

SIGNALIZER

Dit plan is van:

	Signalen voor deze fase	Wat moet ik doen?	Wat kunnen anderen doen?
GROEN			
ORANJE			
ROOD			

Dingen die ik ga doen om mijn omgeving veilig te maken:

- 1.
- 2.

Ik kan contact opnemen om over mijn problemen te praten of juist voor afleiding en fun met:

1. Telefoon:
2. Telefoon:

Hulpverleners of organisaties die ik om hulp kan vragen:

1. Ambulance/ Politie Telefoon: 115
2. Telefoon:
3. Telefoon:

Tip: Denk bij het invullen goed na of je dit ook echt gaat doen tijdens een crisismoment!
Probeer je plan zo realistisch mogelijk te maken.