

En temps de Covid, un soutien psychologique nécessaire



L'association Minds a coordonné la mise en place et le fonctionnement de la helpline genevoise de soutien Covid-19. Elle présente de bilan de cette opération menée entre mars et mai 2020.

La pandémie du Covid-19 et les mesures mises en place pour la combattre sont à l'origine, chez beaucoup de personnes, de stress et d'anxiété, mais aussi de frustrations, de colère, de tristesse, de solitude et de symptômes dépressifs. A la mi-mars 2020, en concertation avec le Groupe de soutien d'urgence, l'association a proposé une intervention par helpline téléphonique spécialement dédiée au soutien émotionnel et psychologique de la population générale, et à l'orientation des besoins vers le réseau existant.

Quelques chiffres

- Au total 581 appels ont été reçus, correspondant à 358 appelant.e.s uniques. 74% des appelant.e.s s'identifient au genre féminin.
- La santé mentale est le motif d'appel dans 64% des cas, plus précisément 26% avaient pour thème la peur, l'anxiété ou le stress, 18% la colère ou la frustration, 16% la tristesse. Suivent les demandes d'information (17%) et les relations familiales (10%)
- 31% des appels ont mené à une réorientation des appelant.e.s auprès d'un réseau de plus de 80 institutions répondant à leurs besoins
- L'âge moyen des appelant.e.s (âge connu pour 25% des appels) s'élève à 57 ans et varie entre 23 et 93 ans.

L'Association Minds reste convaincue qu'il est urgent de prendre en compte les risques pour la santé mentale de la population en même temps et au même titre que les risques pour la santé physique. Afin de prévenir les risques, elle met à disposition le guide [«Coronavirus, comment protéger sa santé mentale»](#).

En savoir plus sur la [Helpline](#)