Gezelschapsspellen, puzzels, kaarten zijn vrij ter beschikking
- Dagelijks voorzien we de krant op de dienst.
- In elke leefruimte is er een televisietoestel
- In de ontspanningsruimte vind je een tafelvoetbal, pingpongtafel en hometrainer. Deze ruimte kan gebruikt worden op de daarvoor voorziene uren.
- Er zijn twee Nintendo's Switch ter beschikking. Vraag ernaar bij iemand van de begeleiders.
- Voor de dienst ligt een sportterrein dat steeds gebruikt mag worden om een ontspannende sportieve activiteit te doen. Je kan een bal vragen aan een teamlid.





Vervolg: Leven op de dienst

## Ontspanning buiten je dienst

### De Pleisterplek

Behoeftte aan rust? Neem plaats op één van de bankjes bij de oude lindeboom op de Pleisterplek. Laat je omringen door de boomgaarden en een voedingstuin vol eetbare planten. Sluit je ogen en voel en hoor de wind. Laat je naam achter op een houten schijfje, of fluister je verhaal aan het Mariabeeldje, dat al jaren een luisterend oor biedt aan bezoekers en patiënten.

### Comfortgarden

In de buurt van onze kinder- en jeugdpsychiatrisch dienst Spika ligt deze avontuurlijke, natuurlijke speeltuin met een kabelbaan, schommel, trampoline, blotevoetenpad, wilgentunnel en nog veel meer. Op de centrale ontmoetingsplek kan je tot rust komen met een snoepfruitje van de omringende struiken. De tuin wordt door kinderen en jongeren van Spika gebruikt in het kader van hun behandeling. Gelieve de tuin enkel te betreden als er geen kinderen en jongeren met begeleiding aanwezig zijn. We kunnen je, indien nodig voor de rust van de kinderen en jongeren, vriendelijk vragen de tuin te verlaten. Bedankt voor het begrip en respect hiervoor.

### Bibliotheek

In de bibliotheek vind je honderden boeken en gezelschapsspellen terug. Graag een spannende thriller of een bordspel ontlenu? Spreek de ergotherapeut van je dienst aan.

### Wandelroutes

Even een frisse neus halen? De benen strekken? Wandel één van onze wandelroutes. We stippelden een aantal korte, toegankelijke routes uit op het domein, en een langere route om de omgeving te verkennen. Vraag de wandelkaartjes op je dienst.

### Kapel

Geniet van de stilte in de kapel. Als je wil kan je een kaarsje branden bij het Mariabeeld en één van de teksten en gebeden lezen. Of schrijf de naam van iemand die je mist op een kiezelsteentje en geef het een plekje in de kapel.

### Stille ruimte

In deze stille ruimte kan je tot rust komen. Je vindt er teksten en gebeden, een intentieboek en soms inspiratie van de seizoenen.

### Restaurant

Het restaurant is dagelijks geopend tussen 14u00 en 19u00. Op woensdag en zondag baten vrijwilligers het restaurant uit en kan je een klein hapje en een drankje bestellen. De overige dagen kan je gebruik maken van de snoep- koffie- en drankautomaten.

**Op het campusplan zie je waar je deze bijzondere plekje kan vinden! Gelieve steeds de rust en privacy van andere bezoekers te respecteren.**





# Huisregels

## Welke regels gelden in het ziekenhuis?

- We gaan respectvol met elkaar om. Verbale en fysieke agressie en elke vorm van grensoverschrijdend gedrag (pesten, seksueel) worden niet getolereerd.
- Alcohol, niet-voorgeschreven medicatie en drugs zijn niet toegestaan in het ziekenhuis. Het bezitten, gebruiken of delen van deze producten wordt niet getolereerd. We screenen regelmatig onaangekondigd en volgens vaste procedures, zowel gericht als steekproefsgewijs. Patiënten die onder invloed zijn, kunnen de leefgroep niet opnieuw betreden tot ze nuchter zijn. Aan gebruik of een positieve screening kunnen gevolgen verbonden zijn.
- Je respecteert de privacy van medewerkers en medepatiënten. Het is niet toegestaan foto's, video's of geluidsopnames te maken op de dienst of het domein. Wil je een geluidsopname maken tijdens een gesprek met een zorgverlener om de informatie later opnieuw te beluisteren? Vraag dan altijd of je zorgverlener dit ok vindt.
- Roken is enkel toegestaan op de voorziene rookzones op de campus. Op de dienst gelden specifieke regels rond roken (zie p. 15).
- Het ziekenhuis is niet verantwoordelijk voor diefstal, verlies of beschadiging van privéspullen. Laat waardevolle spullen, zoals juwelen, cash geld, een ipad, ... thuis. Als je toch niet anders kan, kan je deze best veilig opbergen op de dienst. Meer info zie rubriek 'veelgestelde vragen', p 18.

