



Servizio
Ambulanza
Moesano



In seguito al recente evento che ha colpito la nostra comunità, desideriamo esprimere la nostra profonda vicinanza e il pieno sostegno a tutti coloro che sono stati coinvolti.

Eventi di questa natura possono avere un impatto significativo sul **benessere emotivo** e psicologico.

Per aiutarvi in questo difficile momento, il Servizio Ambulanza del Moesano in collaborazione con la Fondazione Ticino Cuore e con il sostegno della Regione Moesa,

offre la possibilità alla popolazione della Mesolcina colpita dall'alluvione, agli Enti di Primo Intervento, operai, impiegati delle varie imprese e ai vari volontari, di **esprimere le emozioni** vissute che possono essere una fonte di malessere o disagio interiore.

Verranno organizzati colloqui individuali o in gruppo a seconda dell'appartenenza e del ruolo svolto durante e dopo l'emergenza maltempo in Mesolcina.

Gli interventi verranno effettuati con assoluta **riservatezza e discrezione** e saranno condotti da professionisti attivi nel sostegno in caso di eventi tragici.

Chi lo desidera può annunciarsi allo

091 611 47 47 da lunedì a venerdì dalle ore 9.00 alle ore 17.00

oppure inviare una e-mail a: **info@fctsa.ch**

Vi aiutiamo a superare questa situazione difficile, **insieme**. Ricordatevi che non siete soli e vi offriamo tutto il supporto necessario.

* * *

Le reazioni variano da persona a persona e tali reazioni possono manifestarsi in modi differenti:

ad esempio:

- *tensione, tremori, mal di testa, sudorazioni, spossatezza, nodo in gola*
- *ricordi ricorrenti, incubi, vuoto mentale, difficoltà di concentrazione*
- *paura, rabbia, delusione, tristezza, sensi di colpa o di impotenza*
- *mancanza di appetito, insonnia*