

Niet pluis? Kom in actie!

tel: 0317-410160
whatsapp: 06-22592434
startpunt@wageningen.nl



JOUW LEVEN. JOUW VRAGEN

HERKENT U DIT?

ZORG VOOR ZICHZELF: slechte verzorging van zichzelf en leefomgeving. **Bij kinderen:** spelen vaak alleen op straat, zien er onverzorgd uit, moeten alleen naar school (niet passend bij de leeftijd), dragen zorg voor jongere broertjes en zusjes.

HUMEUR: boos geïrriteerd, driftbuien, uitbarstingen, rusteloos, kan niet ontspannen, te blij

STEMMING: lusteloos, geen interesse, geen initiatief, onzeker, afhankelijk, trekt zich terug, eenzaam, piekeren, angstig, veel huilen

DENKEN, GEHEUGEN, TAAL: valt in herhaling zonder dit zelf door te hebben, concentratieproblemen, raakt spullen kwijt, woordvindingsproblemen, de weg kwijt, komt vaak te laat, excuses gebruiken om niet te hoeven lezen en schrijven

LICHAMELIJK: is vaak ziek, blauwe plekken, slecht eetpatroon, slecht slapen, gespannen spieren, maagklachten, rug- en hoofdpijn

GEDRAG: persoon pest of wordt gepest, gebruikt veel alcohol of drugs, computer en sociale media kunnen niet worden losgelaten, post wordt niet opengemaakt,

PSYCHISCH: waandenkbeelden, hallucinatie, dingen horen of zien die er niet zijn en verward denken

CONTACT: geen of weinig vertrouwen in anderen. **Voor kinderen:** overdreven afhankelijk gedrag, verstijft/verkrampd/schrikt van lichamen contact

WAT KUNT U ALS INWONER/MANTELZORGER DOEN?

Kent u de persoon? Leg contact, stel je oordeel en advies uit

Bespreek uw zorg met de persoon. Doe dit voorzichtig. Gebruik een ik-boodschap. Benoem concreet gedrag en vraag of het herkend wordt. "Het valt mij op dat... klopt dat?"

Informeer eens wat de persoon of direct betrokkenen al gedaan hebben

Is er meer hulp nodig? Vraag aan de persoon of het goed is dat je samen met het Startpunt kan kijken naar een oplossing

WAT KUNT U ALS VRIJWILLIGER DOEN?

Volg dezelfde stappen als bij de inwoner/mantelzorger (zie hierboven)

Is er meer hulp nodig? Vraag aan de persoon of het goed is dat je samen met de coördinator van de desbetreffende vrijwilligersorganisatie kan kijken naar een oplossing

WELSAAM

Deze niet-pluiskaart is een gezamenlijke actie van Welsaam en Startpunt Wageningen