



SONNENHALDE

Inhalt

5	Vor dem Eintritt
6	Aufenthalt
8	Hotellerie
10	Dienstleistungen
11	Beratungsangebote
13	Therapieangebote
14	Wissenswertes
16	Austritt
16	Ihre Meinung interessiert uns
18	Checkliste

Liebe Patientin, lieber Patient

Wir begrüßen Sie ganz herzlich in der Sonnenhalde. Sie erhalten bei uns eine kompetente Behandlung. In der Sonnenhalde steht Ihnen ein vielseitiges Angebot aus bewährten Therapieformen und -methoden zur Verfügung. Das Therapieprogramm wird individuell auf Ihre Bedürfnisse und Erfordernisse ausgerichtet. Unser Ziel ist eine gesundheitliche Verbesserung und eine einfühlsame und praktische Hilfe zur Rückkehr in den Alltag.

Diese Broschüre informiert Sie über unsere Angebote und den Klinikalltag. Sollten Sie weitere Fragen haben, wenden Sie sich bitte an Ihre behandelnde Fachperson oder Ihre Bezugsperson im Pflage team.

Wir wünschen Ihnen einen angenehmen Aufenthalt und hoffen, dass sich Ihr Gesundheitszustand mit Hilfe unserer sorgfältigen Unterstützung bessern wird.

Klinikleitung und Mitarbeitende
der Sonnenhalde





Vor dem Eintritt

AMBULANTES ABKLÄRUNGS- GESPRÄCH

Vor jedem Eintritt findet ein Abklärungsgespräch mit einer erfahrenen Fachperson statt, um mit Ihnen ihre aktuelle Situation und das weitere Vorgehen zu besprechen. Die Konsultation wird direkt mit Ihrer Krankenkasse nach Tarmed-Tarif abgerechnet.

KOSTEN

Für einen Aufenthalt in der Sonnenhalde ist eine Kostengutsprache Ihrer Krankenkasse notwendig. Die dazu notwendigen Formalitäten übernehmen wir für Sie. Weitere Auskünfte erteilt Ihnen unsere Patientenaufnahme.

KLINIKEINTRITT VEREINBAREN

Den Zeitpunkt des Eintritts vereinbaren wir mit Ihnen nach dem Abklärungsgespräch telefonisch und bestätigen Ihnen das Datum und die Uhrzeit schriftlich.

CHECKLISTE FÜR DEN KLINIKAUFENTHALT

In dieser Broschüre finden Sie auf Seite 18 eine Checkliste für Ihren Aufenthalt in der Sonnenhalde.

EINTRITTSTAG

Bitte melden Sie sich am Eintrittstag am Empfang der Sonnenhalde. Eine Pflegefachperson holt Sie dort ab.

«Die Entscheidung, sich in psychiatrische Behandlung zu begeben, fällt nicht leicht. Zu erkennen, dass man aus eigener Kraft keinen Ausweg aus einer Situation findet und fremde Hilfe in Anspruch nehmen muss, erfordert Mut und Überwindung.

Besonders wünschen sich Betroffene einen Ort, an dem sie ernst genommen und fachgerecht nach dem neusten Wissen behandelt werden.»

Aufenthalt



IHR BESUCH IN DER KLINIK

Besucherinnen und Besucher sind herzlich willkommen.

UNSERE BESUCHSZEITEN

Besuche können Sie grundsätzlich von 10 bis 20.30 Uhr empfangen. Während den Therapiezeiten können keine Besuche empfangen werden. Deshalb empfehlen wir Ihnen, Ihren Besuch über die Therapiezeiten zu informieren.

PARKPLÄTZE /VELOS

Besucherparkplätze befinden sich am Eingang zum Klinikareal oder entlang des Gänshaldenweges. Für Patientinnen und Patienten stehen während eines stationären Aufenthaltes keine Parkplätze zur Verfügung. Verschiedene Velos stehen Ihnen kostenlos zur Ausleihe zur Verfügung. Zur Benützung benötigen Sie die Bewilligung der behandelnden Fachperson.

