

Welkom op K-dienst D

Informatie voor patiënten



Inhoud

Welkom	3
Hoe leven we het beste samen	4
Respect	5
Veiligheid	6
Vertrouwen	7
Zelfontplooiing	8
Hoe verloopt de dag?	9
Algemeen	9
Voorbeeld weekverloop	12
Goed om te weten	14
Bezoek	14
Weekends	14
Telefoneren	14
Roken	15
Medicatie	15
Buitenhuisactiviteiten	15
Internet	15
Privacy	16
Camerabewaking	16
Hygiëne	16
Gezonde voeding	16
Notities	17

Welkom

Welkom op K-dienst D. Wij maken deel uit van het UKJA (Universitaire Kinder- en Jeugdpsychiatrie Antwerpen). Je vindt onze dienst in ZNA Middelheim, één van de ziekenhuizen van Ziekenhuisnetwerk Antwerpen.

Misschien ben je ooit al eens in een ziekenhuis geweest voor een onderzoek, een operatie, een opname of gewoon op bezoek bij iemand. Maar als je nog nooit in een ziekenhuis geweest bent, dan is dit allemaal heel nieuw voor jou.

In deze brochure kom je te weten wat je allemaal mag verwachten tijdens je verblijf op onze dienst. Heb je toch nog vragen? Stel ze dan zeker aan ons.

Wat is voor ZNA belangrijk? Niet alleen dat je de beste kwaliteit zorgen krijgt, maar ook dat je gemakkelijk bij ons terecht kan. De beste zorgen zijn voor ons niet alleen het genezen, maar ook het vermijden van ziekten of aandoeningen. Daarbovenop willen we de gevolgen van een ziekte helpen opvangen. Daarom willen wij de jongeren op onze dienst en hun ouders zo goed mogelijk begeleiden en informeren, voor en tijdens de opname.

Onze dienst is een onderdeel van de kinder- en jeugdpsychiatrie. Daarom de K in K-dienst. Wij maken ook deel uit van de Eenheid voor Ontwikkelings- en Psychotische Stoornissen – EOPS. Bij ons kunnen jongeren van 12 tot 17 jaar terecht. Op K-dienst D verblijven zowel jongens als meisjes. Onze groep bestaat uit 8 jongeren.



Wij hebben een gemotiveerd team van begeleiders, therapeuten en artsen dat dag en nacht voor je klaar staat. Ze helpen je zo goed en zo kwaad mogelijk tijdens je opname zodat jij je doelen kan bereiken.

Hoe leven we het beste samen

Je wordt opgenomen op onze dienst en daar heb je natuurlijk wel wat vragen over:

- > Hoe zal het daar zijn?
- > Wat mag ik wel of niet?
- > Wat als ik boos word?
- > Wat eten ze daar?
- > ...

We hebben spelregels die ervoor moeten zorgen dat de opname voor iedereen aangenaam is. Onze spelregels kan je samenvatten in een paar woorden.

‘Respect, veiligheid en vertrouwen’
Deze drie woorden leiden je naar ‘Zelfontplooiing’

Respect

'Respect betekent aanzien, eerbied of waardering die men heeft voor (of ontvangt van) iemand vanwege zijn kwaliteiten, prestaties of vaardigheden. Het woord betekent oorspronkelijk omzien naar, en van daaruit rekening houden met.'

Een paar voorbeelden:

- We hebben respect voor elkaars materiaal, we beschadigen geen zaken van de groep of andere jongeren.
- We hebben respect voor de mening van iemand anders, daarom luisteren we ook naar elkaar.
- We respecteren iedereen zijn afkomst, kleur, geloof. Iedereen heeft recht op hulp.
- We respecteren de rust van anderen. Als andere jongeren aan het slapen zijn lopen we niet te roepen in de gang.
- Respecteer elkaars grenzen. Bijvoorbeeld als iemand je vraagt te stoppen met iets, dan doe je dat.
- We houden onze kamer, leefgroep, ... ordelijk, uit respect voor elkaar.
- We dragen aangepaste kledij. Bijvoorbeeld als je gaat sporten draag je sportkledij, we gaan niet op pantoffels naar school,...

➤ _____

➤ _____

➤ _____

➤ _____

➤ _____

Veiligheid

'Veiligheid is de mate van afwezigheid van potentiële oorzaken van een gevaarlijke situatie of de mate van aanwezigheid van beschermende maatregelen tegen deze potentiële oorzaken. Veiligheid is een relatief begrip, aangezien niets onder alle omstandigheden volledig zonder gevaar is.'

