


# Mijn signaleringsplan

Groene zone	Oranje zone	Rode zone
Dit geeft aan dat ik aan zelfmoord denk		
Ik zit in de groene zone als...	Ik zit in de oranje zone als...	Ik zit in de rode zone als...
Wat kan ik doen?		
Wat kunnen anderen doen?		
Hier ben ik veilig (wie of wat vermijd ik beter)		
Wat zijn mijn uitlokkers?		
Hier vind ik professionele hulp		
Algemeen noodnummer: 112 Antigifcentrum: 070 245 245 Huisarts: Hulpverlener:		

Neem mij mee naar jouw hulpverlener

Jouw signaleringsplan liever online? Gebruik de App 'Back Up' of 'On track again' (jongeren)

# Mijn signaleringsplan

*Neem mij mee naar jouw hulpverlener*

*Jouw signaleringsplan liever online? Gebruik de App 'Back Up' of 'On track again' (jongeren)*