

ZOL GENK

Campus Sint-Jan
Campus Sint-Barbara
Medisch Centrum André Dumont

ZOL MAAS EN KEMPEN



Robin op bezoek bij Tepsi in het ZOL

6 tot 12 jaar

ZOL GENK

Campus Sint-Jan
Synaps Park 1
B 3600 Genk

Campus Sint-Barbara

Bessemersstraat 478
B 3620 Lanaken

Medisch Centrum André Dumont

Stalenstraat 2a
B 3600 Genk

ZOL MAAS EN KEMPEN

Diestersteenweg 425
B 3680 Maaseik

ZOL GENK
tel. +32(0)89 32 50 50
ZOL MAAS EN KEMPEN
tel. +32(0)89 50 50 50
info@zol.be

Hallo,

Ik ben Robin en ik ben al vaker in het ziekenhuis geweest. De psychiatrische opname-afdeling is anders dan de andere afdelingen van het ziekenhuis. Voor deze afdeling gebruiken we ook regelmatig de afkorting 'TEPSI'. In deze brochure willen we je graag wat meer uitleg geven over het ziekenhuis en wat de TEPSI precies is.

Als je nog vragen hebt, mag je deze altijd aan de medewerkers stellen. We zijn er ook voor jou!

Afdelingspsycholoog: Annelore Leroi
Annelore.leroi@zol.be

INHOUDSTAFEL

1. Wie ben jij?
2. Bij wie ga je op bezoek?
3. Wat is nu TEPSI?
4. Waarom verblijft mama/papa op TEPSI?
5. Waarom liggen de mensen alleen in een kamer?
6. Moet je een cadeau meebrengen als je op bezoek komt?
7. Tekening
8. Op bezoek
9. De therapieruimtes
10. Woordpuzzel
11. Vragen - mijn verhaal
12. Hoe voel jij je?
13. Waar kan je zelf hulp zoeken?

Hallo,

Ik ben Robin en ik ben al vaker in het ziekenhuis geweest. Ik ben ook al een aantal keren op bezoek geweest op de afdeling TEPSI. Deze afdeling is een beetje anders dan de andere afdelingen van het ziekenhuis. Daarom wil ik je in dit boekje graag wat vertellen over het ziekenhuis en over de afdeling TEPSI. Zo ben je goed voorbereid wanneer je straks misschien op bezoek gaat.



1. Wie ben jij?

Mijn naam is:

Ik ben ____ jaar

Ik doe graag

2. Bij wie ga je op bezoek?



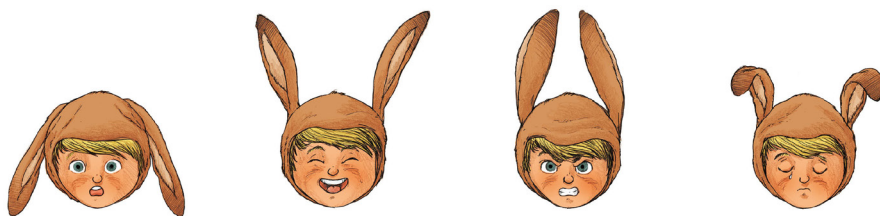
3. Wat is nu TEPSI?

TEPSI staat voor Toxicomanie Eenheid voor Psychiatische Spoed Interventie. Op TEPSI liggen mensen die zich niet goed voelen. Dat noemen we ook wel eens psychisch niet goed voelen. Zoals wanneer je heel erg negatief denkt en nergens zin in hebt. Dan voelen we ons niet goed in ons hoofd en dat noemen ze dan het psychisch moeilijk hebben.

Mensen hebben vaak verschillende manieren om daar mee om te gaan. Sommigen gaan naar iemand die ze goed kennen en praten hierover of moeten eens heel hard wenen. Bij andere mensen helpt dit niet. Zij gaan dan op zoek naar andere manieren om zich beter te voelen zoals heel veel drinken om even niet te moeten nadenken. Of ze nemen pilletjes of drugs om zich even goed en blij te kunnen voelen.

