

De stap tot invoering van de crisiskaart is genomen in het kader van het Maatschappelijk Steunsysteem Utrecht. Het is een gezamenlijk initiatief van GGz- aanbieders en cliëntenorganisaties in de regio Midden-West Utrecht.

De organisaties die momenteel deelnemen aan het project crisiskaart GGz Utrecht zijn Altrecht, de Stichting Beschermende Woonvormen Utrecht, het Steunpunt GGz Utrecht en de afdeling Volwassenenpsychiatrie van het Universitair Medisch Centrum Utrecht (oktober 2006).

“De Crisiskaart biedt alle betrokkenen houvast in een crisissituatie...”



Informatie en ondersteuning

Consulent Crisiskaart Steunpunt GGz Utrecht
Mgr. v.d. Weteringstraat 132a
3581 EN Utrecht,
Tel: 030 - 236 93 20
Email: crisiskaart@ggzutrecht.nl



Wat is een crisiskaart?

Een crisiskaart is een klein uitvouwbaar kaartje, met het formaat van een bankpasje. U kunt het gebruiken als u weet dat u in een psychische crisis kunt raken en u zich dan niet goed kunt uiten. Bijvoorbeeld omdat u last heeft van een psychose, paniekaanval, manie of dissociatie. Op het kaartje staat kort en duidelijk hoe een crisis bij u te herkennen is, hoe en waar u opgevangen wilt worden, wat anderen wel en niet moeten doen en wie uw contactpersonen zijn. Kortom, u geeft in één keer alle belangrijke informatie om u goed op te kunnen vangen.

Wat is een crisispreventie-actieplan?

Bij het kaartje hoort een uitgebreider crisispreventie-actieplan. Als u na de allereerste opvang vervolgbehandeling nodig hebt, dan kunt u aangeven dat dit plan opgevraagd moet worden. In het crisispreventie-actieplan staat gedetailleerde informatie over verschillende signalen die u en anderen in de aanloop tot en tijdens een crisis bemerken. Er staat in wie wat in welke fase kan of mag doen. Het geeft een overzicht van alle maatregelen en afspraken die u van tevoren heeft gemaakt met familie, vrienden, hulpverleners en andere mogelijke betrokkenen. De meest relevante gegevens uit het plan komen op de crisiskaart, die u in uw portemonnee kunt bewaren of anderszins bij u kunt dragen.

Welke informatie staat er op uw crisiskaart?

U beslist zelf welke informatie er op uw crisiskaart komt.

Meestal staan er op een crisiskaart zaken als:

- Persoonlijke gegevens
- Gegevens van vertrouwenspersonen (vrienden, familie en kennissen)
- Gegevens van hulpverleners (behandelaar, huisarts, bewindvoerder e.a.)
- Omschrijving van een crisissituatie
- Welke medicatie u gebruikt
- Afspraken met hulpverleners en anderen
- Wensen omtrent bejegening en crisisopvang
- Praktische informatie, zoals wie toegang heeft tot uw woning of wie uw huisdier verzorgt als u opgenomen bent.

Anderen kunnen u wijzen op de mogelijkheden van een crisiskaart, maar de keuze om er wel of niet één te nemen maakt u altijd zelf.

Hoe komt u aan een crisiskaart?

Als u cliënt bent van een instelling voor geestelijke gezondheidszorg in de regio Midden-West Utrecht, kunt u uw behandelaar, verpleegkundige of begeleider vragen om samen met u een crisispreventie-actieplan en een crisiskaart op te stellen. U kunt ook een beroep doen op de consulent crisiskaart van het Steunpunt GGz Utrecht voor het maken van een crisiskaart. Bijvoorbeeld als u geen cliënt (meer) bent, maar wel behoefte heeft aan een crisiskaart, of als u er met uw eigen hulpverleners niet uitkomt. De consulent is onafhankelijk van de instellingen. Zij informeert en geeft voorlichting over de crisiskaart aan cliënten, familie, hulpverleners en andere geïnteresseerden. De uitgifte van lege crisiskaarten en registratie van het aantal kaarten dat wordt gemaakt vindt plaats bij het Steunpunt GGz Utrecht.

Hoe gaat het maken van een crisiskaart in zijn werk?

In twee of meer gesprekken neemt u alle relevante gegevens samen door. Vervolgens worden officiële instanties en uw eigen netwerk op de hoogte gebracht en worden er afspraken gemaakt, met bijvoorbeeld uw partner, de burens, hulpverleners, uw huisarts, de politie, ambulancepersoneel, het dierenpension enzovoorts. Deze afspraken worden vastgelegd in het crisispreventie-actieplan, dat onderdeel is van uw dossier. Als betrokkenen akkoord gaan met het plan ondertekenen ze het. Vervolgens wordt het plan kort samengevat en in uw eigen woorden op de crisiskaart gezet. Als u dat wilt krijgen de betrokkenen een kopie van uw crisispreventie-actieplan en uw crisiskaart. Het is belangrijk dat het plan en de kaart regelmatig worden geëvalueerd en bijgesteld.

