

# Avalon

## Deeltijd dagbehandeling Gouda voor jongeren van 14 tot 18 jaar

Informatie voor jongeren

# **Wat goed dat jij je verdiept in de mogelijkheden om aan jezelf te werken! Daarmee heb je de eerste stap gezet! In deze folder willen we je graag meer informatie geven over deeltijd dagbehandeling Avalon van Youz.**

## **Voor wie is de dagbehandeling?**

Deeltijd dagbehandeling Avalon is er voor jongeren tussen de 14 en 18 jaar die wonen in de regio Midden Holland. Al deze jongeren hebben te maken met depressie, angststoornissen en/of persoonlijkheidsstoornissen.

## **Hoe ziet de behandeling eruit?**

De behandeling is opgebouwd in drie fases:

1. Start. In deze fase maken we uitgebreid kennis met jou en je gezin. We kijken welke problemen er spelen en stellen samen met jou je doelen op. We nemen ook contact op met jouw school, stageplek of werk. De behandeling zal vooral gericht zijn op structuur en dagritme.
2. Verdieping. In deze fase gaan we hard aan de slag met jouw doelen. Dit doen we in de groepsbijeenkomsten, maar we zullen dan ook meer tijd besteden aan één-op-één contact. Ook zal jouw gezin worden betrokken in de behandeling.
3. Afronding. In deze fase werken we toe naar de afronding van de deeltijd dagbehandeling en kijken we samen wat je daarna nog nodig hebt.

## **Wat gaan we dan precies doen tijdens de deeltijd dagbehandeling?**

Tijdens de deeltijd dagbehandeling besteden we aandacht aan verschillende dingen.

We gaan onder andere aan de slag met thema's en therapieën. Denk hierbij aan:

- Assertiviteit, waarin je leert om op een goede manier voor jezelf op te komen en je eigen grenzen en die van een ander leert herkennen en respecteren.
- Identiteit, waarin je leert wie je bent, wat je belangrijk vindt en wat je wilt.
- Emotieregulatie, waarin je leert emoties te herkennen en hoe je hiermee om kan gaan.
- Psychomotorische therapie, waarin je door beweging anders om leert te gaan met stress, somberheid en andere psychische klachten.
- SOVA waarin je leert hoe je om kunt gaan met verschillende sociale situaties.

## **Wanneer is de deeltijd dagbehandeling?**

De deeltijd dagbehandeling is op drie middagen in de week, op de maandag, dinsdag en donderdag. We starten om 12:00 uur en zullen eindigen om 17:00 uur.

Op de andere dagen kan het zijn dat je nog individuele afspraken hebt.

## Waar is de deeltijd dagbehandeling?

Deeltijd dagbehandeling Avalon bevindt zich op de Jacob van Lennepkade 6 in Gouda. Dit is een locatie van Enver jeugd- en opvoedhulp. De deeltijd dagbehandeling is een samenwerking tussen Youz en Enver.

## Hoe zit dat dan met school en/of werk?

We vinden het belangrijk dat je zo veel mogelijk je school en/of werk kan blijven doen. Samen met jou kijken we hoe we hier het beste mee om kunnen gaan. Als je niet naar school gaat, gaan we met je kijken hoe je hier weer mee kunt starten.

## En mijn ouders?

Je ouders en/of verzorgers worden ook betrokken bij jouw behandeling. Zij zullen ook gesprekken hebben en zullen ook worden uitgenodigd voor ouderavonden. Deze worden maandelijks georganiseerd. Hier leren ze andere ouders kennen en worden verschillende thema's besproken.

## Ik heb interesse. En nu?

Nu je deze folder hebt gelezen, kun je gaan nadenken of deeltijd dagbehandeling Avalon iets voor jou is. We adviseren je om dit samen met je ouders/verzorgers te doen. Natuurlijk willen wij ook met je in gesprek, wanneer je nog vragen of twijfels hebt. We helpen je graag verder bij het maken van een passende keuze.

## Hoe kan ik mij inschrijven?

Voor een behandeling bij de deeltijd dagbehandeling heb je een verwijzing nodig van je huisarts, medisch specialist of een sociaal team van de gemeente waar je woont. Als je al bij een (andere) GGZ organisatie in behandeling bent, kan je behandelaar je verwijzen naar de deeltijd.

Een verwijzing bestaat uit de volgende onderdelen:

- je gegevens (naam, adres, geboortedatum en BSN).
- je hulpvraag voor de deeltijd dagbehandeling.
- belangrijke informatie over je huidige en/of eerdere behandelingen en gestelde diagnose(s).

Deze gegevens hebben wij nodig om je uit te kunnen nodigen voor een intake en om ons van te voren al te kunnen voorbereiden op het gesprek met jou (en je ouders).

# Contact

U kunt contact met ons opnemen via  
T 088 3581070  
E [SecretariaatMiddenHolland@youz.nl](mailto:SecretariaatMiddenHolland@youz.nl)

Kijk voor meer informatie op  
[www.youz.nl](http://www.youz.nl)