- Deze spullen zijn niet toegestaan op de dienst:
  - wapens en scherpe voorwerpen die als wapen gebruikt kunnen worden
  - elektrische apparaten die gebruikt kunnen worden om toegangscontroles, sloten, communicatiesystemen of andere beveiliging te manipuleren of te verstoren.
  - elektrische apparaten zoals ventilatoren, koffie- apparaten, waterkokers en andere huishoudtoestellen. Enkel elektrische apparaten die strikt noodzakelijk zijn voor je persoonlijke hygiëne (scheerapparaat, elektrische tandenborstel, haardroger) zijn toegestaan.

Niet toegestane spullen worden door de dienst in bewaring genomen. Indien het om wapens, alcohol, drugs of hacking toestellen gaat, kan het verdere verloop van je opname herbekeken worden.

Bij overtredingen van de wet wordt er aangifte bij de politie gedaan.



Vervolg: Regels

## Welke regels gelden op jouw dienst?

### Vraag ondertekening

Bij opname worden de regels die gelden op jouw dienst met je doorsproken en krijg je de kans vragen te stellen. Dit gesprek en het ondertekenen van de huisregels bieden een goede start van de samenwerkingsrelatie met het team!

Om een veilige leef- en leeromgeving te bieden, hebben we duidelijke verwachtingen voor jou. Die verwachtingen helpen je sterker in je schoenen te staan. Ons doel is dat je op termijn zelf verwachtingen kan en durft hebben voor jezelf en anderen.

### Deelname aan sessies

Wij verwachten dat je deelneemt aan alle sessies van je therapieprogramma. Zo heeft je behandeling het meeste kans op slagen. Als je niet kan deelnemen is het jouw verantwoordelijkheid de zorgverlener die de sessie geeft hierover te informeren (liefst rechtstreeks). We evalueren je sessiedeelname tijdens je trajectbespreking. Eventueel kunnen er individuele afspraken over een persoonlijk weekrooster gemaakt worden.

### Zorg voor jezelf en je eigen en andermans spullen

We verwachten dat je zorg draagt voor jezelf en je eigen en andermans spullen. Het zijn namelijk belangrijke aspecten van een volwassen leven die bijdragen aan je fysieke en mentale gezondheid. Dat betekent dat je je kamer opruimt voor je naar de sessies, op daguitstap of weekend vertrekt. Huisdieren zijn niet toegelaten op de kamers, noch in de leefruimte. Eventuele vernielingen of schade aan de kamers of materialen van Zorggroep Myna moet je financieel vergoeden.

We verwachten dat je je regelmatig wast, propere kledij aantrekt, je tanden poetst, ... Bij zelfverwondend gedrag laat je de wonden correct verzorgen en houd je deze afgedekt.

We verwachten dat je op tijd opstaat en gaat slapen, zodat je dag- nachtritme kan herstellen. Indien nodig zullen we je wakker tot je zelf op tijd kan opstaan. We hanteren een vast tijdschema om dit te ondersteunen (zie p. 8).

Zelfzorg wordt op je eigen vraag of als wij dat nodig vinden individueel begeleid door de ergotherapeut of begeleiding.

### Maaltijden

We verwachten dat je aan tafel eet (terras of leefruimte). Samen eten biedt namelijk de kans op sociaal contact. Je draagt mee zorg voor een nette eetomgeving. Dit wordt geregeld via de takenlijst, die per leefgroep wordt opgesteld (zoveel mogelijk door de groep zelf). Na het eten ruim je zelf je plateau af en plaats je deze in de kar.

