



### Adres

Trace transmuraal centrum voor LVB en psychiatrie  
Vlaardingenlaan 5  
1059 GL Amsterdam  
T (020) 590 10 00  
[www.mentrum.nl/trace](http://www.mentrum.nl/trace)

Metro: lijn 50 halte Henk Sneevlietweg, ca 8 minuten lopen  
Bus: lijn 62 halte Naaldwijkstraat  
Auto: voldoende parkeerplaatsen, wel betaald.

*Mentrum behandelt mensen met langer durende ernstige psychiatrische en/of verslavingsproblemen. Wij helpen mensen zo veel mogelijk te herstellen en weer een waardevolle plek in de samenleving te vinden. Dat doen we samen met de cliënt, zijn familie en vrienden, en met huisartsen, gemeente, stadsdelen en andere zorginstellingen. Voor ouderen hebben wij een specifiek aanbod.*

[www.mentrum.nl](http://www.mentrum.nl)

© Beeldmateriaal locatie - Eric den Oude. Voor de fotografie is gebruikgemaakt van modellen.

## Even voorstellen

TRACE TRIPLE-AFDELING  
TRANSMURAAL CENTRUM VOOR  
LVB EN PSYCHIATRIE

INFORMATIE VOOR DE CLIËNT



## Welkom bij Trace, centrum voor LVB en psychiatrie.

Wij zijn een behandelcentrum voor mensen een lichte verstandelijke beperking die last hebben van psychiatrische klachten en/of verslaving.

*U bent op de tripleafdeling van V&P 3 van Mentrum. Dit is een afdeling in een psychiatrisch ziekenhuis. Dit betekent dat u zelf vindt dat u hulp nodig heeft of dat anderen vinden dat u hulp kunt gebruiken. We behandelen u voor uw verslaving en omdat u daarbij ook onrustig, boos of somber bent. Of omdat u last heeft van gedachten in uw hoofd. Wij willen u hier zo goed mogelijk bij helpen.*

### Wat is een lichte verstandelijke beperking?

Mensen met een lichte verstandelijke beperking hebben moeite met leren en vinden het vaak lastig om zich zonder hulp van anderen staande te houden in de maatschappij. We noemen dit ook wel LVB, verstandelijke beperking of moeilijk lerendheid. Bij Trace komen mensen die een IQ hebben onder de 85.

### Wat zijn psychiatrische klachten?



Door problemen in uw leven kunt u overbelast raken. Het wordt u allemaal te veel. Bijvoorbeeld door grote veranderingen, het verlies van iemand die u goed kent of nare gebeurtenissen. Ook herinneringen uit uw jeugd of problemen in het omgaan met andere mensen kunnen een rol spelen. Daardoor kunt u klachten krijgen waardoor het slecht met u gaat. U heeft dan hulp en behandeling nodig.

Voorbeelden zijn:

- U voelt zich lusteloos of somber
- U vindt het moeilijk contact te hebben met andere mensen
- U hoort stemmen in uw hoofd



- U kunt heel erg boos worden
- U heeft rare gedachten
- U doet dingen steeds opnieuw zonder dat u het kan stoppen

Naast deze klachten gebruikt u ook alcohol of drugs. U drinkt veel, gebruikt cannabis of andere middelen als cocaïne.

### Wat is de triple-afdeling?

De triple-afdeling is een afdeling in de kliniek, een psychiatrisch ziekenhuis. De behandelaren en begeleiders helpen u bij uw psychische klachten, maar ook bij uw verslaving. Er zijn dag en nacht begeleiders aanwezig. U bent met meerdere mensen in een groep. U heeft een eigen kamer met badkamer, wastafel en toilet. In uw kamer staat een kledingkast, een tafel en een stoel. Er is een kluisje met een slot voor uw belangrijke spullen. U kunt beter geen dure spullen meenemen naar de kliniek.



Er is een huiskamer voor iedereen samen. Daar staat ook een tv en u kunt er met begeleiders praten. Er wordt samen met de groep gegeten. In de huiskamer is een tafeltennistafel en verschillende spellen.



## Wat gebeurt er tijdens de behandeling?

Om u zo goed mogelijk te helpen, werken wij met een behandelprogramma: 'het faseplan'. Uw opname begint met een opnamegesprek. In dat gesprek bepalen wij samen in welke fase u zit. U krijgt uw eigen programma met behandelonderdelen, activiteiten en afspraken die wij samen maken.



