

BINNENKIJKEN IN HET PCM

VRIJWILLIGERSWERK IS EEN 'WIN-WIN SITUATIE' VOOR ALLE BETROKKENEN



“

Ik sta steeds open voor nieuwe uitdagingen. Dat houdt me jong.

Op een nazomerse ochtend die eerder als herfst aanvoelt, maak ik kennis met Dirk. Hij zit mij op te wachten in de leefruimte van de Kade, de afdeling voor mensen met een persoonlijkheidsstoornis en/of een verslavingsproblematiek.

Dirk is geen patiënt hier, niet meer. Hij werkt op de Kade als vrijwilliger om de nieuw opgenomen patiënten wegwijs te maken.

MEER DAN RONDLEIDINGEN GEVEN

PCM: Dirk, jij werkt hier in het ziekenhuis als 'vrijwilliger', wat houdt dit in?

Dirk: Ik kom gemiddeld twee keer per week langs op de Kade. Als er nieuwe patiënten zijn opgenomen, die hier voor het eerst verblijven, geef ik hen een rondleiding. Dan wandelen we letterlijk het hele domein af.

Ik toon de therapielokalen, de sportzaal, de cafetaria, de sociale dienst, waar ze moeten zijn als ze een consultatie hebben met de dokter ... Het is ook belangrijk dat je toont waar de trappen zijn, en de liften voor mensen in een rolstoel en wat dan de kortste weg is naar hun bestemming. Want in het begin is het precies een doolhof hier.

PCM: Merk je dat patiënten het aangenamer vinden dat jij dit doet in plaats van een verpleegkundige?

Dirk: Ik denk het wel. Ze kunnen me van alles vragen, ook dingen die ze misschien niet aan medewerkers zouden durven vragen. Ik merk dat ze dat wel waarderen.

VRIJWILLIGERSWERK IS EEN 'WIN-WIN SITUATIE' VOOR ALLE BETROKKENEN

Dirk: Ik ben vorig jaar ook zelf opgenomen geweest op de Kade, ongeveer 7 maanden. Ik heb diep gezeten. Maar het team heeft me er terug bovenop geholpen. Ze hebben hier van mij 'een andere mens' gemaakt. Daarom wou ik ook iets terug doen, zowel voor de patiënten als voor de medewerkers.

Als de mensen een babbeltje willen slaan, of met iets zitten, mogen ze me altijd aanspreken. Ook bij conflicten met het team kan ik bemiddelen, indien nodig. Dat deed ik vroeger al toen ik zelf opgenomen was. Ik ben goed in brandjes blussen. Een goed gesprek lost al veel op. Ik luister ook altijd naar beide kanten van het verhaal. En dan durf ik ook zaken zeggen, hoor. Ik ben een flapuit, ik zeg mijn mening. Ik zal nooit achter de rug spreken en dat appreciëren de mensen.

Ik vind respect heel belangrijk. Ik kan niet verdragen dat mensen grof zijn tegen elkaar. Vriendelijk zijn kost geen geld. Ik durf er ook op spreken als ik hoor dat iemand van het team wordt afgesnauwd. Je doet dat niet. Sommigen beseffen niet wat ze hier allemaal doen voor de patiënten.

PCM: Krijg je veel waardering voor jouw werk hier?

Dirk: Ik vind van wel, zowel van de patiënten als van het team. Ik heb ook een zeer goede band met de medewerkers.

