

# Gut zu wissen

Wichtige Informationen für Patientinnen und Patienten



# Herzlich willkommen



Liebe Patientin, lieber Patient

Früher wagte man ein Wort wie Depression oder Psychose kaum auszusprechen. Psychische Erkrankungen wurden aus Schamgefühlen oft verschwiegen. Glücklicherweise hat sich das in den letzten Jahren verändert. Es wird offener über Krisen oder psychische Erkrankungen gesprochen und die Bereitschaft, Hilfe anzunehmen, ist gestiegen.

Oberstes Ziel unserer Behandlung ist es, mit Ihnen und Ihren Angehörigen eine Lösung für Ihr weiteres Leben nach dem Klinikaustritt zu finden. Wir setzen uns für Sie als Patientin oder als Patient mit maximalem Engagement ein, damit Sie so rasch wie möglich – aber nicht zu früh – wieder in Ihrem gewohnten Umfeld Fuss fassen können.

Diese Broschüre liefert Ihnen die wichtigsten Informationen zum Aufenthalt in unserer Klinik. Falls Sie weitere Fragen haben, geben Ihnen die Mitarbeitenden auf der Station gerne Auskunft.

Ich wünsche Ihnen von Herzen viel Erfolg bei Ihrer Therapie.

A handwritten signature in blue ink, consisting of a stylized 'I' and 'S' followed by a horizontal line.

Dr. med. Ivo Spicher  
Direktor PZM



*Die unterschiedlichen Lebensentwürfe unserer Patientinnen und Patienten bestimmen unser Handeln. Ausgehend von ihren Zielen entwickeln wir gemeinsam mit ihnen und ihrem Umfeld neue Lösungen. Wenn sie unseren Respekt für ihren eingeschlagenen Weg spüren, fällt es ihnen vielleicht leichter, unsere professionellen Empfehlungen zu verinnerlichen.*

*(aus: Leitbild PZM)*

# Inhalt

<b>Eintritt und Aufenthalt</b> .....	4
<b>Rechte und Pflichten</b> .....	5
<b>Behandlung</b> .....	6
<b>Seelsorge und Gottesdienste</b> .....	7
<b>Freizeit</b> .....	8
<b>Ateliers und Werkstätten</b> .....	9
<b>Sozialberatung</b> .....	10
<b>Beratung für Angehörige</b> .....	11
<b>Hausordnung</b> .....	12
<b>Zusatzversicherung</b> .....	14
<b>Zufriedenheit</b> .....	15

# Eintritt und Aufenthalt

In alphabetischer Reihenfolge

## Ausgang

Ausgang und Urlaub sind im Therapieplan vorgesehen. Diese besprechen Sie mit Ihrer fallführenden Ärztin oder Psychologin resp. Ihrem fallführenden Arzt oder Psychologen und Ihrer Bezugsperson.

## Austritt

Den Austritt aus dem PZM bereiten Sie gemeinsam mit Ihrem Behandlungsteam vor.

## Dorf-Taxi Münsingen

Telefon 079 777 10 21, dorftaxi@gmx.ch

## Empfang

Der Empfang befindet sich im Haus 1. Sie erhalten dort Briefmarken, Postkarten, Zeitschriften und Zeitungen. Beim Empfang befinden sich zudem ein Kopierer, ein Zigarettenautomat und ein Selecta-Automat mit Fruchtsäften, Getränken, salzigen und süssen Snacks.  
Öffnungszeiten: 7.00–21.00 Uhr

## Fürsorgerische Unterbringung

Erfolgt Ihr Eintritt auf ärztliche oder behördliche Verfügung? Dann haben Sie beim Eintritt das Merkblatt «Rechtsmittelbelehrung und rechtliche Erläuterungen» und eine Empfangsbestätigung erhalten. Sind Sie mit Ihrer Einweisung nicht einverstanden? Dann können Sie, Ihre gesetzliche Vertretung oder eine von Ihnen bestimmte Vertrauensperson innert 10 Tagen schriftlich Beschwerde einreichen: Obergericht des Kantons Bern Kindes- und Erwachsenenschutzgericht Hochschulstrasse 17, 3001 Bern

## Gäste

Es freut uns, wenn Sie von nahestehenden Menschen besucht werden. Achten Sie bitte darauf, dass diese Besuche ausserhalb der Therapiezeiten stattfinden.

## Gefährliche Gegenstände

Taschenmesser, Rasierklingen, Waffen aller Art und gefährliche Gegenstände müssen dem Pflegepersonal zur Aufbewahrung übergeben werden (siehe Hausordnung Seiten 12/13).

## Internet

Das Passwort für den WLAN-Zugang erhalten Sie am Empfang in Haus 1. In der Regel haben alle Patient:innen Zugang zum Internet. Spricht aus therapeutischer Sicht etwas gegen den Internetzugang, wird dies in der Behandlungsplanung besprochen.

## Medikamente

Mitgebrachte Medikamente übergeben Sie beim Eintritt dem Pflegepersonal.

## Motorfahrzeuge

Während Ihres Aufenthaltes dürfen Sie ohne spezielle Erlaubnis aus Versicherungsgründen keine Motorfahrzeuge fahren.

## Notfallmässiger Eintritt

Haben Sie aufgrund eines notfallmässigen Eintritts keine persönlichen Artikel bei sich? Dann erhalten Sie von uns für die ersten Tage Kleider sowie die nötigsten Toilettenartikel wie Zahnbürste, Rasierschaum, Duschgel etc.

## Öffentlicher Verkehr

Das PZM hat eine eigene Busstation: Haltestelle PZM. Die Züge nach Thun und Bern verkehren halbstündlich. Den Bahnhof Münsingen erreichen Sie zu Fuss in 10–15 Minuten oder mit dem Bus (Fahrplan beim Empfang).

