



Services de mieux-être et de santé comportementale

VOTRE CERVEAU EST AUSSI IMPORTANT QUE VOTRE CORPS

Le stress, la dépression et l'anxiété peuvent toucher n'importe qui. Ils nous affectent de manière différente. Si votre humeur a changé ou si vous éprouvez des difficultés à rester en contact avec vos amis et la famille, nous sommes là pour vous aider.

Vous sentez-vous:

- | | |
|---|--------------------------|
| • Abattu(e), déprimé(e) ou désespéré(e) ? | <input type="checkbox"/> |
| • Nerveux(se), anxieux(se) ou à cran ? | <input type="checkbox"/> |
| • Incapable de cesser de vous inquiéter ? | <input type="checkbox"/> |
| • Dépourvu(e) d'intérêt ou de plaisir dans vos activités? | <input type="checkbox"/> |
| • Si vous êtes un homme, buvez-vous plus de 14 boissons alcoolisées par semaine ? | <input type="checkbox"/> |
| • Si vous êtes une femme, buvez-vous plus de 7 boissons alcoolisées par semaine ? | <input type="checkbox"/> |

Oui

Si vous avez répondu oui à l'une de ces questions, parlez-en à votre médecin traitant. Vous pouvez également contacter le responsable de soins de votre dispensaire.

Coordonnées des responsables de soins:

- Holy Cross, Aspen Hill: (301) 557-1992
- Holy Cross, Gaithersburg: (301) 557-1809
- Holy Cross, Germantown: (301) 557-1992
- Holy Cross, Silver Spring: (301) 557-1882
- Kaseman Clinic: (301) 917-6815
- Mercy Health Clinic: (240) 773-0362
- Muslim Community Center Clinic: (301) 384-2166 x1013
- Projecto Salud Clinic: (301) 832-2480/ (301) 830-1164



TRISTESSE

INQUIÉTUDES

SOMMEIL
DIFFICILE



PROBLÈMES
RELATIONNELS

MAUX
ET
DOULEURS



ABUS D'ALCOOL
OU DE DROGUE

Le responsable de soins est un membre important de votre équipe soignante. Il/elle travaille en étroite collaboration avec vous et vos médecins et peut aussi vous traiter.

Le psychiatre aide votre responsable de soins et le prestataire médical à choisir le traitement approprié.

SERVICES

- Médicaments pour la dépression ou l'anxiété
- Conseil et thérapie
- Connexions avec des organisations extérieures

Le prestataire médical peut vous orienter vers un responsable de soins si vous paraissez être très stressé(e) dans votre vie. Il/elle peut également vous prescrire des médicaments.

Le coordinateur des ressources communautaires vous aide à trouver les services dont vous avez besoin.