



VOUS VENEZ D'ÊTRE EXPOSÉS À UN ÉVÉNEMENT EXCEPTIONNEL



Un dispositif régional d'aide médico-psychologique existe

INCENDIES GIRONDE

CELLULE DE COORDINATION & DE SOINS MÉDICO-PSYCHOLOGIQUES GRAND PUBLIC ET PROFESSIONNELS

De 9h à 17h au :
0 800 719 912
service et appel gratuits



Des réactions émotionnelles intenses sont habituelles. Le stress et l'angoisse vécus peuvent provoquer des manifestations gênantes physiques et psychiques (insomnies, cauchemars, reviviscences, sidération, peur persistante...) qui le plus souvent s'atténuent avec le temps. **Ce sont des réactions normales face à un événement anormal.**

Dans les jours suivant, il est fréquent de rencontrer certaines situations qui peuvent provoquer un stress intense ou des angoisses. Il est alors bénéfique d'éviter ou moduler le contact prolongé avec les médias et les réseaux sociaux.

Quels conseils utiles ?
À qui m'adresser ?
Obtenir un avis spécialisé ?

Évaluation médico-psychologique spécialisée pour les enfants et les adultes

Régulation / Orientation vers des filières post-traumatiques spécialisées

Appui technique aux professionnels en situation sanitaire exceptionnelle

Coordination de l'action des acteurs de l'aide et du soutien aux victimes

Soins psychologiques aux professionnels

Poste d'Urgence Médico-Psychologique téléphonique Nouvelle-Aquitaine



Centre Hospitalier
CHARLES PERRENS
Psychiatrie Universitaire • Bordeaux Métropole • Bassin d'Arcachon • Médoc

POUR UN AVIS SPÉCIALISÉ

cumpaquitaine@ch-perrens.fr

