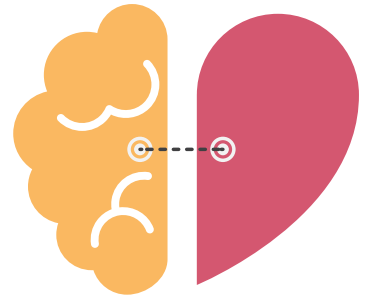


SERVEI D'ATENCIÓ PSICOLÒGICA FRONT A LA SITUACIÓ D'ALARMA GENERADA PEL COVID-19



Ens trobem davant d'una situació d'emergència sense precedents. La societat després del COVID-19 serà una societat amb unes necessitats i demandes que encara són desconegudes. A causa de la sensació de perill constant generada per la situació d'alarma sanitària i la incertesa respecte a com succeiran els esdeveniments, **és normal que en les persones apareguen símptomes d'ansietat i de malestar emocional**. Estes reaccions són degudes a les conseqüències del mateix fet crític en si i així també a l'alteració dels ritmes de funcionament quotidians i les mateixes condicions d'aïllament.

No existix una forma correcta de manifestar este malestar o preocupació. En els moments d'estrés és important que cada persona trobe un **espai psicològic d'ajuda** per a afrontar reaccions normals pròpies de la situació i per a després tornar una altra vegada a la situació de seguretat.

L'objectiu d'este SERVEI PSICOLÒGIC és:

- **Afrontament de l'estrés** generat per la situació de confinament.
- Aconseguir el màxim **equilibri emocional** possible donades les circumstàncies.
- Ajudar a prendre una **actitud positiva** per a poder afrontar la situació de crisi.
- **Gestió del sentiment** de por i d'incertesa.

L'equip d'atenció psicològica es compromet al fet que una vegada finalitze la situació d'alarma, aquelles **teràpies iniciades mantindran la seua continuïtat** i seran dutes a terme de manera presencial, ja que d'esta manera es garantirà la proximitat empàtica i s'afavorirà la relació terapèutica, la qual és més difícil d'aconseguir per via telefònica.

La població a la qual va destinada el recurs

En funció de la situació personal en què es trobe cadascú, es viuran marcades diferències tant en l'aparició mateixa, com en la duració i la intensitat de les reaccions.

Des de l'equip d'atenció psicològica de l'Excel·lentíssim Ajuntament d'Alzira, **s'oferix un servei d'atenció psicològica destinat a tota la ciutadania en general**, tenint en consideració les diferents particularitats de cada persona i cada família.

Donades les circumstàncies i la no-possibilitat de fer visites personals per la situació de confinament al domicili, la via per a continuar l'atenció psicològica serà telefònica. Per una banda, es podrà continuar a distància el treball amb aquelles persones que ja havien començat una tasca terapèutica i per altra banda, també es podrà començar una intervenció nova per a poder atendre les situacions particulars personals i familiars.

és tot aquell ciutadà d'Alzira que demane la prestació professional. Les prestacions es duran a terme tenint en consideració prioritàriament aquella població més vulnerable, com poden ser persones majors que viuen soles, perquè puguin afrontar el sentiment de solitud, famílies cuidadores de persones amb trastorns mentals o diversitat funcional, famílies cuidadores de persones majors, així també com les famílies amb menors a càrrec seu.

La situació actual tindrà una repercussió en els nostres esquemes mentals, emocionals i afectius; és moment de reinventar-se. Cal cuidar-se i cuidar a tota la comunitat que ens rodeja. Amb l'ajuda i col·laboració de tots, **ho aconseguirem!**

Si tens dubtes concrets, sols cal que crides:

96 201 81 52