## Parkticket

Der Parkplatz befindet sich vor dem Zugang zum Hauptgebäude rechts neben der Allee. Bitte weisen Sie Ihre Besuchenden darauf hin, dass das Parkieren kostenpflichtig ist. Der Sicherheitsdienst verteilt immer wieder Parkbussen an Fahrzeuglenker:innen, die kein Parkticket gelöst haben.

## Post

Sie erhalten Ihre Post auf die Station. Beim Empfang im Haus 1 können Sie Brief-

marken kaufen sowie Briefe und Pakete aufgeben. Es befindet sich dort auch ein Briefkasten.

## Restaurant

Im Restaurant sind Patient:innen, Mitarbeitende und die Öffentlichkeit willkommen. Es bietet Menüs, Sandwiches, Salate, Snacks und Getränke an.  
Öffnungszeiten:  
Montag bis Freitag  
8.15–18.00 Uhr  
Samstag und Sonntag  
9.00–18.00 Uhr

## Tarife und Gebühren

Mehr darüber erfahren Sie in unseren allgemeinen Geschäftsbedingungen. Diese finden Sie auf unserer Website unter: [www.pzmag.ch/eintritt-und-aufenthalt/rechte-und-pflichten/finanzielles](http://www.pzmag.ch/eintritt-und-aufenthalt/rechte-und-pflichten/finanzielles)

## Taschengeld

Sie verfügen über kein eigenes Taschengeld? Dann wenden Sie sich an Ihre Bezugsperson.

## Versicherung und Krankenkasse

Das PZM hat mit allen Krankenkassen, der SUVA, der Invaliden- sowie der Militärversicherung Verträge für die obligatorische Versicherungsdeckung vereinbart und Tarife ausgehandelt. Für die stationären Mehrkosten bei Zusatzversicherten ist eine Kostengutsprache der Versicherer nötig. Stationäre und ambulante Behandlungen rechnen wir direkt mit Ihrer Krankenkasse ab.

## Wertsachen und Bargeld

Wir empfehlen Ihnen, möglichst wenig Geld und Wertsachen mitzubringen. Kleineres können Sie dem Pflegepersonal auf der Station zur sicheren Aufbewahrung übergeben. Für nicht deponiertes Geld oder Wertsachen übernimmt das PZM keine Haftung. Auch für persönliche Gegenstände und Kleider haftet das PZM nicht. Bitte helfen Sie uns, daran zu denken, dass Sie alle abgegebenen Wertsachen und persönlichen Sachen am Ende Ihres Aufenthaltes mitnehmen.



# Rechte und Pflichten

Die Rechte und Pflichten von Patient:innen sind im kantonalen Gesundheitsgesetz und in der Patientenrechtsverordnung festgehalten. Letzteres regelt auch die medizinischen Zwangsmassnahmen. Bei Interesse können Sie diese Dokumente bei uns beziehen. Bei Fragen wenden Sie sich bitte an Ihr Behandlungsteam.

## Ihre Rechte

Als Patientin oder Patient haben Sie das Recht auf eine sorgfältige und respektvolle Behandlung und Betreuung.

Sie haben das Recht, umfassend und verständlich aufgeklärt zu werden über die Art Ihrer Erkrankung und ihre voraussichtliche Entwicklung, über die vorgesehenen Untersuchungen und Behandlungen, über deren Vor- und Nachteile, Risiken und Folgen sowie über mögliche Alternativen.

Sie dürfen Ihre Krankenunterlagen einsehen, sich diese erklären lassen und eine Kopie verlangen. Die Behandlungsunterlagen werden mindestens 10 Jahre aufbewahrt.

Untersuchungen und Behandlungen finden nur mit Ihrem Einverständnis statt. Ausnahmen sind dann möglich, wenn Ihr psychischer Zustand eine Behandlung gegen Ihren Willen erfordert. Dies ist der Fall, wenn Sie krankheitsbedingt vorübergehend die notwendige Fürsorge für sich selbst nicht mehr übernehmen können oder Sie sich oder Ihre Mitmenschen gefährden.

Damit wir Ihnen nachhaltig helfen können, sind wir im Kontakt mit Ihrer Hausarztpraxis, Ihrer ambulanten Therapeutin oder Ihrem ambulanten Therapeuten und Ihren nächsten Bezugspersonen. Wenn Sie dies nicht wollen, besprechen Sie dies bitte mit Ihrem Behandlungsteam.

Alle Mitarbeitenden des PZM sind an die Schweigepflicht gebunden. Ohne Ihr Einverständnis erteilen wir keine Auskunft über Ihre Krankheit oder Ihr Befinden an Dritte.

## Ihre Pflichten

Patientinnen und Patienten tragen nach Möglichkeit zu einem erfolgreichen Verlauf der Behandlung bei. Geben Sie den zuständigen Fachpersonen bitte Auskunft über bereits erfolgte oder geplante Behandlungen. Halten Sie sich an die Anleitungen des Personals. Befolgen Sie die Hausregeln und verhalten Sie sich respektvoll gegenüber Mitpatientinnen und Mitpatienten sowie dem Personal. Falls Sie eine Patientenverfügung haben, geben Sie diese bitte dem Behandlungsteam ab.

## Patientenverfügung

In einer psychiatrischen Patientenverfügung halten Sie fest, wie wir in Ihrem Sinne handeln sollen, falls Sie urteilsunfähig werden. Sie können dort beispielsweise aufschreiben, welchen Therapien Sie zustimmen, welche Sie ablehnen und wer Sie vertreten soll.

Wenn Sie eine Patientenverfügung besitzen, geben Sie diese dem Behandlungsteam ab. Das Team wird diese beachten. In Ausnahmefällen (z.B. bei Bedrohung des Lebens) kann es vorkommen, dass es die Patientenverfügung teilweise nicht umsetzen kann.

