**Opname Voorkomende Deeltijd Behandeling (OVDB)**

**Voor wie?**

De OVDB is aanvullend voor cliënten die in behandeling zijn bij de polikliniek PHS. Het maakt geen onderdeel uit van de deeltijdbehandeling. Beiden zitten in hetzelfde gebouw.

**Wat houdt OVDB in?**

De bedoeling is dus om een opname te voorkomen of om een geleidelijke overgang tussen de opnameafdeling en de thuissituatie te bieden.

De OVDB biedt met name meer structuur in de week en een plek om ervaringen te kunnen delen.

De cliënt behoudt zijn/haar eigen behandelaar en bespreekt hiermee het vervolg.

**Programma**

Een belangrijk onderdeel van het programma is het maken van een crisissignaleringsplan. Uiteindelijk resulteert dit in een plan dat via onze digitale eHealth omgeving (Karify) in het digitale dossier komt en een houvast kan bieden voor de cliënt, zijn/haar omgeving en behandelaren.

Het crisissignaleringsplan zal ook terugkomen in het onderdeel psycho-educatie.

Bij het onderdeel psycho-educatie komen de volgende onderwerpen gedurende de 6 weken aan bod:

* Slapen, slaapmedicatie, drugs en alcohol
* Dagstructuur (waar besteed je je uren aan, aan welke activiteiten?)
* Emotieregulatie en mindfulness
* Uitdagen van gedachten d.m.v. G-schema
* Steunsysteem inzetten tijdens crisis
* Kwetsbaarheden en krachten uitwerken.

Het programma is op dinsdag van 10.45 uur tot 15.00 uur en op donderdag van 11.45 uur tot 14.45 uur. Het programma bestaat uit de volgende onderdelen:

* dagopening en dagafsluiting,
* een crisissignaleringsplan blok
* psycho educatie
* een groepsgesprek, lunch en wandelen.

**Duur van de behandeling**

De OVDB is een behandeling van maximaal 6 weken en richt zich op stabilisatie en het voorkomen van een opname.

We richten ons op het aanhouden/aanbrengen van structuur in de dag en een goed dag- en nachtritme. Onze ervaring is dat werken aan je basis helpend is om uit de crisis te komen.

**Aanmelden**

Je kunt je voor de OVDB aanmelden door te bellen met nummer: 06 82132579 (maandag t/m donderdag).