

# Sind Sie oder Ihr Team als Einsatzkraft beim Hochwasser betroffen?

**Wir bieten Ihnen unsere psychosoziale Unterstützung an**

**Um sich gut um andere kümmern zu können, ist es wichtig, gut auf sich selbst aufzupassen**

**VIELEN DANK für Ihre Arbeit!**

Hat diese Mission schmerzhaft Folgen bei Ihnen mit sich gezogen oder sind diese auch heute noch präsent? Fühlen Sie sich müde, gestresst, angespannt, überfordert, ängstlich, traurig, schuldig, wütend, ...? Unabhängig von der Intensität **sind diese Reaktionen und Emotionen zunächst normal und menschlich** und die Folge der erlebten Situation. Darüber hinaus geht jeder mit seinen Emotionen auf seine Weise um.

**Aber verbleiben Sie nicht mit diesen negativen Auswirkungen!**

Es ist wichtig, diese Emotionen zuzulassen, ohne sie zu banalisieren oder zu dramatisieren. Ziel ist es zu vermeiden, dass sich diese Symptome auf längere Bahn installieren oder ausbreiten.

**Deshalb schlagen wir Ihnen folgende Interventionen vor,**

- **Kollektive Unterstützung** in Form einer Gruppensitzung → Diese Intervention kann über Ihren Vorgesetzten an Ihren **EDGS** angefragt werden.
- **Individuelle Unterstützung** → Wenden Sie sich direkt an Ihren **EDGS** (Dieses Gespräch wird vertraulich behandelt)
- **Sensibilisierung für die Vorgesetzten in Ihrer Unterstützungsrolle der Mitarbeiter** in Form von Coaching- und/oder Supervisionssitzungen → Wenden Sie sich direkt an Ihren **EDGS**

**cohezio**  **EDGS-Koordinaten**  
Cohezio: 02/533.74.88



**Lesen Sie auch die Informationsbroschüren** auf der Website der Wallonischen Region: [www.wallonie.be/fr/inondations/vous-etes-une-commune-sinistree/soutien-psychologique-au-personnel-communal-et-des-cpas](http://www.wallonie.be/fr/inondations/vous-etes-une-commune-sinistree/soutien-psychologique-au-personnel-communal-et-des-cpas)

Die oben genannten unterstützungsförderlichen Maßnahmen, die die EDGS für das Personal der betroffenen Gemeindeverwaltungen und ÖSHZ durchführen sind **kostenlos** im Rahmen der Überschwemmungen. Mit der finanzieller Unterstützung des Belgischen Roten Kreuzes