Een paar voorbeelden:

- Wij zijn een open afdeling. Toch zijn de buitendeuren van iedere groep op slot. Dit doen we omdat niet iedereen hier zomaar zou kunnen binnenwandelen.
- Orde op de kamer en in de leefgroep zorgen voor meer veiligheid.
- Als we op de kamer eten, om welke reden dan ook, dan gebruik je het bestek en de bekers die daarvoor bedoeld zijn. Dit heeft ook met veiligheid te maken.
- Alles wat te maken heeft met wapens, bijvoorbeeld messen, scherpe voorwerpen, stokken, zwaarden, ... horen hier niet thuis.
- Rookwaren en medicatie liggen bij de groepsleiding uit veiligheid.
- We dragen tijdens activiteiten de juiste kledij. We gaan bijvoorbeeld niet joggen op teenslippers.
- Volgens de wet op de privacy mogen er geen foto's en video's gemaakt worden tijdens je opname (behalve als jij en je ouders daar toestemming voor gegeven hebben).

➤

➤

➤

➤

➤

➤

Vertrouwen

‘Vertrouwen heeft in zowel sociale als psychologische zin verschillende connotaties (= betekenis, bijklank, ondertoon):

- Bereidheid van een persoon of groep om afhankelijk te zijn van de daden van een andere persoon of groep.
- Geloven dat een ander eerlijk is of dat iets goed zal gaan.
- Verwachting van een persoon dat degene die hij/zij vertrouwt zal handelen op een manier die hem/haar niet zal benadelen, met het risico in een nadelige positie te belanden indien de ander dit vertrouwen schaadst.’

Een paar voorbeelden:

- In het begin van je opname krijg je een key en een co-key. Deze mensen zullen jouw opname van nabij volgen. Een ander woord voor key is ook vertrouwensfiguur.
- Eerlijke en open communicatie is goed voor het vertrouwen. Roddelen, fluisteren, ... zorgen voor wantrouwen.
- Alles kan en mag bevroegd worden, maar op een juist moment. Niet voor alle vragen bestaat een duidelijk of direct antwoord.
- Wij zijn binnen ons team altijd heel voorzichtig met alle info die we hebben. Wij zijn ook gebonden door beroepsgeheim.
- Jongeren zijn niet gebonden door beroepsgeheim. Wees daarom voorzichtig wat je aan wie vertelt.
- Jongeren komen niet in de verpleegpost omdat daar informatie ligt over alle jongeren. Dat hoort ook bij het beroepsgeheim.

➤

➤

➤

➤

➤

Zelfontplooiing

‘Op eigen houtje de eigen vermogens verder ontwikkelen.’

Een paar voorbeelden:

- Tijdens de gesprekken voor je opname stellen we een samenwerkingsovereenkomst op. Ga aan de slag met deze overeenkomst.
- Neem deel aan de planning die we samen overlopen bij de weekopening.
- Tijdens je opname zal je de kans krijgen jouw mening te geven, bijvoorbeeld als voorbereiding op je teambespreking. Gebruik deze kansen.
- Gebruik de periode dat je hier bent om aan je jezelf te werken.
- Zorg dat je niet heel de dag op je GSM of smartphone bezig bent. Zo heb je meer tijd voor jezelf. Dit is voor alle multimedia het geval.

➤

➤

➤

➤

➤

➤

➤

➤

Hoe verloopt de dag?

Algemeen

› Opstaan

Om 7.15 u. maken we je wakker. We vinden het leuk dat je zelf een wekker meebrengt en, als je er klaar voor bent, dat je zelfstandig opstaat.

Vanaf 7.30 u. verwelkomen we je graag in de leefgroep. In de vakantieperiode start onze dag een uurtje later.

› Ontbijt

Om 7.45 u. verwachten we je aan tafel voor onze belangrijkste maaltijd van de dag.

› Kamer opruimen

Om 8.15 u. is het ontbijt afgelopen en ga je je kamer opruimen zodat de poetsvrouw deze kan proper maken. Dit is ook het moment om je tanden te poetsen en je bed op te dekken.

De groepsleiding komt de kamer controleren. Wanneer je kamer de hele week in orde is, word je op zondag beloond en mag je 15 minuten langer in de leefgroep blijven.

