

## Wegwijzers voor hulpverleners in de eerste lijn in geval van psychische noden én bij psychiatrische problematiek tijdens de Corona-periode [DEELREGIO LEUVEN]

**De werking van onze GGZ-partners wordt gecontinueerd tijdens deze Corona-periode.**

Algemeen kan men stellen dat aanmeldingen mogelijk blijven en patiënten nog steeds worden opgevolgd/begeleid: waar mogelijk gebeurt dit via telefoon of beeldbellen en indien nodig zijn er ook 'face-to-face-contacten'. Deze boodschap geldt voor het ggz-netwerk. Hieronder vind je een overzicht dat zich eerder richt tot partners **binnen deelregio Leuven**.

*Wens je opgenomen te worden in dit overzicht, geef dan een seintje via [ggznetwerk@diletti.be](mailto:ggznetwerk@diletti.be)*

### VERWIJZEN

Heb je het gevoel dat de informatie die jij hebt gegeven onvoldoende is om de persoon in kwestie gerust te stellen? Heb je een 'niet-pluis-' gevoel? Of is er sprake van een psychiatrische problematiek? Dan kan je de persoon doorverwijzen naar onderstaande kanalen. **Belangrijk: vraag zeker na of betrokkene reeds hulpverlening ontvangt of ooit ontvangen heeft.** Heel wat voorzieningen en partners binnen de hulpverlening continueren de ondersteuning aan gekende cliënten/patiënten, veelal via telefonische of online hulp. Indien de betrokkene nog niet vertrouwd is met psychologische of GGZ- dienstverlening, bekijk dan samen met hem/haar welke van onderstaande hulpvorm er het best aansluit op zijn/haar noden.

### VERWIJSHULP

- ❖ **Consultdesk GGZ:** de Consultdesk Geestelijke Gezondheidszorg Vlaams-Brabant biedt telefonisch advies aan artsen en hulpverleners uit de eerste lijn die kampen met vragen over psychische of psychiatrische problemen bij hun cliënten of patiënten.
  - Voor kinderen en jongeren: 02 425 17 70 (optie 1) of [consultdesk@yuneco.be](mailto:consultdesk@yuneco.be)
  - Voor volwassenen: 02 425 17 70 (optie 2) of [info@consultdeskggz.be](mailto:info@consultdeskggz.be)
- ❖ **Psychewijzer.be:** portaalsite voor hulpverleners én burgers in Vlaams-Brabant met doorverwijshulp naar GGZ-dienstverlening.

### LUISTERLIJNEN

- ❖ **Tele-Onthaal:**
  - **Telefoon:** via **106** (24/7)
  - **Chat:** via [www.tele-onthaal.be](http://www.tele-onthaal.be)
- ❖ **AWEL en JAC:** bereikbaar voor **alle jongeren met vragen en problemen**.
  - Openingsuren AWEL: alle werkdagen van 18 tot 22 uur: <https://awel.be/>
  - Openingsuren JAC online: alle werkdagen van 13 tot 19 uur:  
<https://www.caw.be/jac/>
- ❖ **CLBch@t en Teleblok:** voor **scholieren en studenten** en hun gezinnen **Ga naar :**  
<https://www.clbchat.be/> of <https://www.teleblok.be/chat/chat-met-teleblok>

- ❖ **TEJO:** voor jongeren tussen 10 en 20 jaar via telefoon, e-mail of via videogesprek anonieme therapeutische begeleiding.
  - Telefonisch onthaal op 0472 602 603.
  - Miltjes naar [info.leuven@tejo.be](mailto:info.leuven@tejo.be)
- ❖ **1813- zelfmoordlijn**
  - Via telefoon (1813)
  - Via chat en mail: <https://www.zelfmoord1813.be/>
- ❖ **Nu praat ik erover:** chatbox via [www.nupraatikerover.be](http://www.nupraatikerover.be) voor kinderen en jongeren die te maken krijgen met geweld of misbruik
- ❖ **Autisme Chat:** voor ouders en voor kinderen, jongeren en volwassenen met autisme via [www.ligaautismevlaanderen.be/autismechat/](http://www.ligaautismevlaanderen.be/autismechat/)
- ❖ **1712-lijn bij geweld:** voor iedereen die vragen heeft over geweld. Men kan bellen naar 1712 of mailen via het formulier op [www.1712.be/mail](http://www.1712.be/mail)
- ❖ **Lotgenotencontact via 'Luistergenoten':** opgeleide ervaringsdeskundigen van vzw Uilenspiegel staan mensen met een psychische kwetsbaarheid te woord via chat, mail of videogesprek (tot 19/4). Zie voor contactinfo en beschikbaarheidsuren: <https://www.uilenspiegel.net/wat/luistergenoten>
- ❖ **Luisterlijn van Similes:** steun voor familieleden van iemand met een psychische kwetsbaarheid, via 016 244 200 (niet op feestdagen en tijdens schoolvakanties) of via [luistervrijwilligers@hotmail.com](mailto:luistervrijwilligers@hotmail.com)

