

Arbeitsgemeinschaft Psychosoziale Notfallversorgung im Landkreis Kitzingen



Prävention in Corona-Zeit

Liebe Einsatzkräfte im Lkr. Kitzingen,

- Achtet auf Eure Gesundheit und Eure Seele.
Es gibt Euch nur einmal und ihr seid wichtig für viele Menschen!
- Habt kein Schuldgefühl – Ihr tut alles, was in Eurer Macht steht!
- Redet im Team miteinander und besprecht Sorgen / Ängste / Einsätze.
Seid für einander da!
- Achtet aufeinander – nicht jeder spricht von sich aus.
Fragt notfalls direkt nach, wenn ihr Sorge um Kollegen habt.
- Schafft Euch privaten Ausgleich durch Dinge die Euch gut tun -
z.B.: - macht Sport oder geht spazieren
- genießt die Zeit mit Euren Angehörigen
- lest ein gutes Buch / schaut einen guten Film
- geht eurem Hobby nach
- oder genießt die Ruhe.... Euch fällt sicher etwas ein.

**Nur wenn es Euch gut geht, könnt Ihr wirklich helfen.
Passt auf Euch auf!**

Bei Fragen erreicht Ihr uns über die bekannten Telefonnummern.
Unsere Homepage: www.psnv-kitzingen.de

Eine andere Unterstützungsmöglichkeit: HELPLINE für Einsatzkräfte:
Telefon: 0160-85 92 49 6, Mail: helpline@psnv-e.de

Euer PSNV-Team im Lkr. Kitzingen

Arbeitsgemeinschaft Psychosoziale Notfallversorgung im Landkreis Kitzingen



Prävention in Corona-Zeit

- C** = Chaos vermeiden – arbeitet strukturiert
- O** = Organisiert Euch Freizeit / Ausgleich
- R** = Reagiert auf Symptome / Reaktionen
- O** = Ordnet Eure Gefühle (Ängste / Zweifel ...)
- N** = Normale Reaktionen annehmen und zulassen
- A** = Abschluss durch Gespräche im Team / mit der PSNV- E

Liebe Kolleginnen und Kollegen,

Ihr vollbringt in der aktuellen Zeit Unglaubliches und seid eine wichtige Säule! Bitte achtet auf Euch und vor allem auf Eure Gesundheit.

Corona macht es uns leider schwer, direkt mit Euch Kontakt aufzunehmen oder auf der Wache Präsenz zu zeigen – aber wir möchten Euch daran erinnern, das wir von der PSNV für Euch da sind.

Bei Fragen erreicht Ihr uns über die bekannten Telefonnummern.
Unsere Homepage: www.psnv-kitzingen.de

Eine andere Unterstützungsmöglichkeit: HELPLINE für Einsatzkräfte:
Telefon: 0160-85 92 49 6, Mail: helpline@psnv-e.de

Euer PSNV-Team im Lkr. Kitzingen