



Services de soutien psychosocial pour les patients atteints de COVID-19

Si vous ou bien un proche êtes atteint de COVID-19, si vous ressentez une peur accrue due à d'autres problèmes de santé, il est plus probable que vous ne souffriez pas seulement physiquement mais aussi mentalement.

Il est logique que vous ressentiez :

Peur et anxiétéⁱ

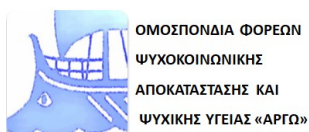
Il est très courant de ressentir de l'anxiété et de la peur pour vous ou vos proches quant à une manifestation possible de la maladie et à sa transmission, ainsi qu'à la gravité et à son évolution.

Colère et irritabilitéⁱⁱ

L'isolement et votre mise en quarantaine ou celle de vos proches peuvent conduire à un sentiment de restriction de votre liberté personnelle, entraînant une augmentation de la tension et de l'irritabilité. Dans certains cas, vous pouvez également vous sentir en colère pour les services médicaux qui vous ont forcé à vous mettre en quarantaine ou à vous isoler, ou d'autres personnes si vous sentez que vous avez été exposé au virus en raison de la négligence de quelqu'un d'autre.

Stigmatisationⁱⁱⁱ

Si une personne tombe malade ou a été exposée à SARS-CoV-2, elle peut se sentir stigmatisée par des personnes qui ont peur d'être contaminées par lui/elle. Les mêmes sentiments peuvent être ressentis par des membres de la famille d'une personne atteinte du COVID-19.





Si la peur, l'anxiété, la tristesse ou l'irritabilité que vous ressentez persiste ou s'aggrave, ou si vous souffrez de difficultés à dormir, de perte d'appétit, de crises de panique, **il peut être utile de consulter un professionnel de la santé mentale.**

Au centre de jour “Babel” les psychologues, avec l’aide d’interprètes peuvent parler avec vous en **anglais, français, bulgare, russe, arabe, kurmanji, lingala, dari et farsi** ainsi que dans d'autres langues

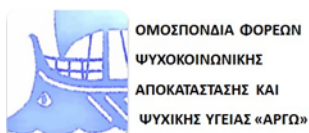
Si vous souhaitez nous parler, vous pouvez nous envoyer un message:

Par email à helpcovidbabel@gmail.com ou à babel@syn-eirmos.gr

Sur WhatsApp au 6985825032

Au téléphone au 210-8616266 (du Lundi au Vendredi, de 09:00' à 17:00')

et nous vous contacterons



ⁱ [in Greek] Μπράβου, Α., Μαδούρου, Κ., Βασιλείου, Γ., Γονιδάκης, Φ. (2020) *ΨΥΧΙΚΗ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΤΗΣ ΕΠΙΔΗΜΙΑΣ COVID-19 ΣΤΟ ΓΕΝΙΚΟ ΠΛΗΘΥΣΜΟ*, Α' Ψυχιατρική Κλινική, Ιατρική Σχολή, ΕΚΠΑ

ⁱⁱ ibid

ⁱⁱⁱ ibid