

Beste collega,

De crisis stelt jullie allen op de proef; velen tasten diep in hun reserves. Niet één week, niet twee weken, maar veel langer. Omdat we samen een zorgmarathon lopen is het belangrijk voldoende veerkrachtig te blijven. Nu, maar ook wanneer de meest acute fase van de crisis zal geweken zijn.

Om zorgmedewerkers psychisch te ondersteunen lanceert Zorgnet-Icuro het informatieplatform www.dezorgsamen.be. De ZorgSamen is er voor **iedereen** die werkt in de zorg, ongeacht je statuut of functie: artsen, verpleegkundigen, middenkader, logistiek en administratief medewerkers, schoonmaak- en keukenmedewerkers... en ongeacht de zorgsetting waarin je werkt: in ziekenhuizen, woonzorgcentra, eerste lijn, welzijn of thuiszorg.

Op de website vind je antwoorden op de volgende vragen:

- Hoe zorg ik voor mezelf?
- Hoe zorgen we als zorgverleners voor elkaar?
- Hoe herken ik problemen bij mezelf of bij collega's?
- Hoe zoek ik professionele hulp?

Alle aangeboden informatie is bijeengebracht door experts en wetenschappelijk gefundeerd. Je kan vragen stellen en tips en tricks met elkaar delen. Je kan er ook terecht voor directe (telefonische) ondersteuning.

Meer weten? Surf dan snel naar www.dezorgsamen.be voor meer info.

Post sociale media

Werk je in de zorg en heb je het gevoel er onder door te gaan? Check je mentaal welzijn op www.dezorgsamen.be, een platform voor psychologische ondersteuning aan iedereen die werkt in de zorg, ongeacht je statuut, functie of sector. Je vindt er een antwoord op vragen als:

- Hoe zorg ik voor mezelf?
- Hoe zorgen we als zorgverleners voor elkaar?
- Hoe herken ik problemen bij mezelf of bij collega's?
- Hoe zoek ik professionele hulp?

Je kan vragen stellen en tips en tricks met elkaar delen. Je kan er ook terecht voor directe (telefonische) ondersteuning.

Via onderstaande link kan je de visuals van de campagne downloaden: logo's in verschillende formaten, Facebook & Instagram-beeld, animaties voor infoschermen: <https://we.tl/t-ZBcmm0BvXI>