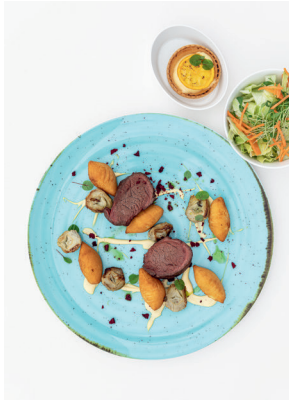
WERTGEGENSTÄNDE

Sie haben die Möglichkeit, einen Safeschlüssel gegen eine Depotgebühr von CHF 20 zu beziehen, um Ihre Wertsachen im Zimmersafe einzuschliessen.

«Unser engagiertes Team wird alles daransetzen, Ihnen während Ihres Aufenthalts eine einfühlsame und effektive Betreuung zukommen zu lassen.»



Hotellerie



«Unsere Gäste geniessen köstliche Gerichte, die von unserem talentierten Küchenteam mit Sorgfalt zubereitet werden.

Die gemütliche Einrichtung und das freundliche Personal sorgen für einen angenehmen Aufenthalt und eine kulinarische Erfahrung von höchster Qualität.»

VERPFLEGUNG

Sie haben täglich die Möglichkeit, aus den vielseitigen Vorschlägen die Mahlzeiten für den folgenden Tag selbst auszusuchen. Wir bieten Ihnen eine gesunde, reichhaltige und abwechslungsreiche Kost. Diät Mahlzeiten können Sie auf Verordnung des Arztes oder der Ärztin erhalten.

Die Essenszeiten entnehmen Sie Ihrem Therapieplan.

CAFETERIA

Die Cafeteria mit der Gartenterrasse steht Ihnen und Ihren Gästen morgens und nachmittags zur Verfügung – lassen Sie sich vom vielfältigen Angebot überraschen.

ÖFFNUNGSZEITEN:

Montag bis Freitag	09.00 bis 17.30 Uhr
Samstag und Sonntag	13.30 bis 17.30 Uhr

REINIGUNG

Ihr Zimmer wird regelmässig gereinigt und Ihr Bett mit frischer Wäsche bezogen. Wir wollen, dass die Räumlichkeiten der Abteilung für Sie sauber und aufgeräumt sind. Bitte helfen Sie uns dabei, indem Sie Ihr Zimmer und die von Ihnen benutzten Räume ordentlich halten. Dies erleichtert unseren Mitarbeitenden die Reinigung.

WÄSCHE

Bett- und Frotteewäsche werden von der Klinik zur Verfügung gestellt. Für Ihre persönlichen Kleider stehen Ihnen Waschmaschine, Tumbler, Bügelanlage und Waschpulver zur Verfügung.



Dienstleistungen

POST

Die eingehende Post wird täglich verteilt. Die abgehende Briefpost können Sie am Empfang aufgeben und frankieren lassen.

Ihre Anschrift lautet:
Frau Sonja Muster
Sonnenhalde
Gänshaldenweg 28
CH-4125 Riehen

TELEFON

Montag bis Freitag von 08.00 bis 17.45 Uhr (Samstag 10.00 bis 15.00 Uhr) ist der Empfang personell besetzt. Während dieser Zeit können Sie externe Anrufe über die Hauptnummer empfangen.

Sie haben die Möglichkeit, am Empfang eine Telefonkarte zu beziehen, so dass Ihr Telefonapparat auf dem Zimmer mit einer persönlichen Telefonnummer aktiviert wird. Die Kosten belaufen sich dabei auf CHF 10 Depot und das gewünschte Guthaben. Ab 22.00 Uhr sind Sie aufgrund der Nachtruhe nicht mehr erreichbar.

MOBILTELEFON

Falls Sie ein eigenes Mobiltelefon dabei haben, ist zu beachten, dass die Sonnenhalde an der Grenze zu Deutschland liegt. Ein Netzwechsel kann hohe Kosten verursachen. Stellen Sie daher «Manuelle Netzwahl» ein, so dass ein automatischer Wechsel in das Deutsche Netz nicht möglich ist.

INTERNET/E-MAIL

Auf der Abteilung befindet sich eine Internetstation, welche tagsüber zugänglich ist.

ZAHLUNGSMITTEL

In der Klinik können Sie ab CHF 20 mit Maestro- und Postcard zahlen.