### Medicatie en medische staalafnames

We vragen steeds om je naam, voornaam en geboortedatum te zeggen tijdens toediening van medicatie of afname van bv. urinstalen, bloedstalen, ... . Zo zorg je ervoor dat het team op een veilige manier zorg kan verlenen.

Indien je voedingssupplementen gebruikt, bespreek je dit met je psychiater.

Medicatie die de psychiater je voorschrijft, kan je rijvaardigheid beïnvloeden (cfr. Wet op rijvaardigheid). Bespreek dit met je behandelend arts.

Medicatie is een belangrijk deel van je behandeling. We verwachten dat je medicatie correct inneemt volgens voorschrift, op dezelfde tijdstippen van de dag (tijdstippen van medicatieverdeling vind je op p. 8). Ook als je op weekend of daguitstap bent. Het is verboden niet-voorgeschreven medicatie in te nemen.



## Vervolg: Regels

### **Gebruik van schermen**

Gezond gebruik van multimedia (smartphone en andere schermen) draagt bij aan je fysieke en mentaal welzijn. Tijdens sessies is gebruik van schermen niet toegestaan (tenzij anders afgesproken in de sessie). Bij misbruik of het niet respecteren van de nachtrust kan je laptop of tablet tijdelijk in bewaring genomen worden.

### **De dienst en het ziekenhuis verlaten**

Als je de behandelmodule volgt, kan je de dienst verlaten tijdens vrije momenten. Tijdens bezoeken kan je ook het domein verlaten. In de crisismodule kan je enkel de dienst en/of het domein verlaten als we inschatten dat dit voor jou veilig is.

Daguitstappen en weekends worden gradueel opgebouwd volgens onderstaand schema.

### **Eerste week opname**

Geen uitstappen, verblijf op de dienst

---

### **Tweede week opname**

Twee daguitstappen

Woensdag Na afloop laatst voorziene sessie tot 20.00 u.

---

Weekend 09.00 u. - 20.00 u.

---

### **Vanaf derde week opname**

Weekend met overnachting

Woensdag Na afloop laatst voorziene sessie tot 20.00 u.

---

Weekend Optie 1 Vrijdag 17.00 u. - zaterdag 20.00 u. + daguitstap zondag

---

Weekend Optie 2 Zaterdag 14.00 u. - zondag 20.00 u.

---

\* In de crisismodule worden er geen uitzonderingen op weekenduren toegestaan

We staan als behandelteam in voor je veiligheid. Daarom is het belangrijk dat we steeds weten waar je bent. Als je het domein verlaat, bespreek je dit steeds met begeleiding. Je meldt jezelf bij ons bij vertrek en aankomst en registreert dit in de registratiemap. Keer steeds voor het afgesproken tijdstip terug.

Zorg ervoor dat we in het bezit zijn over het correcte telefoonnummers van jezelf en naasten die we kunnen contacteren als je de dienst zonder toestemming hebt verlaten. Als we je vertrek als onrustwekkend inschatten, worden de personen die buiten het ziekenhuis verantwoordelijk zijn voor jou verwittigd. Mogelijk starten we ook een officiële seining onrustwekkende verdwijnen op met de politiediensten.

Vervolg: Regels

### **Roken**

Op vrije momenten tussen 7u en 23u (tot 24u in het weekend) kan je roken op de voorziene rookzones op de de dienst en in het ziekenhuis. Het is jouw verantwoordelijkheid je rookgerief op een veilige manier te bewaren.

### **Financiën**

We verwachten dat je open kaart speelt over je financiële situatie, zodat we je kunnen helpen je financiën te overzien en te beheren. Dat is namelijk een belangrijk onderdeel van volwassen worden.

### **Vroegtijdig ontslag**

Als je vrijwillig bent opgenomen kan je je behandeling vroegtijdig stoppen. Bij voorkeur bespreek je dit met je behandelend arts en het team. Je dient de nodige documenten voor ontslag op eigen initiatief te ondertekenen. Je medicatieoverzicht en je medicatie voor de eerste 48u worden meegegeven.





# Ook je naasten dragen zorg

Je opname laat je naasten vaak niet onbewogen. Ze maken zich zorgen, zoeken naar manieren om te helpen maar weten niet altijd hoe.

