

## Une plateforme gratuite à la disposition des personnes angoissées



Une plateforme gratuite à la disposition des personnes angoissées

La crise sanitaire actuelle génère de l'anxiété. Alors, pour rassurer ceux qui en ont besoin, une nouvelle plateforme en ligne d'écoute a été lancée pour mettre en relation des personnes angoissées avec des psychologues et des psychiatres.

Des psychologues, des psychiatres, des addictologues et des internes en psychiatrie se rendent disponibles gratuitement en téléconsultation pour ceux qui en expriment le besoin.

CovidÉcoute propose de prendre en charge gratuitement, sur le plan national et de manière bénévole, les situations de stress des personnes souffrant de la crise sanitaire. Il ne s'agit pas de proposer un suivi psychothérapeutique mais de répondre au besoin psychologique immédiat et de prévenir des situations de stress post traumatiques ou d'états dépressifs.

Elle donne accès à des téléconsultations avec des professionnels bénévoles, mais aussi à des séances de méditation et ressources diverses.

La crise sanitaire que nous traversons peut faire émerger plusieurs douleurs morales.

Ces différentes douleurs morales n'ont rien de pathologique, ce que chacun ressent, est profondément humain. Afin d'éviter que la douleur ne se transforme en souffrance, de nombreux conseils sont proposés.

Pour prendre rendez-vous avec un des 150 professionnels bénévoles, il suffit de répondre à un questionnaire en évaluant son degré de stress. Si le niveau, noté au maximum, l'exige, une téléconsultation est immédiatement proposée.

La crise sanitaire actuelle peut avoir de lourdes conséquences, comme les attaques de panique. Avec ce nouveau mois de confinement bien entamé, une forte fréquentation est attendue sur le site. 400 professionnels bénévoles supplémentaires peuvent être mobilisés à tout moment pour renforcer le dispositif.