## CENTRA VOOR ALGEMEEN WELZIJN (CAW)

Het CAW blijft bereikbaar, maar door de maatregelen tegen het Coronavirus verloopt dit via mail, via chat of telefonisch. Bel naar het nummer **0800 13 500**. Vervolgens wordt gevraagd de postcode in te geven. Op basis daarvan wordt men doorverbonden met het CAW in de buurt. (zie ook <https://www.caw.be/contacteer-ons/bel/>)

## CENTRA VOOR GEESTELIJKE GEZONDHEID (CGG)

- **CGG VBO:** blijft telefonisch bereikbaar tijdens openingsuren (9u tot 12u30 en 14u-16u30).
  - *Aarschot:* 016 85 23 00 of [aarschot@cgg-vbo.be](mailto:aarschot@cgg-vbo.be)
  - *Diest:* 013 31 25 84 of [diest@cgg-vbo.be](mailto:diest@cgg-vbo.be)
  - *Leuven*
    - kinderen en jongeren: 016 85 79 78 of [leuven-kj@cgg-vbo.be](mailto:leuven-kj@cgg-vbo.be)
    - volwassenen en ouderen: 016 85 79 79 of [leuven-vo@cgg-vbo.be](mailto:leuven-vo@cgg-vbo.be)
  - *Tienen:* 016 85 28 30 of [tiennen@cgg-vbo.be](mailto:tiennen@cgg-vbo.be)
- **CGG Passant:** telefonische permanentie elke werkdag van 9u tot 12u 30 en van 13u30 tot 16u30 waar hulpverleners u te woord staan voor dringende vragen.
  - *Haacht:* 016 60 99 99 of [info.haacht@passant.be](mailto:info.haacht@passant.be)
  - *Leuven:* 016 31 99 99 of [info.leuven@passant.be](mailto:info.leuven@passant.be)

## AANBOD VAN BEROEPSGROEP ZELFSTANDIG PSYCHOLOGEN/KRINGEN

- **Psychologenkring Leuven:** op [www.psychologenkringleuven.be](http://www.psychologenkringleuven.be) wordt een inventaris aangeboden van zelfstandig psychologen die in deze periode online hulpverlening (chat, telefoon of via beeldbellen) aanbieden binnen de eerstelijnszones Leuven, Leuven-Noord

en Leuven-Zuid. Het intakegesprek van 30 minuten is gratis, vervolgens worden er indien gewenst enkele vervolgesprekken tegen betaling aangeboden.

- **Psychologenkring Druivenstreek:** ga naar [www.psykring-druivenstreek.be](http://www.psykring-druivenstreek.be) voor een overzicht van zelfstandig psychologen in Eerstelijnszone Druivenstreek die actief zijn tijdens de Corona-crisis.

## GECONVENTIONEERDE EERSTELIJNSPSYCHOLOGEN

Neem via uw huisarts contact op met een geconventioneerd eerstelijnspsycholoog (ELP-model FOD) in uw regio. Ook zij houden sessies via beeldbellen. Uw huisarts schrijft vervolgens een verwijsvoorschrift voor één van de eerstelijnspsychologen op de lijst op [www.diletti.be](http://www.diletti.be) (vervolgens doorklikken op [snelknop](#)).

