

Terugval preventieplan

**Groen**

Je kunt het merken dat je je goed voelt doordat:

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

**Oranje**

Je merkt dat het wat minder met je gaat als:

- 
- 
- 
- 
- 
- 

Wat lukt dan nog wel:

- 
- 
- 
- 

Wat helpt in deze fase ?

- 
- 
- 
- 
- 
- 

**Rood**

Hoe merk je dat het echt niet goed gaat:

- 
- 
- 
- 
- 
- 

Wat helpt:

- 
- 
- 
- 
- 
-

