

Raadpleging Psychiatrie

AZ Oostende - Damiaan: 059 41 41 31

AZ Oostende - Serruys: 059 55 58 65



Ik verkeer in crisis.

Vouw deze kaart open en lees
wat ik kan doen of hoe
jij mij kan helpen.

www.ontrackagain.be

Vul dit in en bewaar dit goed!

Ik ben in crisis. Wie kan ik opbellen?

Huisarts:.....

Tel huisarts:.....

Psychiater:.....

Tel psychiater:.....

Psycholoog:.....

Tel psycholoog:.....

Als een opname nodig is

Bij voorkeur in dit ziekenhuis:.....

Tel Ziekenhuis:.....

Dit zijn mijn steunfiguren

Naam:.....

Tel:.....

Naam:.....

Tel:.....

Naam:.....

Tel:.....

Ik ben in crisis. Wie kan ik opbellen?

.....

.....

.....

.....

Dit geeft mij hoop

.....

.....

.....

Dit kan de ander doen bij een crisis

.....

.....

.....

Dit wil ik liever niet

.....

.....

.....