



Deze bijzondere Corona-tijden zijn ook voor de kwetsbare populatie van vluchtelingen, een extra bron voor stress. De gevoelens van onzekerheid en overhoopgehaalde routines voegen zich bij de stress van oorlogstrauma en acculturatie.

Paniek aanvallen, psychosociale problemen en lichamelijke klachten van gejaagdheid, hartkloppingen, versnelde ademhaling, benauwd gevoel, stijve nek en schouders, trillen, hoofdpijn, slecht slapen, moeilijk concentreren zijn het resultaat.

Enkel een minderheid van deze populatie wordt vandaag echter bereikt door de reguliere diensten voor informatie en psychologische ondersteuning. Hierdoor dreigen de noden van de vluchtelingen vergeten te worden.

Om dit te verhelpen, start Solentra vzw een gratis HELPDESK VOOR VLUCHTELINGEN in het Arabisch en Dari/Farsi.

*Deze helpdesk is **elke werkdag** rechtstreeks te bereiken door de vluchteling en dit om in te staan voor:*

- Psychosociale ondersteuning*
- Detectie van ernstige problemen*

De helpdesk wordt bemand door Solentra-psychologen in de eigen taal (voorlopig in de drie meest voorkomende talen).

0800/35247

10-12u: Dari en Farsi

15-17u: Arabisch

<https://www.solentra.be/nl/>