

## Beste psychosociale hulpverlener,

We zijn intussen toe aan de derde nieuwsbrief over de psychosociale hulpverlening tijdens de Corona crisis. Het “psychosociaal coördinatiecomité” (PSCC) blijft nog steeds regelmatig samenkomen, zodat de verschillende psychosociale diensten en instanties zo goed mogelijk kunnen **samenwerken** en de vinger aan de pols kunnen houden voor de organisatie van psychosociale ondersteuning.

In deze nieuwsbrief vinden jullie meer informatie over:

1. Strategie .....	1
2. Organisatie van de psychosociale opvang .....	2
Centra Geestelijke Gezondheidszorg .....	2
Outreaching werken .....	2
3. Zorg voor zorgverleners .....	3
Zorgverleners kunnen terecht op <a href="http://www.dezorgsamen.be">www.dezorgsamen.be</a> .....	3
Online snelcursus voor zorgverleners .....	3
First responders .....	3
4. Helpende handen .....	4
Vrijwilligers .....	4
Psychologische hulpverlening .....	4
5. Iedereen OK? .....	4
6. Best practices .....	5

### 1. Strategie

Psychosociale opvolging na collectieve noodsituaties vraagt maatwerk. Iedere noodsituatie is anders, maar deze crisis spant op dat vlak de kroon. In de meeste gevallen gebeurt er een ramp, regelt het **psychosociaal interventieplan** (Federale bevoegdheid, FOD Volksgezondheid) de aanpak van de **acute psychosociale hulpverlening**, waarna via een **transitiefase** de coördinatie wordt overgedragen aan de Gemeenschappen die bevoegd zijn voor **nazorg**. Bij deze crisis duurt de “acute fase” ontzettend lang, waardoor alle psychosociale diensten van de Gemeenschappen reeds volop actief zijn.

In het belang van de getroffen en moet er een **goede samenwerking** georganiseerd worden tussen de massale hoeveelheid betrokken diensten, instanties en regelgevingen. Het **psychosociaal coördinatiecomité** vult deze coördinerende rol in. Tijdens de acute fase zijn het de psychosociaal managers van FOD Volksgezondheid die hierin de leiding nemen.

De meeste diensten hebben zich ondertussen goed kunnen organiseren en werken keihard door om psychosociale ondersteuning in hun eigen domein te laten draaien. Ondertussen beginnen we

stilletjes aan na te denken over de aanpak in de transitiefase. Wanneer de mist straks optrekt, zullen we pas echt zien hoeveel schade er is. Dan moeten we klaar staan. Uit de resultaten van onze monitoring blijkt nu al dat de psychische klachten drastisch toenemen. Een wetenschappelijk comité bij de Hoge Gezondheidsraad ondersteunt ons bij de voorbereiding van deze overgangsfase en de organisatie van de nazorg.

Tijdens de transitiefase zal de leiding over het psychosociaal coördinatiecomité overgedragen worden aan de **coördinator nazorg**, die op dit moment al deel uitmaakt van het team.

## 2. Organisatie van de psychosociale opvang

Zoals gezegd werken we met een model van stepped care. In de [vorige nieuwsbrief](#) gaven we een overzicht van noodnummers en chats waar mensen in eerste instantie terecht kunnen. Waar nodig worden zij doorverwezen naar de reguliere eerstelijnsdiensten, zoals de centra voor geestelijke gezondheidszorg. Vandaag plaatsen we hen eens in de kijker.

### Centra Geestelijke Gezondheidszorg

De CGG maakten een grote sprong voorwaarts door in deze periode kwaliteitsvolle geestelijke gezondheidszorg te blijven aanbieden. Met behulp van **digitale toepassingen** om de fysieke afstand te overbruggen, maar ook door te telefoneren.

De hulpverleners contacteren alle personen die **reeds in behandeling** zijn om samen met hen de juiste ondersteuning te bepalen. Dat kan gaan van af en toe een telefoontje tot een aantal afspraken om via beeldbellen de behandeling verder te zetten.

Ook de mensen die na diagnosestelling **nog wachten** op de start van hun behandeling worden niet vergeten. Zij worden actief gecontacteerd om na te gaan wat zij in deze coronatijd specifiek nodig hebben. Samen maakt men hierover afspraken.

De CGG zetten maximaal in op **psychische nabijheid**, maar tegelijk blijven nog steeds face-to-face-contacten mogelijk, in die situaties waar de zorgvraag dit absoluut vereist.

De tijd die vrijkomt voor de CGG-medewerkers wordt op meerdere manieren ter beschikking gesteld aan **externe zorgpartners** zoals bv tijdelijke ondersteuning aan de zorgenden in woonzorgcentra en de vervolgzorg op de algemene telefoonlijnen van Tele-Onthaal en Awel voor situaties waar gespecialiseerde ambulante GGZ aangewezen is. Een specifiek dispatchplatform wordt hiertoe door Wellweb kosteloos ter beschikking gesteld aan de CGG, waarvoor onze oprechte dank.

### Outreachend werken

De resultaten van onze dagelijkse monitoring tonen aan dat het louter aanbieden van psycho-informatie en een hulpaanbod via telefoonlijnen en chat niet voldoende is. De drempel naar dit soort hulp is voor sommige doelgroepen te hoog. Vanuit het PSCC stimuleren we de diensten om zo veel mogelijk outreachend te werken te werken naar deze doelgroepen, die niet of ontoereikend bereikt worden door het huidige dienst-, hulp- en zorgverleningsaanbod.

We moeten bij deze crisis extra aandacht hebben voor **moeilijk bereikbare en soms kwetsbare doelgroepen** (allochtone groepen, minderheidsgroepen, etc). We proberen de communicatie rond de

psychosociale tips te laten doorstromen via een samenwerking met het Agentschap integratie en inburgering.

