



حمایه روانی از خانواده های مصیبت دیده از ویروس کرونا در منطقه ایل دو فرانس

شما یکی از نزدیکان تان را بر اثر ویروس کرونا از دست داده اید

شرایط خاص این وفات، عزاداری را سخت تر می کند. وفات ممکن است ناگهانی اتفاق افتاده باشد و دیدارهای آخر شما با مریض تان کمتر بوده باشد. شاید نتوانستید برای آخر او را ببینید و مراسم تدفین هم به دلیل قرنطین به شکل معمول نبوده است.

به منظور همراهی شما در این شرایط سخت و دردناک می توانید به یکی از اعضای گروه ما در روزها و یا هفته های پیش رو تماس بگیرید.

این حمایه روانی به شما، خانواده و یا فرزندان تان امکان می دهد که فضایی برای صحبت آزادانه و شنیدن صمیمانه گپ هایتان داشته باشید.

این مصاحبه های تلفونی، محرمانه و رایگان است و روانشناسان و روانکاوان مرکز CRPPN آن را انجام می دهند.

شما می توانید به این طریق با ما تماس بگیرید:

با تلفون : 01 48 95 59 40

از دوشنبه تا جمعه بین ساعت 10 صبح تا 5 بعد از چاشت خارج از این ساعت ها، بر روی پیغام گیر صوتی، پیام خود را بمانید و نام و شماره تلفن تان را ذکر کنید.

با ایمیل: psychotrauma.avicenne@aphp.fr

تا یکی از پرسونل ما با شما به تماس شود.

چند توصیه در باره ی اطفال

- جهت صحبت با اطفال تان در باره شخصی که فوت شده آمادگی بگیرید بدون اینکه آنها را مجبور کنید که در این مورد حرف بزنند.
- به آن چیزی که خود طفل حس کرده توجه کنید. قبل از اینکه به سوال هایش جواب دهید می توانید اول از خودش سوال کنید که چه چیزی فهمیده است.
- در صورتی که نمی توانید به همه سوال هایش جواب دهید، می توانید بگویید که جواب همه سوالها را نمی دانید.
- از کلمات ساده استفاده کنید و نه از کلماتی که ممکن است در ذهن طفل این تصور را ایجاد کند که شخص فوت شده ممکن است برگردد (نگوییم که او رفته یا به خواب رفته است).
- تعجب نکنید اگر می بینید که طفل نیاز دارد بیشتر با بزرگترها باشد، امکان ارتباط او را با کسانی که برایش مهم هستند فراهم کنید.
- در صورت امکان، با توجه به وضعیت قرنطین، برنامه معمول روزانه خود را حفظ کنید، اینگونه طفل اطمینان و امنیت پیدا می کند. در عین حال مراقب باشید که او زیاد تنها و دور از جمع نباشد.
- تا جایی که امکان دارد اطفال را از گپ های مابین بزرگترها و همینطور از شنیدن اخبار و رسانه های پرتشویش دور نگه دارید.

جهت صحبت در باره موضوع مردن و عزاداری با اطفال تان ما آماده هستیم تا شما را همراهی کنیم.

با موسسه هایی که خانواده های داغ دیده را دور هم جمع می کنند و می توانند به شما در مورد روند کارهایتان کمک کنند، می توانید تماس بگیرید:

• موسسه **Vivre son deuil**: 06 15 14 28 31

fede.vivresondeuil@gmail.com <http://vivresondeuil.asso.fr/>

• موسسه **Empreintes, accompagner le deuil**: 01 42 38 08 08

accompagnement@empreintes-asso.com <https://www.empreintes-asso.com/>

برای دریافت معلومات بیشتر به سایت www.cn2r.fr

مراجعه کنید.