

Psychosoziales Beratungstelefon der Unfallkasse Berlin für Beschäftigte in Alten- und Pflegeheimen des Landes Berlin

Die Unfallkasse Berlin bietet den Beschäftigten von Alten- und Pflegeheimen des Landes Berlin infolge der Corona-Pandemie telefonische psychosoziale Unterstützung an:

 **0800 000 95 47**
(montags bis freitags von 09.00-17.00 Uhr)

Das Beratungstelefon, bedient von auf Stress- und Krisensituationen spezialisierte Fachleute, bietet:

- psychologische erste Hilfe
- Tipps zur Bewältigung von Belastungen, Stress und Krisen
- Entlastung und Stabilisierung
- Überforderungsgefühle erkennen und diesen begegnen
- mit Ängsten und Unsicherheit umgehen
- psychische und/oder körperliche Erschöpfung wahrnehmen und dagegen steuern
- körperliche und seelische Gesundheit und Leistungsfähigkeit stärken und erhalten

Die Gespräche sind vertraulich.

Weitere Informationen zum Coronavirus finden Sie hier:
www.unfallkasse-berlin/corona