



## Velkommen til

# U3

### Hej

Velkommen til børnepsykiatrisk afsnit, U3. Vi har lavet dette brev, fordi vi håber, du vil føle dig godt tilpas og få det bedre, mens du er hos os. Det er meget forskelligt, hvor længe man er indlagt. Nogle er her i få uger andre i flere måneder.

Du må altid stille spørgsmål til de voksne, hvis der er noget, du undrer dig over eller, noget du er i tvivl om.

### De voksne på U3

Vi er læger, sygeplejersker, pædagoger og psykologer. Vi går ikke med hvide kitler, men vi er alle sammen vant til at behandle børn, der har det svært.

### Kontaktpersoner/team

Mens du er her, vil der være et team af voksne, som kan hjælpe med at svare på spørgsmål og med at planlægge, hvad der skal ske, mens du er indlagt. Vi kalder det også "kontaktpersoner".

Du får en seddel med navne og billeder af dine kontaktpersoner.

### Besøgstid

Måske skal din mor eller far være her sammen med dig i starten. Familie eller andre pårørende må gerne komme og besøge dig. Det aftaler vi sammen med dine forældre.

Vi har besøgstider:

Tirsdag, onsdag og torsdag mellem kl. 18.00 og 20.00

I weekender - hvis du ikke er hjemme - fra kl. 9.00 – 11.30

og fra kl. 15.00 – 17.30 eller efter aftale med personalet.

Det vigtigste er, at du ikke får besøg, når der er aktiviteter, når du har aftaler med de voksne på U3, eller når du er i skolen.

## Børnepsykiatrisk afsnit, U3

### Om U3

Vi har plads til ni indlagte børn i alderen til og med 14 år.

### Mad og drikke

Der bliver lavet god og sund mad i vores køkken. Du kan altid snakke med os, hvis der er noget, du ikke kan lide.

### Dit værelse på U3

Du får dit eget værelse med bad og toilet, mens du er indlagt. Du må gerne tage dine egne ting med hjemmefra; fx dyne, pude, sengetøj, bamser, legetøj, og hvad du eller synes, der kunne være rart at have. Tal eventuelt med de voksne om det.

Du må gerne have din mobiltelefon, tablet eller computer med. Du kan spille og ringe i de tidsrum, som er afsat specielt til det i løbet af dagen. Det er vigtigt, at brug af mobil og tablet ikke forstyrrer de andre aktiviteter, som foregår i afsnittet. Hvis dette sker, vil dit team hjælpe dig med at få lavet nogle gode aftaler for brug af mobil, tablet og computer.

### Adgang til Internettet

Der er fri wi-fi uden kode på afsnittet.



## Skolen

Mens du er her, kan du gå i skole. Det er en lille skole med få børn. Den ligger i samme bygning som U3. Lærerne er gode til at undervise børn, der ikke har været i skole i lang tid eller børn, som har haft det svært i skolen.

Det kan være meget forskelligt, hvor mange timer man kan overskue at gå i skole. Lærerne laver et skema, der passer til dig, når I har talt sammen. Skemaet bliver ændret i takt med, at du får det bedre. Du kan læse mere i folderen om skolen.

## Stil spørgsmål

Du må altid gerne stille spørgsmål til de voksne på U3. Der findes ikke dumme spørgsmål. Når du stiller spørgsmål, så lærer vi dig bedre at kende, og så kan vi bedre hjælpe dig og forstå, hvad der er vigtigt for dig.

## Hvad skal der ske på U3?

I starten bruger vi tid på at lære dig at kende. Vi spiser sammen, går tur og taler sammen. Du kan godt have følelsen af, at der ikke sker så meget. Men det gør der. Du skal også vænne dig til den ny hverdag hos os.

På U3 har vi aktiviteter, som vi håber, kan hjælpe dig til at få det bedre og blive bedre til at være sammen med andre mennesker.

I afsnittet har vi en dagligdag med faste aktiviteter, hvor der er mulighed for, at du kan arbejde med det, der er svært for dig, men hvor der også er plads til leg og hygge.

Vi gør meget ud af, at man skal behandle hinanden ordentligt både børn og voksne, og det er vigtigt, at du fortæller de voksne på afsnittet, hvis det ikke er sådan, du oplever det.

Hverdagen på afsnittet er en blanding af samtaler og aktiviteter med voksne og børn. Vi vil meget gerne have, at du deltager i fællesaktiviteter, også selvom det er noget, du normalt har det svært med. Det er een af de ting, du kan øve dig på, mens du er her.

Vi glæder os til at møde dig.

*Med venlig hilsen U3*

### Ved behov for akut hjælp efter din udskrivelse:

Psykiatrisk akutmodtagelse:

Slagelse, tlf. 58 53 64 20

Roskilde, tlf. 58 53 75 00

Vordingborg, tlf. 58 53 70 30