

An alle von der Flutkatastrophe Betroffenen



Sie haben in den letzten Wochen schwere Zeiten durchgemacht. Darüber reden, davon erzählen, was man erlebt hat, kann gut tun. Es kann dabei helfen, die Erfahrungen zu verarbeiten.

- Möglicherweise gehen Ihnen die Bilder nicht aus dem Kopf
- Sie schlafen schlecht
- Sie sind voll innerer Unruhe
- Sie wissen nicht, wie es weitergehen soll
- Sie fühlen sich leer, müde und ausgelaugt ...

In allen Fällen kann ein Gespräch helfen.

Es gibt 3 Gesprächsmöglichkeiten:

1. Das Gespräch mit einer Fachfrau / einem Fachmann vor Ort:

Dazu wählen Sie Sie erhalten dann einen Gesprächstermin.	0 152 / 04 16 04 50
Wenn Kinder oder Jugendliche therapeutische Gespräche brauchen, wählen Sie die Nummer des Johanniter-Trauma-Telefons.	0 261 / 20 40 42 50

2. Das Gespräch mit Fachleuten am Telefon:

Zur psychosozialen Akutbetreuung steht Betroffenen qualifiziertes Fachpersonal zur Verfügung.	0 800 / 00 10 218
Anrufende werden entweder von Psychologinnen und Psychologen telefonisch beraten oder es wird Ihnen ein Therapieplatz vermittelt.	0 800 / 57 58 767
Telefonseelsorge	0 800 / 11 10 111 oder 0 800 / 11 10 222
Therapeuten der Dr. von Ehrenwallschen Klinik	0 800 / 7 29 57 29

3. Das Gespräch mit Menschen, die zuhören können: (unabhängig von Konfession und Religion)

Dazu wählen Sie die Nummer des Kath. Pfarramtes. Es kann ein Termin im Pfarrheim vereinbart werden oder es kommt jemand zu Ihnen nach Hause.	0 26 42 / 9 77 10
--	-------------------

Auch wenn Sie im Augenblick keinen Gesprächsbedarf sehen, heben Sie den Zettel auf. Vielleicht haben Sie später Gesprächsbedarf.

Wählen Sie die für Sie passende Form.



SINZIG



BAD BODENDORF



FRANKEN



KOISDORF



LÖHNDORF



WESTUM

STADT
SINZIG