

## 1. Enkele aankondigingen

De voorbereiding van de adviesgroep wordt opgenomen door de trekkersgroep. Indien mensen interesse hebben om hieraan mee te werken, kan je je contactgegevens doorgeven via [bart.buyens@ggzkempen.be](mailto:bart.buyens@ggzkempen.be) of [maaike.boonstra@ggzkempen.be](mailto:maaike.boonstra@ggzkempen.be).

Ook suggesties voor thema's zijn steeds welkom!

Mensen die graag de uitnodigingen en verslagen ontvangen kunnen hun mailadres doorgeven.

Meer informatie over de adviesgroep is terug te vinden op <https://www.ggzkempen.be/adviesgroep/>

## 2. Bespreking thema

### Goede NAZORG, wat houdt dat in? Wat is er nodig?

Wat is goede nazorg voor jou? Is er reeds voldoende aandacht voor?

Krijg je voldoende en tijdig informatie op maat over de mogelijkheden na ontslag?

Betrekt men je omgeving ifv nazorg?

Hoe ervaar je een overgang tussen zorgvormen?

**Verslag:** Inge Peeters

Ter inleiding van deze bijeenkomsten geven we mee **waar men makkelijk info kan vinden over de diverse laagdrempelige initiatieven in onze regio.**

Laagdrempelige, toegankelijke initiatieven worden immers door zowel cliënten als professionals als bijzonder waardevol ervaren. Ze kunnen een positieve invloed hebben op het mentaal welzijn. Mensen voelen zich minder alleen, krijgen een boost in eigenwaarde, leren lotgenoten kennen,... Lotgenotencontact kan hoopgevend zijn, zorgt voor (h)erkenning, laat mensen elkaar helpen, zorgt voor verbinding,... Het kan helpen om taboes te doorbreken, de drempel naar hulp verlagen, een aanvulling zijn op zorg en herstel bevorderen.

Het is echter niet evident voor mensen om de weg te vinden in dit aanbod en het blijft een uitdaging om de informatie tot bij de juiste mensen te krijgen.

- **Kzitermee:** [www.kzitermee.be](http://www.kzitermee.be)  
vind de hulp die je zoekt, voor jezelf of iemand anders! Deze website **helpt gericht zoeken** in het aanbod, want er zijn heel wat organisaties voor preventie en zorg voor geestelijke gezondheid  
Logo Kempen heeft ook verschillende materialen die kunnen gebruikt worden om cliënten en hun naasten te informeren over een specifiek type van hulpaanbod in de regio. [Bekijk hier welke materialen u gratis kan bestellen/downloaden](#)
- **Goed in je vel de Kempen:**  
Om de rechtstreeks toegankelijke, laagdrempelige initiatieven kenbaar te maken aan de mensen waar we het uiteindelijk allemaal voor doen, bundelden Netwerk GGZ Kempen en Logo Kempen de krachten. Zo ontstond het overzicht "[Goed in je vel in de Kempen](#)" We hopen zo een overzicht te voorzien dat bruikbaar is door zowel professionals als de kwetsbare burger
- **Verder op weg infomarktjes:**  
Ben je op zoek naar info over mogelijkheden tot sociaal contact, vrije tijdsbesteding, lotgenotencontact,... en/of krijg je hierbij graag meer uitleg? Kom dan zeker eens langs tijdens één van onze infomarktjes! Meer informatie kan je vinden in [deze folder](#)

- **Wegwijs Netwerk GGZ Kempen:** [www.ggzkempen.be/wegwijs-2/](http://www.ggzkempen.be/wegwijs-2/)  
hier kan je heel wat nuttige info en linken vinden om je weg te vinden in het aanbod in onze regio: wegwijs in het regionaal hulpaanbod, wegwijs voor hulpverleners, de nodige info om een (eerstelijns)psycholoog of andere therapeut te vinden, overzicht van online hulp, een bundeling van tools,...

**Wil u rechtstreeks de conclusies en aanbevelingen lezen? Deze zijn terug te vinden op pagina 7 van dit verslag.**

## 2.1. Wat is goede nazorg voor jullie?

- Goede zorg is continue zorg (voor, tijdens en na).
- Het overbruggen van de ene zorgvorm naar de andere. Er mag niet teveel tijd tussen zitten.
- 'Samen' met de cliënt de nazorg bespreken. Hier merkt men reeds een evolutie in.
- Belangrijk om ook de context te betrekken bij het organiseren van nazorg/vervolgzorg.
- Nazorg is ook een meerwaarde naar hervalpreventie toe.