› Hallo-moment

Het Hallo-moment gaat door om 8.35 u. Uiteraard hebben we graag dat je daarop aanwezig bent. Het gaat immers over de planning van die dag en jouw vragen. Na het Hallo-moment ga je naar school of therapie. Het is dus handig dat je alles al bij hebt dan en de gepaste kledij draagt. Zo verlies je geen tijd.

› School en therapie

Om 8.45 u., na het Hallo-moment, komen de leerkrachten of therapeuten je afhalen in de groep om naar de les te gaan.

De lessen worden onderbroken met een pauze die op de afdeling doorgaat.

De pauze loopt van 10.25 u. tot 10.45 u.

School gaat enkel door in de voormiddag. In totaal heb je 4uur dat ingepland kan worden dit met maximum 2 uur school.

De andere 2 uur kan ingevuld worden met therapie of een vrij moment op groep. Er zijn ook jongeren die naar hun eigen buitenschool gaan. Dit is in een verdere fase van de opname.

Elke zondagmiddag wordt het programma voor de komende week overlopen op de weekopening.

In de vakantieperiode is er geen school, maar wel therapie. Die is ook ingepland op dezelfde momenten.

➤ **Middagmaal**

Het middagmaal begint om 12.30 u.

Nadien is er nog een vrij moment. Dat kan worden ingevuld hoe jullie willen, in overleg met de groepsleiding: bijvoorbeeld een gezelschapsspelletje spelen, buiten in de tuin voetballen,...

➤ **Kamermomenten**

Er zijn vaste kamermomenten.

- Vanaf 14.00 u. mag je op de vaste kamermomenten gebruik maken van multimedia en GSM. Tijdens de kamermomenten kunnen ook therapieën doorgaan. Op deze momenten kan je dan geen gebruik maken van je spullen. In overleg met de groepsleiding kan dit wel ingehaald worden op een andere moment. Op uitstapdagen kan de rust verplaatst worden zodat we vroeger kunnen vertrekken als we ons verder moeten verplaatsen.

➤ **Therapeutische leefgroep activiteit**

In de namiddag worden er activiteiten georganiseerd in de leefgroep zoals koken, winkelen, groepsactiviteit, uitstappen, enzovoort. Deze activiteiten zijn een onderdeel van het therapeutisch programma en dus ook een deel van jouw programma.

Je mag bij de groepsleiding steeds ideeën of voorstellen binnenbrengen voor (kook)activiteiten of uitstappen.

➤ **Avondmaal**

Het avondmaal begint om 17.30 u.

➤ **Avondactiviteiten**

1 maal per week is er een sportuurtje. Dit gaat door op donderdag van 19.00 u. tot 20.00 u. 's Avonds zijn er vrije momenten waarop je je individueel of in groep kan bezighouden (knutselen, gezelschapsspelen, rustig individueel bezig zijn in groep, TV kijken).

Om 19.00 u. kijken we naar het nieuws. Nadien kan er in overleg met groepsleiding en groepsgenoten naar iets anders gekeken worden. In de leefgroep worden er geen 16+-films of -series opgezet. Op maandag en dinsdag is er van 19.00 u. tot 20.00 u. een beloningsmoment waarop je gebruik mag maken van je multimedia, de playstation op groep, een film mag opgezet worden,... Dit beloningsmoment kan je verdienen door de tafelmomenten op een goede manier mee te doen.

➤ **Gaan slapen**

Tijdens de week verwachten we dat je om 21.00 u. naar de kamer gaat als je jonger bent dan 15 jaar. Tot 22.00 u. mag je je nog rustig bezig houden. Als je 15 jaar bent of ouder, dan mag je om 21.30 u. naar je kamer gaan en om 22.30 u. ten laatste het licht uitdoen.

In de vakantieperiode kan er een uitzondering gemaakt worden dat jongeren jonger dan 15 jaar mee tot 21.30 u. op de leefgroep mogen blijven.

➤ **Vakantie en weekends**

In het weekend en de vakantie mag je, afhankelijk van wat er gepland is in de afdeling, ook wat langer slapen. Ook het ontbijt zal dan op een later tijdstip doorgaan. Dit wordt op voorhand per dag bekeken en aan jullie meegedeeld.

Het Hallo-moment gaat in vakanties door om 10.30 u.

In de vakantie ga je ook om 21.30 u. naar je kamer, maar doe je het licht ten laatste om 23.00 u. uit. Voor jongeren onder de 15 jaar gaat het licht uit om 22.30 u.