## Ombudsstelle

Fühlen Sie sich nicht korrekt behandelt? Dann wenden Sie sich an die zuständige Ombudsstelle. Diese versucht, kostenlos, neutral und unabhängig zu vermitteln.

Ombudsstelle für das Spitalwesen  
des Kantons Bern  
Schloss-Strasse 1  
2560 Nidau  
Telefon 032 331 24 24  
info@ombudsstelle-spitalwesen.ch

## Beratungsstelle Pro Mente Sana

Pro Mente Sana bietet kostenlose Beratungen zu rechtlichen oder psychosozialen Fragen. Das Angebot richtet sich an Menschen mit einer psychischen Beeinträchtigung, ihre Angehörigen und Nahestehenden sowie weitere Bezugspersonen aus der Deutschschweiz.

[www.promentesana.ch/beratung](http://www.promentesana.ch/beratung)  
Telefon 0848 800 858



# Behandlung

Ob Sie freiwillig im PZM sind oder nicht – Sie kommen in grosser Not zu uns. Sie wollen wissen, was Sie plagt, und hoffen, dass wir Ihnen helfen können.

Wir geben unser Möglichstes, damit Sie gemeinsam mit uns einen Weg aus Ihrer Krankheit finden. Vielleicht nur für eine Wegetappe, vielleicht für immer. Wir versuchen, Sie zu verstehen, wir hören Ihnen zu, wir nehmen Sie ernst.

## Vertrauen

Das PZM ist psychotherapeutisch ausgerichtet. Wir respektieren jeden Menschen in seiner Einmaligkeit und begegnen ihnen respektvoll.

Wir führen eine offene Klinik. Wir wollen Menschen nicht einschliessen, sondern ihnen offen begegnen. Damit möchten wir Vertrauen schaffen. Wir hoffen, dass auch Sie uns vertrauen und uns von Ihren Ängsten, Sorgen und Nöten erzählen.

## Therapien

Wir wenden moderne wissenschaftlich erprobte und nachweislich wirksame Therapiemethoden an. Sie machen im PZM eine Therapie, die speziell auf Sie zugeschnitten ist. Dazu können verschiedene Gesprächstherapien, Physiotherapie, Musiktherapie, Kunsttherapie, Bewegungstherapie sowie Gruppen- und Familiengespräche gehören.

## Milieu- und soziotherapeutische Arbeit

Die Pflegenden bieten Unterstützung bei den Aktivitäten des täglichen Lebens. Sie fördern Ihre Selbstständigkeit, damit Sie möglichst wieder einen normalen Alltag erleben können. Sie arbeiten nach milieu- und soziotherapeutischen Grundsätzen und bieten beispielsweise Aromapflege, Ohr-Akkupunktur, Schlafförderung oder Achtsamkeitstrainings an.

## Behandlungsplanung

Nach Ihrem Eintritt führt das Behandlungsteam mit Ihnen ausführliche Gespräche. Es erfasst beispielsweise Ihre Krankheitsgeschichte, Ihre Lebensumstände und Vorbehandlungen.

Zusätzlich macht es eine körperliche Untersuchung, nimmt Blut und führt ergänzende Abklärungen durch.

Anhand dieser Informationen erarbeitet Ihr Behandlungsteam mit Ihnen einen persönlichen, Recovery-orientierten Behandlungsplan. Das Team besteht aus Ärzt:innen, Psychotherapeut:innen und Pflegefachpersonen. Damit die Behandlung erfolgreich ist, sind wir auf Ihre Mithilfe angewiesen.

## Bezugsperson

Als Patientin oder Patient haben Sie eine diplomierte Pflegefachperson als Bezugsperson. Diese gestaltet mit Ihnen den Alltag und ist Ihre persönliche Ansprechperson.

## Medikamente

Medikamente können Ihre psychotherapeutische Behandlung unterstützen. Sie helfen, Ängste oder Spannungen zu lösen und Ihre Stimmung zu stabilisieren. Während des Aufenthaltes dürfen Sie zu Ihrer eigenen Sicherheit nur die ärztlich verordneten Medikamente einnehmen. Besprechen Sie die Einnahme eigener Medikamente mit dem Behandlungsteam. Mitgebrachte Medikamente geben Sie bitte bei Ihrem Eintritt dem Pflorgeteam ab. Wenn Ihnen eine externe Ärztin oder ein externer Arzt Medikamente verschrieben hat, informieren Sie das Behandlungsteam darüber.

## Gefährdung

Manchmal können psychische Erkrankungen dazu führen, dass Patient:innen für sich oder andere eine Gefahr darstellen. In solchen Momenten haben wir die Möglichkeit, bewegungseinschränkende Massnahmen (Zwangsmassnahmen) zu ergreifen. Diese können Patientinnen und Patienten, Angehörige und Mitarbeitende sehr belasten. Deshalb reduzieren wir diese Massnahmen auf ein Minimum und wenden diese nur an, wenn es wirklich nicht anders geht. Wir dürfen Sie nur in einer Notfallsituation gegen Ihren Willen behandeln. Von einem Notfall sprechen wir, wenn das Risiko einer ernsthaften Selbst- oder Fremdgefährdung besteht. Betroffene Patient:innen werden in solchen Momenten in einem Intensivbehandlungszimmer betreut.

## Zurück in den Alltag

Wir legen grossen Wert darauf, den Wiedereinstieg in Ihren Alltag optimal vorzubereiten. Wenn Sie möchten, klären Sozialarbeitende Ihre finanzielle Situation, verhandeln mit Krankenkassen und Versicherungen, machen Schuldenberatungen, reden mit Arbeitgebenden oder organisieren Spitex (vgl. auch Seite 10).