## UPC KULEUVEN

*Up-to-date overzicht van aanbod en beschikbaarheid tijdens deze Corona-periode binnen UPC KULeuven vind je ook [hier](#) op hun website. Of klik op [de link per deelwerking](#) in het overzicht hieronder:*

### ❖ Crisiszorg:

- **Het mobiel crisisteam 2a (016 34 26 08):**
  - Men kan blijven beroep doen op het mobiel crisisteam. Naar analogie van andere mobiele teams continueren zij de werking en trachten zij zoveel mogelijk telefonisch of online de begeleiding verder te zetten. Bij aanmelding is er standaard één face-to-face-consult met een teamlid gevolgd door één face-to-face-contact met een psychiater. Huisbezoeken worden enkel ingeval van absolute noodzaak gedaan. Indien nodig wordt wel een nieuw face-to-face contact gepland.
- **Crisisinterventiecentrum:** verhuisd naar Campus Kortenberg, open voor aanmelding.
- **EPSI-eenheid voor psychiatrische spoedinterventie (016 34 12 81)**
- **Spoed (016 34 39 00):** ook op de spoed kunnen nog steeds psychiatrische aanmeldingen gebeuren en kunnen er crisisraadplegingen gebeuren i.s.m. EPSI.

- ❖ **Mobiele teams 2b - Minder broederstraat & Vrint:** men kan blijven beroep doen op de mobiele teams. De opvolging gebeurt nu, in goede afspraak met de patiënt, meer per telefoon of eventueel via online communicatietools (beeldbellen). Er is minstens 1 keer per week telefonisch contact met iedere patiënt. Face-to-face contacten kunnen plaatsvinden bij een algemene ongerustheid van het netwerk, in functie van opvolging van het toestandbeeld en als we patiënten telefonisch niet kunnen bereiken. Hierbij worden de voorzorgsmaatregelen in acht genomen. **Nieuwe patiënten** kunnen nog steeds aangemeld worden. **Gekende cliënten** van wie de begeleiding minder dan 2 jaar gelden beëindigd werd en nu terug in crisis gaan, kunnen zich terug richten tot het 2b team. Er is dan geen intake meer nodig.

- [MT Minderbroederstraat](#): 016 29 87 67
- [Vrint](#): 0475 40 60 04

- ❖ **Psychiatrisch ziekenhuis:** aan de opnamemogelijkheden van UPC KU Leuven verandert er niets. Indien nood aan een psychiatrische opname, worden patiënten ook effectief verder geholpen.
- ❖ **Andere activiteiten:** deze zijn wel geschrapt, gereduceerd of in alternatieve vorm aangeboden.
  - Alle **dagopnames/daghospitalisatie-activiteiten** zijn geschrapt. De respectievelijke patiënten worden wél telefonisch en via skype opgevolgd, thuis, én in geval van acute nood face-to-face gezien. Er wordt onderzocht of dit heropgestart kan worden.
  - De **face-to-face raadplegingen** worden tot een minimum beperkt, raadplegingen gebeuren maximaal telefonisch of via beeldbellen.

### Wat in geval van knelpunten bij ondersteuningsvragen aan UPC KULEuven tijdens de Corona-crisis?

- ❖ **Gelieve eerst via de normale kanalen hierboven contact op te nemen met de verschillende deelwerkingen binnen UPC KULEuven.**
- ❖ Weet dat men zich voor advies ook nog steeds kan richten tot:
  - Vrije raadpleging: 02 758 16 77
  - Intervisie voor huisartsen: 016 34 80 00
- ❖ Zijn er hierna nog knelpunten in de aanmelding of opvolging van patiënten? Dan kunt u contact opnemen met prof. dr. Claes via [stephan.claes@upckuleuven.be](mailto:stephan.claes@upckuleuven.be)

## ZORGGROEP SINT-KAMILLUS

*Up-to-date overzicht van aanbod tijdens deze Corona-periode binnen Zorggroep Sint-Kamillus vind je ook [hier op hun website](#). Of zie [hieronder](#):*