Beratungsangebote



ÄRZTLICH-PSYCHOLOGISCHER DIENST

Während Ihres Aufenthaltes erhalten Sie eine psychiatrische und psychotherapeutische Behandlung mit regelmässigen Einzelgesprächen.

PFLEGEDIENST

Bei Ihrem Eintritt wird Ihnen aus dem Pflorgeteam eine Bezugsperson zugeteilt, die Sie während Ihres Aufenthaltes begleitet und mit Ihnen zusammen einen Pflegeplan erstellt. Die Pflegeplanung ist Teil des Behandlungsplanes und legt den Schwerpunkt auf die Bewältigung des Alltags und das Fördern Ihrer Selbständigkeit. Ihre Bezugsperson ist die erste Anlaufstelle, wenn Sie Fragen oder ein Anliegen haben. Sie unterstützt Sie im Erreichen Ihrer persönlichen Ziele, im Gesundungsprozess und führt regelmässig Gespräche mit Ihnen.

SOZIALPSYCHIATRISCHER DIENST

Dieser Dienst berät Sie in persönlichen, sozialen und wirtschaftlichen Problemsituationen. Wenn Sie eine solche Beratung benötigen, wenden Sie sich an Ihre Bezugsperson aus dem Pflorgeteam.

SEELSORGE UND GOTTESDIENSTE

Unser Seelsorgeteam bietet Ihnen gerne ein persönliches Gespräch an. Sie können sich an Ihre Bezugsperson wenden, die Ihnen weitere Auskünfte gibt. Auf der Abteilung findet jeweils morgens von Montag bis Freitag eine kurze Morgenbesinnung statt, zu der Sie herzlich eingeladen sind. Am Dienstagabend wird in der Kapelle ein Kurzgottesdienst gestaltet.

ADMINISTRATION

Bei Fragen im Zusammenhang mit der Rechnungsstellung und Ihrer Versicherungsdeckung wenden Sie sich bitte an die Patientenadministration.



Therapieangebote

In der Klinik steht Ihnen ein breites Therapieangebot zur Verfügung. Ihre behandelnde Fachperson wird mit Ihnen ein Therapieprogramm zusammenstellen, das auf individuelle Zielsetzungen der Behandlung ausgerichtet ist.

Zu unserem Angebot zählen unter anderem folgende Therapien:

GESTALTENDE THERAPIEN

Kunst- und Maltherapie
Ergotherapie

KÖRPERTHERAPIEN

Bewegungs-, Atem-, Physiotherapie,
Ausdauertraining, Rückenfit, etc.

GRUPPENTHERAPIEN

Essstörungen-, Depressions- und
Suchtgruppe, Stresstoleranzgruppe

ANGEBOTE INNERHALB DES THERAPEUTISCHEN MILIEUS

Das Leben innerhalb der Abteilung soll geprägt sein von Annahme und Geborgenheit, Freundlichkeit und einem beziehungsfördernden Klima. Deshalb haben die milieuthera-
peutischen Angebote wie der Mor-
gentreff, gemeinsame Aktivitäten
an den Nachmittagen und Abenden
sowie der Wochenabschluss eine
wichtige Bedeutung in der Gestal-
tung Ihres Therapieprogramms.



Wissenswertes

BERUFSGEHEIMNIS

Alle Mitarbeitenden der Klinik unterstehen dem Berufsgeheimnis. Auskünfte an Aussenstehende, auch an Ihre Angehörigen oder sonstige Bezugspersonen, dürfen nur mit Ihrer Zustimmung erteilt werden.

GESPRÄCHE MIT DEN ANGEHÖRIGEN

Aus therapeutischen Gründen ist es sinnvoll, die nächsten Angehörigen zu informieren und in die Gespräche mit einzubeziehen. Dies geschieht nur mit Ihrem Einverständnis und wir werden dies vorher mit Ihnen besprechen.

MEDIKAMENTE

Geben Sie bitte die mitgebrachten Medikamente beim Eintritt dem Pflegeteam ab und nehmen Sie nur Medikamente ein, welche in der Klinik von Ihrem behandelnden Arzt verordnet sind. Der Arzt oder die Ärztin wird mit Ihnen die medikamentöse Behandlung besprechen und Sie über die Wirkung der Medikamente aufklären.