### Wat wil men zeker behouden?

- Gesprekken met een maatschappelijk werker om de mogelijkheden na (of ter aanvulling van) een traject te bekijken, bijv. bij arbeidszorg en DAC (Dagactiviteitencentrum), deze worden immers vaak als positief ervaren.
- Er zijn reeds organisaties/hulpverleners waar men nog terecht kan na het beëindigen van het traject: bezoeken brengen, telefoneren, terugkoment,...
- Het betrekken van cliënten in hun zorgtraject.

### Wat zou men graag anders zien of willen voorstellen?

- Na een residentiële setting een naadloze overgang naar het ambulante zorg/vervolgtraject.
- Het is belangrijk om na te gaan wat de mensen zelf nodig hebben. Nazorg op maat. Voor iedereen beschikbaar en bespreekbaar.
- Weten dat je ergens terecht kan als je het moeilijk krijgt (vangnet).
- Laagdrempelig aansluiting kunnen vinden bij diverse initiatieven en sociale contacten opbouwen.
- Arbeidszorg kan de drempel verlagen om stappen te zetten naar werk. Het kan immers helpen om de persoonlijke kwaliteiten/talenten te (her)ontdekken en het zelfvertrouwen krijgt zo een boost.
- Een zinvolle dagbesteding op eigen tempo. Bv. tijdens een opname al eens een bezoek brengen aan het DAC.

## 2.2. Is er reeds voldoende aandacht voor nazorg?

### 2.2.1. *Is er reeds voldoende aandacht voor nazorg door de hulpverleners? In welke mate is dit reeds een routine? (Bijv. door betrokken te zijn bij het verkennen/begeleiden naar vrije tijd, ontmoeting, opleiding...)*

#### Ervaringen?

- Men merkt op dat er reeds meer aandacht is voor de nazorg. Ook bij de mobiele teams.
- Het LZ team zet ook in op laagdrempelige initiatieven, bezoek aan het OCMW,... Het heeft eveneens een herstelwerkgroep gedragen door 2 ervaringsdeskundigen.
- Het CKB team vraagt het dossier van de cliënt aan.
- Bij het CGG is er een 'nazorggroep'. Deze kan helpen om bv. de therapie los te laten. Men gaat ook samen met de cliënten naar laagdrempelige initiatieven om zo de stap makkelijker te kunnen zetten.
- Route 11 is hier al van bij aanvang mee bezig en zet in op verschillende levensdomeinen. Men kijkt ook naar wat juist nodig is: bv. iets gespecialiseerd of gewone hobbyclub.
- Er worden ook al gesprekken gepland met een maatschappelijk werker om bv. samen te bekijken welke mogelijkheden er zijn voor na het traject.

#### Wat wil men zeker behouden?

- De goede praktijken (zie ervaringen), die reeds lopende zijn.

#### Wat zou men graag anders zien of willen voorstellen?

- De verschillende organisaties kunnen een link maken (informereren, doorverwijzen,...) met initiatieven waarbij men nog aansluiting kan vinden.
- De routine om hier standaard naar te informeren. Soms is het immers persoonsgebonden en afhankelijk van de hulpverlener.
- Samen met de cliënt de overgang van de ene zorgpartner naar de andere maken.
- Het is belangrijk dat de nazorg reeds tijdens de begeleiding besproken wordt.
- Voor sommigen is een belangrijke eerste stap in de nazorg de zorg voor zichzelf terug (leren) opnemen. Bv. slaaphygiëne, gezonde voeding, beweging,...
- De mobiele equipe internering (MEI) geeft aan dat weekendpermanentie een meerwaarde zou zijn.

### 2.2.2. *Zorgt men voor de nodige houvast na afronding? Hoe doet men dit? Bijv.: signaleringsplan, crisiskaart, verwijzen naar lotgenotengroepen en andere laagdrempelige initiatieven, ... Hulpverleners: checklist als houvast bij afronding?*

#### Ervaringen?

- Binnen verschillende organisaties (OPZ, LZ team, CGG,...) wordt er vaak verwezen naar de 'lotgenotengroepen'.
- Het algemeen dossier of ontslagbrief kan een houvast bieden naar nazorg toe.
- Het is moeilijk om bij crisis/korte begeleidingen in te schatten bij welke laagdrempelige initiatieven men reeds aansluiting kan vinden
- Na opname kan men nog contact opnemen met de afdeling.
- Bij Route 11 mag men nog 'binnen springen' na de afronding..
- Bij Beschut Wonen vraagt men dat er reeds dagbesteding is voor opstart.