Mensen die zich zo voelen en drinken, pilletjes nemen of drugs gebruiken, moeten soms naar onze TEPSI-afdeling komen. Daar werken dokters, verpleegkundigen en anderen die veel weten over psychische problemen en middelen zoals alcohol en drugs. Ze proberen je mama of papa te helpen. Je mama/papa kan hier maximum vijf dagen blijven. Daarna bespreekt de dokter of hij/zij terug naar huis kan gaan of nog langer in dit ziekenhuis – maar op een andere afdeling - of een ander ziekenhuis moet blijven.

Sommigen die zijn opgenomen rusten heel veel. Anderen moeten er juist van alles doen: praten in een groep met mensen die ongeveer dezelfde problemen hebben. Of ze knutselen, bewegen,... Als je op bezoek komt, zal je merken dat de meesten op onze afdeling hun pyjama niet aan hebben maar gewone kleren dragen. Een beetje anders dan op andere afdelingen is dat de verpleegkundigen van TEPSI geen witte pakjes dragen maar gewone kleren dragen. Je kan ze herkennen aan hun badge.



4. Waarom verblijft mama/papa op TEPsi?



Mama of papa voelt zich niet altijd goed.

Soms lacht mama en soms weent mama.

Soms heeft mama te veel gedronken.

Soms wil papa meespelen en soms wil papa alleen zijn.

Soms maakt mama eten en soms ligt ze in de zetel.

In het ziekenhuis kunnen ze je mama of papa hiermee helpen.

5. Waarom liggen de mensen alleen in een kamer?

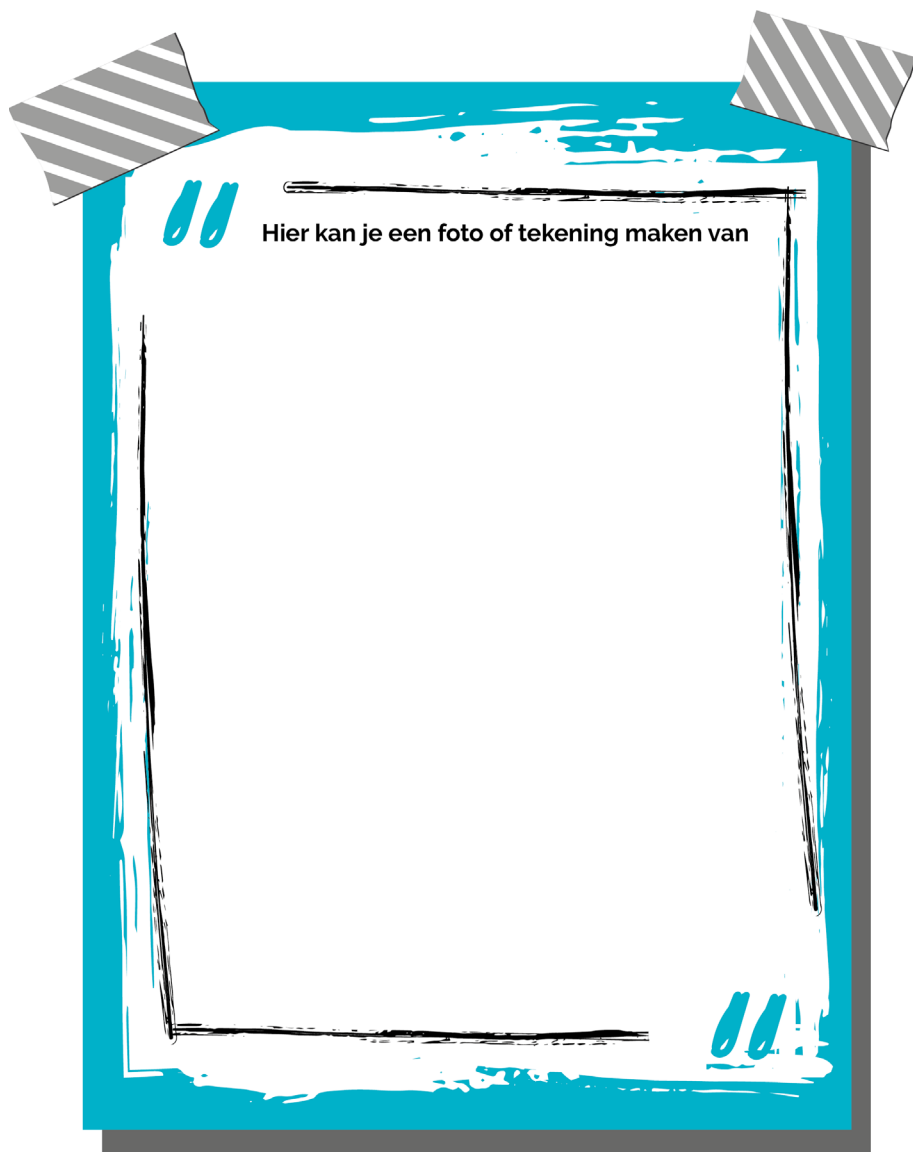
Te veel drukte is niet goed voor je mama/papa. Daarom mag het bezoek ook maar eventjes komen. Je ouder ligt ook alleen op een kamer zodat hij/zij zich kan afzonderen wanneer hij/zij even niet samen met andere mensen wil zijn of wil rusten.

