

The logo for 'CRISIS KAART' is displayed in a white square. The word 'CRISIS' is in a large, bold, black font with a red exclamation point. Below it, the word 'KAART' is in a smaller, bold, black font, enclosed in a black rectangular box. The background of the slide features abstract shapes in purple, blue, and white.

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.

Interesse

Neem contact op met MEE via
crisiskaart@mee-ugv.nl | T 030 264 22 00

Wil jij een Crisiskaart voor jezelf maken?
Kijk voor meer informatie op www.crisiskaart.nl

The logo for 'CRISIS KAART' is displayed in a white square. The word 'CRISIS' is in a large, bold, black font with a red exclamation point. Below it, the word 'KAART' is in a smaller, bold, black font, enclosed in a black rectangular box. The background of the slide features abstract shapes in purple, blue, and white.

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.

Interesse

Neem contact op met MEE via
crisiskaart@mee-ugv.nl | T 030 264 22 00

Wil jij een Crisiskaart voor jezelf maken?
Kijk voor meer informatie op www.crisiskaart.nl



Voorbeeld Crisiskaart



Deze kaart geef ik u omdat ik in psychische nood verkeer!
Vouw open en kijk hoe u mij kunt helpen.

Persoonlijke gegevens

Naam V. Voorbeeld
Geboren 10 juni 1973
Adres Hoofdweg 1
1122 AA Dichtbij
Telefoon 06-12345678
Verzekering Gouden Kruis
Polisnr. 123456
BSN: 123 4567 000

Hoe ziet een crisis er bij mij uit?

Ik kan soms last krijgen van psychoses waarbij ik dan dingen zie en hoor die er niet zijn. Soms ben ik ook bang dat mensen mij zullen vergiftigen. Dan stop ik met eten. Ik kan wantrouwend zijn in een crisissituatie. Op deze kaart staat wat ik wil dat mensen om mij heen doen, als ik in een crisis kom. Welke pillen ik niet wil en waar ik zeker niet opgenomen wil worden.

Hoe te handelen in geval van een crisis:

Ik wil liever niet aangeraakt worden. Als dat wel moet, dan het liefst door een vrouw. Leg a.u.b. rustig uit wie u bent en wat u gaat doen. Als het niet goed met mij gaat, bel dan mijn zus. Zij weet wat ik nodig heb, regelt de praktische zaken zoals met mijn werk en weet wanneer ze mijn behandelaar moet bellen. In een crisissituatie kan ik vergeetachtig zijn. Herhaal dus enkele keren wat u zegt.

WAARSCHUWING

Geef mij geen Haldol. Daar reageer ik slecht op. Ik word daar nog angstiger van.

Medicijnenlijst

- Antipsychotica
- Rennie 2x daags

Wensen in geval van opname

Mijn voorkeur gaat uit naar:

Naam GGZ Herstel, Afdeling 1
Adres Dijkwal 10
1010 AB Dichtbij
Telefoon 023 300 00 00

Ik wil niet opgenomen worden in de Holtzkliniek.

Vertrouwenspersoon

Naam Stella Steun (zus)
Adres Dalstraat 172
1122 HH Haarlem
Telefoon 06-12 56 34 78

Huisarts Dhr. D. Arts
Telefoon 023 523 53 33

Behandelaar

Naam Dr. Deutch
Adres Dijkwal 10
1010 AB Dichtbij
Telefoon 023 300 00 00

Crisisdienst GGZ Dichtbij
Telefoon 023 518 7480

Alle genoemde personen zijn volledig op de hoogte van de inhoud van deze crisiskaart. Hierbij geef ik toestemming om in een crisissituatie mijn crisiskaartplan op te vragen bij adviespunt cliëntondersteuning.

datum handtekening
14 november 2017



Deze crisiskaart is van mij en kan alleen werken als de wensen en afspraken door een ieder worden gerespecteerd en opgevat als aanwijzing hoe te handelen.

Belangstelling voor een Crisiskaart?

Neem vrijblijvend contact op met:

E-mail info@crisiskaart.nl
Website www.crisiskaart.nl

Voorbeeld Crisiskaart



Deze kaart geef ik u omdat ik in psychische nood verkeer!
Vouw open en kijk hoe u mij kunt helpen.

Persoonlijke gegevens

Naam V. Voorbeeld
Geboren 10 juni 1973
Adres Hoofdweg 1
1122 AA Dichtbij
Telefoon 06-12345678
Verzekering Gouden Kruis
Polisnr. 123456
BSN: 123 4567 000

Hoe ziet een crisis er bij mij uit?

Ik kan soms last krijgen van psychoses waarbij ik dan dingen zie en hoor die er niet zijn. Soms ben ik ook bang dat mensen mij zullen vergiftigen. Dan stop ik met eten. Ik kan wantrouwend zijn in een crisissituatie. Op deze kaart staat wat ik wil dat mensen om mij heen doen, als ik in een crisis kom. Welke pillen ik niet wil en waar ik zeker niet opgenomen wil worden.

Hoe te handelen in geval van een crisis:

Ik wil liever niet aangeraakt worden. Als dat wel moet, dan het liefst door een vrouw. Leg a.u.b. rustig uit wie u bent en wat u gaat doen. Als het niet goed met mij gaat, bel dan mijn zus. Zij weet wat ik nodig heb, regelt de praktische zaken zoals met mijn werk en weet wanneer ze mijn behandelaar moet bellen. In een crisissituatie kan ik vergeetachtig zijn. Herhaal dus enkele keren wat u zegt.

WAARSCHUWING

Geef mij geen Haldol. Daar reageer ik slecht op. Ik word daar nog angstiger van.

Medicijnenlijst

- Antipsychotica
- Rennie 2x daags

Wensen in geval van opname

Mijn voorkeur gaat uit naar:

Naam GGZ Herstel, Afdeling 1
Adres Dijkwal 10
1010 AB Dichtbij
Telefoon 023 300 00 00

Ik wil niet opgenomen worden in de Holtzkliniek.

Vertrouwenspersoon

Naam Stella Steun (zus)
Adres Dalstraat 172
1122 HH Haarlem
Telefoon 06-12 56 34 78

Huisarts Dhr. D. Arts
Telefoon 023 523 53 33

Behandelaar

Naam Dr. Deutch
Adres Dijkwal 10
1010 AB Dichtbij
Telefoon 023 300 00 00

Crisisdienst GGZ Dichtbij
Telefoon 023 518 7480

Alle genoemde personen zijn volledig op de hoogte van de inhoud van deze crisiskaart. Hierbij geef ik toestemming om in een crisissituatie mijn crisiskaartplan op te vragen bij adviespunt cliëntondersteuning.

datum handtekening
14 november 2017



Deze crisiskaart is van mij en kan alleen werken als de wensen en afspraken door een ieder worden gerespecteerd en opgevat als aanwijzing hoe te handelen.

Belangstelling voor een Crisiskaart?

Neem vrijblijvend contact op met:

E-mail info@crisiskaart.nl
Website www.crisiskaart.nl