In overleg met de nachtdienst kan er op een vrijdag- of zaterdagavond later worden opgebleven.

Voorbeeld weekverloop

uur	activiteit	zondag	maandag	dinsdag
7.15 u.	wekken/wassen		wekken/wassen	wekken/wassen
7.30 u.	op groep		op groep	op groep
7.45 u.	ontbijt		ontbijt	ontbijt
8.15 u.	kamer opruimen		kamer opruimen	kamer opruimen
8.35 u.	Hallo-moment		Hallo-moment	Hallo-moment
8.45 u.	les/therapie			
9.35 u.	les/therapie			
10.25 u.	pauze		pauze	pauze
10.45 u.	les/therapie			
11.35 u.	les/therapie			
12.00 u.	rust	rust	rust	rust
12.30 u.	middagmaal	middagmaal	middagmaal	middagmaal
13.15 u.				
13.30 u.	vaste rust	weekopening		
14.00 u.	vaste rust	vaste rust	vaste rust	vaste rust
14.30 u.	vaste rust	vaste rust	vaste rust	vaste rust
15.00 u.			winkel	kook
15.30 u.			winkel	kook
16.00 u.			winkel	kook
16.30 u.			winkel	kook
17.00 u.	vaste rust	vaste rust	vaste rust	vaste rust
17.30 u.	avondmaal	avondmaal	avondmaal	avondmaal
18.15 u.				
18.30 u.	vaste rust	vaste rust	vaste rust	vaste rust
19.00 u.			beloningsmoment	beloningsmoment
19.30 u.			beloningsmoment	beloningsmoment
20.00 u.	vaste rust	vaste rust	vaste rust	vaste rust
20.30 u.				
21.00 u.				
21.30 u.	kamer	kamer	kamer	kamer
22.00 u.	kamer	kamer	kamer	kamer
22.30 u.	licht uit	licht uit	licht uit	licht uit

woensdag	donderdag	vrijdag	zaterdag
wekken/wassen	wekken/wassen	wekken/wassen	
op groep	op groep	op groep	
ontbijt	ontbijt	ontbijt	
kamer opruimen	kamer opruimen	kamer opruimen	
Hallo-moment	Hallo-moment	Hallo-moment	
pauze	pauze	pauze	
rust	rust	rust	rust
middagmaal	middagmaal	middagmaal	middagmaal
		vaste rust	vaste rust
vaste rust	vaste rust	14.00 u. naar huis	vaste rust
vaste rust	vaste rust		
uitstap	groepsactiviteit		
uitstap	groepsactiviteit		
uitstap	groepsactiviteit		
uitstap	groepsactiviteit		
vaste rust	vaste rust	vaste rust	vaste rust
avondmaal	avondmaal	avondmaal	avondmaal
vaste rust	vaste rust	vaste rust	vaste rust
	sport		
	sport		
vaste rust	vaste rust	vaste rust	vaste rust
kamer	kamer	kamer	kamer
kamer	kamer	kamer	kamer
licht uit	licht uit	licht uit	licht uit

Goed om te weten

> **Bezoek**

Je mag alle dagen bezoek ontvangen tussen 17.00 u en 20.00 u. Familie en vrienden zijn welkom met toestemming van je ouders. Bezoek door ex-patiënten is niet toegestaan. Bezoekmomenten buiten de vaste momenten kunnen besproken worden. Hou er rekening mee dat we tijdens uitstapdagen (K-dienst C dinsdag en K-dienst D woensdag) later terug kunnen zijn. Dit zijn dus geen ideale bezoekdagen.

Op dagen dat we koken, vragen we om het bezoek te laten plaatsvinden na 18.00 u. We verwachten dat jongeren mee eten van wat ze zelf gemaakt hebben. Op donderdag is het bezoekuur tot 19.00 u. door de sportactiviteit. Wanneer de sportactiviteit een wandeling is, mogen ouders mee wandelen met de jongeren en GL.

Je mag de afdeling met je bezoek verlaten als je ouders en de teamleden dit goed vinden.

Indien je niet op weekend gaat, kan je bezoek ontvangen na overleg met groepsleiding.

> **Weekends**

Weekends gaan door van vrijdag 14.00 u. tot zondag 11.55 u. Uitzonderingen (andere weekendregelingen) moeten vooraf aangevraagd worden zodat dit besproken kan worden met de dokter en de therapeuten. De groepsleiding is het hele weekend bereikbaar.

