

Rompre la solitude

Un message de prévention : prévenir un mal sournois, qui n'est pas viral, mais qui est **dangereux** à court, moyen et long terme.

Un danger très pernicieux, rampant :

**être seul(e), n'avoir personne à qui s'adresser,
personne qui vous parle, être totalement isolé.**

C'est le cas des plus âgés, de nombre de jeunes adultes, d'étudiants loin de leurs familles, de parents seuls avec des enfants petits, d'adolescents, comme de tous ceux qui vivent dans la précarité...

- Plusieurs sites et associations proposent de contacter médecins, psychologues, bénévoles, cellules de soutien.

- MAIS...

**Beaucoup ne peuvent pas, ne savent comment faire, n'osent pas,
Ou sont trop en difficulté pour faire la démarche d'appeler.**

Alors, essayons de repérer :

- parmi nos patients bien sûr,
- mais aussi dans notre entourage (rue, immeuble, etc.) ceux pour qui cette solitude, et l'isolement qui en résulte, deviennent insupportables,

et faisons la démarche de les joindre : téléphone, sms, mails, etc...

C'est à coup sûr un travail de prévention, de restauration et de soins.

Il s'agit de soigner les effets du « confinement » et de « l'après confinement ».

Docteur Franck DUGRAVIER