Elke week kijken wij samen met u wat u bereikt hebt en of het al beter gaat. Als het goed gaat, dan kunt u naar een volgende nieuwe fase. Uw programma wordt dan aangepast. Net zo lang tot u klaar bent om naar huis te gaan. Ook daarna kunt u nog hulp van ons krijgen als het nodig is, maar u hoeft dan niet meer in de kliniek te blijven.

## Met wie krijgt u te maken?

U krijgt twee 'persoonlijk begeleiders'. Dit zijn groepsbegeleiders of verpleegkundigen. Zij staan tijdens de opname naast u: u kunt bij hen terecht als u zich zorgen

maakt. Zij ondersteunen u tijdens belangrijke gesprekken en maken samen met u afspraken over uw behandeling. Een persoonlijk begeleider werkt niet elke dag, maar u weet vooraf wanneer zij er wel voor u zijn.

Op de afdeling werken ook nog verschillende andere mensen, bijvoorbeeld groepsbegeleiders, verpleegkundigen, psychologen en psychiaters. Iedereen kan helpen bij de behandeling, maar meestal spreekt u ze niet allemaal.

## Hoe lang duurt de behandeling?

Een opname duurt meestal zes tot acht weken. Soms kan het ook korter of juist langer zijn. Dit is afhankelijk van de vragen die u en uw verwijzer hebben.

## Bezoek is welkom!



Uw familie, partner of vrienden kunnen op bezoek komen. Zij kunnen u steunen zodat het beter met u gaat. Daarom is het fijn als zij u bezoeken. De begeleiders kunnen u vertellen wanneer en hoe laat u bezoek mag krijgen.

## Wat zijn uw rechten?



Als u bij ons in behandeling bent, heeft u natuurlijk ook rechten. In het kort:

- U mag weten wat er in uw dossier staat.
- Alle medewerkers van het team hebben een beroepsgeheim. Dit betekent dat ze zonder uw toestemming niet iets over u aan anderen buiten het team mogen vertellen.
- U mag een kopie vragen van uw behandelingsplan



Als u niet tevreden bent, kunt u dit altijd zeggen tegen uw behandelaar of persoonlijk begeleider. We proberen het dan samen op te lossen. U mag ook een klacht indienen. Voor meer informatie is er een folder 'Een klacht? Daar komen we samen uit!' Op de website van Mentrum staat ook een filmpje om uit te leggen wat u kunt doen als u niet tevreden bent. Kijkt u op [www.mentrum.nl](http://www.mentrum.nl)

### Wat verwachten wij van u?

We gaan ervan uit dat u zelf ook uw problemen wilt aanpakken. Wij kunnen u hierbij helpen, maar dat kan alleen wanneer u dit zelf ook wil.

Wij verwachten dat u zich tijdens de opname houdt aan de huisregels kliniek Vlaardingenlaan en de afdelingsafspraken van V&P3. Deze huisregels en afspraken ontvangt u tijdens het opnamegesprek.

### Wat kost het?

U hoeft de behandeling niet zelf te betalen, dit doet uw zorgverzekering. Wel betaalt u een eigen risico. Als u zelf niet weet hoe hoog uw eigen risico is, kunt u dit navragen bij uw zorgverzekeraar.



### Uw mening is belangrijk

U kunt meedenken en meepraten over uw behandeling. Maar ook over onze kliniek. Dit kan via de Cliëntenraad. Zij komen op voor wat belangrijk is voor u en andere cliënten. U kunt de Cliëntenraad bellen op maandag tot en met donderdag. Het telefoonnummer is (020) 590 44 54.

Uw familie en vrienden zijn ook belangrijk in uw behandeling. Soms maken zij ook kennis met onze kliniek en uw behandelaren. Als zij willen meedenken over hoe het gaat in de kliniek kunnen zij naar de Naastbetrokkenraad. De Naastbetrokkenraad heeft iedere donderdag spreekuur van 13.00 tot 16.00 uur. Hun telefoonnummer is (020) 580 40 95.

### Heeft u nog vragen?



U kunt uw vragen altijd stellen aan uw persoonlijk begeleider of aan uw behandelaar. Zij zijn er om u te helpen.