## Wat zou men graag anders zien of willen voorstellen?

- Hier bij de afronding of tijdens de opname al naartoe werken. Men kan samen met de cliënt zoeken naar wat als vervolg enig perspectief kan geven.
- De signaleringsplannen kunnen dienen als de opener naar de volgende hulpverlening/zorg. Het is ook iets dat men kan bespreekbaar maken met de context. Het kan immers o.a. helpen bij het herkennen van signalen,..
- Een goede informatieoverdracht is van belang. Men kan met de cliënt op voorhand bespreken wat men al dan niet wil delen.
- Men kan een psycholoog al inschakelen voor de begeleiding is afgerond.
- Het is vaak belangrijk om de verdere dag invulling vóór afronding te concretiseren en hier de eerste stappen mee in te zetten.

### 2.2.3. *Kreeg je voldoende informatie over de mogelijkheden na ontslag? Was dit op maat en tijdig? Worden aanspreekpunten/ervaringsdeskundigen ingeschakeld om deze info (o.a. laagdrempelig aanbod) te geven?*

#### Ervaringen?

- Er wordt niet altijd voldoende info gegeven.
- De "[Verder op weg-infomarktjes](#)" (info over laagdrempelige initiatieven) worden zowel door cliënten als hulpverleners als positief ervaren.
- Er is een ervaringsdeskundige stafmedewerker (Netwerk GGZ Kempen) als info- en aanspreekpunt: [bart.buyens@ggzkempen.be](mailto:bart.buyens@ggzkempen.be)
- Dagbesteding is waardevol. Men kan tijdens het traject reeds de eerste stappen zetten.
- Het is moeilijk om bij crisis/korte begeleidingen in te schatten bij welke laagdrempelige initiatieven men (al) aansluiting kan vinden.

## Wat zou men graag anders zien of willen voorstellen?

- Informatie geven kan al vroeg in iemand zijn/haar traject (bv. door brochures/flyers/... ). Aangezien alle info in het begin niet altijd blijft hangen of op dat moment nog niet relevant lijkt te zijn, is het belangrijk om er regelmatig naar te polsen en/of te herhalen.
- Informeren kan ook op maat gebeuren.
- Organisaties/teams die meer/ook lokaal georganiseerd zijn, zijn vaak beter op de hoogte van de mogelijkheden. (Bv. LZ teams). Misschien zijn er mogelijkheden voor kennisoverdracht/uitwisseling!
- "Verder op weg infomarkt" uitnodigen. Hier geeft men meer info over de laagdrempelige initiatieven. Voor de keuze van locatie en frequentie kijkt men onder andere naar de noden die er zijn in de regio. Dit is dus mogelijk bij (in samenwerking met) meerdere organisaties
- Het is van belang om de info regelmatig te 'updaten'.
- Door hulpverleners kan er ook een link gemaakt worden naar goed werkende methodieken/therapie voor na het lopende traject. Bv. De ACT-academie?...
- Mensen helpen wegwijs maken zodat ze ook zelf 'leren zoeken' naar waar men achteraf nog info kan verkrijgen.

## 2.2.4. *Kan men in contact blijven met de hulpverleners van "buitenaf"? Zo kan men de (vertrouwens)band behouden.*

### Ervaringen?

- Wanneer dit kan, wordt dit als zeer positief ervaren.
- Bij het CGG komt men niet op de wachtlijst als men zich na 3 maanden terug wil aanmelden.
- Bij het DAC is er een terugkomdag.
- De Arbeidscoach Netwerk GGZ Kempen belt nadien nog even om te informeren hoe het loopt.
- Bij BE2 (behandeleenheid 2) is er een BOR-bed (bed op recept) voorzien voor cliënten die na opname een kleine terugval hebben. Dit is voor een 3-tal nachten.
- Positief is dat men proactief aangeeft dat men nog kan bellen als het moeilijk gaat.