Probeer tijdens het weekend vooral tijd met je ouders en vrienden door te brengen en niet met groepsgenoten. Omwille van privacyredenen raden wij ten eerste relatievorming tussen groepsgenoten tijdens de opname af. Dit wil zeggen dat we afraden om buiten de afdeling met elkaar af te spreken of om contact te hebben met elkaar via multimedia tijdens de opname.

> **Telefoneren**

Je mag je GSM gebruiken tijdens de rust van 14.00 u. tot 15.00 u. en doorlopend van 17.00 tot 21.00 u. Tijdens deze momenten kan je dus ook bellen met je GSM en ouders kunnen je tijdens deze uren bereiken. We vragen wel om rekening te houden met het programma zodat dit niet

verstoord wordt (maaltijden, sportactiviteit) en op deze momenten de gsm aan de kant te leggen. Als je buiten de uren moet telefoneren dan mag je dit aan GL vragen om dit met de telefoon van de groep te doen

Ouders kunnen ons als team altijd bereiken op deze telefoonnummers:

- > **03 280 49 50** K-dienst C
- > **03 280 49 60** K-dienst D
- > **03 280 49 20** K-dienst H

> **Internet**

Tijdens de opname kan je internettoegang krijgen. Deze beslissing wordt individueel genomen en kan bij elke jongere anders zijn. Je krijgt hiervoor een code. Die code is alleen voor eigen gebruik (zoals je PIN code van je bankkaart). Je geeft je code nooit door aan anderen.

Multimedia met internettoegang en/of met beeldscherm (laptop, PSP, tablet, iPad, ...) mogen gebruikt worden tijdens de vaste kamermomenten vanaf 14.00 u.

Als het kamermoment voorbij is, ben jij ook verantwoordelijk om deze spullen weer af te geven. Er zijn duidelijke regels rond deze dingen.

Multimedia zonder internettoegang en zonder beeldscherm (mp3-speler, radio, ...) mag je altijd op je kamer hebben.

Hou steeds rekening met het volume en gebruik zo nodig oortjes. Je leent geen spullen uit.

> **Roken**

In het volledige ziekenhuis is er een rookverbod. Vanaf 16+ mag je uitzonderlijk toch roken, als je toestemming hebt van je ouders en het team. Het is dan mogelijk een aantal sigaretten per dag te roken in de tuin.

> **Medicatie**

Medicatie wordt op vaste tijdstippen uitgedeeld. Vanuit het ziekenhuis zorgen wij voor alle medicatie, behalve voor voedingssupplementen.

Medicatie wordt niet op je kamer bewaard. Bij het toedienen van medicatie zal GL vragen naar je naam en geboortedatum.

➤ **Buitenhuisactiviteiten**

In samenspraak met je ouders en het team mag je, indien mogelijk, een zinvolle vrijetijdsinvulling blijven doen of zoeken (bijvoorbeeld sportclub, trainingen).

➤ **Privacy**

We verwachten dat iedere jongere zich veilig kan voelen op zijn kamer. We bekijken dit als een plekje van jezelf. Daarom vragen we om niet bij elkaar op de kamer te komen. Respecteer elkaars privacy. Enkel groepsleiding, therapeuten, arts en leerkrachten komen op je kamer als het nodig is.

➤ **Camerabewaking**

Je zal merken dat hier en daar een camera hangt. Deze worden gebruikt als veiligheidsmaatregel om direct toezicht te kunnen houden. Deze beelden worden niet opgenomen.

➤ **Hygiëne**

Elke dag neem je een douche. We maken een douchelijst op tijdens het Hallo-moment zodat je weet op welk tijdstip je die dag kan douchen.

➤ **Gezonde voeding**

We adviseren iedere maaltijd evenwichtige voeding met voldoende afwisseling. We hopen dat de ouders hier mee op toezien thuis en in het weekend. Probeer er daarom samen op te letten niet teveel ongezonde zaken mee te brengen van thuis (frisdrank, chips, koeken, snoep, ...). Om hygiënische redenen vragen wij om eten en drinken in de leefgroep te bewaren in plaats van op de kamer. Jongeren kunnen hiernaar vragen als ze hier zin in hebben.



**ZNA Universitaire Kinder- en
Jeugdpsychiatrie Antwerpen (UKJA)**
Lindendreef 1
2020 Antwerpen
03 280 49 00 algemeen