- ❖ **Algemeen:** aanmeldingen blijven mogelijk voor al onze zorgvormen, d.i. psychiatrisch ziekenhuis, dagziekenhuis, psychiatrisch verzorgingstehuis en mobiele teams.
- ❖ **Psychiatrisch ziekenhuis:**
  - Opnames blijven mogelijk. Opnamevragen worden steeds besproken met en geëvalueerd door een stafgeneesheer in functie van de dringendheid en de evoluties die zich voordoen.
  - Bij vragen kan je contact opnemen met de aanmeldingscoördinator op het nummer 016/45.26.26 of via mail aan: [aanmelding.kamillus@fracarita.org](mailto:aanmelding.kamillus@fracarita.org)
- ❖ **De mobiele teams:**
  - De Mobiele teams (MT Oudebaan, VZW Walden, Forensisch MT, Categoriele MT personen met een verstandelijke beperking en NAH) continueren hun werking. Nieuwe aanmeldingen blijven mogelijk. De opvolging gebeurt nu, in overleg met de patiënten, meer per telefoon of eventueel via online communicatietools (beeldbellen). Bij patiënten voor wie er een absolute noodzaak is aan face-to-face-contact, gaat het mobiel team nog op huisbezoek, waarbij dan rekening gehouden wordt met een aantal voorzorgsmaatregelen.
  - Mobiel team GGZ:
    - 016 562 111 of [mobielteamleuven@fracarita.org](mailto:mobielteamleuven@fracarita.org)

- **Gekende cliënten** die nu terug in crisis verkeren, kunnen normaliter steeds een vraag stellen aan de 2b teams, of de vraag wordt voor hen gesteld (verwijzing). Daarbij geldt gewoonlijk de 2 jaar-regel: bij heraanmelding binnen twee jaar geen intake nodig.
  - **Specifiek voor Fenix, Fenix+ en Schakelfunctie:** alle intakes en voorstellingen zijn tijdelijk uitgesteld, inclusief indicatiestelling. Men neemt contact op met betrokkenen om planning te herbekijken. Aanmeldingen kunnen nog steeds gebeuren via het aanmeldingsformulier op de website van Walden vzw . Deze worden chronologisch bijgehouden en men neemt contact op om data voor te stellen of afspraken te maken.
- ❖ **Het dagziekenhuis:** dezelfde werkwijze wordt gehanteerd als het mobiel team.
- ❖ **Het ontmoetings- en activiteitscentrum 't Collectief:** is voorlopig gesloten. Er wordt wel een telefonische permanentie voorzien. 't Collectief is bereikbaar op 016/49.85.80 én 016/49.85.81.
- ❖ **Raadplegingen:** gaan door, maar gebeuren maximaal telefonisch of via beeldbellen.

### Wat in geval van knelpunten bij ondersteuningsvragen aan Zorggroep Sint-Kamillus tijdens de Corona-crisis?

- ❖ **Gelieve eerst via de normale kanalen hierboven (en achter de links) contact op te nemen met de verschillende deelwerkingen.**
- ❖ Zijn er hierna nog knelpunten in de aanmelding of opvolging van patiënten? Dan kunt u contact opnemen met dr. Decoster via [jeroen.decoster@kamillus.broedersvanliefde.be](mailto:jeroen.decoster@kamillus.broedersvanliefde.be)

## DE SPIEGEL

### Behandelcentrum voor mensen met verslavingsproblematiek

- ❖ **Ontwenningprogramma en Therapeutische gemeenschap:**
  - Er kan telefonisch aangemeld worden voor een opname via 016/46.10.18.
  - Een intake gesprek verloopt telefonisch of digitaal (beeldbellen).
  - Bij opname gebeurt er een medische controle. Indien iemand symptomen heeft van het COVID-19 virus, zal de opname uitgesteld worden.
- ❖ **Contact met familie/netwerk:**
  - Wanneer iemand u brengt voor een opname, blijft deze persoon buiten.
  - Momenteel is er een verbod op bezoek vanuit de overheid. We proberen dit zo goed mogelijk op te vangen via beeldbellen.
- ❖ **Ambulante nazorg:** deze verloopt zoveel mogelijk telefonisch/digitaal

Deze informatie is wordt ook gebundeld op het COVID-informatieplatform van Diletti op [www.diletti.be](http://www.diletti.be)

