



Het ACT-team

→ Informatie voor cliënten
Onderdeel van Arkin

[spoedeisendepsychiatrieamsterdam.nl](https://www.spoedeisendepsychiatrieamsterdam.nl)



**Spoedeisende
Psychiatrie**

Wat het ACT-team is

ACT is onderdeel van Spoedeisende Psychiatrie Amsterdam van de Amsterdamse ggz-instelling Arkin. Zo'n 25 psychiaters, psychologen, artsen, maatschappelijk werkers, verpleegkundigen, sociaal-pedagogen, jobcoaches, trajectbegeleiders en ervarings-deskundigen staan voor u klaar.

Wat het ACT-team doet

Het ACT-team helpt bij het oplossen van psychische problemen, (dreigende) dakloosheid, schulden, lege dagen, verslaving, overlast, gevaar voor uzelf of uw omgeving, problemen met familie, partner, vrienden en burens. We hebben geen wachtlijst en geven niet op, omdat herstel met onze hulp mogelijk is. Met de Assertive Community Treatment-bemoeizorgmethode (ACT) verbeteren we uw kwaliteit van leven en verminderen we zorgen, angsten en andere moeilijkheden. We kijken naar wat u kan en wil, bijvoorbeeld op werkgebied of met zinvolle dagbesteding. Ook bij een tijdelijke opname blijven we met u in contact.



We fietsen elke dag kriskras door de stad om onze cliënten thuis of in een instelling te bezoeken.

Onze psychiaters, psychologen, artsen en verpleegkundigen werken samen met u aan uw geestelijke en lichamelijke gezondheid, eventueel met medicatie. De maatschappelijk werkers van ACT helpen onder andere bij geld- en woonzaken. De jobcoaches en trajectbegeleiders zoeken naar manieren om uw werk- of dagbestedingswensen uit te doen komen. De ervaringsdeskundigen hebben deze hulp zelf ook gehad en zijn daarna opgeleid om u bij te staan. Met onze geestelijk verzorgers kunt u zingevingsvragen bespreken.

Groepsaanbod, voor en door cliënten

Als u wilt, kunt u meedoen aan een van onze groepen door en voor cliënten. Op de Domselaerstraat 126 kunt u terecht voor:

→ **De zingevingsgroep 'Zin in Herstel'**

De zingevingsgroep 'Zin in Herstel' met daarna de lunchgroep: elke woensdag om 10.45u, de maaltijd start om 12.30u.

→ **Zingevingsgroep voor jongeren**

Elke woensdag om 16.00

→ **De WRAP-groep (Wellness Recovery Action Plan)**

In deze groep gaat u aan de slag met het maken van een praktisch levensplan, op basis van uw eigen ervaringen én die van andere deelnemers. Deze groep start twee keer per jaar en het zijn 9 bijeenkomsten van 2 ½ uur.

→ **ACT Together**

Dit is een coachingsgroep. Deelnemers leren om te gaan met lastige gevoelens/gedachten en situaties gebaseerd op de Acceptance and Commitment Therapy (ACT). In totaal zijn er 8 bijeenkomsten op de donderdagmiddag.

→ **De wandelgroep**

Elke dinsdag om 15.50u. We starten bij de hoofdingang van het Vondelpark tegenover het Leidseplein.

Interesse in een van deze groepen?
Vraag ernaar bij uw hulpverlener.

Contact met ons?

We zijn alle dagen van **09:00 tot 22.00** en in het weekend van **14.00 tot 18.00** bereikbaar. Of kom langs, ons kantoor is op de Domselaerstraat 126.

U kunt altijd langskomen op werkdagen tussen **09.30 en 16.30**, donderdagochtend vanaf **12.00**.

ACT1

werkt in Centrum Oost,
Diemen, IJburg, Zuid-Oost
We zijn te bereiken op:
020-5901430

ACT2

werkt in Centrum West
en Noord. We zijn te
bereiken op:
020-5901420

Bent u in crisis?

Bel dan de Crisisdienst van
de Spoedeisende Psychiatrie
Amsterdam: **020 523 54 33**.
Bij acuut gevaar altijd **112** bellen!



**Spoedeisende
Psychiatrie**