## Hoe worden naasten betrokken bij een opname?

Familie en naasten kunnen een belangrijke rol spelen in je weg naar herstel. Daarom proberen we hen te betrekken bij je zorgtraject, met jouw toestemming en op jouw tempo:

- Kort na opname nodigen we je naasten uit voor een kennismakingsgesprek.
- Afhankelijk van jouw noden en wensen en de inschatting van het team, kan er een intensiever gezinstraject gestart worden.

### Ondersteunende groepen voor naasten buiten zorggroep Myna

Similes steunt, adviseert, informeert en vertegenwoordigt familieleden en naasten van mensen met een psychische kwetsbaarheid. Meer info vind je op [similes.be](http://similes.be)

Op de website van het familieplatform vind je een lijst van familie-organisaties waar je nog terecht kan. Meer info vind je op [familieplatform.be/familie](http://familieplatform.be/familie)

### Bij de familievertouwenspersoon kan je terecht met vragen of bezorgdheden.

Hij of zij staat klaar met advies of een luisterend oor.

Contacteer de familievertouwenspersoon:  
per telefoon: +32 471 90 79 50  
per mail: [familievertrouwenspersoon@familieplatform.be](mailto:familievertrouwenspersoon@familieplatform.be)

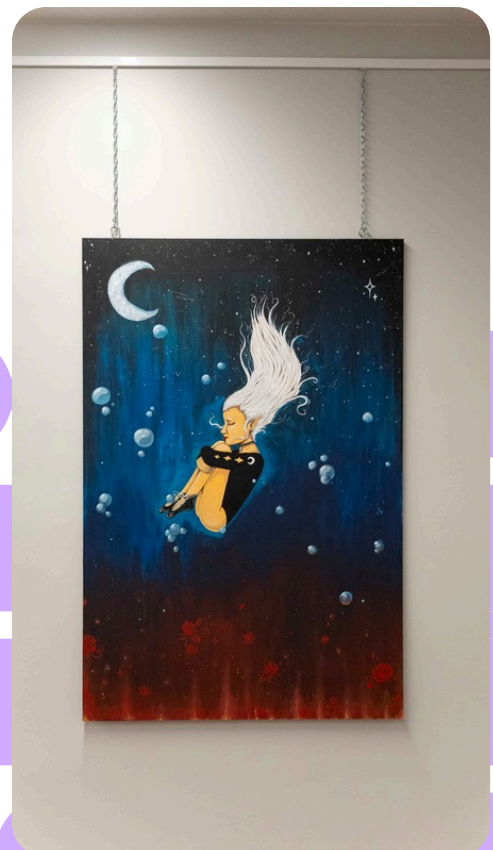
## Steun voor naasten

### Een luisterend oor bij de medewerkers van de dienst

Naasten kunnen met al hun vragen terecht bij je persoonlijk begeleider of een ander teamlid.

### Een goed gesprek met een ervaringswerker

Een ervaringswerker kan vanuit eigen ervaring een gesprek met naasten voeren. Meer uitleg over het aanbod van ervaringswerkers vind je op pagina 7.





# Bezoek ontvangen

## Bezoekuren

- Ma, di, do, vrij: 18.00 u. - 20.00 u.
- Woe: na afloop van de laatst voorziene sessie tot 20.00 u.
- Feest en weekenddagen: 14.00 u. - 20.00 u.

## Afspraken bezoek

Je kan bezoek ontvangen op je kamer (mits afspraken), in de cafetaria of de bezoekerszaal. Bezoek is niet toegestaan in de leefruimtes of op kamers van anderen. Als je in het weekend daguitstappen maakt, kan je tijdens wekdagen ook het terrein verlaten met bezoek, enkel tijdens de bezoeken en nadat je dit besproken hebt met begeleiding.

We vragen bezoekers respectvol om te gaan met elkaar, personeel en materiaal. In uitzonderlijke situaties, wanneer dit niet lukt, kan het team bezoek vragen de dienst te verlaten. Bij een volgend bezoek kan de toegang geweigerd worden.

Indien nodig voor jouw veiligheid zullen er afspraken op maat gemaakt worden met begeleiding, bijvoorbeeld als je onder 'verhoogd toezicht' staat.