## Vorurteile abbauen

Uns ist es ein grosses Anliegen, das Verständnis für psychische Erkrankungen zu fördern. Damit die Vorurteile aus den Köpfen verschwinden und die Öffentlichkeit weiss: Es kann jede und jeden treffen. Wir wollen zeigen, dass in unserer Klinik Menschen wieder gesund werden können. Und deutlich machen, wie man die eigene psychische Gesundheit stärken kann. Deshalb öffnen wir unsere Klinik für Anlässe und machen gezielt Öffentlichkeitsarbeit.



# Seelsorge und Gottesdienste

Nebst dem medizinischen und therapeutischen Angebot können Sie auf Wunsch auch eine seelsorgerliche Begleitung in Anspruch nehmen.

Eine psychische Erkrankung oder eine tiefgreifende Lebenskrise kann viele Fragen aufwerfen. Die Seelsorge kann Sie dabei unterstützen, Antworten zu finden, die für Sie tragfähig und heilsam sind.

## Gespräche und Begleitung

Sei es im Gespräch, auf einem Spaziergang, im Gebet oder bei einem Ritual – die Seelsorge ist offen für das, was Sie bewegt. Ob es bei einer einmaligen Begegnung bleibt oder eine längere Begleitung wird, entscheiden Sie.

Seelsorgerliche Begleitung steht allen Menschen offen, unabhängig von Ihrer Konfession, Religion oder Weltanschauung. Auf Wunsch sind wir auch gerne für Angehörige da.

Die Seelsorge besucht regelmässig die Stationen. Sie können auch selber einen Termin vereinbaren, indem Sie sich an die Pflegenden wenden oder sich direkt bei der Seelsorge melden.

Die Seelsorge untersteht der Schweigepflicht. Auf Wunsch kann sie auch Kontakt zu einem Geistlichen Ihrer Glaubensgemeinschaft vermitteln.

## Gottesdienst

Die ökumenischen Gottesdienste finden an jedem Sonntag und an den kirchlichen Feiertagen um 9.30 Uhr in der Kapelle im Haus 2 statt. Sie sind schlicht und kurz gehalten.

Auch Menschen aus Münsingen und Umgebung besuchen die Gottesdienste. Es sind alle willkommen.

## Kapelle und Raum der Stille

Die Kapelle im Haus 2 ist tagsüber immer offen. Der Raum der Stille lädt ein zur Meditation oder zum Gebet. Hier dürfen Sie auch eine Kerze anzünden. Im gleichen Haus befinden sich das Büro und das Besprechungszimmer der Seelsorge.

## Kontakt

Telefon 031 720 8090



# Freizeit

*In alphabetischer Reihenfolge*

## Anlässe

Im PZM finden regelmässig Anlässe wie Konzerte oder der Basar statt, zu denen Patient:innen, Mitarbeitende und die Öffentlichkeit eingeladen sind.

## Coiffeur

Im Erdgeschoss von Haus 1 finden Sie unseren Coiffeursalon. Sie können einen Termin über das Stationspersonal vereinbaren (auf eigene Kosten).

## Dampfbahn

Von April bis Oktober rattert jedes zweite Wochenende die Dampfbahn durch unseren Naturpark. Im Einsatz stehen Dampf-, Diesel- und Elektrolokomotiven. Betrieben wird die liebevoll gepflegte Anlage vom Verein Dampfbahn Aaretal.

## Farbtupfer

In unserem Laden «Farbtupfer» verkaufen wir Produkte aus den Ateliers und Werkstätten. Sie finden den Laden in Haus 3, vis-à-vis vom Restaurant.

Öffnungszeiten:

Dienstag bis Freitag

14.00 – 17.00 Uhr

Samstag

14.00 – 16.00 Uhr

Dampfbahnwochenenden:

13.30 – 17.30 Uhr

## Freizeithaus Casa Cesa

In der Casa Cesa können Sie sich erholen und die Freizeit nach eigenen Interessen gestalten. Dafür stehen im Bistro und in anderen Begegnungsräumen Brett- und Kartenspiele, Billardtisch, Tögelkasten, Flipperkasten, Dartautomat, Ping-Pong-Tisch, Computerplätze und eine Lesecke zur Verfügung. Im Freizeithaus können Sie Ihre Angehörigen empfangen oder sich in Ruhe mit ande-

ren Patient:innen austauschen. Jeden Dienstagabend findet in der Casa Cesa ein Kinoabend statt. Im Sommer stehen zudem Grill-Abende und Aktivitäten wie Boccia, Badminton, Nordic Walking oder Frisbee auf dem Programm. Im Winter laden wir gerne zu einem Raclette-Abend ein.

Öffnungszeiten:

Montag bis Freitag

18.00 – 21.00 Uhr

Samstag

14.00 – 17.00 Uhr

## Fusspflege

Auf Anmeldung kommt eine Podologin ins PZM. Termine vereinbaren Sie über das Stationspersonal (auf eigene Kosten).

## Gehpfad

Auf dem Therapie-Gehpfad im Garten bei Haus 51 können Sie auf sandigem, steinigem, gewelltem, geneigtem oder gefurchem Boden das Gehen üben und Ihre Sinne schärfen.

## Kunst

Die Gesellschaft für Schweizerische Kunstgeschichte (GSK) hat einen Kunstführer zum PZM herausgegeben. Die Broschüre beleuchtet die spannende Geschichte des 1895 erbauten Gebäudekomplexes und würdigt seinen historischen, architektonischen und kunsthistorischen Wert. Erhältlich im «Farbtupfer» oder am Empfang für CHF 10.–.

## Labyrinth

Auf dem Areal vor den Häusern 45/46 befindet sich ein Weltenlabyrinth mit dem Motto: «Auf dem Weg zur Mitte sind wir auf dem Weg zu uns selbst.»

## Minigolf

Die Minigolfanlage ist ab Ende Februar bis Oktober (wetterabhängig) geöffnet.