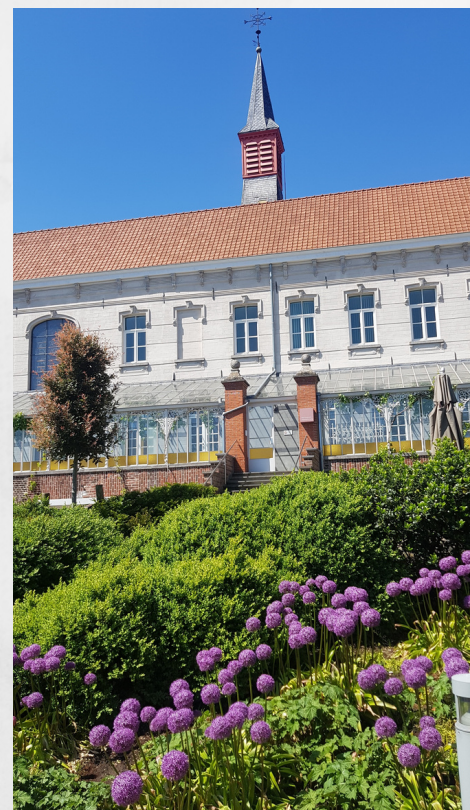
Toen ik opgenomen was, heb ik enorm veel gehad aan de gesprekken met bv. de psychologe, en met sommige verpleegkundigen. Ik kon altijd op ze rekenen. Ik mocht ook de patiëntenparticipatieraad mee organiseren.

De maatschappelijk assistente heeft zich dan weer keihard ingezet om een woning voor mij te vinden. Ik stond op straat. En veel huisbazen zien je als 'psychiatrisch patiënt' niet graag komen. Ze hebben jammer genoeg nog altijd veel vooroordelen.

Annelies heeft hemel en aarde verzet om mij terug een 'thuis' te kunnen geven. Dat hebben we ook gevonden. Ik woon nu in de zorg-residentie De Eglantier in Wevelgem.

We hebben hier ook super veel 'leute' gemaakt op de afdeling.

Dat alles creëert een band die niet zomaar verdwijnt als je hier vertrekt.



Het team van de Kade weet dat ze me altijd mogen bellen, zelfs al is het om mee logistieke taken op te nemen. Ik help waar ik kan.

PCM: Kan jij hier zelf ook nog altijd hier terecht als je het even moeilijk hebt?

Dirk: Zeker. In het begin van dit jaar heeft een goede vriendin zelfmoord gepleegd. Ik had haar leren kennen hier in het PCM tijdens mijn opname. Ik verbleef hier toen al niet meer, maar de mensen van de Kade hebben me zelf gebeld met het slechte nieuws en ik kon meteen op de afdeling terecht voor een gesprek. Ik werd enorm goed opgevangen. Zowel de hoofdverpleegkundige als andere teamleden maakten tijd voor mij vrij. Ik volg hier ook nog de creatieve sessie in nabehandeling. Tijdens de eerste fase van de coronacrisis, mocht ik niet op de afdeling komen. Ik heb dat wel gemist toen, al heb ik mij niet verveeld. Mijn agenda, die ik hier trouwens heb leren gebruiken, stond en staat steeds vol. Ik heb hier geleerd hoe ik mijn leven beter kan organiseren.



VRIJWILLIGERSWERK IS EEN 'WIN-WIN SITUATIE' VOOR ALLE BETROKKENEN

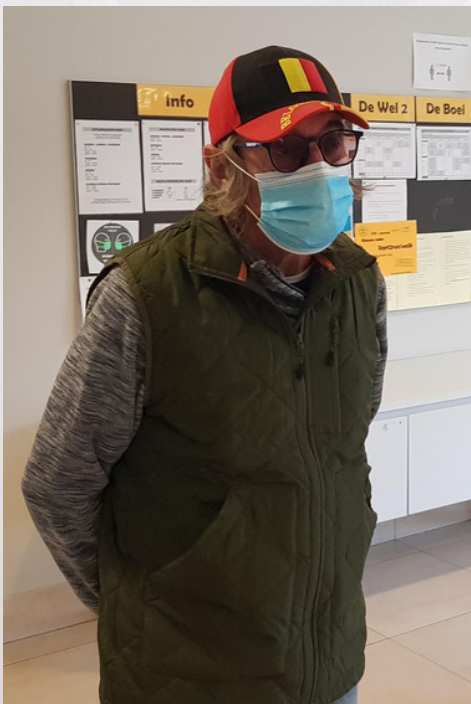
Drukke agenda

PCM: Doe je nog ander vrijwilligerswerk?

