

# Information

## Soutien psychologique

COVID-19

- **Vous êtes ou avez été atteint du COVID-19,**
- **Vous êtes un proche de malade,**
- **Un soignant ou une personne souffrant du confinement.**

**Il est possible que vous ressentiez des symptômes psychiques (anxiété, tristesse...).**

N'hésitez pas à parler de votre vécu auprès de votre entourage. Ces symptômes sont dans la grande majorité des cas spontanément résolutifs en quelques jours.

Néanmoins, s'ils se prolongent dans le temps sans s'atténuer ou vous inquiètent par leur intensité ou si vous avez des questions, vous pouvez contacter les numéros suivants :



**Pour être orienté,**

Le **numéro vert gratuit** qui répond aux questions sur le nouveau coronavirus (Covid-19) est ouvert 24h/24 et 7j/7 :

**0 800 130 000**



**Pour être orienté,**

**Votre médecin traitant**

peut vous orienter et vous conseiller.



**Pour être soutenu,**

Numéro d'écoute de la **Croix Rouge Française**, gratuit, anonyme et confidentiel, 7j/7, de 10h à 22h en semaine, de 12h à 18h le week-end

**0 800 858 858**



**Pour une urgence médico psychologique en Isère :**

**Contactez le 15 (SAMU 38)**

et demandez la **Cellule d'Urgence Médico-Psychologique** de l'Isère  
**(CUMP 38)**