| Naam: ………………………………………………………………… Datum: / / Versie: ……… | |
| --- | --- |
| Concrete omschrijving van signalen:  Wat merk ik zelf op?  Wat merken zorgverleners, familie, vrienden of belangrijke anderen op? | Concrete omschrijving van acties:  Wat kan ik doen om mezelf te helpen?  Wat kunnen zorgverleners, familie, vrienden of belangrijke anderen doen om te helpen? |
| **Ik voel me goed** | |
|  |  |
| **Ik voel me minder goed** | |
|  |  |
| **Ik voel me slecht** | |
|  |  |