

Wacht Verzachter

Wanneer je te maken krijgt met angsten, sombere gedachten en gevoelens merk je dat dit een wissel trekt op je dagelijks leven. Als je dit patroon wilt doorbreken vergt het moed om de eerste stap naar begeleiding te zetten, om hulp te vragen en bijvoorbeeld een afspraak met je huisarts te maken.

Als je lang op hulp moet wachten...

Een praktijkvoorbeeld. De huisarts verwijst je door naar de Praktijk Ondersteuner Huisarts Geestelijke Gezondheidszorg (GGz) binnen de praktijk. Je wacht op een afspraak en voert soms meerdere gesprekken. Als de POH GGz na deze gesprekken denkt dat er meer specialistische GGz zorg nodig is word je doorverwezen. **Je moet wachten.**

Na je intake voor specialistische GGz bespreekt de intake-medewerker je zorgvraag in het team. Totdat je wordt teruggebeld **moet je wachten.**

Het team besluit dat ze eerst willen onderzoeken of er een diagnose is, zodat ze je de beste zorg kunnen geven. Omdat zo'n een onderzoek soms uit drie verschillende afspraken bestaat **moet je wachten.**



De diagnose is gesteld: je mag op gesprek komen om de behandeling te bespreken en gekoppeld te worden aan de juiste behandelaar. Totdat je hier terecht kunt **moet je, soms heel lang, wachten...**

Het risico is groot dat je tijdens al dat wachten nog somberder, angstiger en eenzamer wordt. Dat je nauwelijks je huis meer uitkomt en dat je sociale leven, je werk, opleiding of hobby's je steeds minder interesseren.



www.wachtverzachter.nu • info@wachtverzachter.nu • 088 – 78 78 857

Wat kan de WachtVerzachter voor jou betekenen?

Je belt 088 – 78 78 857 of mailt info@wachtverzachter.nu. Een ervaringsdeskundige, die jouw situatie (h)erkent, neemt zo snel mogelijk contact met je op.

Je voelt je gehoord, gezien en serieus genomen doordat er tijd en aandacht is voor jouw situatie en wensen. We maken afspraken waar jij je goed bij voelt. Je wordt bijvoorbeeld wekelijks door (als het mogelijk is) dezelfde ervaringsdeskundige gebeld; uitgenodigd om letterlijk en figuurlijk in beweging te komen; om in een veilige omgeving aan te sluiten bij activiteiten en om bondgenoten te ontmoeten.

Terwijl je je beter gaat voelen en aan je herstel werkt is er behandeling of begeleiding in zicht. Misschien heb je die zelfs niet meer nodig.

Als je je thuis voelt bij de WachtVerzachter en iets voor anderen zou willen betekenen kun je deelnemen aan een opleidingstraject waarna je jouw ervaringen in leert zetten als onderdeel van het herstelproces van een ander mens.

Droom vanuit wensen, niet vanuit beperkingen

Je ontwikkelt je, doet werkervaring op en voert weer je eigen regie over jouw leven. Je hebt leren omgaan met je mentale uitdagingen. En er is een mogelijkheid om door te stromen naar betaald werk.



Altijd welkom

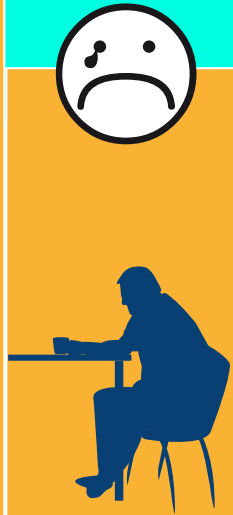
Verloopt het proces bij jou anders? Dat is ook oké! Weet dat je altijd welkom bent en mee kan doen op jouw eigen wijze!

Interventie De WachtVerzachter

inclusie • zingeving • meedoen • bewegen • opbouw sociaal netwerk • onafhankelijk • structuur • luisterend oor • activiteiten • ondersteuning



Potentiële deelnemers: mensen met angst en depressie die bereid zijn om de eerste stap te zetten.



Je gaat op zoek naar hulp en belandt in een wachtkamer (soms letterlijk op een wachtlijst).



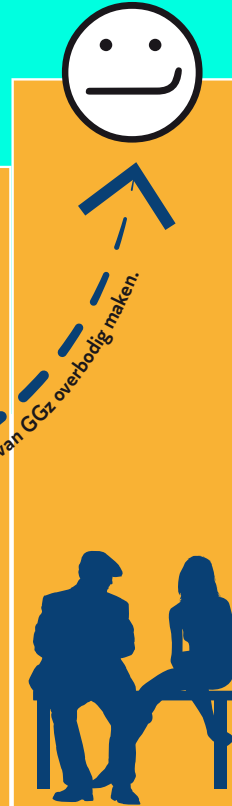
Fase van passief wachten op hulpverlening zorgt voor verergering van klachten.

POH-GGz
basis GGz
specialistische GGz

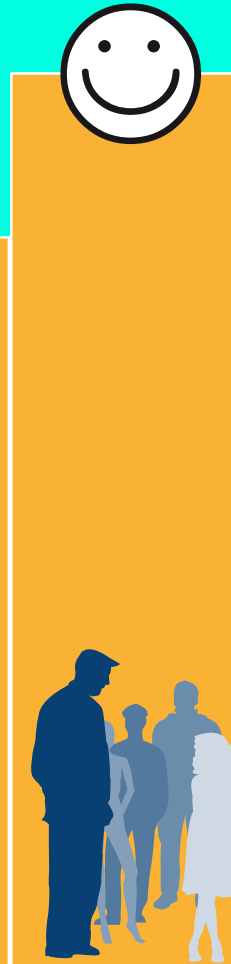
Na zinvolle wachtperiode bij De WachtVerzachter doorstrom naar GGz.

POH-GGz
basis GGz
specialistische GGz

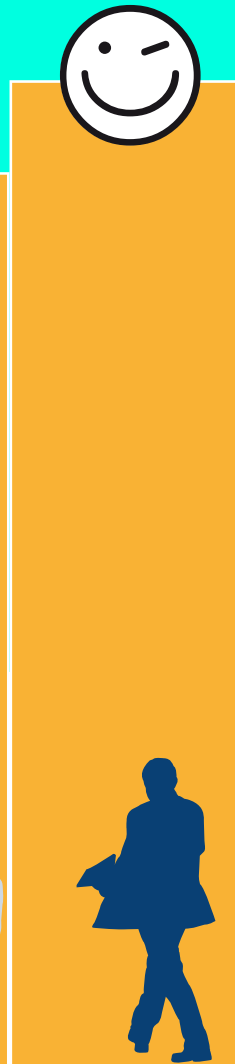
Behandeling en/of begeleiding GGz kan mogelijk korter door bagage De Wachtverzachter.



Uitstroom of doorstroom als ervaringsdeskundige.



Geselecteerde en getrainde vrijwilligers inzetten op diverse functies.



Doorgroei naar betaalde functie.

De WachtVerzachter kan in enkele gevallen de inzet van GGz overbodig maken.