ALKOHOL UND SUCHTMITTEL

Aus grundsätzlichen Überlegungen – insbesondere im Hinblick darauf, dass wir in unserer Klinik auch Menschen mit Suchtproblemen behandeln – ist es nicht erlaubt, während des Klinikaufenthaltes Alkohol zu konsumieren. Hinzu kommt, dass der Konsum von Alkohol die Wirkung von Medikamenten verändern oder beeinträchtigen und zu unerwünschten Nebenwirkungen führen kann. Das Konsumieren jeglicher illegaler Drogen innerhalb des Klinikareals ist nicht gestattet. Ihrer Gesundheit zuliebe sind die Klinikräume und Patientenzimmer rauchfrei.

LENKEN VON FAHRZEUGEN

Sowohl psychische Schwierigkeiten als auch Medikamente können die Fahrtauglichkeit beeinträchtigen. Das Lenken von Autos, Motorrädern und Velos ist daher nur in Absprache mit der behandelnden Fachperson und mit ärztlicher Bewilligung erlaubt. Ist Ihnen das Fahrradfahren erlaubt, stellt Ihnen die Klinik gerne ein Fahrrad zur Verfügung. Aus medizinischen Gründen und wegen der Parkplatzknappheit bei der Klinik empfehlen wir Ihnen, das private Fahrzeug nicht zum Aufenthalt mitzubringen.



AUSGANGSREGELUNG

Über die Möglichkeit von Ausgang und belastungstherapeutischen Aufenthalt (BTA) bei Ihnen zu Hause entscheidet Ihre behandelnde Fachperson. Um sich besser in der Klinik einleben zu können, bleiben Sie in den ersten drei Tagen auf dem Klinikgelände. Beim abgesprochenen Verlassen der Klinik bitten wir Sie, sich jeweils beim Pflorgeteam ab- und anzumelden.

RUHEZEITEN

Damit Sie und Ihre Mitpatientinnen und Mitpatienten die nötige Ruhe und Erholung finden, bitten wir Sie, die Nachtruhe nach 22 Uhr einzuhalten und sich nach 24 Uhr in Ihrem Zimmer aufzuhalten. Wenn Sie ein Zweierzimmer haben, bitten wir Sie Musik und Radio aus Rücksicht nur mit Kopfhörer zu hören.

Austritt

Ihre behandelnde Fachperson wird mit Ihnen zusammen Ihren Austrittstermin und die ambulante therapeutische Nachbehandlung besprechen und vorbereiten. Möchten Sie gegen deren Rat früher austreten, lassen Sie sich die damit verbundenen Risiken erklären, für welche Sie die Verantwortung selbst übernehmen. Am Austrittstag geben Sie bitte das Zimmer zur vereinbarten Zeit frei.

Bitte vergessen Sie nicht, Ihre Telefonkarte und den Safeschlüssel am Empfang abzugeben, so dass wir Ihnen das Depot und allfällige Gesprächsguthaben zurückgeben können.

«Es ist entscheidend, dass wir die Bedeutung von mentaler Gesundheit erkennen und offen über psychische Probleme sprechen, um Stigma und Vorurteile abzubauen.»

Gemeinsam können wir eine unterstützende Umgebung schaffen, in der Menschen die Hilfe erhalten, die sie benötigen, und auf ihrem Weg der Genesung unterstützt werden.»

Ihre Meinung interessiert uns

Es ist uns ein Anliegen, dass Sie sich als Patient:in in der Sonnehalde wohl fühlen. Als solcher haben Sie Anspruch auf freundliche, Ihre Persönlichkeit respektierende Aufnahme, Behandlung und Begleitung. Ihre Eindrücke über den Klinikaufenthalt interessieren uns und ermöglichen, die Qualität unseres Angebotes zu verbessern. Es freut uns deshalb, wenn Sie den Fragebogen am Ende Ihres Aufenthaltes ausfüllen und diesen auf der Abteilung abgeben. Sie haben das Recht, um Aufklärung zu ersuchen, wenn Sie glauben, nicht mit der nötigen Sorgfalt behandelt zu werden. Sie können sich auch beschweren, wenn Sie den Eindruck haben, in Ihren Rechten verletzt worden zu sein. Mit Ihrer Beschwerde wenden Sie sich am besten zuerst an Ihre behandelnde Fachperson oder die Abteilungsleitung.