### Huisdieren

Bezoek van huisdieren is toegelaten op de campus; niet op de kamers of in de leefruimtes.





# Veelgestelde vragen

## **Hoe kunnen patiënten post ontvangen en versturen?**

Je begeleider overhandigt je je persoonlijke post. Zelf brieven posten en postzegels kopen kan in de stad. Een brief mét postzegel mag je ook aan het onthaal afgeven om te versturen.

## **Mogen patiënten pakketten ontvangen?**

Je kan postpakketten bij het onthaal laten leveren. Een medewerker van het team brengt je op de hoogte als je pakket geleverd is. In overleg met het team kan je je pakket hier zelf of samen met een medewerker afhalen.

## **Waar kunnen patiënten veilig spullen opbergen?**

Waardevolle spullen laat je best thuis. Het ziekenhuis is niet verantwoordelijk voor diefstal, verlies of beschadiging van privéspullen. Als je toch waardevolle spullen bij je hebt, kan je deze best achter slot bewaren. Je kan een sleutel van de kast op je kamer krijgen bij begeleiding.

## **Hoe lang worden persoonlijke spullen in bewaring gehouden na ontslag?**

Bij ontslag neem je al je spullen mee en laat je je kamer netjes achter. Wij bewaren geen persoonlijke spullen na ontslag.

## **Kan ik gebruik maken van internet?**

Je kan inloggen op ons wifi-netwerk met onderstaande login gegevens:

Netwerk: guests

Gebruiker: myna

Wachtwoord: sinttruiden

## **Welke mogelijkheden zijn er voor het nuttigen van maaltijden?**

Er zijn drie vaste eetmomenten waarop er maaltijden door het ziekenhuis voorzien wordt (zie p. 8). Tijdens maaltijdmomenten kan je bijkomend beleg en dergelijke vragen.

Gezonde voeding is belangrijk om gezond te leven. We zullen je aanspreken wanneer je hierin bijsturing nodig hebt. Ook jij kan onze hulp vragen indien je hierin moeilijkheden ondervindt.

Afhaalmaaltijden kunnen op woensdagen en zijn je eigen verantwoordelijkheid.

## **Waar kunnen patiënten de was doen?**

Wasgoed wordt niet op de dienst gewassen. Je kan een naaste vragen de was voor jou te doen. Als je het ziekenhuis mag verlaten, kan je ook terecht in de wasserette.

## **Hoe kan de patiënt zich vervoeren?**

Regel vervoer zoveel mogelijk met familie. Vervoer in het kader van de behandeling (bijvoorbeeld een afspraak met een arts-specialist in een algemeen ziekenhuis) kan door begeleiding worden geregeld. Dit vervoer wordt niet extra aangerekend op je factuur.

Alle andere vervoer dien je zelf te regelen en betalen. Als vervoer vinden moeilijk voor je is, kan je andere mogelijkheden bespreken met een teamlid.



# Jouw patiëntenrechten

## Patiëntenrechten

Als patiënt heb je een aantal rechten. Meer informatie over deze rechten is terug te vinden in de brochure 'rechten van de patiënt', die je ontvangt als je opname start of op de website.

## Vertrouwenspersoon

Als jij dat wil kan je één of meerdere vertrouwenspersonen kiezen. Dat is een familielid, vriend of kennis die samen met jou kan luisteren naar wat de hulpverlener vertelt over je gezondheid en mogelijke zorg, en je helpt bij het nemen van beslissingen. Je vertrouwenspersoon kan ook je dossier inkijken of een afschrift krijgen – als jij hiervoor schriftelijke toestemming geeft. Je beslist zelf wat je vertrouwenspersoon wel en niet mag.

Het formulier om aan te geven wie jouw vertrouwenspersoon is kan je online terug vinden.

## Beroepsgeheim

Het is belangrijk dat jouw verhaal veilig is bij ons. Alles wat jij vertelt aan iemand van ons team valt onder beroepsgeheim. Dat betekent dat we deze informatie niet zomaar met anderen mogen delen.

Om je zo goed mogelijk te helpen wordt informatie over jou wel binnen het team gedeeld. Dit heet gedeeld beroepsgeheim.