# ALGEMENE HANDVATTEN BIJ HET OMGAAN MET IEMAND DIE, DOOR DE CORONACRISIS, PSYCHISCH LIJDT

Onderstaande tips kunnen nuttig zijn wanneer je in gesprek bent met iemand die het mentaal moeilijk heeft. Bron: [www.psy107.be](http://www.psy107.be) (of klik [hier](#) voor de slideshow)

## Basisvaardigheden voor een goed gesprek: ORBSI

1. **O**pen vragen stellen
2. **R**eflectief luisteren
3. **B**evestigen
4. **S**amenvatten
5. **I**nformatie geven

### 1. Open vragen stellen

Het tegenovergestelde van een open vraag is een **gesloten vraag**. Dat is een vraag waarop je met 'ja' of 'nee', of met een kort antwoord kunt antwoorden. Met een **open vraag** daarentegen probeer je te ontdekken wat voor de ander belangrijk is, hoe een ander iets beleeft. Op een open vraag zijn allerlei antwoorden mogelijk en dit geeft aldus de ruimte die nodig is voor de ander om zelf te vertellen wat hij of zij op dat moment belangrijk vindt. Op die manier kom je veel meer te weten dan wanneer je alleen jouw ideeën toetst of een checklist afwerkt.

### 2. Reflectief luisteren

De beste manier om je in te leven in de ander, en dit ook te tonen, is via reflectief luisteren. Reflectief luisteren betekent dat je op basis van de verbale en non-verbale info inschat of gist wat de andere je écht wil vertellen en dit met je eigen woorden kort teruggeeft aan de andere. **Hiermee ga je na of je de boodschap écht begrepen hebt en (ver)oordeel je niet.** Een goede reflectie zorgt ervoor dat iemand zich echt begrepen voelt. Daardoor ontstaat er vertrouwen, en kan het gesprek ook diepgang krijgen.  
*Opgelet:* "Dat begrijp ik." is dikwijls een nietszeggende uitspraak, die maar al te vaak gevolgd wordt door "..., maar...". Door een reflectie toon je oprecht begrip, of tenminste het verlangen om de ander te begrijpen.

### 3. Bevestigen

Door iemand bevestiging te geven, versterk je op een niet-geforceerde manier het competentiegevoel van je cliënt/patiënt en spreek je waardering uit voor zijn inzet of sterktes die hij laat zien. Bv. 'Ik merk dat je ondanks de moeilijke periode, toch weet vol te houden.'

### 4. Samenvatten

Met een reflectie reageer je meestal op het laatst gezegde. Met een samenvatting probeer je verschillende gespreksdelen tegelijkertijd samen te nemen in 3 à 5 zinnen. Je schept hierdoor overzicht en structuur in het gesprek, je contrasteert zaken met elkaar. Deze techniek helpt om de rode draad vast te houden, om een thema af te ronden en tactvol over te stappen naar een nieuw gespreksdomein.

### 5. Informatie geven

Probeer eerst empathisch te reageren en kom niet onmiddellijk met oplossingen af. Vraag eerst toestemming vooraleer je informatie geeft. Je vraagt best wat de cliënt al weet, welke

informatie hij wil krijgen of zoekt. Vervolgens verstrek je objectieve informatie over wat de cliënt wil weten. Tot slot vraag je naar feedback.

Adviezen van experts m.b.t. het coronavirus (zie ook affiches verder in bijlage)

- Objectieve info op de website van de overheid: [www.info-coronavirus.be](http://www.info-coronavirus.be)
- Hoe ga je om met angst tijdens de coronacrisis?  
<https://www.vrt.be/vrtnws/nl/2020/03/18/hoe-ga-je-om-met-angst-tijdens-de-coronacrisis/>  
<https://www.rodekruis.be/nieuws-kalender/nieuws/omgaan-met-stress-in-tijden-van-corona/>
- Psychische gevolgen van quarantaine en wat we daaraan kunnen doen?  
<https://www.vrt.be/vrtnws/nl/2020/03/17/de-psychologische-gevolgen-van-quarantaine-en-watwe-daaraan-kun/>
- Brochure: <https://www.flipsnack.com/rexmedia/moet-ik-bang-zijn-van-het-coronavirus.html>