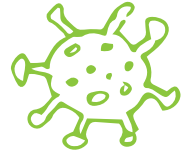




Rehaklinik

# POINT DE RENCONTRE ÉCHANGE AUTODÉTERMINÉ

## COVID LONG



Vous êtes concerné(e) par le syndrome de Covid Long (ou syndrome post-Covid)?

Vous souhaitez échanger librement avec d'autres personnes concernées?

Souvent, l'échange entre personnes concernées par le syndrome de Covid Long peut atténuer le sentiment de solitude. Se sentir compris et pris au sérieux est important et peut parfois être négligé dans la vie quotidienne.

Afin de permettre un échange libre et autodéterminé entre les personnes concernées, le Zentrum für Psychotherapie met chaque mois une salle à disposition pour que cet échange puisse avoir lieu.

L'échange n'est pas dirigé par un professionnel et peut donc se dérouler librement selon les souhaits et les besoins des participants.



Chaque premier mardi du mois :  
de 16h00 à 18h00



Inscriptions: [zfp@chnp.lu](mailto:zfp@chnp.lu)



Zentrum für Psychotherapie  
43, avenue des Alliés | L-9012 Ettelbrück | Raum 2



Si vous avez des questions, n'hésitez pas à nous  
contacter au numéro de téléphone suivant : 26 82 29 04



---

Un groupe d'entraide serait-il adapté à mon cas?  
Vous n'êtes pas sûr(e) que la participation à un groupe d'entraide soit la bonne solution pour vous?

Les points suivants peuvent vous aider à prendre une décision:

- ✓ Je suis moi-même concerné(e) ou co-intéressé(e).
- ✓ J'aimerais échanger avec des personnes qui sont dans une situation similaire à la mienne.
- ✓ Je suis prêt(e) à parler ouvertement de ma situation.
- ✓ Je veux essayer d'apporter des changements qui me permettent de faciliter la gestion de ma situation.
- ✓ Je souhaite participer à un groupe qui n'est pas dirigé par un professionnel, mais par des personnes concernées.
- ✓ Je suis prêt(e) et en mesure de participer régulièrement aux réunions de groupe.
- ✓ Je suis prêt(e) à assumer la coresponsabilité des rencontres du groupe et de leur réussite et, le cas échéant, d'assumer occasionnellement la responsabilité d'une réunion.
- ✓ Je suis conscient(e) qu'un groupe d'entraide ne remplace pas une thérapie ou un traitement professionnel.