6. Moet je een cadeau meebrengen als je op bezoek komt?

Iedereen krijgt graag cadeautjes! Wil je er graag eentje geven? Dan mag je iets leuks zoeken. Veel mensen weten niet wat ze moeten kopen. Ze kopen dan een bakje druiven of een doosje met snoepjes. Misschien moet je helemaal geen cadeautje kopen, maar kan je zelf iets maken. Een tekening met daarop iets van jezelf is al heel speciaal.



7. Tekening



8. Op bezoek

8.1 Aanbellen

Je mama of papa kan bezoek ontvangen van 17 tot 20 uur. Als je op bezoek komt, moet je eerst aanbellen. De verpleegkundige doet dan de deur open. Op die manier weet men wie er op bezoek komt. Soms moet je even wachten vooraleer men open doet. Dit komt omdat de verpleegkundige misschien nog even met iemand anders bezig is. Als je te lang moet wachten, mag je gerust opnieuw aanbellen.



8.2 De verpleegpost

Dit is het bureau van de verpleegkundigen. Hier hebben ze goed zicht op de kamers en de patiënten. Er is altijd een verpleegkundige aanwezig die je kan aanspreken als je een vraag hebt of als je graag iets kwijt wilt.



8.3 De kamer

Iedereen heeft zijn eigen kamer om te slapen en te rusten. Men kan er ook tv kijken. De kamers zien er vaak wel een beetje hetzelfde uit als de kamers op de andere afdelingen in het ziekenhuis.



8.4 De leefruimte

De leefruimte lijkt een beetje op de leefruimte thuis. Men kan aan tafel samen eten, met elkaar praten, gezelschapsspelletjes spelen,... Verder zie je ook een tv. In de leefruimte mag je met je mama/papa een spelletje spelen of tekenen als je op bezoek komt. Maar je mag ook naar de kamer gaan.



9. De therapieruimtes

Hoe de dag hier uitziet, hangt af van hoe je mama/papa zich voelt. Patiënten die pas in het ziekenhuis zijn, hebben vaak veel rust nodig en zijn veel op hun kamer. Als ze zich stilletjes aan wat beter beginnen te voelen, worden ze uitgenodigd om mee te doen aan de therapie.

Therapie wilt zeggen dat mama/papa leert praten over hoe zij/hij zich voelt en hiermee kan omgaan. Zo wordt er gepraat over jullie gezin, de hobby's, het huishouden maar ook over de dingen die minder goed gaan thuis.

Er zijn ook therapieën waar je mama/papa iets moet doen. Mama/papa gaat aan de slag met materialen zoals papier/klei/verf/ breien/....waarmee zij/hij iets moois kan maken. Maar sommige therapieën bestaan ook uit bewegen, een beetje vergelijkbaar met het sporten op school. Door te bewegen kunnen we misschien nieuwe oefeningen aanleren die mama/papa meer energie of rust geven. Die oefeningen kunnen ze ook doen wanneer ze opnieuw thuis zijn. Het kan zijn dat je mama/papa een tijdje medicijnen nodig heeft om zich beter te voelen.





