

Samen de dag door

Dit heb ik nodig

Naam:

Joke

Hoi, jij kent mij nog niet.

Op deze kaart staat wat voor mij belangrijk is.
Zo weet je snel wat ik nodig heb in mijn dag



Deze kaart heb ik samen gemaakt met:

Naam: Sanne

Datum: 09-09-2026



1

Dit vind ik fijn of leuk

- Ik vind rustig praten fijn.
- Ik drink graag koffie.
- Ik houd van wandelen.



2

Dit vind ik niet fijn

- Ik houd niet van harde geluiden.
- Niet zomaar aanraken.
- Geen haast maken.



3

Dit is belangrijk in mijn dag

- Vaste volgorde in mijn dag.
- Om 8 uur ontbijt.
- Na de lunch graag wandelen.



4

Zo merk je dat het niet goed met mij gaat

- Ik word stil.
- Ik loop onrustig heen en weer.
- Ik kijk weg en luister minder goed.



5

Dit helpt mij dan

- Rustig blijven en zacht praten.
- Mij even tijd geven.
- Eén ding tegelijk uitleggen.



6

Dit doe ik zelf:

- Aankleden en tandenpoetsen.
- Kiezen wat ik wil drinken.

Dit doen wij samen:

- Koken en afspraken doornemen.
- Boodschappen doen.



7

Nog belangrijk voor mij

- Ik lust geen pudding.
- Mijn knuffel ligt op bed.
- Vraag het als je iets niet weet.