Die Anlage enthält 14 Bahnen mit verschiedenen Hindernissen und Schwierigkeitsgraden. Schläger und Golfbälle sind im Restaurant erhältlich. Die Benutzung ist für Patientinnen und Patienten gratis (Restaurant-Ausweis).

Öffnungszeiten:

Montag bis Freitag

8.15 – 18.00 Uhr

Wochenende

9.00 – 18.00 Uhr

## Naturpark

Der Naturpark des Psychiatriezentrums Münsingen ist als einer der schönsten Naturparks der Schweiz ausgezeichnet worden. Er ist öffentlich zugänglich und wird von der Bevölkerung aus Münsingen und Umgebung als Naherholungsort genutzt. Zwischen den Bäumen und historischen Gebäuden entdecken Sie Jugendstilpavillons, alte Brunnen und moderne Kunstobjekte. Viele der 600 teilweise sehr alten oder exotischen Bäume und Sträucher sind beschriftet.

## Restaurant-Ausweis

Sie erhalten bei Ihrem Eintritt einen Restaurant-Ausweis. Wenn Sie diesen vorweisen, konsumieren Sie im Restaurant zum reduzierten Preis und spielen gratis Minigolf.

## Slackline

Im östlichen Teil des Parks können Sie jederzeit auf der Slackline Ihre Balance üben.

## Störche

Seit 2018 brüten wieder Störche auf den Dächern des PZM. Auf unserer Website finden Sie Webcam-Bilder ihrer Horste. Von April bis Juni können Sie die Storchenpaare bei der Aufzucht ihrer Jungen beobachten.

Webcam: [www.pzmag.ch/stoerche](http://www.pzmag.ch/stoerche)





# Ateliers und Werkstätten

Eine konkrete Tätigkeit kann Ihnen dabei helfen, Ängste oder Anspannung abzubauen. Die gestalterischen und handwerklichen Tätigkeiten lenken von negativen Gedanken ab und ermöglichen Ihnen Erfolgserlebnisse. In unseren Ateliers und Werkstätten können Sie Bekanntes auffrischen, Neues ausprobieren, Talente entdecken, Erfahrungen sammeln und sich austauschen.

Die Arbeit mit verschiedenen Materialien fördert die Selbstwahrnehmung und stärkt das Selbstbewusstsein. Die Ateliers und Werkstätten bieten Ihnen ausserdem den idealen Ort, Konzentration und Ausdauer zu trainieren.

## Anmeldung erforderlich

Melden Sie sich bitte bei Ihrem Behandlungsteam an.

## Ateliers Soziotherapie

Hier entdecken und vertiefen Sie mit kreativen, gestalterischen und handwerklichen Tätigkeiten Ihre Stärken und Neigungen. Ob Papier, Farbe, Stoff, Wolle, Holz, Recyclingmaterial oder Tonerde: Finden Sie heraus, welches Material und welche Technik Ihnen gefällt und welche Tätigkeit Ihnen guttut.

## Büroservice

Im Büroservice führen Sie unterschiedliche administrative Auftragsarbeiten aus. Sie erfassen, drucken und verteilen den wöchentlichen Menüplan. Sie erstellen Serienbriefe, gestalten Flyer, laminieren Infoblätter und erledigen verschiedene Druck- und Versandaufträge. Auch Post- und Botengänge fallen täglich an.  
→ Haus 23 EG

## Buchbinderei und Patchwork

Schneiden, falten, kleben, rillen, bandieren, leim- und spiralbinden: Aus Papier und Karton entstehen Agenden, Bücher

oder Notizblöcke. Sie kreieren und gestalten verschiedene Glückwunschkarten und dekorative Gegenstände. Sie nähen sowohl einfach wie anspruchsvoll herzustellende Geschenkartikel und stellen Schmuck und Schlüsselanhänger her. → Haus 23 EG

## Gemüse- und Kräutergruppe

Sie pflegen und verarbeiten frisches Gemüse, das die Patient:innen, Mitarbeitenden und Gäste beim Mittag- und Abendessen geniessen. Die verschiedenen Jahreszeiten erleben Sie draussen beim Säen, Jäten und Ernten. Aus aromatischen Kräutern, farbigen Blütenblättern und feinen Früchten stellen Sie verschiedene Teesorten und andere Delikatessen her und bereiten diese für den Verkauf vor. → Haus 47 UG

## Holzhaus

Sie sägen und spalten Buchen- und Tannenholz zu Brennholz und packen es in Säcke ab. Das gut gelagerte Brennholz wird von externen und internen Kund:innen direkt im Holzhaus abgeholt. Manchmal liefern wir auch selber an die Kundschaft aus. Ausserdem helfen Sie mit beim Aufstellen von Zelten, Festbestuhlungen und Marktständen für interne Anlässe. → Haus 33 EG

## Holzwerkstatt

In der Holzwerkstatt produzieren Sie verschiedene Spielsachen, Dekorationsartikel und Gebrauchsgegenstände aus Holz. Es wird zugeschnitten, gebohrt, gefräst, geschliffen, bemalt und zusammengebaut. Wir führen auch Auftrags- und Montagearbeiten aus. → Haus 34 EG

## Kochatelier

Das Essen schmeckt besser, wenn man es gemeinsam mit anderen geniess. Noch schöner ist es, wenn man vorher eine feine Mahlzeit zusammen zubereitet. Im Kochatelier trainieren Sie, sich selbst

zu versorgen, Ihr Essen zuzubereiten und damit Verantwortung für sich zu übernehmen. Sie lernen, wie man ein Menü plant, die richtigen Zutaten einkauft und erhalten praktische Tipps für eine gesunde Ernährung. → Haus 43 EG  
Mittwoch, 9.00–12.30 Uhr  
Donnerstag, 16.30–19.30 Uhr