### Wat zou men graag anders zien of willen voorstellen?

- Indien men geen contact kan houden, geef dan een duidelijke uitleg waarom dit zo is.
- Permanentie houden zou op meerdere diensten echt wenselijk zijn. Er is vooral vraag naar waar men terecht kan tijdens het weekend!
- De verschuiving van psychologen en artsen wordt als lastig ervaren. Dit kan soms de begeleiding/ band ontwrichten.
- Het is positief voor de vertrouwensband als men in verbinding kan blijven met de ambulante begeleiding als men in opname is.
- Voor mensen met autisme is het belangrijk om contact te houden met hun auticoach.

## 2.3. **Betrekken omgeving**

*Betrekt men je omgeving ifv nazorg? Wanneer doet men dit?*

### Ervaringen?

- Psycho educatie voor de context is echt een meerwaarde.
- Er is al een kleine evolutie in het betrekken van de context, bv. systeemgesprekken. Maar het gebeurt nog te weinig.
- Bij Route 11 stelt men sommige ateliers ook open voor de context..
- Bij de jongeren wordt de context automatisch betrokken.
- De context is ook welkom bij de contactgroepen van Verslavingskoepel Kempen
- Het al dan niet betrekken van de context alsook de manier waarop, wanneer, de mate van betrokkenheid,... samen met de cliënt bespreken, ervaart men als zeer positief.

### Wat wil men zeker behouden?

- De gesprekken met het volledige gezin en het begeleiden van de kinderen (systeemgesprekken, KOPP-werking,...)

### Wat zou men graag anders zien of willen voorstellen?

- Psycho-educatie voor de context bij meerdere organisaties/ afdelingen. (signaleringsplan, wat is herstel,...)

- Het zou makkelijker zijn voor de naasten als deze ook beschikken over belangrijke informatie bv. over/voor de nazorg.
- Context meer betrekken tijdens het traject.
- De context heeft vaak reeds een heel traject afgelegd met de cliënt. Hen mee betrekken is ook erkenning geven voor de 'expertise' die ze hebben. Ze kunnen vaak waarde volle info meegeven (steeds in samenspraak met cliënt!).
- De context meer betrekken wordt over het algemeen nog weinig gedaan maar wordt wel als wenselijk aangegeven. Men kan winst boeken door samen te werken met de context. Het is belangrijk om in te zetten op het verlagen van de drempel/ de stap te zetten naar .... Vooral meer op inzetten daar waar de hulpverlener aangeeft geen tijd hiervoor te hebben.

## 2.4. Hoe ervaar je de overgang van de ene naar de andere zorgvorm?

### Ervaringen?

- Er is nog een groot onderscheid tussen diensten en organisaties. Het is nog sterk afhankelijk van de werking/ medewerker/ tijd.
- Als cliënt het eigen verhaal telkens opnieuw moeten doen, is confronterend en voelt aan als tijdsverlies. Elke keer dezelfde informatie doorgeven is eerder een last voor de cliënt. De cliënt wil verder bouwen aan waar men in de vorige zorg geëindigd is..
- Sommige hulpverleners gaan liever uit van een blanco blad. Dit kan zowel voor de hulpverlener als de cliënt een struikelblok vormen.
- Binnen Functie 5 (specifieke woonvormen) is men bezig met een checklist. Deze kan een houvast bieden bij de overgang van de ene naar de andere zorgvorm.

### Wat zou men graag anders zien of willen voorstellen?

- Samen met de cliënt bekijken wat er gedeeld kan worden. Dit zou standaard moeten worden opgenomen.
- Met de cliënt bespreken dat het delen van informatie een meerwaarde kan hebben om verder te werken aan het herstel. Dus het 'waarom' men het deelt open kunnen bespreken.
- Een gesprek inplannen met de huidige, toekomstige hulpverlener/ instantie en de cliënt om tot een vlotte overdracht te komen.
- De focus leggen op het hier en nu en welke weg men reeds heeft afgelegd. Dit biedt meer toekomstperspectief en zet de cliënt meer in zijn/haar kracht.
- De hulpverlener kan vragen aan de cliënt of er nog iets is dat men wil delen van uit het verleden (het is niet altijd nodig dat bepaalde zaken uit het verleden blijvend worden meegenomen).
- Het signaleringsplan kan als middel dienen voor de overdracht en een houvast bieden.
- Samen met de cliënt de ontslagbrief maken. Bedenking: is het altijd goed om alles te lezen/weten zowel voor hulpverlening als cliënt?
- Bij afwezigheid van een hulpverlener ervoor zorgen dat er een goede continuïteit is.
- Tijdig informeren over eventuele nazorg.



