

Plan de crise

Informations pour moi	Informations pour mon thérapeute	Informations pour les autres
<u>Signes avant-coureurs :</u>	<u>Mes difficultés :</u>	<u>Choses que les professionnels ont faites qui ne se sont pas avérées aidantes lors de crises passées :</u>
<u>Choses qui se sont avérées aidantes lors de crises passées :</u>	<u>Informations sur le traitement en cours :</u>	<u>Ressources en cas de crise :</u>
<u>Choses qui se sont avérées nuisibles lors de crises passées :</u>	<u>Les situations qui peuvent conduire à une crise :</u>	<u>Personnes qui devraient avoir une copie de mon plan de crise :</u>