### 3. Zorg voor zorgverleners

We kunnen het niet genoeg herhalen. De Covid-19-pandemie heeft een enorme impact op de zorgsector: artsen, zorgpersoneel en iedereen die achter de schermen bijdraagt om het systeem draaiende te houden. Vooral het uitputtende effect van deze langdurige crisis maakt het een extra grote uitdaging.

Het is absoluut noodzakelijk om zorgverleners mentaal te ondersteunen en te begeleiden bij het in stand houden van hun veerkracht om werken in deze omstandigheden mogelijk te houden. Niet enkel op dit moment, maar ook in de transitiefase en op langere termijn. De druk op de gezondheidszorg zal de komende maanden zeer hoog blijven.

Zorgverleners kunnen terecht op [www.dezorgsamen.be](http://www.dezorgsamen.be)

Dit platform werd in de vorige nieuwsbrief al kort vermeld, maar moet nog eens goed in de verf gezet worden. Via een trapsgewijze aanpak wil het platform het mentaal welbevinden van alle zorgverleners gericht ondersteunen. De ZorgSamen is er **voor iedereen die werkt in de zorg**, ongeacht hun statuut of functie: artsen, verpleegkundigen, middenkader, logistiek en administratief medewerkers, schoonmaak- en keukenmedewerkers... en ongeacht de zorgsetting waarin ze werken: in ziekenhuizen, woonzorgcentra, eerste lijn, welzijn of thuiszorg.



#### Online snelcursus voor zorgverleners

We verwezen in onze vorige nieuwsbrief naar de [online cursus](#) voor het bieden van psychosociale opvang in deze crisis. Deze e-learning ontwikkeld door Rode Kruis Vlaanderen is continu in opbouw, waarbij nieuwe modules worden toegevoegd. Ga zeker nog eens een kijkje nemen op de website of klik door via de [de-zorgsamen.be](http://de-zorgsamen.be).

#### First responders

Ook het personeel van **hulpdiensten als politie en brandweer** werkt in de frontlinie. Zij kunnen niet in hun kot blijven, want ze bemannen cruciale posities in bv ambulances en toezicht op het naleven van de maatregelen. Naast – uiteraard- het uitvoeren van hun dagelijkse activiteiten die doorlopen.

Binnen deze organisaties zijn teams van maatschappelijk assistenten, psychologen, slachtofferbejegenaars of getrainte collega's actief om de nodige ondersteuning te bieden. Binnen de brandweer is het FIST al jarenlang actief voor peer-to-peer ondersteuning aan collega's na zware

interventies. Ook binnen Politie zijn er in de verschillende politiezones tal van ondersteuningsteams actief.

## 4. Helpende handen

Heel wat mensen voelen zich machteloos in deze situatie. Vaak hebben ze ook wat meer tijd en dus gaat men op zoek naar een zinvolle activiteit.

### Vrijwilligers

Op de website <https://www.vlaanderenhelpt.be/> worden hartverwarmende acties van solidariteit samengebracht. Mensen die willen helpen kunnen zich registreren als vrijwilliger en aansluiten bij een van deze activiteiten.

Het Rode Kruis heeft de “crisisvrijwilliger” in het leven geroepen. Deze biedt in zorginstellingen ondersteuning bij logistieke taken zoals bedden opmaken of maaltijden rondbrengen, vooral waar men te maken krijgt met personeelstekorten. <https://www.rodekruis.be/wat-kan-jij-doen/word-vrijwilliger/wat-kan-je-doen/crisisvrijwilliger/>

### Psychologische hulpverlening

Wij krijgen nog steeds enorm veel vragen van hulpverleners die willen helpen.

We raden elke hulpverlener aan om in eerste instantie te zorgen voor continuïteit in de reguliere werking. Wie extra ruimte heeft wendt zich best naar de eigen of naburige (psychologen)kring, waar de capaciteit van de praktijken wordt opgelijst.

Voor psychologen wordt deze capaciteit centraal verzameld en ter beschikking gesteld van de huisartsen en het platform [www.dezorgsamen.be](http://www.dezorgsamen.be). In [deze nota](#) vind je meer informatie over het aansluiten bij het terugbetalingsproject eerstelijnspsychologische zorgen, waarover sprake in de vorige nieuwsbrief.

[www.ikzoekhulp.be](http://www.ikzoekhulp.be) helpt zowel doorverwijzers als hulpzoekenden in hun zoektocht naar professionals die actief zijn in Vlaanderen op het vlak van **geestelijke gezondheidszorg** en dit in de ruimste betekenis van het woord: psychische problemen, relatieproblemen, opvoedingsproblemen, werkgerelateerde of aanverwante problemen. Of je nu op zoek bent naar een psycholoog / een psychotherapeut / een orthopedagoog / een seksuoloog / een bemiddelaar / een counselor of een coach,... Je kan ze allemaal vinden op deze website. Allen zijn lid van het Konnektit netwerk ([www.konnektit.be](http://www.konnektit.be)) en dit betekent dat ze gescreend werden op basis van diploma en ervaring.

## 5. Iedereen OK?

We merken dat de psychische last bij de bevolking een stijgende lijn volgt. Niet alleen bij mensen die reeds een bepaalde kwetsbaarheid in zich hadden, maar bij een veel bredere groep. Het is niet evident om daarmee om te gaan, want deze mensen zien we vaak niet uit zichzelf een hulplijn contacteren.

In onze eerste nieuwsbrief spraken we over [www.iedereenok.be](http://www.iedereenok.be). Deze laagdrempelige tool richt zich op het versterken van veerkracht, door aan de slag te gaan met gevoelens van overspoeling, angst en