Tijdens je behandeling zal je zelf persoonlijke verhalen van anderen horen. Ook deze informatie is vertrouwelijk. Vertel dit dus niet verder. Zo zorgen we ervoor dat iedereen zich veilig voelt om te praten in groep.

## Een klacht?

We doen ons best kwaliteitsvolle zorg te bieden. Als je desondanks ontevreden bent over je zorg, kan je dit bespreken met de betrokken hulpverlener of het diensthoofd. Je kan daarnaast terecht bij de onafhankelijke ombudsdienst.

### Contact ombudsdienst:

- per telefoon: +32 495 57 44 33
- per mail: [marlies.thonnon@oogg.be](mailto:marlies.thonnon@oogg.be)
- door een briefje achter te laten in de brievenbus op je dienst of aan het onthaal
- via chat: [www.oogg.be/chat](http://www.oogg.be/chat)

## Meer weten over je rechten als patiënt?

Ook met vragen over je rechten kan je terecht bij onze ombudsvrouw.

Of neem een kijkje op de website





## Je dossier (HErOS+)

Zorgverleners houden een elektronisch zorgdossier van je bij. Dit bevat je identiteitsgegevens, medische informatie, je medicatie-lijst, verslagen ... Kortom alle informatie die zorgverleners nodig hebben om je de beste zorg te verlenen.

Je hebt het recht je dossier in te kijken. Dat kan op verschillende manieren:

- Je kan inloggen op je patiëntenportaal en live interessante gegevens uit je dossier meevolgen. Meer info vind je in de brochure 'Mijn patiëntenportaal'.
- Je kan tijdens je opname een gesprek met een zorgverlener vragen om samen je dossier in te kijken.
- Je kan een afschrift van je volledige dossier opvragen via je behandelend arts.

## Gegevens uit je dossier delen

De informatie in je elektronisch zorgdossier is toegankelijk voor je behandelteam.

Daarnaast kunnen medische gegevens uit je dossier via een digitaal deelplatform gedeeld worden met je zorgverleners buiten het ziekenhuis, bijvoorbeeld je apotheek, kinesist,... Het gaat om verslagen, onderzoeksresultaten, of informatie over medicatie. Zo beschikken zij over de juiste, meest recente informatie en kunnen zij jou betere zorg verlenen.

Hiervoor moet je éénmalig toestemming geven. Deze toestemming blijft geldig tot je ze weer intrekt. Alle zorgverleners die je effectief behandelen, kunnen vanaf dan gegevens bekijken die relevant zijn voor hun beroep.

Je beheert je toestemming via [mijngezondheid.be](http://mijngezondheid.be). Hier kan je checken of je in het verleden al toestemming gaf of je toestemming aanpassen of stopzetten.

### Meer weten over je dossier?

Scan de code voor meer informatie over je dossier.

[zorggroepmyrna.be/patiëntendossier](http://zorggroepmyrna.be/patiëntendossier)





# Help ons onze zorg te verbeteren

## Tevredenheidsbevraging bij ontslag

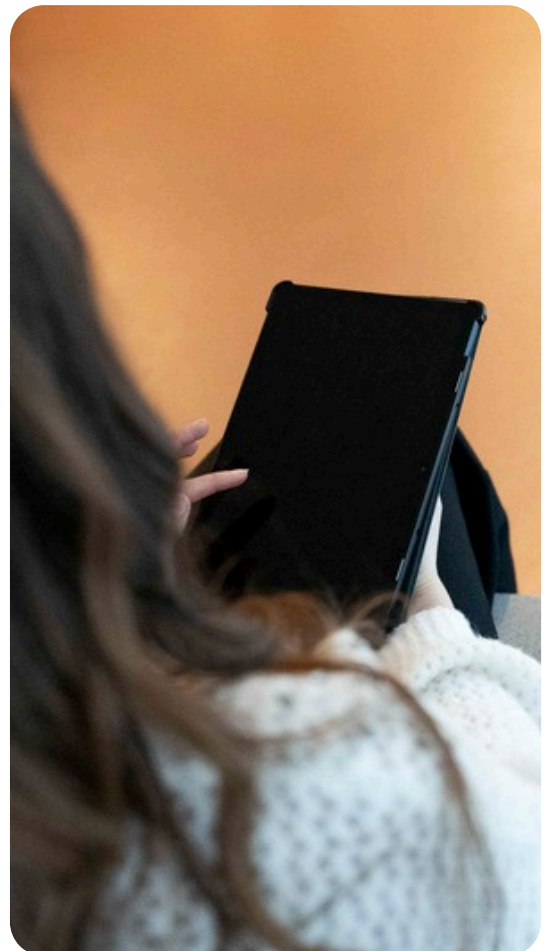
Op het einde van je opname vragen we elke patiënt een tevredenheidsbevraging in te vullen. Zo weten we wat er goed loopt en wat beter kan!

