



HULP
KAART

The logo consists of the word "HULP" in white, uppercase, sans-serif font, enclosed within a purple speech bubble shape. Below this, the word "KAART" is written in black, uppercase, sans-serif font. The entire logo is centered on a white rectangular background with rounded corners. The background of the image features abstract, overlapping shapes in shades of purple and blue.



De Hulpkaart - als je er zelf geen woorden voor hebt

Met de Hulpkaart kunnen anderen je helpen

Soms kun je niet aan andere mensen duidelijk maken wat je voelt of bedoelt. Dat kan allerlei vervelende gevoelens oproepen, bij jezelf en bij de mensen om je heen. Je gaat misschien huilen, wordt boos of je weet niet meer wat je moet doen, terwijl je eigenlijk geholpen wilt worden. Op zulke momenten vertelt de Hulpkaart wat je nodig hebt.

De Hulpkaart

Een klein, opvouwbaar kaartje dat een groot verschil voor jou kan maken in situaties wanneer je even geen woorden hebt. Op de kaart staat onder andere:

- wat er bij je speelt
- wat iemand anders voor je kan betekenen
- met wie contact opgenomen kan worden.

Wat staat er op mijn Hulpkaart?

Elke Hulpkaart is uniek en de inhoud is helemaal van jou. Om te zorgen dat iedereen de tekst op de Hulpkaart begrijpt, zijn er coaches die je bij het maken kunnen helpen.

Hoe kom ik aan een Hulpkaart?

Voor jezelf of voor iemand anders? Neem contact op met MEE Noord 088 023 11 00 | mee@meenoord.nl.