Bei schwerwiegenden Fällen richten Sie bitte Ihr Anliegen schriftlich an die Klinikleitung. Sollten Sie den Eindruck haben, gegen Ihren Willen hier behalten oder behandelt zu werden, so können Sie sich an die Rekursinstanz wenden:

Rekurskommission für
fürsorgerische Unterbringung
Rheinsprung 14
4001 Basel
T +41 61 267 81 07



Checkliste



ZUHAUSE ERLEDIGEN

- Zeitungen abbestellen oder an die Klinik nachsenden lassen
- Post umleiten oder zurückbehalten lassen
Kontaktadresse hinterlegen z. B. bei Verwandten, im Geschäft usw.
- Wohnungskontrolle, Haustierpflegeplatz und Gartenpflege organisieren
- Anreise zur Klinik organisieren



MEDIKAMENTE

- Medikamente, die Sie derzeit einnehmen



MEDIZINISCHE DOKUMENTE

- Blutverdünnungsausweis
- Allergiepass und andere medizinische Ernährungs- und Diätpläne
- Diabetesausweis
- Krankenkassenkarte



DIVERSES

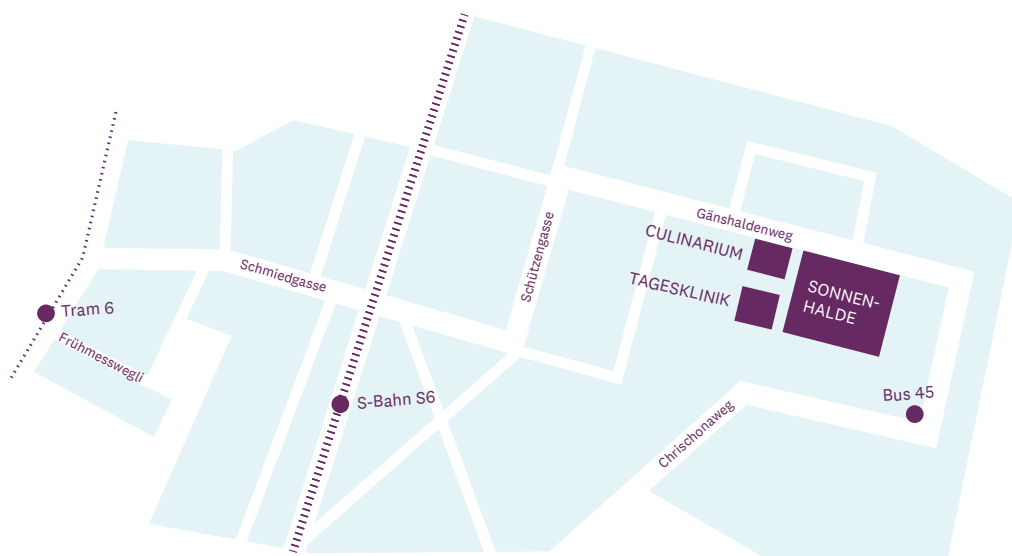
- Toilettenartikel, Fön
- «Nachtwäsche»
- Taschengeld
- Agenda mit Adressen und Telefonnummern
- Halbtax-Abo oder GA
- Persönliches (Lesestoff, Schreibutensilien usw.)

ANFAHRT MIT DEM ÖFFENTLICHEN VERKEHR

Mit S-Bahn S6 Richtung Zell/Wiesental bis Bahnhof Riehen oder mit Tram 2 bis Messeplatz, umsteigen in Tram 6 bis Riehen Dorf. Von dort zu Fuss via Schmiedgasse, links in Schützengasse. Rechts weist ein Wegweiser via Gänsaldenweg zur Klinik Sonnenhalde (ca. 10 Minuten, letztes Stück bergauf). Oder mit Bus 45 ab Habermatten (umsteigen von Tram 6) bis Haltestelle Moosrain.

ANFAHRT MIT DEM AUTO

Auf sonnenhalde.ch finden Sie eine genaue Wegbeschreibung.



S O N N E N H A L D E

Gänshaldenweg 28
CH-4125 Riehen
T +41 61 645 46 46

info@sonnenhalde.ch
sonnenhalde.ch