## Korberei

Wir stellen aus Weiden Körbe her: vom kleinen Beeren-Chrättli über den Einkaufskorb bis zur grossen Wäscheleine oder dem Gartenkorb. Wir ergänzen unser Sortiment durch verschiedene aus Weiden gestaltete Dekorationen wie Windspiele, Girlanden oder Füllhörner.  
→ Haus 23 EG

## Parkunterhalt

Sie unterstützen das Team der Gärtnerei im vielseitigen Unterhalt des Parks. Plätze und Wege wischen, Rasen mähen und zusammenrechen, Blumenrabatten jäten und pflegen, Laub entsorgen, Schnee räumen: alles wichtige Tätigkeiten, damit der einzigartige grosse Park in seiner Pracht erstrahlt.  
→ Haus 47 UG

## Bewerbungswerkstatt (ohne Anmeldung)

In der Bewerbungswerkstatt STARTklar zeigen wir Ihnen, wie Sie einen korrekten Lebenslauf und ein gutes Motivationsschreiben verfassen. Sie lernen, sich online zu bewerben und können Arbeitszeugnisse und Diplome einscannen.  
→ Büroservice, Haus 23 EG  
Dienstag, Mittwoch, Donnerstag, 13.00–16.00 Uhr



# Sozialberatung

Unsere diplomierten Sozialarbeitenden unterstützen Sie beim Wiedereinstieg ins Alltagsleben. Sie arbeiten mit internen und externen Stellen zusammen und beraten Sie in verschiedenen Lebensbereichen:

## **Soziales Umfeld**

Ihr soziales Umfeld ist wichtig, es soll erhalten, stabilisiert oder wiederaufgebaut werden. Wir suchen gemeinsam mit Ihnen, Ihren Angehörigen, Bezugspersonen, Arbeitgebern oder Behörden nach Lösungen.

## **Finanzen**

Auf Ihren Wunsch verschaffen wir uns einen Überblick über Ihre Einkommens- und Vermögensverhältnisse. Bei Bedarf prüfen wir eine Schuldensituation und sorgen dafür, dass ihr Lebensunterhalt während der Behandlungszeit gesichert ist.

## **Wohnen**

Wir unterstützen Sie dabei, Ihre aktuelle Wohnsituation zu regeln. Wir helfen auch bei der Suche nach einer betreuten Wohnform.

## **Arbeit**

Wir analysieren mit Ihnen Ihre aktuelle Arbeitssituation. Wir unterstützen Sie dabei, das bestehende Arbeitsverhältnis zu erhalten und bieten Hand zu klärenden Gesprächen mit Arbeitgebern.

## **Freizeit**

Die Freizeitgestaltung hat grossen Einfluss auf die psychische Gesundheit. Wir unterstützen Sie dabei, ihre persönlichen Bedürfnisse zu erkennen und passende Freizeitaktivitäten zu finden.

## **Rechtliches**

Wir holen für Sie rechtliche Auskünfte ein und vermitteln spezialisierte Beratungsstellen, Anwältinnen oder Anwälte.

## **Kontakt/Termin**

Sie möchten einen Termin mit uns vereinbaren? Dann wenden Sie sich an die zuständigen Sozialarbeitenden Ihrer Station.

Sekretariat Sozialdienst  
Haus 3, 2. Stock  
Telefon 031 720 82 65



# Beratung für Angehörige

Ihre Angehörigen können wesentlich zum positiven Verlauf Ihrer Behandlung beitragen. Doch oft gelangen auch sie an ihre Grenzen. Damit sie diese herausfordernde Zeit bewältigen können und dabei gesund bleiben, bietet das PZM den Angehörigen professionelle Unterstützung.

## Unterstützung und Entlastung

Unsere Erfahrung zeigt: Angehörige fühlen sich entlastet, wenn sie über die Erkrankung und die Behandlungsmöglichkeiten informiert sind. Ihnen hilft es, in den Behandlungsprozess einbezogen zu werden und sich mit anderen betroffenen Angehörigen auszutauschen. Die Lebensqualität der ganzen Familie verbessert sich, wenn die Angehörigen bei uns hilfreiche Strategien erlernen, um Krisen zu meistern.

Machen Sie deshalb Ihre Angehörigen auf unser Angebot aufmerksam.

## Beratungstelefon

Unsere Beraterinnen beantworten am Telefon Fragen der Angehörigen zur Erkrankung und deren Auswirkungen. Sie informieren über verschiedene Therapiemöglichkeiten und geben Tipps zum Verhalten in schwierigen Situationen.

Wir sind erreichbar unter:  
Telefon 031 720 83 70

Montag bis Donnerstag  
10.00 – 12.00 Uhr  
Dienstag (zusätzlich)  
14.00 – 16.00 Uhr

Individuelle Beratungsgespräche sind auch ausserhalb der offiziellen Beratungszeiten möglich.

## Angehörigentreffen

Wir bieten regelmässige Angehörigentreffen zu den Themen «Sucht», «Psychose» sowie «Depression und Angst» an. An diesen Treffen können Angehörige von Patient:innen miteinander ins Gespräch kommen. Die Beratungsstelle vermittelt zudem Adressen von Selbsthilfegruppen und anderen Gruppenangeboten.

Weitere Informationen und Anmeldung unter [www.pzmag.ch/angehoerige](http://www.pzmag.ch/angehoerige).

Auf den Stationen finden Sie auch unsere Broschüre mit einem Anmeldetalon für die Angehörigentreffen.



# Hausordnung

Die PZM Psychiatriezentrum Münsingen AG ist dafür verantwortlich, dass die Sicherheit der Patient:innen, Bewohner:innen und der Mitarbeitenden jederzeit garantiert ist.

Die Geschäftsleitung erlässt deshalb eine Hausordnung, die für alle Personen gilt, die sich in einem zum PZM gehörenden Gebäude oder auf dem PZM-Areal aufhalten.

