

Corona

Deze periode staat in het teken van het Corona-Virus. Als praktijk proberen we de maatregelen zo goed mogelijk te hanteren en we doen ons uiterste best om ondanks de beperkingen de best mogelijke zorg te bieden.

Uw behandeling kan gewoon doorgaan, alleen niet met "fysieke afspraken". Er kan gebruik gemaakt worden van een beveiligde omgeving in Embloom. Hier kan uw behandelaar met u videobellen en er is ook een chatomgeving waarin u berichten kunt uitwisselen. Voor uitleg over het videobellen verwijzen wij u graag naar de instructies die op onze website staan. Het geniet onze voorkeur om de sessies middels videobellen plaats te laten vinden, indien dit u om bepaalde redenen niet lukt (of niet wil) is het ook een optie om een telefonische sessie te laten plaatsvinden.

Corona en PMT

We horen verschillende geluiden dat er mensen zijn die juist nu wel extra ondersteuning kunnen gebruiken rondom het omgaan met stress, het kunnen ontspannen, (anders) samenwerken en communicatieve vaardigheden, plannen en organiseren, omgaan met angst et cetera. Maar ook met vragen rondom het zorgen voor een gezonde leefstijl, inclusief bewegen, ontspanning en voeding/ slaap. PMT is een behandeling waarbij bewegen en aandacht voor je lichaam een middel is om vaardigheden te ontwikkelen en gedrag te veranderen. Ook via videobellen proberen we deze behandeling zo goed mogelijk in te vullen. Dit betekent dat we verschillende oefenvormen en activiteiten aan kunnen bieden en u daarin kunnen begeleiden om aan de slag te gaan met de hulpvraag of vraag om ondersteuning die u heeft. De activiteiten kunt u gewoon thuis (of buiten) doen en worden op maat bedacht en uitgevoerd met u. Een voorbeeld van wat we kunnen bieden is dat u een aantal sessies begeleid wordt in het uitvoeren van een ontspanningsoefening of dat we met broertjes en zusjes (of het hele gezin) aan de slag gaan om op een positieve manier samen te werken.

Tips voor uw behandelsessies middels videobellen:

- Zorg voor een stille ruimte.
- Zorg dat er geen raam achter u is.
- Zorg ervoor dat u niet gestoord wordt door uw partner of kinderen.
- Gebruik bij voorkeur een groot scherm zoals uw pc of tablet i.p.v. uw smartphone.
- Stem voorafgaand aan uw sessie met uw behandelaar contactgegevens/e-mailadres af.
- Bekijk de instructie voor het videobellen op onze website.
- Mail een paar dagen voor uw PMT-sessie uw behandeldoel voor de komende sessie naar uw psychomotorisch therapeut. Op deze manier kan uw behandelaar al nadenken over een passende oefening/activiteit.

ONDERWERPEN:

- ⇒ CORONA
- ⇒ AFSCHIED JAN DEKENS
- ⇒ GEBOORTENIEUWS
- ⇒ TIPS EN TOPS KWARTAAL I



Tips en Tops eerste kwartaal 2020

Hieronder een greep uit de tips en tops die in het eerste kwartaal van 2020 zijn gegeven:

Tips:

- "Ook een SMS sturen wanneer er bloed geprikt moet worden."
- > Helaas is dit via het huidige systeem nog niet mogelijk. Het advies om dit zelf te agenderen.
- "Graag op de damestoilet een ander slot. Deze klemt heel erg."
- > Hier wordt nog naar gekeken.
- "Ik vind de wachtkamer te klein, elk uur zit het vol. Voor mij teveel prikkels."
- > PPP beschikt over drie wachtruimtes. Maak daar gebruik van.



Tops:

- "Prima praktijk: aardig en correct baliepersoneel, goede behandelaar en prettige sfeer."
- "Ik vind het fijn om hier over pesten te kunnen praten."
- "Jullie hebben mijn stugge idee bij de GGZ in positieve zin veranderd."
- "Ik heb jullie hulp als zeer prettig ervaren! Warm, empathisch en duidelijk."

Vertrek Jan Dekens, verpleegkundig specialist

Ik werk sinds januari 2019 binnen de praktijk in de rol van Verpleegkundig Specialist en regiebehandelaar. Ik voer onder andere intakegesprekken waarbij een diagnose wordt gesteld en heb ook een rol binnen de praktijk als het gaat om behandeling en voorschrijven van minder complexe medicatie en crisis contacten. Ik heb in het verleden met name voor grotere instellingen gewerkt en ervaar deze praktijk die kleinschalig is als erg prettig. Er hangt een fijne huiselijke sfeer zonder dat dit ten koste gaat van de professionaliteit. Als er iets niet lekker loopt is het vaak de volgende dag opgelost omdat de lijntjes kort zijn. Ook onderling is er een goede sfeer tussen de collega's waarbij naast het werk er ook aandacht voor elkaar is op privégebied. Qua werk is ook de diversiteit van de problematiek die wij behandelen erg groot.

Dat laatste was ook een van de redenen die mij bij deze praktijk bracht. Nu ruim een jaar later maak ik toch de keuze om te gaan vertrekken. Reden hiervoor is dat de uitdagingen en de energie die mij dat kost niet meer te combineren zijn met mijn uitdagingen privé. Met dubbele gevoelens neem ik dan ook afscheid van deze praktijk en ook nog eens in een voor ieder rare tijd waarin we allemaal op de een of andere manier wel worden getroffen in ons leven door de gevolgen van het corona virus. Via deze weg wens ik iedereen alle goeds toe voor de toekomst.

Let goed op elkaar zeker in deze tijd als we dat samendoen en vasthouden dan komt het zeker goed. Tot ziens.

Geboorte

Carlijn Simons, GZ-psychologe, is op 20 februari bevallen van een gezonde dochter: Lauren. Moeder en dochter maken het goed. Het team is begin maart al op kraambezoek geweest. Halverwege mei zal zij haar werkzaamheden weer oppakken.

Volgende nieuwsbrief

Onze volgende nieuwsbrief verschijnt in juni 2020. Wilt u graag meewerken aan deze nieuwsbrief, heeft u ideeën of wensen over onderwerpen in deze nieuwsbrief? Laat het ons weten via de Tips en Tops box of via een mail: secretariaat@praktijk-hagedoorn.nl



Praktijk voor Psychiatrie en
Psychotherapie
Vosbergerweg 1
8181 JG Heerde

Tel: 0578-760040
Mail: secretariaat@praktijk-hagedoorn.nl