## CONCLUSIES

- Nazorg is maatwerk en is niet enkel iets voor NA de zorg. Goede zorg is continue zorg! Nazorg kan belangrijk zijn naar hervulpreventie toe.
- Er is reeds een positieve evolutie merkbaar in het aandacht schenken aan de 'nazorg'.
- Het aanbod van laagdrempelige initiatieven is zowel bij cliënten als hulpverlener steeds beter bekend. Dit aanbod kan een meerwaarde zijn i.f.v. nazorg en continuïteit!
- Er zijn meer en meer lotgenotengroepen (meerwaarde: zie p. 1 "inleiding")  
Ervaringsdeskundigen spelen hierin een belangrijke rol (groepen worden begeleid door een professional en een ervaringsdeskundige of door 2 ervaringsdeskundigen).
- Na afronding nog de mogelijkheid hebben om opnieuw contact op te nemen met de hulpverleners/organisatie/team geeft een houvast.
- Als cliënt het eigen verhaal telkens opnieuw moeten doen, voelt confronterend en als tijdsverlies/een last aan. Men wil verder werken in het hier en nu.
- Continuïteit kan op verschillende manieren gefaciliteerd worden: het medisch dossier, de ontslagbrief, het signaleringsplan,... maar ook een hulpverlener die de intake bij de nieuwe organisatie mee kan begeleiden.
- Het aanspreekpunt (ervaringsdeskundige stafmedewerker Netwerk GGZ Kempen) wordt door (ex-) cliënten, ervaringsdeskundigen en hulpverleners als een meerwaarde ervaren.
- Er is een evolutie m.b.t. het betrekken van de context, hier is echter nog veel winst te boeken.

## AANBEVELINGEN

- Nazorg dient op maat van de cliënt (en de context) te gebeuren, zou voor iedereen beschikbaar moeten zijn en vooral bespreekbaar.
- Maak de initiatieven om de mensen beter wegwijz te maken naar laagdrempelige initiatieven mee bekend: kzitermee.be, wegwijz NGGZK, Verder op weg infomarkt,...
- Erken het belang van een zinvolle dagbesteding en verken samen de mogelijkheden.
- *Bekijk of het mogelijk is om contact te behouden met een hulpverlener van buitenaf. Zo kan men de vertrouwensband behouden. Bv. Mensen met autisme met hun auticoach.*
- Biedt een vorm van permanentie of aanspreekpunt aan, zodat men ook na afronding nog contact kan opnemen indien nodig (veiligheidsgevoel/vangnet).
- Zorg bij een voorziene afwezigheid/vervanging van een hulpverlener (bv. door ziekte, bevallingsrust,...) indien mogelijk pro-actief voor de nodige continuïteit
- Zorg voor een naadloze overgang naar het vervolgtraject.
- Kan er een standaard document zijn ("globaal behandelplan") om de nodige/relevante informatie over te dragen?
- Gebruik het 'signaleringsplan' i.f.v. een vlotte overgang. De netwerkvisie m.b.t. signaleringsplannen kan u [hier](#) vinden
- Bekijk bij de overgang van de ene naar de andere zorg vooral wat de noden 'in het heden' zijn. Men kan steeds de vraag stellen of het nog nodig is iets te vertellen over het verleden.
- Bekijk samen met de cliënt wat men wil delen/ wat nodig is om te delen,... bv. door samen de ontslagbrief op te stellen
- Betrek de context (nog) meer in een traject. Zet in op het duiden van de meerwaarde van het betrekken van de context voor alle partijen. O.a. de [Visietekst 'familieparticipatie' Netwerk GGZ Kempen](#) kan hierbij inspireren
- Streef naar transparante/duidelijke communicatie. Informeren over het hoe, wat en waarom, kan frustraties voorkomen.

### 3. Vergaderdata en thema's

---

De meest actuele informatie m.b.t. de adviesgroep is terug te vinden op

<https://www.ggzkempen.be/adviesgroep/>

Daarnaast ken je voor meer informatie over de volgende adviesgroep steeds terecht bij Bart Buyens ([bart.buyens@ggzkempen.be](mailto:bart.buyens@ggzkempen.be) of 0492 23 84 78) of bij één van de cliëntenvertegenwoordigers.

Heb je zelf een voorstel voor een thema en/of locatie om deze bijeenkomst te organiseren, laat het ons zeker weten!