San Remo, groep voor dwang, angst, tics en ALK

Ben je tussen de 13 en 20 jaar en heb je last van angst, dwang, tics of aanhoudende lichamelijke klachten (ALK / SOLK)? Merk je dat deze problemen een impact hebben op je leven, bijvoorbeeld op school, bij vrienden, of thuis? San Remo is voor jongeren uit heel Nederland, voor wie de bestaande behandeling van bovengenoemde klachten onvoldoende werkt. Na de behandeling op San Remo, pakt jouw verwijzer de zorg weer op.

Wat biedt San Remo?

Bij San Remo volg je een tijdelijke, intensieve behandeling van maximaal 5 maanden. Van zondagavond tot en met vrijdagavond verblijf je in de kliniek in Amsterdam. Tijdens je verblijf werk je aan het verminderen van je klachten.

Doelen van de behandeling

Het programma is ontworpen om binnen 5 maanden tot een punt te komen waarop je met minder intensieve zorg verder kunt. Het uiteindelijke doel is dat jij je dagelijkse leven weer kunt oppakken, zoals school en sociale activiteiten.

De aanpak

Allereerst bepalen we samen met jou je persoonlijke doelen. Om die te bereiken volg je een vast dagprogramma, waarbij wij werken met cognitieve gedragstherapie. Je krijgt daarbij begeleiding van behandelaren en mentoren, zowel in een groep, als individueel. Daarnaast krijg je trainingen in emotieregulatie en sociale vaardigheden. Ontspanning en het reguleren van spanning zijn essentiële onderdelen van het programma.

Afhankelijk van jouw situatie kunnen we het programma aanvullen met specifieke therapieën zoals psychomotorische therapie, creatieve therapie of muziektherapie. Het hele programma is gericht op het ondersteunen van jouw herstelproces.

Onderwijs

Veel jongeren bij San Remo gaan tijdelijk niet naar school. Samen met Altra College Bleichrodt zorgen we voor een soepele terugkeer naar school, afgestemd op jouw persoonlijke situatie.

Ouders of opvoeders zijn onderdeel van de behandeling

Jouw ouders of verzorgers zijn belangrijk voor je herstel. Daarom krijgen zij ook hulp:

- We bespreken wekelijks vooraf en achteraf met je ouders hoe het gaat in het weekend
- Ouderoefenavond: eens in de twee weken komen je ouders 's avonds naar San Remo om samen met jou en een sociotherapeut te oefenen met het omgaan met jouw klachten
- SPACE-training: je ouders krijgen een speciale training om anders om te leren gaan met jouw klachten
- Ouderbegeleiding

Een dag op San Remo

08.30 – 09.00 Ontbijt

09.00 – 09.30 Vrije tijd

09.30 – 10.30 Exposure: voorbespreking & oefenen (op woe ERT of SoVa, op donderdag cognitieve therapie)

10.30 – 12.00 school / individuele afspraken

12.00 – 12.30 Wandelen

LEVVEL
Specialisten voor jeugd en gezin

12.30 – 13.00 Lunch

13.00 – 15.00 School of zelfstandige exposure

15.00 – 16.00 Kamermoment - Overdracht sociotherapeuten

16.00 – 18.00 Exposure: voorbespreking & oefenen

18.00 – 18.30 Avondeten

18.30 – 19.00 Vrije tijd

19.00 – 21.00 Jongerenvergadering (ma), ouderoefenavond (di), sportavond (wo), bezoek avond/vrije tijd (do), spullen pakken & weekend voorbespreking (vr)

Hoe lang blijf je bij San Remo?

Een behandeling op San Remo duurt maximaal 5 maanden. Elke 5 à 6 weken bespreken we jouw voortgang.

Locatie

Meibergdreef 5
Amsterdam Zuidoost

Vragen en aanmelden

Wil je meer weten over San Remo, of heb je vragen over het aanmeldproces? Neem contact op met het aanmeldteam.

@email

088 054 70 01

Over Levvel

Levvel is specialist voor jeugd en gezin, werkzaam in Amsterdam en omstreken. Wij helpen kinderen, jongeren en (pleeg)gezinnen in lastige situaties weer op weg. Zodat ze met een stevige basis de toekomst tegemoet kunnen. Levvel biedt alle hulp onder één dak: van opvoedondersteuning tot specialistische jeugdhulp en complexe psychiatrische zorg.