



## **Covid-19 - Détresse psychologique!**

### **Confinement, distanciation, perte d'emploi, stress financier...**

Ces mots résonnent depuis des mois et vous vous sentez plus stressé. Pour plusieurs, ils riment aussi avec **anxiété, dépression, détresse, isolement...** et cela peut se manifester et **entraîner plusieurs symptômes** tels que ceux décrits sur le site de [quebec.ca](http://quebec.ca).

Les intervenants du **Centre psychosocial Richelieu-Yamaska** peuvent vous aider.

De plus, grâce à une subvention de **Centraide**, une intervenante supplémentaire s'est jointe à l'équipe afin de répondre aux besoins urgents de **détresse psychologique** générée par la pandémie actuelle.

Vous avez **besoin de parler, de soutien, d'accompagnement** pour vous aider à retrouver votre **bien-être**? N'hésitez pas à prendre contact avec nous que ce soit **pour vous ou pour un proche** qui vous inquiète. **Nous pouvons vous aider!**

**(450) 773-1022**

**(514) 454-1022**

**Nous sommes présents sur tout le territoire Richelieu-Yamaska :**

**[MRC d'Acton, MRC des Maskoutains, MRC de la Vallée-du-Richelieu.](#)**