## Patient-staff meeting

Wekelijks kan je op de patient-staff meeting je suggesties of opmerkingen bespreken met het diensthoofd en enkele teamleden.

## Draag bij aan een veilige ziekenhuisomgeving

Zorggroep Myna zorgt voor een veilige omgeving. We hebben onder andere aandacht voor zorgprocedures, veilige gebouwen en terreinen, brandveiligheid en duidelijke noodprocedures. We werken ook aan een respectvolle omgang met elkaar. Merk je zelf een onveilige situatie of heb je een bezorgdheid rond veiligheid? Meld dit dan aan een teamlid van je dienst. Samen werken we aan een veiliger zorggroep Myna.





# Bereikbaarheid

## Hoe bereik je ons?

### **PZ Sint-Truiden, campus Melveren**

**Adres:** Melveren-Centrum 111,  
3800 Sint-Truiden

**Gebouw:** L

## Openbaar vervoer

Neem de trein naar Sint-Truiden station  
Aan het station neem je bus '217 Melveren -  
Kozen', met halte Campus Melveren

De Lijn vraagt gebruik te maken van  
flexdienst HOPPIN voor verplaatsingen buiten  
de uurregeling van bus 217.

Uurregelingen en meer info op onze website.

## Parkeren

Je kan parkeren op de parking aan de  
ingang van campus Melveren. De campus  
zelf is autoluw.





# Campusplan



## Gebouwen

- A** Onthaal, HR, Directie, Boekhouding, Management en staf, Pastorale dienst Sociale dienst, IT
- B** Cura, Emergo, Nexus, Orbis, **Terra**
- C** Vergaderzalen
- D** Unda
- E** Kapel, stille ruimte, was/linnen ZOLim Mobiel Team Zuid
- F** Nobis
- G** Aliamente
- K** K-Delta
- L** Stookplaats
- M** Medisch Technisch Centrum, Ombudsdienst
- O** Argo, Solutio, Perla
- R** Reva lokalen, sporthal
- V** Keuken, linnen, aankoop, magazijn
- X** Technische dienst
- Y** Abdissenhuis
- Z** Selfservice

## Vergaderruimtes

- 1** Congreszaal
- 2** Spreekkamer onthaal
- 3** Annazaal
- 4** Spreekkamer Sociale dienst
- 5** Bureel RVB
- 6** Landradazaal
- 7** Belisiaaal
- 8** Jozefzaal
- 9** Kapittelzaal
- Rookzone
- P** Parking
- F** Fietsparking
- ⬜** Hoofdingang afdeling





## Over Zorggroep Myna

Zorggroep Myna biedt mensgerichte, gespecialiseerde en wetenschappelijk onderbouwde psychiatrische zorg, op maat van de zorgvrager.

Als het grootste psychiatrisch ziekenhuis in Vlaanderen dragen we uit dat elk mens het recht heeft om zelfzeker in verbinding te staan met zichzelf en de wereld.

Onze zorgprofessionals, mobiele teams en ondersteunende diensten zijn daarom oprecht gemotiveerd om patiënten, bewoners en hun naasten te helpen bouwen aan een veerkrachtiger leven.

Om die belofte waar te maken, blijven we onszelf voortdurend verbeteren, in een sfeer van respect en gelijkwaardigheid.

Elke dag zetten we ons in als één team. Samen met onze partners zorgen we voor een toegankelijk zorgaanbod dat afgestemd is op de noden in Limburg.

