Onze visie

Het team van de dagtherapie biedt een **programma aan van 8 weken**, waarbij er elke week gewerkt wordt rond een ander thema. Onze dagtherapie is ontworpen om geestelijke gezondheidszorg te bieden aan mensen die geen opname in een ziekenhuis nodig hebben. De omgeving is uitnodigend en gericht op het ondersteunen van herstel en welzijn.

Ons doel is om een therapeutische ruimte te creëren waar patiënten zich **gesterkt, gesteund en gerespecteerd voelen** terwijl ze werken aan herstel van hun geestelijke gezondheid. Het is van belang dat we samenwerken met patiënten om plannen te maken voor de toekomst om een richting te vinden voor de periode na de dagtherapie.

Het doel is om de patiënt te ondersteunen bij het **vinden van balans, betekenis en richting in het leven** ondanks psychische problemen. De focus ligt op het versterken van veerkracht en persoonlijke ontwikkeling.

Dagtherapie biedt een veilige setting waar patiënten zich kunnen richten op hun herstel. Structuur en regelmaat spelen een belangrijke rol in het creëren van stabiliteit. Naast persoonlijke groei richt dagtherapie zich op het **versterken van sociale vaardigheden**, zodat patiënten beter kunnen functioneren in hun sociale en maatschappelijke context. Dit gebeurt telkens door middel van een gevarieerd aanbod van inzichtgevende groepssessies, creatieve activiteiten, kooksessies, muziektherapie, etc.

Dagtherapie is een **groepsgebeure**n. Er is bijgevolg geen ruimte voor individuele gesprekken. We raden daarom ten sterkste aan om de sessies bij je ambulante psycholoog verder te zetten of indien je deze niet hebt, toch zo snel mogelijk op te starten.

Thema's

- Sociale vaardigheden en communicatie
- Assertiviteit
- Emotieregulatie
- Gedachten en emoties
- Zelfbeeld
- Mindfulness
- ACT (Acceptance and commitment therapy)

Team

Dr. Degraeve, psychiater.
Dr. Goossen, psychiater.
Stéphanie De Ruyter, hoofdverpleegkundige.

Verder bestaat het team uit een psycholoog, een ergotherapeut en verpleegkundigen.

Werking

De dagtherapie is **verbonden aan de PAAZ-afdeling** van AZ Alma. Er kan wekelijks op maandag gestart worden met het programma.

De eerste dag dien je jezelf aan te melden bij de dienst Inschrijvingen in het Atrium (duidelijk vermelden dat je voor dagtherapie op de PAAZ komt). Er zullen jou een aantal identificatiebandjes worden meegegeven. Elke keer dat je naar de dagtherapie komt, dien je er een te dragen.

De dagtherapie gaat door op de **3de verdieping van het C-Blok** (naast de PAAZ). Je wordt verwacht in de dagzaal op de afgesproken dagen en uren.

- **Therapiegroep**: maandagochtend, donderdag-middag en vrijdagmiddag.

- **Structuurgroep**: maandagmiddag, dinsdag-middag en vrijdagochtend.

Verloop van de dag:

- **Ochtend**: van 09.00 tot 12.15 uur.
- **Middag**: van 13.00 tot 16.15 uur.

De dagtherapie bestaat telkens uit een onthaal-moment, gevolgd door twee therapiesessies en een eindbespreking.

Er zijn **twee pauzes van elk 30 minuten voor-zien**: één in de voormiddag (van 10.30 tot 11.00 uur) en één in de namiddag (van 14.30 tot 15.00 uur).

Zowel bij de start als op het einde van het traject, vindt er steeds een gesprek plaats met één van onze artsen.

Praktische afspraken

- Er wordt verwacht dat je aanwezig bent en actief deelneemt aan de 3 therapiedagen.
- Drie keer afwezig zijn zonder geldige reden kan gevolgen hebben voor de verdere deelname aan het programma.
- Tijdens de therapiesessies wordt je verwacht in de dagzaal. Wens je iemand te bezoeken in AZ Alma? Houd dan rekening met de bezoekregels van die afdeling.
- Er wordt geen alcohol of drugs getolereerd.
- In sommige sessies wordt van je verwacht dat je aangepaste kleding en schoenen draagt (bijv. tijdens een sportsessie).

Kostprijs

De kostprijs voor dagtherapie **bedraagt gemiddeld € 6,00 per dag** en is kosteloos voor patiënten die recht hebben op een verhoogde tegemoetkoming.

Contactgegevens

Aanmelden voor dagtherapie kan tijdens weekdagen op het nummer 09 310 15 43 van:

- 11.30 tot 12.30 uur;
- 14.00 tot 15.00 uur.

Bij ziekte vragen we je om ons vóór de start van de therapiesessie telefonisch te verwittigen. Dit betekent vóór 09.00 uur voor een ochtendsessie of vóór 13.00 uur voor een middagsessie. Je kunt ons bereiken op het nummer 09 310 13 40.

Telefoonnummer **PAAZ-afdeling**: 09 310 18 33.

v20-02-2025
SAP 31489
V.U.: vzw AZ ALMA - Ringlaan 15 - 9900 Eeklo
Ond.nr. 0463.862.908
0501-AD-Extern

az alma
zorg met een hart

Contactinfo

vzw AZ Alma
(Maatschappelijke Zetel)
Ringlaan 15
B-9900 Eeklo
tel. 09 310 00 00

Polikliniek AZ Alma Sijsele
Gentse Steenweg 132
B-8340 Sijsele-Damme
tel. 09 310 00 00

www.azalma.be

az alma
zorg met een hart

Dagtherapie
PAAZ