



Kompassie

De Crisiskaart geeft aan wat jouw wensen zijn tijdens een crisis. Het geeft je regie. Je draagt de Crisiskaart altijd met je mee, bijvoorbeeld in je portemonnee. Een Crisiskaart geeft houvast voor jezelf en voor de mensen die je helpen als jij het moeilijk hebt.

Ik wil een Crisiskaart

Tijdens een crisis kun je vaak niet meer helder denken. Maar voor of na een crisis kun je dat gelukkig wel. Die helderheid kun je goed gebruiken om een Crisiskaart op te stellen.

Een Crisiskaart maken doe je met hulp

Een Crisiskaart opstellen doe je niet alleen. Een crisiskaartconsulent ondersteunt je daarbij, maar jij bepaalt wat er op de Crisiskaart komt te staan. Bijvoorbeeld je medicijngebruik of afspraken met de huisarts of je behandelaar, maar ook telefoonnummers van mensen die de hulpverleners kunnen bellen bij een crisis. Of misschien vermeld je gewoon wie er voor jouw huisdier moet zorgen.

Hulpverleners en omstanders kunnen door de Crisiskaart precies zien wat jij wel en niet wil als er zich een crisis voordoet. Dat geeft vertrouwen en kan een crisis misschien voorkomen.

Wil jij een Crisiskaart voor jezelf maken? Neem dan contact op met Esther, Ronald of Miranda van Kompassie via (070) 427 32 40 of crisiskaart@kompassie.nl

Meer informatie over de Crisiskaart vind je op www.crisiskaart.nl

CRISIS KAART



Laan 20
2512 GN Den Haag