

## Samen sterker tegen COVID-19

CGG Mandel en Leie is een ambulante dienst voor geestelijke gezondheidszorg. Wij bieden psychiatrische, psychologische en psychosociale hulpverlening voor mensen met een ernstige GGZ-problematiek.

Naar aanleiding van de corona-crisis passen wij onze dienstverlening aan. Vanaf 23/03 schakelen wij extra hulpverleners in om **psychologische opvang** te voorzien **voor mensen met ernstige mentale problemen ten gevolge van COVID-19**.

Onze hulpverlening is bedoeld voor iedereen, maar zeker ook voor artsen, verpleegkundigen en andere mensen die in de voorste linie staan in de strijd tegen corona.

## De mentale impact van COVID-19

### ANGST EN BEZORGDHEID

Het is normaal dat mensen in deze tijd bezorgd zijn over hun gezondheid en de gezondheid van hun naasten. Ook de genomen maatregelen en richtlijnen kunnen mensen bang maken, net als de mogelijke economische gevolgen van de corona-crisis. In sommige gevallen kan angst aanleiding geven tot slaapproblemen, piekeren en paniekaanvallen.

### DEPRESSIE EN VERVELING

Veel mensen ervaren dat hun dagelijkse routine wordt doorbroken, bijvoorbeeld omdat ze niet kunnen gaan werken. Bovendien zijn de meeste sociale activiteiten stilgelegd. Het wordt moeilijker om contact te onderhouden met vrienden en familie. Dit kan gepaard gaan met gevoelens van verdriet, verveling en eenzaamheid.

### KWAADHEID, FRUSTRATIE, IRRITATIE

Sommige mensen vinden het lastig om hun vrijheid op te geven of om te gaan met de onzekerheid die nu heerst. Anderen vinden dat hun klachten niet serieus genomen worden en reageren kwaad of agressief ten aanzien van artsen en verpleegkundigen. Voor hulpverleners in de frontlinie kan het erg lastig zijn om hiermee om te gaan.

### LICHAMELIJKE KLACHTEN

Mensen zijn erg gefocused op allerlei lichamelijke gewaarwordingen die ze ervaren. Dit kan aanleiding geven tot somatoforme klachten en angst om ziek te zijn.

## **Psychologische hulpverlening in tijden van COVID-19**

Mensen met ernstige psychische problemen ten gevolge van deze crisis kunnen bij ons terecht voor telefonische consultaties en videochat omtrent

**Omgaan met stress, angst en negatieve gevoelens**

**Behouden van een gezonde levensstijl en routine**

**Omgaan met mediaberichtgeving en fake news**

**Verbonden blijven met anderen en omgaan met gevoelens van eenzaamheid**

**Advies voor ouders en gezinnen m.b.t. quarantaine-maatregelen**

...

## **Contact**

Contact-center      056/23.00.23

Elke weekday      10.00 – 12.00      13.00 – 16.00

Centrum Geestelijke Gezondheidszorg Mandel & Leie heeft vestigingen in Kortrijk, Izegem, Menen, Tielt en Waregem.

*Hoofdzetel*

CGG Mandel & Leie  
Beverlaai 3B  
8500 Kortrijk

056/23.00.23