Dirk: Het mobiele team Amphora heeft mij gevraagd om mee te werken aan hun nieuwe project 'Koffiepad'.

Elke twee weken is er op vrijdagmiddag een soort bijeenkomst van ex-patiënten van het PCM en van de mobiele teams. Het gaat om mensen die hulp en inspiratie zoeken om hun vrije tijd leuk in te vullen. Dat is niet voor iedereen gemakkelijk. Veel informatie is bv. enkel te vinden op websites, en niet iedereen heeft een computer of kan er mee werken. Soms is de drempel ook te hoog, omdat ze niemand kennen en bang zijn om een hobby, sport of andere activiteit alleen te beginnen. Bij Koffiepad willen we elkaar informeren en inspireren. Ik heb al veel informatie doorgegeven om meteen nu vrijdag goed van start te gaan.

Daarnaast help ik geregeld in CC De Steiger in Menen. Zo spring ik in als 'suppoost' (toezichter) bij tentoonstellingen, help ik bij het valideren van ticketten, regel ik het verkeer bij openluchtevenementen ...



BINNENKIJKEN IN HET PCM



In de Eglantier, waar ik woon, help ik ook vaak mee in de keuken, ik vul de frigo's aan, doe de afwas ... Tijdens de eerste fase van de corona-crisis mochten de bewoners van de zorgresidentie geen gebruik maken van de cafetaria, dan hielp ik mee de maaltijden rondbrengen.

Als er iets moet gerepareerd worden, mogen ze me altijd bellen. Ik spring ook in om boodschappen te doen voor mijn burens. Ik doe dat met plezier, en je krijgt er zoveel vriendelijkheid en warmte voor terug. Ik moet echt bezig zijn, zo wandel en fiets ik veel. Ik heb ook een volkstuintje waar ik wat groentjes kweek.

Daarnaast ben ik ook enorm geïnteresseerd in alles wat te maken heeft met Wereldoorlog I en II. Ik heb al veel belangrijke oorlogsites en musea bezocht in binnen- en buitenland.

Ik lees ook veel boeken. Met televisiekijken kan ik me minder bezig houden, het nieuws en sport volg ik wel.

En nu ga ik ook nog computerlessen volgen, 15 lessen van telkens 3u. Ik kende niets van computers en dacht eerst dat ik te oud was om het nog te leren.

Maar voor steeds meer zaken heb je de computer nodig, je moet minimum een mailtje kunnen sturen of ontvangen.

Tijdens corona kregen we in de zorgresidentie allemaal gratis internet ter beschikking. Ik stelde ook vast dat je voor alles een afspraak moest maken, liefst met een mailtje of online. Dus ik besloot erin te vliegen en ik heb me ingeschreven voor de computerlessen in de Steiger. Ik sta altijd open voor nieuwe uitdagingen, dat houdt me jong.

PCM: Je blijkt over enorm veel energie en enthousiasme te beschikken.

Dirk: Elke dag heb ik een doel en dat vind ik leuk. Ik verveel me nooit. Het vrijwilligerswerk dat ik doe, geeft me veel voldoening, en ik maak er anderen ook blij mee. Ik kan echt zeggen dat ik gelukkig ben nu.

PCM: Heb je nog advies voor mensen die het momenteel ook psychisch moeilijk hebben?

Dirk: Zoek hulp! Neem contact op met je huisarts of met het PCM. Er zijn hier mensen die je fantastisch kunnen helpen. Je moet niet bang zijn.

In de volksmond praten sommigen nog wel over het ziekenhuis als het 'zottekot'. Als ik dat hoor, ga ik er onmiddellijk tegenin. Ik probeer hen uit te leggen dat ze nog een totaal verkeerd beeld hebben van de psychiatrie. Ja, de ene persoon zit misschien dieper, dan de andere, en heeft meer zorg nodig. Het zijn daarom geen 'gekken' hé. Er is gepaste hulp voor iedereen. Maak er gebruik van.

