

”

**IK BEGRIJP MEZELF
NU ZOVEEL BETER EN
KAN MIJN VERLEDEN EEN
PLEKJE GEVEN**

Patrick



PRAKTIJK MEMO

Jouw verhaal, jouw kracht

Praktijk Memo is een kleinschalige praktijk voor geestelijke gezondheidszorg waar je je welkom voelt. Wij luisteren naar jouw verhaal en stemmen onze zorg af op jouw vraag. Samen met jou en je omgeving werken we aan het verminderen van je klachten. Daarbij gaan we uit van jouw kracht en mogelijkheden, zodat je de regie over je eigen leven terugkrijgt.

WWW.PRAKTIJKMEMO.NL



—
**PRAKTIJK
MEMO**



BEHANDELING VOLWASSENEN

Hulp bij psychische klachten



”

WE KIJKEN WEER VOORUIT IN PLAATS VAN ACHTEROM

Esmeralda

Waarom behandeling?

Wanneer je voor langere tijd psychische klachten ervaart, kunnen deze een enorme belemmering vormen in je normale dagelijkse leven. Zo kunnen de problemen van invloed zijn op je eigen welzijn, op de relaties met je naasten en op je werkzaamheden. Bij Praktijk Memo kun je terecht voor een behandeling. Vanuit een multidisciplinair team bekijken we samen met jou wat er nodig is. We kijken daarbij steeds naar de context waarin de problemen zijn ontstaan en bieden verschillende vormen van therapie. In overleg met jou betrekken we ook je directe omgeving, zoals je partner of andere gezinsleden.

Wat gaan we doen?

Een behandeling bij Praktijk Memo start met één of meerdere intakegesprekken. We brengen samen met jou de problematiek in kaart, maar ook jouw krachten en mogelijkheden. Op basis hiervan brengen we een behandeladvies uit.

Bij Praktijk Memo werken disciplines nauw met elkaar samen en bieden we vele soorten therapie, zoals cognitieve gedragstherapie (CGT), schematherapie, psychomotorische therapie (PMT), en traumabehandeling (onder andere EMDR). Medicatie kan onderdeel zijn van de behandeling.

Naast individuele behandeling kun je bij ons deelnemen aan verschillende vormen van groepstherapie. Gesprekken met naasten (zogenaamde systeemgesprekken) kunnen ook tot de behandeling behoren.

Indien nodig werken we samen met onze andere teams, zoals Begeleiding of Dagbesteding. Mogelijk dien je hiervoor een aanvraag in te dienen bij je gemeente of een andere overheidsinstelling.



Meest voorkomende klachten waarbij Praktijk Memo ondersteunt:

- Angst- en dwangklachten
- Stemmingsklachten
- Problemen voortkomend uit ontwikkelingsstoornissen (zoals o.a. ADHD en ASS)
- Impulscontroleverlies
- Traumagerelateerde problemen
- Persoonlijkheidsproblematiek

Onderzoek en diagnostiek

Indien noodzakelijk voor het behandeladvies, bieden we ook onderzoek aan naar ontwikkelingsstoornissen en/of persoonlijkheidsstoornissen. Hierbij kun je denken aan psychodiagnostisch onderzoek op het gebied van intelligentie, ADHD, autisme of persoonlijkheidsproblematiek. We maken gebruik van onderzoeksmiddelen zoals testen, observaties, diagnostische gesprekken en interviews. Na het onderzoek vindt een adviesgesprek plaats, waarin we naast de uitslag ook advies over behandeling of begeleiding geven.

Voor wie is behandeling?

Ben je 18 jaar of ouder en ervaar je psychische klachten die jouw dagelijkse leven belemmeren, dan kun je terecht bij ons Behandelteam Volwassenen.

Hoe lang duurt een behandeltraject?

Voordat je kunt starten met een behandeling, is er een wachttijd. De actuele gemiddelde wachttijd vind je op onze website. De duur van de behandeling zelf is afhankelijk van de aard van de problematiek, de therapievorm en de voortgang.

Informatie en aanmelden

Voor het aanmelden bij Praktijk Memo heb je een verwijzing nodig van de huisarts of een medisch specialist in het ziekenhuis.

Wil je je aanmelden of heb je vragen?

Bel dan naar ons centrale telefoonnummer 0164-243413, bezoek onze website www.praktijkmemo.nl of stuur een e-mail naar secretariaat@praktijkmemo.nl

