



Mentrum
geestelijke gezondheidszorg Amsterdam



Zorg Service Centrum

*De schakel tussen behandeling en
maatschappelijke participatie*

*Het ZSC biedt cliënten uit de GGZ specifieke
ondersteuning op het gebied van werk, scholing,
financiën, vrije tijd, wonen en nog veel meer.*

Informatie voor cliënten

Zorg Service Centrum

Cliënten die in behandeling zijn bij de geestelijke gezondheidszorg hebben vaak niet alleen last van hun ziekte, maar ook van de gevolgen daarvan. Het kan moeilijk zijn om werk te vinden of te houden. Of er zijn problemen met het opbouwen van sociale contacten en relaties. Het ZSC fungeert als een schakel tussen behandeling en maatschappelijke participatie. Medewerkers van het ZSC zoeken samen met u naar uw mogelijkheden om (weer) deel te kunnen nemen aan het maatschappelijk leven en naar manieren om terugval te voorkomen. Onze mensen hebben een professionele opleiding en houden bij hun werkwijze rekening met de oorzaak en ernst van uw psychiatrische problematiek. We werken vanuit diverse locaties in Amsterdam Oost, Zuidoost en Diemen.

Routecoach als persoonlijk begeleider

Bij het ZSC krijgt u een persoonlijke routecoach. Dat is een begeleider die met u de mogelijkheden binnen en buiten het ZSC bespreekt en volgt. Samen met deze routecoach maakt u een keuze uit ons aanbod.

Wat kunnen we voor u doen?

U kunt bij ons terecht voor individuele begeleiding of behandeling, cursussen, trainingen en groepen op de volgende gebieden:

⇒ Functionele diagnostiek

Hieronder vallen verschillende methodes om inzicht te krijgen in de mogelijkheden en beperkingen die u heeft in het dagelijks leven. U krijgt zicht op uw vaardigheden op het gebied van wonen, werk, financiën of activiteiten. Vervolgens kunt u samen met de routecoach haalbare doelen opstellen en benodigde hulp en/of veranderingen inzetten.

⇒ Klachtenreductie

Onder klachtenreductie verstaan we het verminderen van of leren omgaan met uw psychische en/of lichamelijke klachten. Hieronder vallen verschillende methodes en behandelingen.

Psychomotore therapie: met bewegingsvormen en lichaamsgerichte interventies. Hiertoe behoren bijvoorbeeld yoga, ontspanningsgroepen, vrouwengroepen, mannengroepen, individuele therapieën en aandachtstrainingen (mindfulness).

Creatieve therapie: steunend, structurend en inzichtgevend, waarbij bestaande kunst als inspiratie gebruikt wordt. Deze therapie vindt meestal plaats in een groep maar als het nodig is kan het ook individueel.

Cursussen: assertiviteitstrainingen en diverse Libermancursussen. Voorbeelden daarvan zijn ‘Omgaan met verslaving’, ‘Omgaan met antipsychotische medicatie’ en ‘Omgaan met psychotische symptomen’.

Steungroepen: ‘In contact met jezelf en je omgeving’ of ‘Over Angst, Over Winnen’.

↳ **Werk**

Op het gebied van werk bieden wij trainingen, begeleiding en werkervaringsplaatsen. Trainingen: Libermanmodule ‘Omgaan met werk’, beroeporiëntatie en sollicitatietraining. Daarnaast bieden wij (job-) coachingstrajecten gericht op het verkiezen en verkrijgen van werk of op het behouden van werk, arbeidsgroepen (kort en lang).

↳ **Scholing**

U kunt kiezen uit diverse cursussen, onder andere Health 4 You (gezond leven, eten en bewegen), sollicitatietraining, competentietraining, begeleid leren (individueel of in een groep), Nederlandse les en omgaan met de computer.

↳ **Financiën**

Training: inzicht leren krijgen in het eigen budget. Verder kan het maatschappelijk werk u ondersteunen bij het aanvragen van een uitkering, begeleiden naar inkomensbeheer, regelen van bewindvoering, schuldbemiddeling of verwijzing naar schuldhulp, helpen met een volledige inventarisatie van de financiële situatie en het ondersteunen in het verkrijgen van een sociale voorziening en/of verzekering.