10. Woordpuzzel

F	F	S	O	O	B	S	J	J	W	G	H
P	G	R	D	X	R	L	I	O	N	S	I
R	E	N	I	N	K	U	L	Z	E	X	X
A	C	E	M	L	B	N	B	I	L	X	Z
T	N	G	A	O	A	N	H	E	E	T	C
E	E	E	M	D	N	E	I	K	S	E	U
N	T	W	A	O	G	L	O	E	T	I	K
F	S	E	X	K	B	E	G	N	U	R	O
T	U	B	W	T	Q	D	B	H	N	D	K
W	R	W	O	E	Y	N	H	U	K	R	E
P	A	P	A	R	Q	A	Y	I	H	E	N
R	S	T	R	G	G	W	M	S	X	V	C

BANG

BEWEGEN

BLIJ

BOOS

DOKTER

KNUTSELEN

KOKEN

MAMA

PAPA

PRATEN

RUSTEN

VERDRIET

WANDELEN

ZIEKENHUIS

11. Vragen - mijn verhaal



Misschien heb je hier nog vragen over.
Welke vragen zijn dat dan?

.....

.....

.....

.....

Aan wie zou je deze vragen kunnen stellen?

.....

.....

.....

.....





12. Hoe voel jij je?

BANG?



.....

.....

.....

VERDRIETIG?



.....

.....

.....

BOOS?



.....

.....

.....

BUJ?



.....

.....

.....

13. Waar kan je zelf hulp zoeken?

Als één van je ouders psychische problemen heeft, heeft dat ook een invloed op jou. Je krijgt misschien minder aandacht en neemt meer taken op in het huishouden. Je kan ook allerlei gevoelens hebben als reactie op de psychische problemen van je moeder of vader. Soms heb je misschien het gevoel dat je er alleen voor staat of denk je dat je moeder of vader zich slecht voelt door jou. Maar dat is niet zo.

Veel mensen durven niet goed te praten over psychische problemen. Hierdoor leren ze niet hoe ze met hun problemen moeten omgaan. Misschien schaamt jij je wel eens voor het gedrag van je moeder of vader. Dit is heel normaal. Toch is het erg belangrijk om over psychische problemen te spreken.

1. Misschien kan je op zoek gaan naar iemand uit je omgeving die goed kan luisteren en die je vertrouwt: een familielid, een goede vriend of vriendin, de juffrouw of meester van in de klas?
2. Bel, chat of mail met een hulpverlener. Op de website awel.be kan je rechtstreeks en gratis doorverwezen worden naar anonieme hulpverleners. Het telefoonnummer van de kinder- en jongerentelefoon is 102 en is bovendien gratis. Je kan ook een mailtje sturen naar brievenbus@awel.be.
3. Bij het JAC (jongerenadviescentrum), Tejo (therapeutische jongeren, enkel in Hasselt), CLB (centrum voor leerlingenbegeleiding) of CGG (centrum geestelijke gezondheidszorg) kan je langs gaan om met een hulpverlener te praten.
4. Het netwerk Ligant organiseert KOPP & KOAP groepen. De bijeenkomsten bieden kinderen en jongeren een veilige plek waar ze samen leren omgaan met de psychische en/of afhankelijkheidsproblemen van hun ouder(s). De groepen starten twee keer per jaar in goed bereikbare Limburgse steden. Bij interesse of voor meer informatie kan je contact opnemen met ward.campo@ligant.be of 0492 23 64 53
5. OverKop-huizen: in een OverKop-huis kan je als jongere tot 25 jaar

gewoon binnen en buiten lopen en allerlei leuke activiteiten doen. Het is een veilige plek waar je ook een luisterend oor vindt en een beroep kan doen op professionele therapeutische hulp, zonder een label opgeplakt te krijgen. Via de website <https://www.overkop.be> vind je meer informatie over de OverKop-huizen.



Bedankt voor je bezoek!





www.ZOL.be



www.twitter.com/ZOLziekenhuis



www.facebook.com/ZOLzh



www.youtube.com/user/ZOLziekenhuis

Schrijf u in op onze nieuwsbrief via www.zol.be

Raadpleeg online uw medisch dossier via www.mijnzol.be