



UNIVERSITÄRE PSYCHIATRISCHE DIENSTE BERN (UPD)
Universitätsklinik für Psychiatrie und Psychotherapie

Ambulatorium Mitte

Ambulatorium Mitte

Wo wir sind

Das Ambulatorium Mitte befindet sich im Zentrum der Stadt Bern in der Zieglerstrasse 7. Damit ist das Ambulatorium nur wenige Schritte vom Inselspital entfernt und liegt in direkter Nähe des Kriseninterventionszentrums KIZ und des Standorts Murtenstrasse der Universitätsklinik für Psychiatrie und Psychotherapie. Die nächste Bushaltestelle ist «Inselplatz».

Was wir anbieten

Unser Schwerpunkt liegt auf Langzeitbehandlungen für Personen mit länger andauernden psychischen Erkrankungen. Daneben bieten wir auch kürzere und längere psychiatrisch-psychotherapeutische Behandlungen für Personen mit ganz unterschiedlichen psychischen Störungen an. Grundsätzlich passen wir die Behandlungen an die individuellen Bedürfnisse und an aktuelle wissenschaftliche Erkenntnisse an. Je nach Situation umfassen unsere Behandlungen:

- Medikamentöse Behandlungen, wie z. B. die Anpassung von Medikamenten oder die Abgabe von oraler und Depotmedikation.
- Pflegerisch-medizinische Basisversorgung wie z. B. Blutentnahmen für Laboruntersuchungen.
- Soziale Betreuung und Beratung, wie z. B. Unterstützung bei Wohnungssuche, am Arbeitsplatz, bei finanziellen Anliegen und Sozialkontakten.
- Gruppenangebote zur Aktivierung von Eigenverantwortung und sozialen Ressourcen, wie z. B. Kochgruppe, Kino-

gruppe, Erlebnismachmittag, Spaziergruppe, «Runder Tisch» und Gruppe «Stimmen hören».

- Gruppenpsychotherapien, z. B. Metakognitives Training (MKT).
- Kurz- und längerfristige Einzelpsychotherapien, auf Basis der kognitiven Verhaltenstherapie (KVT) und mit Elementen aus anderen wirksamen Ansätzen wie z. B. der Dialektisch-Behavioralen Therapie (DBT), Akzeptanz- und Commitment-Therapie (ACT), Achtsamkeit, EMDR u. a.
- Intensive Zusammenarbeit und Vernetzung mit externen Fachpersonen, Behörden, anderen Betreuungs- oder Wohninstitutionen, Tagesstätten, Spitex-Diensten und Gemeinschaftszentren und Institutionen und Organisationen mit geschützten Arbeitsplätzen.

Unsere aktuellen Gruppenangebote

- **Kinogruppe:** sozialer Austausch, Filme schauen und diskutieren
Dienstag, 17.30 Uhr
- **Metakognitives Training (MKT):**
für Menschen mit Psychose
Mittwoch, 14.00 Uhr
- **Kochgruppe:** gemeinsam ein Menü planen, kochen und essen
Mittwoch, 16.30 Uhr
- **Erlebnismachmittag:** Freizeitaktivitäten, Bewegung und Begegnung
Donnerstag, 13.30 Uhr
- **Spaziergruppe:** gemütliches Spazieren und Bewegen
Freitag, 14.00 Uhr
- **Gruppe Stimmenhören:** für Menschen, die Stimmen hören
Freitag, 17.00 Uhr

Ambulatorium Mitte

- **Runder Tisch:** offener Treffpunkt, um Kontakte zu pflegen, sich gegenseitig zu unterstützen, auszutauschen, neue Erfahrungen zu machen und Alltägliches zu teilen.
Täglich, 13.30 Uhr, mittwochs betreut
- Ausserdem gelegentlich andere Freizeitaktivitäten (z. B. Wanderausflüge, Museumsbesuche)

Wer wir sind

Unser Team besteht aus Ärztinnen und Ärzten, Psychologinnen und Psychologen, Pflegefachpersonen, Sozialarbeiterinnen und Sozialarbeitern, Peer-Mitarbeiterinnen und -Mitarbeitern.

