



CENTRA GEESTELIJKE GEZONDHEIDSZORG TRAUMATEAM

CGG bieden hulp bij ernstige psychische gevolgen van ingrijpende collectieve gebeurtenissen

In de nasleep van de verschillende aanslagen en de aanhoudende terreurdreiging willen ook de Centra voor Geestelijke Gezondheidszorg (CGG) een actieve rol opnemen in de verwerking van deze onverwachte en bijzonder ingrijpende gebeurtenissen.

De dringende en eerste hulpverlening voor de slachtoffers en naastbestaanden van ernstige incidenten verloopt zowel op medisch als op psychosociaal zeer goed in ons land. Het is echter mogelijk dat mensen die van dichterbij of verder betrokken zijn bij dergelijke collectieve gebeurtenissen, hiervan ook op lange termijn (ernstige) gevolgen ondervinden. Denk daarbij aan mogelijke posttraumatische stressstoornissen, een sterk gevoel van onveiligheid dat het dagelijkse handelen belemmert en dergelijke meer. Daarvoor is gespecialiseerde psychologische en psychiatrische zorg aangewezen.

Een aantal Centra voor Geestelijke Gezondheidszorg doen voor deze uitzonderlijke gebeurtenissen een bijzondere inspanning om hierop een passend antwoord te bieden. Hun gespecialiseerde medewerkers bieden in eerste instantie een kortdurende intensieve interventie van maximaal vijf sessies aan. De centra en hun medewerkers engageren zich, omwille van de uitzonderlijkheid van deze gebeurtenissen en uit medeleven met de getroffen, om deze diensten zonder of met minimale wachttijd te leveren. Ze rekenen dan ook op de solidariteit van hun eigen cliënten indien hier of daar wat in de planning van de consultaties moet worden geschoven.

Indien u na deze korte ondersteuning door het CGG nog verder hulp nodig hebt, dan zullen de zorgverstrekkers u toeleiden naar de best passende zorg, in het CGG of daarbuiten.

Voor wie?

*Kinderen, jongeren, volwassenen en ouderen die een maand na de ingrijpende gebeurtenissen nog steeds het gevoel hebben niet meer te kunnen functioneren zoals voorheen.

*Hulpverleners en mantelzorgers die mee ingestaan hebben voor de zorgverlening aan slachtoffers en nabestaanden.

Wanneer neemt u contact op?

De vragenlijst op de achterzijde peilt naar uw persoonlijke reactie op de traumatische gebeurtenis die u heeft meegemaakt. Vond de traumatische gebeurtenis meer dan vier weken geleden plaats en ondervond u de afgelopen week minstens twee maal de volgende kenmerken (duidelijk aan met ja/nee):

CENTRA GEESTELIJKE GEZONDHEIDSZORG TRAUMATEAM

Waar kunt u zich aanmelden?

Hieronder vindt u een overzicht van de Centra voor Geestelijke Gezondheidszorg die tijdelijk een bijzonder aanbod ontwikkelen. Om u snel te kunnen helpen hebben de centra een 'actiewoord' aangemaakt: 'Op weg na de ramp'. U kunt dit woord vermelden bij telefonisch contact of contact via e-mail.

ANTWERPEN

CGG Vagga

Contactpersoon: Dirk Meeus
opwegnaderamp@vagga.be
Belgiëlei 147a – 2018 Antwerpen
03/256 91 20
www.vagga.be

LIMBURG

CGG DAGG

opwegnaderamp@dagg-cgg.be
Diestersteenweg 106 – 3800 Sint-Truiden
011/68 38 27
Koningin Astridlaan 105 – 3680 Maaseik
089/56 38 94
Leopoldlaan 159 – 3920 Lommel
011/54 23 62
www.dagg-cgg.be

CGG VGGZ

Contactpersoon: Frank Reynders
opwegnaderamp@vggz.be
Pater Valentinuslaan 32 – 3500 Hasselt
011/22 30 10
www.vggz.be

CGG LITP

Contactpersoon: Kristien Hebbrecht
Ilgatlant 11/3 – 3500 Hasselt
011/286840
www.litp.be

OOST VLAANDEREN

RCGG Deinze-Eeklo-Gent

Contactpersoon: Dirk Aelbrecht
Holstraat 95 – 9000 Gent
09/269 89 39
www.rcgg.be

VLAAMS BRABANT

CGG PassAnt

Contactpersoon: Nico De fauw
opwegnaderamp@passant.be
Sint-Geertrui Abdij – 63000 Leuven
016/31 99 99
cgg.passant.be

CGG Vlaams-Brabant Oost

Contactpersoon: Chris Janssen
opwegnaderamp@cgg-vbo.be
Kapucijnenvoer 16 – 3000 Leuven
016/ 85 79 80
www.cgg-vbo.be

WEST VLAANDEREN

CGG Mandel en Leie

Beverlaai 3B – 8500 Kortrijk
056/23 00 23
www.cggml.be

CGG Prisma

Contactpersoon: Adelin Verslyppe
opwegnaderamp@cggprisma.be
Astridlaan 35 – 8370 Blankenberge
059/50 39 50
www.cggprisma.be

Indien u dat wenst, kunt u natuurlijk ook steeds contact opnemen met een CGG in uw buurt om via de gewone weg ondersteuning te krijgen.

Op www.geestelijkgezondvlaanderen.be vindt u de kaart van alle CGG en een korte toelichting over welke zorg een centrum voor geestelijke gezondheidszorg precies aanbiedt.

1 Verontrustende gedachten of herinneringen aan de gebeurtenis die in uw hoofd opkomen tegen uw wil in
Ja / Nee

2 Verontrustende dromen over de gebeurtenis
Ja / Nee

3 U gedragen of u voelen alsof de gebeurtenis opnieuw plaatsvindt
Ja / Nee

4 Van streek raken door dingen die u aan de gebeurtenis herinneren
Ja / Nee

5 Lichamelijke reacties (zoals snelle hartslag, steen in de maag, zweten, duizeligheid) wanneer u herinnerd wordt aan de gebeurtenis
Ja / Nee

6 Moeilijk in slaap kunnen komen of te vroeg wakker worden
Ja / Nee

7 Geïrriteerdheid of woedeaanvallen
Ja / Nee

8 Moeite hebben met concentreren
Ja / Nee

9 Verhoogd bewustzijn van mogelijke gevaren voor uzelf en anderen
Ja / Nee

10 Gespannen zijn of schrikken van iets onverwachts
Ja / Nee

(© 2005 Vertaling van de TSQ (Brewin, 2001) door M. Olff voor AMC Psychiatrie)

Bereken nu uw score (ja = 1 punt, nee = 0 punten). Heeft u een totaalscore van zes of hoger op deze vragenlijst, dan is het mogelijk dat u last heeft van een posttraumatische stress stoornis (PTSS). U kunt het best contact opnemen met één van de Centra voor Geestelijke gezondheidszorg (*zie kader*).

Indien u nog twijfelt of dergelijke gespecialiseerde zorg nodig is, wendt u zich bij voorkeur tot uw huisarts of een dienst slachtofferhulp van een Centrum voor Algemeen Welzijnswerk in de buurt. Zij kunnen u helpen bij de zoektocht naar de meest geschikte hulp.