Ziel der Hausordnung ist es, einen Ausgleich zwischen den Interessen, Rechten und Pflichten der verschiedenen Personengruppen im PZM zu schaffen. Dabei steht der Schutz der besonderen Klinikatmosphäre im Vordergrund.

## Schutz der Persönlichkeit

Die physische, psychische und geistige Integrität aller Personen, die sich im PZM aufhalten, ist jederzeit zu achten. Gewalt wird im PZM nicht geduldet und sanktioniert. Diskriminierung begründet im Geschlecht, in der Herkunft, der Rasse, der Religion oder aufgrund von Krankheit und Unfall usw. wird nicht toleriert und führt zu einer vorübergehenden oder dauernden Wegweisung bzw. Entlassung aus dem PZM und zu einer Verzeigung.

## Film-, Audio- und Fotoaufnahmen

Personen, die sich auf dem Klinikareal aufhalten, dürfen nicht fotografiert, gefilmt oder akustisch aufgenommen werden. Die Veröffentlichung von Film-, Audio- und Fotoaufnahmen von Personen und dem Areal in Sozialen Netzwerken wie z.B. Facebook, Twitter, Instagram, WhatsApp etc. ist verboten. Zur Veröffentlichung vorgesehene Ton- und/oder Bildmaterial muss vom Direktor / von der Direktorin genehmigt werden.

## Zutritt

Der Aussenbereich des PZM sowie das Restaurant, der Empfang, der Verkaufsladen, die Kapelle, das Holzhaus und die Gärtnerei sind während der Öffnungszeiten öffentlich zugänglich. Alle anderen Räume und Gebäude des PZM dürfen nur von berechtigten Personen betreten werden.

Der Zutritt zu den Gebäuden des PZM kann eingeschränkt oder verboten werden. Betrifft die Einschränkung oder der Ausschluss ausschliesslich eine Station, wird sie durch die Stationsleitung erlassen. Umfasst die Massnahme mehrere Stationen oder das gesamte Areal des PZM, so ist der Direktor für die Anordnung der Massnahme zuständig.

## Bewilligungspflichtige Tätigkeiten

Ohne Bewilligung durch den Direktor sind folgende Tätigkeiten auf dem PZM-Areal verboten:

- Der Verkauf von Waren und andere gewerbliche Tätigkeiten.
- Das Anbringen von Werbung und das Durchführen von Umfragen für politische, gewerbliche, religiöse oder ideelle Zwecke z.B. durch Flugblätter, Wahl- und Abstimmungspropaganda, Anschläge an Infotafeln, Unterschriftensammlungen.
- Das Durchführen von Veranstaltungen, Versammlungen, Verteilaktionen und Ausstellungen.

## Waffen

Das Mitführen von und Hantieren mit Waffen oder anderen gefährlichen Gegenständen ist auf dem gesamten Areal und in den Gebäuden des PZM verboten.

## Haustiere

Haustiere dürfen auf das Aussenareal sowie in die öffentlichen Räume des PZM mitgebracht werden, Hunde sind an der Leine zu führen. Das Mitbringen von Tieren in die Gebäude des PZM ist nur mit einer entsprechenden Bewilligung erlaubt.

## Sauberkeit, Ordnung und Lärm

Einrichtungs- und Gebrauchsgegenstände sind sorgfältig zu behandeln. Verunreinigungen der Räume, Wege, Gartenanlagen und des Klinikgeländes sind zu vermeiden. Technische Anlagen dürfen nur ihrem Zweck entsprechend verwendet werden. Das Baden in den Brunnen und Teichen ist nicht erlaubt. Sicherheitseinrichtungen dürfen nicht beschädigt, verstellt oder funktionsuntüchtig gemacht werden. Bei fahrlässiger Beschädigung oder mutwilliger Zerstörung entsteht Schadensersatzpflicht. Vermeiden Sie Lärm bzw. passen Sie ihn den Gegebenheiten im PZM an. Ab 22.00 Uhr gilt Nachtruhe.

## Rauchen, Alkohol, Drogen und Energy Drinks

Das Rauchen in Gebäuden des PZM ist nicht gestattet, ausgenommen in speziell dafür gekennzeichneten Orten.

Das Konsumieren von Alkohol und Getränken die normalerweise Alkohol enthalten, aber alkoholfrei sind (z.B. alkoholfreies Bier, alkoholfreier Sekt, alkoholfreie Spirituosen u.ä.) sowie Energy Drinks ist auf dem Areal und in den Gebäuden des PZM verboten, ausgenommen sind durch die Hotellerie des PZM veranstaltete Anlässe.

Das Konsumieren von Drogen ist verboten.



## **Fundsachen**

Fundsachen geben Sie am Empfang oder beim Stationspersonal ab.

## **Fahrzeugverkehr und Parken im Klinikbereich**

Auf dem Gelände des PZM gelten die Regeln des Strassenverkehrsgesetzes. Das Abstellen von Fahrrädern, Motorrädern und Fahrzeugen ist auf den dafür ausgewiesenen Flächen gestattet. Die Nutzung des Parkplatzes ist kostenpflichtig. Die Höhe der Gebühren ist auf der jeweils gültigen Parkordnung ersichtlich. Fahrzeuge, die auf nicht ausgewiesenen Parkflächen abgestellt werden, können kostenpflichtig verschoben werden.

Alle Strassen im Inneren des PZM sind ausschliesslich für den innerbetrieblichen Verkehr, Anlieferungen sowie für die Feuerwehr und den Patiententransport freigegeben. Das Fahren mit Rollbrettern, Trottinets und Inlineskates (Ausnahme zum Besuch des Restaurants) ist im inneren PZM-Areal und in den Gebäuden des PZM untersagt.

