



Apoio psicológico às famílias enlutadas pelo Covid-19 em Ile-de-France

Você perdeu uma pessoa querida vítima do COVID 19.

As condições especiais desta morte podem dificultar o luto.

A morte pode ter sido repentina, o último contato com seu ente querido restrito.

Você pode não ter sido capaz de vê-lo novamente e o funeral está constrangido pelo confinamento.

Para acompanhá-lo durante a dolorosa provação que você está passando, você pode entrar em contato com um membro da nossa equipe nos próximos dias ou semanas. Esse apoio psicológico permitirá um espaço de expressão e de cuidado para você, sua família e/ou seus filhos. Essas entrevistas telefônicas são confidenciais e gratuitas. As entrevistas são conduzidas por psicólogos e psiquiatras do Centro Regional de Psicotrauma Paris Nord - CRPPN.

Você pode entrar em contato conosco:

Por telefone 01 48 95 59 40 de Segunda a sexta, das 10h às 17h. Fora desses horários, por favor, deixe uma mensagem na caixa postal com seu contato. Por e-mail: psychotrauma.avicenne@aphp.fr para que um profissional possa chamá-lo de volta.

Algumas dicas para crianças

Esteja disponível para falar com seus filhos sobre o falecido sem forçá-los a fazê-lo.

Preste atenção ao sentimento do próprio filho. Você pode começar perguntando a ele o que ele entendeu antes de responder as perguntas dele.

Você pode não ser capaz de responder todas as perguntas da criança, você pode dizer que você não tem todas as respostas.

Use palavras simples, evite palavras que possam sugerir que o falecido possa voltar (partido, adormecido).

Não se surpreenda se a criança precisa estar mais com os adultos ao seu redor e promover relacionamentos com pessoas importantes para ele.

Se for possível, dado o confinamento, manter uma rotina diária, tranquilizando a criança, ao mesmo tempo em que garante que a criança não se isole muito.

Se for possível, proteja as crianças de conversas adultas, da exposição à mídia gerador de ansiedade. Também estamos disponíveis para acompanhá-lo em torno da morte e luto com seus filhos.

Você também pode recorrer a associações que reúnem famílias enlutadas e que podem apoiá-lo :

Vivre son deuil : 06 15 14 28 31,

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

Empreinte, accompagner le deuil : 01 42 38 08 08,

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

Mais informações no site www.cn2r.fr