

## Brugpsycholoog

Je kan bij de brugpsycholoog terecht na verwijzing door de huisarts. De sessies zijn voorlopig gratis dankzij een tijdelijk proefproject in samenwerking met Andante (gesubsidieerde geestelijke gezondheidszorg in Antwerpen). De plaatsen zijn beperkt.

## Multidisciplinaire samenwerking

De psychologen werken nauw samen met de huisartsen en verpleegkundigen. Samen kunnen zij beste hulp aanbieden. De psycholoog vraagt steeds jouw toestemming om informatie te delen. Hoe dan ook is iedereen in het team gebonden aan het beroepsgeheim.

### Afspraak is afspraak

Heb je een afspraak bij de psycholoog, wees dan tijdig aanwezig! Bij onverwachte afwezigheid ontnem je iemand anders de kans op een raadpleging en hypothekeer je een goede hulpverlening.

## Het Wijkpraktijkteam



### Huisartsen

Dr. Ann Van Den Bruel  
Dr. Katrien Cordemans  
Dr. Bram Spinnewijn  
Dr. Julie Domen (HAIO)  
Dr. Bas Horn (HAIO)

### Verpleegkundigen

Karima Gariji  
Simonne Neefs  
Jony Dauwe

### Praktijksassistentes

Sarah Van Camp  
Liesbeth Jaspers  
Greet Gheeraert

### Psychologen

Wil Meeus (eerstelijnspsycholoog)  
Hanne Hoefkens (eerstelijnspsycholoog)  
Liesbet Faes (brugpsycholoog- Andante)



Eerste hulp bij  
psychische  
problemen:  
de  
eerstelijnspsycholoog  
en de  
brugpsycholoog

**Paleisstraat 104**  
**2018 Antwerpen**  
**[www.dewijkpraktijk.be](http://www.dewijkpraktijk.be)**  
**03 369 39 99**

## Even van slag? Spreek erover!

Er gebeurt iets onverwacht in je leven waardoor je van de kaart bent.

Er komen veel problemen samen en je geraakt er niet wijs uit.

Je wordt overvallen door angst, woede, verdriet of eenzaamheid.

Denk niet te lang 'ik moet dit alleen oplossen' of 'morgen zal het wel weer beter gaan' of 'hier is niets aan te doen'. Juist als je er vroeg bij bent, kunnen we je goed helpen.

De eerste stap is dit te bespreken met je huisarts, ook als je nog twijfelt.

### Wat doet de huisarts?

Samen met de huisarts bekijk je wat jou uit balans brengt.

De huisarts is er voor iedereen: kinderen, adolescenten, jongvolwassenen, volwassenen en ouderen.

Voor taalbarrières zoeken we een oplossing, bijvoorbeeld via videovertaling.

Samen bespreken we wat de eventuele volgende stap is.

### Welke problemen zoal?

- Overspannenheid, burn-out
- Rouw of aanpassingsproblemen
- Omgaan met ziekte
- Angsten
- Lichamelijke stressklachten
- Depressieve gevoelens
- Relationale en/of seksuele problemen
- Vragen rond geaardheid
- Drank- en middelenmisbruik
- Psychiatrische problemen en opvolgingen

### En daarna?

Misschien volstaat opvolging door de **huisarts** en kan je zo verder.

Je kan met de huisarts beslissen om je te laten ondersteunen door een psycholoog. In De Wijkpraktijk zelf staan twee **eerstelijnspsychologen** ter beschikking.

Voor meer complexe problemen kan je terecht bij de **brugpsycholoog**, mogelijk in afwachting van begeleiding door een centrum geestelijke gezondheidszorg.

Voor meer specifieke vragen verwijzen we door naar organisaties of hulpverleners in de buurt.

## Eerstelijnspsycholoog

De eerstelijnspsycholoog helpt mensen via tijdelijke, kortdurende trajecten om bij te tanken, klachten dragelijker te maken, problemen te ontwarren of je weg te vinden naar wat je nodig hebt.

### Hoe aanmelden?

Na overleg kan de huisarts jou een verwijfsbrief geven waarmee je aan het secretariaat een afspraak kan maken met de psycholoog.

### Wat kost dat?

De overheid voorziet financiële ondersteuning voor acht sessies per jaar, vier per voorschrift. Jij betaalt enkel een klein bedrag remgeld per sessie. Om de drempel zo laag mogelijk te houden, zijn de eerste vier sessies volledig gratis.

Na de achtste sessie kan je nog bij de psycholoog terecht tegen de gangbare privétarieven. Of de huisarts kan je verder opvolgen.

Tip! Kijk ook eens op:  
[www.thuisarts.nl](http://www.thuisarts.nl)  
[www.fitinjehoofd.be](http://www.fitinjehoofd.be)