

HET VERKENNEND GESPREK

Van het Mentaal Gezondheidsnetwerk
Helmond - de Peel



PEEL
DUURZAAM
GEZOND



Wat u als inwoner kunt verwachten

Het Verkennend Gesprek

Van het Mentaal Gezondheidsnetwerk Helmond - de Peel

Iedereen maakt weleens een moeilijke periode mee. Misschien heeft u zorgen, ervaart u stress of merkt u dat u niet lekker in uw vel zit. Soms is het fijn als iemand met u meedenkt over wat u kan helpen. Uw huisarts of praktijkondersteuner GGZ kan samen met u kijken welke ondersteuning het beste bij uw situatie past.

Binnen het Mentaal Gezondheidsnetwerk werken zorg- en welzijnsorganisaties samen om u hierbij te ondersteunen. Dat kan onder andere met een Verkennend Gesprek.



Wat is een Verkennend Gesprek?

Soms is nog niet direct duidelijk welke ondersteuning het beste past. In dat geval kan uw huisarts of praktijkondersteuner GGZ een Verkennend Gesprek voorstellen.

Tijdens dit gesprek onderzoekt u samen met twee professionals wat er speelt en welke ondersteuning kan helpen. Eén professional komt uit de GGZ en één uit het sociaal domein. Wij adviseren u om een naaste mee te nemen naar het gesprek.



Wat doen we tijdens het gesprek?

- We beginnen met een uitleg.
- We stellen vragen om uw situatie beter te begrijpen.
- We bespreken wat u zelf kunt doen en waar u tegenaan loopt.
- En we kijken samen welke ondersteuning er is, als dat nodig is.
- U beslist zelf wat u wel of niet wilt delen.



Wat gebeurt er na het gesprek?

- We maken samen afspraken.
- U krijgt de informatie die u nodig heeft.
- We kijken wat nu helpend is.
- En wat u later kunt doen als uw situatie verandert.
- U houdt zelf de regie.

Hoe werkt het Verkennend Gesprek?

Stap voor stap



1

U heeft mentale klachten en gaat naar de huisarts of Praktijkondersteuner-GGZ

U maakt een afspraak bij de huisarts of de praktijkondersteuner GZZ (POH-GGZ) voor uw mentale klachten.

2

Huisarts of POH-GGZ stelt het gesprek voor en meldt u aan

De huisarts of POH-GGZ stelt het Verkennend Gesprek voor en meldt u aan voor het Verkennend Gesprek (met uw toestemming).

3

U ontvangt een uitnodiging van Post-Z om een afspraak in te plannen

U ontvangt een uitnodiging van Post-Z om online een moment te kiezen dat voor u het beste uitkomt. U plant dus zelf de afspraak in, op een moment dat u goed uitkomt. (let op: de mail kan in uw spamfolder zitten)

4

Het gesprek vindt plaats met twee professionals; een naaste mag mee

U spreekt met twee professionals. Wij adviseren u om een naaste mee te nemen. U mag iemand meenemen die belangrijk voor u is.

5

Samen bekijken we uw situatie en bepalen we welke stappen helpen

We kijken samen naar wat er speelt en welke stappen voor u het meest passend zijn.

6

De professionals sturen het advies naar u en uw huisarts

U ontvangt het advies en uw huisarts ontvangt een samenvatting.

7

U gaat aan de slag met het advies

U zet de stappen die u hebt afgesproken en die bij u passen.

8

Na vier weken belt Post-Z: hoe gaat het?

Post-Z neemt contact met u op om te vragen of het is gelukt om de afgesproken acties op te pakken en of er nog praktische vragen zijn

Goed om te weten

Praktische informatie over het Verkennend Gesprek



Toestemming en privacy

Uw huisarts of praktijkondersteuner GGZ vraagt eerst of u wilt deelnemen aan het Verkennend Gesprek. Alleen met uw toestemming delen we de gegevens die nodig zijn om het gesprek te organiseren. Het gaat om uw contactgegevens, uw hulpvraag en het advies uit het Verkennend Gesprek.

Deze informatie wordt gedeeld met het Centraal Aanmeldpunt en de zorgprofessionals die het gesprek voeren. We gaan zorgvuldig en vertrouwelijk om met uw gegevens.



Kosten Verkennend Gesprek

Er zijn geen kosten verbonden aan het Verkennend Gesprek.



Met wie kunt u contact opnemen?

Ook nadat u bent aangemeld voor een Verkennend Gesprek blijft uw huisarts of praktijkondersteuner GGZ uw eerste aanspreekpunt. Gaat het niet goed met u of maakt u zich zorgen? Neem dan contact op met uw huisartspraktijk.

Heeft u vragen over uw afspraak voor het Verkennend Gesprek? Bel dan het onderstaand telefoonnummer.

Ook als u hulp nodig heeft met het maken van de afspraak voor het verkennend gesprek, kunt u onderstaand telefoonnummer bellen.



Post-Z: 040 - 711 6032