

Quel soutien?

Votre Service Externe de Prévention de Protection au Travail (SEPPT) :

L'administration communale ou le CPAS pour lequel vous travaillez est affilié à un SEPPT :

	SEPPT commune	SEPPT CPAS
Aiseau-Presles	Cohezio	Cohezio
Aywaille	Cohezio	Cohezio
Châtelet	Cohezio	Cohezio
Chaufontaine	Cohezio	Cohezio
Comblain-au-Pont	Cohezio	Cohezio
Dalhem	Cohezio	Cohezio
Durbuy	Mensura	Mensura
Esneux	Cohezio	Cohezio
Eupen	Cohezio	Cohezio
Ham-sur-Heure-Nalinnes	Mensura	Mensura
Hotton	Mensura	Mensura
Houyet	Cohezio	Cohezio
La Roche-en-Ardenne	Cohezio	Mensura
Liège	Cohezio	Cohezio
Limbouurg	Cohezio	Cohezio
Marche-en-Famenne	CESI	CESI
Nassogne	Mensura	Mensura
Olné	Cohezio	Cohezio
Ottignies-Louvain-la-Neuve	Cohezio	Cohezio
Pepinster	Liantis	Liantis
Rochefort	Mensura	Mensura
Spa	Cohezio	Cohezio
Theux	CESI	CESI
Trooz	Cohezio	Cohezio
Tubize	Cohezio	Cohezio
Verviers	Cohezio	Cohezio
Walcourt	Cohezio	Cohezio
Wavre	Cohezio	Cohezio

Vous voulez organiser une séance collective pour vos collaborateurs ? être conseillé dans votre rôle de responsable hiérarchique pour le soutien de votre personnel ? ou vous avez-vous-même besoin de soutien individuel ? vous pouvez contacter directement le SEPPT de votre organisation (cf. tableaux).

Procédure :

Les membres de la hiérarchie :

- informent leurs agents des suivis individuels et collectifs possibles,
- collectent les besoins de suivi psychosocial de leurs agents au niveau collectif (nombre de réunions souhaitées, dates souhaitées, lieux d'intervention, timing des interventions)
- informent leur SEPP partenaire voir coordonnées ci-dessous des besoins identifiés afin de mettre en œuvre les interventions souhaitées

SEPPT	Procédure de contact
CESI	Tél.: 02/761.17.74
Cohezio	Tél.: 02/533.74.88
Liantis	Mail: psy@liantis.be Tél.: 078/150 888
Mensura	Mail: info.sepp@mensura.be Tél.: 02/549 71 48

Toutes les interventions de soutien réalisées par les SEPPT pour le personnel de votre administration communale et de votre CPAS sont **gratuites**. Les SEPPT factureront directement à la Croix-Rouge de Belgique. Afin de profiter de cette gratuité, veuillez spécifier lors de votre contact avec le SEPPT, qu'il s'agit d'une **intervention liée aux inondations**. Ceci est valable pour les communes répertoriées dans cette brochure et pour les interventions liées aux inondations.

« Vos équipes sont impactées par les inondations ? Nos propositions d'assistance psychosociale »



Pour bien prendre soin des autres, il est important de prendre soin de soi.

MERCI pour votre travail

« Brochure réalisée en collaboration avec CESI, Cohezio, Co-Prev, Liantis, Mensura et le SPF Santé Publique »

Vos collaborateurs ont été impactés par les inondations ...

Vos collaborateurs, dans le cadre de leur travail, ont été ou sont toujours confrontés aux inondations et à leurs conséquences, et en contact avec des sinistrés.

Ces missions peuvent être source de stress chez eux car la situation vécue peut avoir eu pour conséquences :

- Conditions de travail difficiles
- Charge de travail considérable
- Difficultés voire impossibilité de se détendre, de se reposer
- Manque de loisirs ou de vie sociale
- Sentiment d'insécurité
- Atteintes à l'équilibre personnel et risques pour la santé
- Exposition aux souffrances permanentes et aux vécus douloureux des victimes
- Hostilité ou agressivité liée aux besoins non satisfaits des bénéficiaires
- Manque de temps pour l'entourage familial, voire incompréhension de leur part,
- ...

En tant que responsable hiérarchique, il est important d'être préparé à faire face à de tels constats et de rester à l'écoute de vos collaborateurs. Les réactions et émotions face à une telle situation diffèrent d'une personne à l'autre : colère, peur, tristesse, anxiété, culpabilité, fuite, épuisement mental, impuissance, frustration, ... Quelle qu'en soit l'intensité, ces réactions et émotions sont **normales dans un premier temps** et consécutives à la situation vécue. De plus, chacun va gérer son émotion de manière singulière.

En tant que responsable hiérarchique, il est essentiel d'accueillir les émotions, visibles ou peu visibles, sans les banaliser ni les dramatiser.

Que faire dans le court terme

- Rester calme et disponible
- Demander aux collaborateurs comment ils se sentent et ce dont ils ont besoin
- Profiter d'une réunion d'équipe ou individuelle pour donner des informations sur les réactions courantes dans le cas d'une situation de crise et la façon de les gérer
- Encourager de bonnes stratégies pour prendre soin de soi-même et de l'équipe notamment :
 - Encourager les collaborateurs à rester en contact avec leurs proches,
 - Encourager les collaborateurs à garder un rythme de vie sain : sommeil, alimentation, repos, distractions,
 - Encourager le soutien entre pairs, c'est-à-dire les collègues entre eux,
- Fournir des informations précises et objectives sur l'évolution de la situation dans la commune
- Aménager tant que faire se peut les horaires de travail des collaborateurs pour leur permettre de prendre du recul et se reposer

Il est important de garder à l'esprit que des réactions émotionnelles qui ne sont pas prises en compte peuvent conduire à des symptômes plus importants ou à des crises émotionnelles plus intenses ou plus longues. A contrario, une prise en charge rapide et tenant compte des besoins individuels peut s'avérer extrêmement bénéfique.

Quelques conseils pour la suite

- Rester disponible et accessible
- Être attentif aux changements de comportement pouvant signifier un état de souffrance au travail et en discuter avec le collaborateur en question
- Demander régulièrement au(x) collaborateur(s) comment il(s) se sent(ent). Quels sont leurs besoins et tenter d'y répondre au mieux en relayant leurs besoins à votre Direction
- Favoriser les moments de partage en équipe
- Prévoir des moments de supervision d'équipe
- Reconnaître le travail réalisé, soutenir les collaborateurs et les remercier
- Prévoir un soutien spécialisé et encourager le(s) collaborateur(s) à en faire la demande s'il(s) en ressent(ent) le besoin (si les symptômes de mal-être perdurent plus de 1 mois)
- En cas de besoin, faire appel à votre SIPP, SEPP pour un relais dans la prise en charge
- S'assurer que tous les collaborateurs ont accès aux informations pertinentes leur permettant de faire appel à cette aide spécialisée

Et après la crise

- Réunir les membres de l'équipe pour une réflexion et une reconnaissance de leur travail
- Rencontrer les collaborateurs de manière individuelle pour évaluer leurs besoins de soutien supplémentaire
- Préparer des réunions individuelles ou de groupe avec des chargés du soutien psychologique (au sein de l'organisation ou externes) afin de fournir des informations sur le stress et sa gestion à long terme
- Réaliser une enquête anonyme en vue de l'évaluer l'évolution de l'état des collaborateurs suite aux inondations et la qualité du soutien délivré.