

Enkele tips bij het invullen van het doorverwijskaartje

1. Bij wie kunnen bewoners terecht BINNEN het woonzorgcentrum?

1.1 VÓÓR JE VAN START GAAT MET HET INVULLEN

- ➔ Binnen jouw woonzorgcentrum is er vast al aandacht voor het herkennen van psychische problemen bij bewoners en voor doorverwijzing naar de hulpverlening. Lijst op wat er al voorhanden is voor de bewoners. Bij wie of waar kunnen ze binnen het woonzorgcentrum terecht? En hoe of via wie wordt deze informatie verspreid?
- ➔ Staat dit aanbod nog niet volledig op punt? Dan kan je van deze gelegenheid gebruik maken om, indien mogelijk, iemand (extra) aan te duiden. Wie heeft binnen jouw woonzorgcentrum de tijd en de nodige kennis om personen met psychische problemen op te vangen, te begeleiden en/of eventueel naar hulpverlening buiten het woonzorgcentrum door te verwijzen?
- ➔ Het is zeker NIET de bedoeling om een hele 'waslijst' aan contactgegevens door te geven. Je beperkt je best tot minstens één en maximaal 3 diensten/personen. Hou hierbij rekening met wie het makkelijkst te bereiken is en wie de beste hulp kan bieden.

Enkele voorbeelden:

- Psycholoog of psychiater werkzaam in / verbonden aan het woonzorgcentrum
- Maatschappelijk assistent(e)
- (Huis)artsen
- ...

1.2 TIJDENS HET INVULLEN

Je vult het doorverwijskaartje best zo duidelijk mogelijk in:

- Bij wie kunnen de bewoners terecht?
- Waar, wanneer en hoe is deze persoon te bereiken?
- Waarvoor kan je bij hem/haar terecht? Bijvoorbeeld voor psychologische behandelingen, voor het overlopen van de mogelijke (externe) hulpbronnen, voor een babbel,

Enkele voorbeelden:

- Anne De Smet
Psycholoog
Bureau naast het onthaal
- Maarten Koppens
Maatschappelijk assistent
Gaat samen met jou op zoek naar de geschikte oplossing / hulp
- Dokter Vandevelde
Elke dinsdag en donderdag in het woonzorgcentrum

2. Bij wie kunnen bewoners terecht **BUITEN** het woonzorgcentrum?

2.1 VÓÓR JE VAN START GAAT MET HET INVULLEN

- ➔ Misschien werken jullie al nauw samen met organisaties/diensten waar bewoners terecht kunnen met hun psychische problemen. Denk bijvoorbeeld aan het ziekenhuis in de buurt of het CGG Ouderenteam.
- ➔ Staat dit aanbod nog niet volledig op punt? Dan kan je van deze gelegenheid gebruik maken om eens na te denken met welke organisaties uit de buurt samengewerkt kan worden in het kader van doorverwijzing. Zilverwijzer in Woonzorgcentra is de ideale gelegenheid om hierrond contact op te nemen.
- ➔ Is het aanbod in de buurt eerder beperkt? Dan kan je misschien contactgegevens of diensten meegeven die via telefoon te bereiken zijn (bijvoorbeeld Tele-Onthaal).
- ➔ Ook hier geldt dat het NIET de bedoeling is om een hele 'waslijst' aan contactgegevens door te geven. Je beperkt je best tot minstens één en maximaal 4 diensten/personen. Hou hierbij rekening met wie het makkelijkst te bereiken is en wie de meest geschikte hulp kan bieden.

Enkele voorbeelden:

- De eigen huisarts
- Centrum voor Algemeen Welzijnswerk (CAW)
- Centrum voor Geestelijke Gezondheidszorg (CGG)
- Andere hulporganisaties / hulpverleners (psycholoog, psychiater, ...)
- Tele-Onthaal
- Zelfhulpgroepen en lotgenotencontact (vb. Trefpunt Zelfhulp)
- ...

2.2 TIJDENS HET INVULLEN

Naast duidelijkheid, is het ook belangrijk om na te denken of je kiest voor algemene contactgegevens van een organisatie (uit de buurt) of voor specifieke personen/diensten van deze organisatie. Met hierbij de opmerking dat hoe concreter, hoe makkelijker de stap naar verdere hulp gezet wordt.

Extra inspiratie kan je vinden op

- www.geestelijkegezondvlaanderen.be/hulp-zoeken
- www.desocialekaart.be

Enkele voorbeelden:

- CGG 'naam'
Eventueel naam contactpersoon
Adres en telefoonnummer
- Tele-Onthaal
Hier kan je op elk moment van de dag anoniem terecht met al je vragen en problemen
Bel het gratis nummer 106

3. Enkele tips bij het UITDELEN van het doorverwijskaartje

- Geef je een kaartje aan de deelnemers van Zilverwijzer in Woonzorgcentra of aan elke bewoner van het woonzorgcentrum?
- Het is ook mogelijk om enkel een kaartje te geven aan deelnemers en/of andere bewoners die het moeilijk hebben of waarvan je het vermoeden hebt dat er wel eens meer aan de hand kan zijn (zie ook Fiche alarmbelletjes, te downloaden via www.vigez.be/projecten/Zilverwijzerwzc)

↳ Je geeft in beide gevallen best wat extra uitleg: waarom krijgen ze dit kaartje? Wat staat erop en wat kunnen ze ermee doen? Wil dit kaartje zeggen dat je denkt dat ze psychische problemen hebben? Enzoverder.

- Je houdt best het volgende in je achterhoofd: het is niet omdat je even wat slechter in je vel zit dat je professionele hulp nodig hebt! Geef deze boodschap ook zeker mee wanneer je de kaartjes uitdeelt.
- Probeer daarnaast om niet te snel een 'depressief' etiket op iemand te kleven wanneer je een kaartje aanbiedt, je hebt immers een vermoeden dat er meer aan de hand is. Vertrek daarom steeds vanuit JOUW bezorgdheid.

Zeg bijvoorbeeld: "Het is me opgevallen dat je de laatste tijd zo vaak droevig bent en ik maak me hierover best wel zorgen. Daarom dacht ik dat het nuttig kon zijn om je dit kaartje mee te geven". En vermijd uitleg zoals "jij ziet er depressief uit en daarom krijg je deze contactgegevens". Twee keer raden welke bewoner in de tegenaanval zal gaan en GEEN gebruik zal maken van het kaartje....

- Erkennen dat je hulp nodig hebt en het vragen van hulp kosten heel veel moed! Praten over geestelijke gezondheidsproblemen blijft voor velen moeilijk en sommige mensen aanvaarden moeilijk(er) hulp. Hou er dus rekening mee dat een hevige reactie op jouw kaartje kan voorkomen. Hierbij kan het helpen als je benadrukt dat niemand verplicht is om hulp te zoeken. Bovendien wordt ook niemand verplicht om exact die personen die op het kaartje staan te contacteren. Het doorverwijskaartje is puur vrijblijvend.
- Een gesprek aangaan over gevoelige onderwerpen en het omgaan met een hevige reactie op jouw kaartje kan moeilijk zijn. Extra tips om hier mee om te gaan, kan je vinden in de 'Tips voor opvang achteraf' (te downloaden via www.vigez.be/projecten/Zilverwijzerwzc)
- Je kan eventueel ook een kaartje maken voor partners/mantelzorgers die het moeilijk hebben. Wat doet jouw woonzorgcentrum en waar kunnen ze in de buurt terecht?
- Tot slot, weet dat dit kaartje zeker geen wondermiddel is, maar het kan misschien wel de stap verkleinen.