Unser Ambulatorium wird fachlich geleitet durch Frau Dr. phil. Kristina Rohde.

Unser Team

Dr. phil. Kristina Rohde, Fachliche Leitung, Leitende Psychologin, eidg. anerkannte Psychotherapeutin

Dr. med. Agnes Meyer, konsiliarische Oberärztin

Doris Schmid, Pflegefachfrau

Simon Michel, Pflegefachmann

Alessia Jemetta, Pflegefachfrau

Fabienne Safi, Sozialarbeiterin

Yolanda Huber, Psychologin, eidg. anerkannte Psychotherapeutin

Wie wir arbeiten

Wir arbeiten mit unseren Patientinnen und Patienten auf Augenhöhe und stimmen

uns gemeinsam über die Behandlung ab. Wir möchten nicht nur die individuellen Probleme angehen, sondern auch die persönlichen Stärken, Fähigkeiten, Interessen sowie die Selbstständigkeit fördern und die Lebensqualität verbessern. Für jede Patientin und jeden Patienten gibt es eine Haupt-Bezugsperson (CasemanagerIn) im Ambulatorium Mitte. Der Casemanager oder die Casemanagerin ist in der Regel die erste Ansprechperson für alle Anliegen. Zusätzlich steuern die anderen Fachpersonen aus unserem Team ihre fachspezifischen Kompetenzen (Medizin, Psychologie, Pflege, Sozialarbeit) in jeder Behandlung bei. Die Casemanager koordinieren die Vernetzung mit externen Fachpersonen und Institutionen, mit ArbeitgeberInnen, Behörden oder Angehörigen.

Wer zuweisen kann

Die Zuweisung/Anmeldung erfolgt schriftlich durch Ärztinnen und Ärzte, Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten, Sozialdienste, Beratungsstellen und Kliniken.

Auf unserer Webseite ist ein Zuweisungsformular zu finden:

www.upd.ch

→ Erwachsene 18–65 Jahre

→ Ambulante Angebote & Sprechstunden

→ Gemeindenahe Psychiatrie

→ Ambulatorien

Wer die Behandlungskosten übernimmt

Die Leistungen der Ambulatorien werden der Krankenversicherung verrechnet.

Öffnungszeiten

Montag: 8.00–12.00 Uhr, 13.00–17.00 Uhr
Dienstag: 8.00–12.00 Uhr, 13.00–17.00 Uhr
Mittwoch: 8.00–12.00 Uhr, 13.00–17.00 Uhr
Donnerstag: Teamsitzung, 13.00–17.00 Uhr
Freitag: 8.00–12.00 Uhr, 13.00–17.00 Uhr

Wir vereinbaren Termine nach Absprache. In der Regel finden diese Termine innerhalb unserer Öffnungszeiten statt.

In Krisensituationen ausserhalb der Öffnungszeiten können sich Patientinnen und Patienten an ihren Hausarzt oder ihre Hausärztin wenden.

Sind diese nicht erreichbar, so wenden sich Patientinnen und Patienten in Krisen an den Psychiatrischen Notfall der Universitären Psychiatrischen Dienste Bern an der Murtenstrasse 21, 3008 Bern, Telefon 031 632 88 11.

KONTAKT

UNIVERSITÄRE PSYCHIATRISCHE DIENSTE BERN (UPD)

Universitätsklinik für Psychiatrie und Psychotherapie Bern

Ambulatorium Mitte

Zieglerstrasse 7
3007 Bern
Telefon 031 380 10 40
E-Mail: ambimitte@upd.ch

WEITERE INFORMATIONEN

Weitere Informationen über das Ambulatorium Mitte erhalten Sie unter www.upd.ch

UNIVERSITÄRE PSYCHIATRISCHE DIENSTE BERN (UPD) AG

Bolligenstrasse 111
3000 Bern 60
Telefon 031 930 91 11
www.upd.ch