⇒ **Wonen**

Onze medewerkers kunnen u ondersteuning bieden bij het verkrijgen en behouden van huisvesting. Zij kunnen u bijvoorbeeld helpen bij het vinden van woonruimte, leren koken, boodschappen doen en het huis op orde houden.

⇒ **Sociaal netwerk**

Trainingen: Partner- en familieondersteuning. Libermanmodule 'Omgaan met sociale relaties', bestaande uit twee delen. Deel 1: Het aangaan en onderhouden van sociale relaties. Deel 2: Het aangaan en onderhouden van intieme relaties.

⇒ **Activering/recreatie en vrije tijd**

Activiteiten: ontmoetingsruimte, zomer- en winteractiviteiten, bewegen op muziek, bezoekerskrant (creatief), sporten, PMT fitness, PMT volleybal, vrijetijdsgroep.

Activiteitenbegeleiding: handvaardigheid, tekenen, open inloop.

Trainingen: Libermanmodule 'Omgaan met vrije tijd', leefstijlgroep, nailessen.

Mist u een activiteit of training in ons aanbod? Leg het voor aan uw route-coach. Wie weet zijn er mogelijkheden om het aanbod op uw vraag af te stemmen.

Hoe meldt u zich bij ons aan?

Als u bij ons in zorg bent loopt de aanmelding bij het Zorg Service Centrum via uw behandelaar. Die kan u aanmelden met behulp van een digitaal aanmeldingsformulier.

Bent u niet bij ons in zorg dan kunt u voor aanmelding en nadere informatie contact opnemen met ons secretariaat. Telefoon: 020 – 891 34 94. e-mail: zsc@mentrum.nl

Wat gebeurt er met uw aanmelding?

Als de aanmelding van uw behandelaar bij ons binnen is, krijgt u een eigen routecoach. Die is uw contactpersoon binnen het ZSC. De routecoach nodigt u uit voor een kennismakingsgesprek. In dit gesprek wordt uw hulpvraag besproken en bekijkt u welke mogelijkheden het ZSC voor u heeft. Op die manier komt u samen tot een routeplan. Hierin worden uw doelen, behandelings- en/of deelname aan activiteiten binnen het ZSC vastgelegd. Tijdens dit traject kan uw routeplan als het nodig is altijd aangepast worden. Uw wensen en mogelijkheden staan daarbij centraal.

Wat gaat het u kosten?

Deelname aan onze behandelingen, begeleidingstrajecten of activiteiten wordt gefinancierd via o.a. uw ziektekostenverzekering, AWBZ, UWV of CWI. Als u in zorg komt bij Mentrum kan dat wel gevolgen hebben voor de eigen bijdrage die geldt voor uw ziektekostenverzekering.

Waar vindt u ons?

Het Zorg Service Centrum werkt vanuit verschillende locaties in Amsterdam Oost, Zuidoost en Diemen.

Hoofdlocatie en secretariaat:

Zorg Service Centrum Domselaerstraat

Domselaerstraat 126

1093 MB Amsterdam

Telefoon (020) 891 34 94

Openingstijden: maandag t/m vrijdag van 9.00 tot 17.00 uur

www.mentrum.nl

Overige locaties:

Zorg Service Centrum Muiderpoort

Domselaerstraat 128

1093 MB Amsterdam

Zorg Service Centrum De Punt
Domselaerstraat 128a
1093 MB Amsterdam

Zorg Service Centrum Sporenburg
J.F. van Hengelstraat 105
1019 TP Amsterdam

Zorg Service Centrum Reigersbos
Ravenswaaipad 62a
1106 AV Amsterdam

Zorg Service Centrum Netwerk
Kempering 66
1104 KG Amsterdam

Zorg Service Centrum Kempering
Kempering 73
1104 KG Amsterdam

Zorg Service Centrum Nienoord
Nienoord 2
1112 XG Diemen

Mentrum is er voor cliënten met langerdurende, complexe
psychiatrische problematiek
Mentrum is onderdeel van Arkin

Druk november 2009