## **Drohnen/Modellflugzeuge**

Das Fliegen mit Drohnen und Modellflugzeugen auf bzw. über dem Areal des PZM ist grundsätzlich verboten. Das PZM liegt innerhalb der Kontrollzone des Flughafens Bern-Belp mit verschärften Vorschriften und Restriktionen für das Fliegen mit Drohnen und Modell-

flugzeugen (Bundesamt für Zivilluftfahrt). Ausnahmegewilligungen können durch den Direktor erteilt werden.

## **Sanktionen**

Verstösse gegen die Hausordnung können einen Verweis vom Areal des PZM oder in schwerwiegenden Fällen, insbesondere bei wiederholtem Verstoß gegen die Hausordnung, ein Hausverbot oder eine Verzeigung nach sich ziehen. Für die Anordnung von Einzelmassnahmen ist das vor Ort verantwortliche Personal zuständig. Hausverbote werden durch den Direktor erlassen. Material von geringem Wert wie Flugblätter, Plakate oder zum Verkauf bestimmte Waren, das entgegen der vorliegenden Hausordnung auf dem Areal des PZM verwendet wird,

kann ohne Entschädigung eingezogen und vernichtet werden.

## **Ausführungsbestimmungen**

Die Direktion PZM kann ergänzende Ausführungsbestimmungen erlassen, welche für das ganze PZM oder einzelne Teile davon gelten.

In den Stationen gelten die Stationsordnungen.

Für die Umsetzung der Hausordnung sind alle Mitarbeitenden des PZM zuständig.

Die aktuelle Version gilt.

# Zusatzversicherung

Sie haben eine Zusatzversicherung? Dann werden Sie durch die Chefärztin oder den Chefarzt mitbehandelt. Sie können zudem ergänzende Therapien besuchen und kommen in den Genuss weiterer Vorzüge.

## Ärztliche Betreuung

Für Ihr Behandlungskonzept ist die Chefärztin oder der Chefarzt verantwortlich. Sie oder er wird durch die Stationsoberärztin oder den Stationsoberarzt sowie durch eine Assistenzärztin oder einen Assistenzarzt unterstützt. In der Regel besucht Sie die Chefärztin oder der Chefarzt ein- bis zweimal pro Woche. Ihre pflegerische Bezugsperson wird Sie während des gesamten Aufenthaltes begleiten und unterstützen.

Ihren Wunsch hinsichtlich ergänzender Therapien werden wir – wenn möglich und für die Behandlung sinnvoll – berücksichtigen.

Ihre ambulante Weiterbetreuung wird frühzeitig mit dem nachbehandelnden Arzt oder der nachbehandelnden Ärztin abgesprochen und koordiniert. Nach Möglichkeit organisieren wir bereits während des Aufenthaltes einen direkten Kontakt.

## Hotellerie und Menüwahl

Wenn unsere Zimmerauslastung es zulässt, bereiten wir für Sie ein Einzelzimmer mit Fernseher, Telefon und WLAN vor.

Für ihre persönliche Wäsche steht Ihnen ein Wäscheservice zur Verfügung.

## Essen

Die Mahlzeiten wählen Sie aus dem Tagesangebot des Restaurants für Patientinnen und Patienten oder aus den Wunschkostvarianten aus. Das Menüwahlsystem Cuvos bietet Ihnen die Möglichkeit, einzelne Menü-Komponenten in Ihrer gewünschten Portionengrösse zu wählen und zu kombinieren. Zusätzlich stehen verschiedene Alternativen wie Salat-, Fleisch- oder Käseteller zur Auswahl.

Auf Wunsch oder bei gegebener Indikation besucht Sie unsere Ernährungsberaterin.

Nach Absprache mit der Pflege und falls nicht kontraindiziert, können Sie nach Wahl mit Ihren Angehörigen im Restaurant (reservierter Tisch mit Bedienung) oder auf der Station essen.



# Zufriedenheit

Haben Sie sich bei uns wohlfühlt?  
Wurden Sie von den Mitarbeitenden  
freundlich und respektvoll behandelt?  
Waren Sie zufrieden mit der Behand-  
lung? Was können wir besser machen?

Ihre Meinung ist uns wichtig. Ihre Rück-  
meldung hilft uns, das Angebot noch  
besser auf die Bedürfnisse der Patien-  
tinnen und Patienten auszurichten. Wir  
nehmen Ihr Anliegen ernst und behan-  
deln es selbstverständlich vertraulich.

## **Ihre Rückmeldung**

Melden Sie sich am besten direkt bei  
der Person, die Ihr Anliegen betrifft.  
Falls Sie dies nicht möchten, können Sie  
folgendermassen vorgehen:

### **Onlineformular**

Sie möchten Ihre Rückmeldung schriftlich  
abgeben? Dann gehen Sie auf unsere  
Website unter [www.pzmag.ch](http://www.pzmag.ch). Klicken Sie  
zuerst auf die Rubrik «Eintritt und Aufent-  
halt» und danach auf «Zufriedenheit» und  
füllen Sie unser Onlineformular aus.

### **Telefon**

Sie möchten Ihr Anliegen telefonisch  
mitteilen? Dann wenden Sie sich an die  
Stabsstelle Strategie, Qualität und Ent-  
wicklung, Telefon 031 720 81 28.

### **E-Mail**

Ihre Rückmeldung per Mail  
senden Sie an folgende Adresse:  
[feedback@pzmag.ch](mailto:feedback@pzmag.ch)



psychiatriezentrum münsingen  
bzw. *gemeinsam lösungen finden.*

**pzm**

Juli 2022

**PZM Psychiatriezentrum Münsingen AG**

Hunzigenallee 1  
3110 Münsingen

**Tel** 031 720 81 11

**E-Mail** [info@pzmag.ch](mailto:info@pzmag.ch)

**Web** [www.pzmag.ch](http://www.pzmag.ch)