

**NOTA D'INFORMAZIONE AD USO DELLE VITTIME
E DEGLI IMPLICATI**

**SIGNORE E SIGNORI, VENITE D'ESSERE IMPLICATI
IN UN EVENTO ECCEZIONALE.**

Avete avuto paura, avete risentito un pericolo, siete probabilmente anche ferito : avete sentito probabilmente **una scossa o un trauma psichico**.

1 - Una scossa :

Sul momento, avete reagito con angoscia. Quest'ultima provoca sovente dei comportamenti o delle attitudini inabituali : innibizione o eccitazione, aggressività, sentimento di catastrofe, paura, crisi di tremore, malessere, ecc...

* Noi vi proponiamo una visita con un medico o uno psicologo, sia con un membro della "Cellule d'Urgence Médico-Psychologique" (**CUMP**) presente sul posto, sia alle urgenze dell'ospedale dove siete stato ammesso.

2 - Un trauma :

Sul momento, avete potuto sentire gli effetti della scossa o al contrario non avete avuto nessuna reazione emozionale.

Ma nei giorni o le settimane che seguono, o anche più tardi, delle immagini degli eventi possono risorgere. Queste immagini sono penose, s'impongono allo spirito il giorno o tramite incubi la notte. Esse possono essere accompagnate da disturbi del sonno, depressione, angosce, paure, d'un sentimento di malessere o d'insicurezza, o di un'irritabilità. Esse possono rendere difficile la vostra vita familiare o professionale.

Anche i bambini possono provare dei disturbi.

* In questo caso, vi consigliamo di consultare un medico o uno psicologo specialista di questi problemi. Vi consigliamo di rivolgervi ai centri specializzati della vostra regione, o al vostro medico curante che vi può orientare, precisando che venite di subire un trauma psichico.

* **INFORMAZIONE** : per poter essere preso in cura, o indennizzato come vittima, dovete essere stato censito, sia sul posto, sia alle urgenze, dal servizio di soccorso o dell'amministrazione ospedaliera. Delle associazioni d'aiuto alle vittime vi assisteranno in seguito per le procedure inerenti al vostro caso.

* **AVVERTENZA** : Nelle prime settimane dopo l'evento, vi consigliamo di evitare le dichiarazioni ai giornalisti, in particolare alla radio o alla televisione. L'esperienza d'altre vittime hanno dimostrato che potete rimpiangere, tra qualche mese, delle parole pronunciate quel giorno sotto l'effetto del trauma nell'angoscia o la collera .