

Durant les deux semaines des vacances de Pâques, le centre PMS reste joignable tous les jours au numéro central suivant : 04/252 15 63.

Vous pouvez également laisser un message vocal aux agents des équipes, qui assureront le suivi des demandes.

Liège, le 25 mars 2020

Bonjour à tous,

Cela fait 10 jours maintenant que le confinement a commencé 🧐 .

Au début, beaucoup se sont dit « chouette des vacances ! ».

Aujourd'hui...

- tu ressens le temps long
- tu ressens peut-être un peu de tensions à la maison (H24 en famille, nous n'en avons pas l'habitude)
- tes potes te manquent même si tu gardes des contacts avec eux via les réseaux sociaux
- tu peux te sentir seul
- tu commences peut-être à être inquiet pour tes proches
- tu te poses des questions sur la fin de ton année, sur ton orientation scolaire, bref, ton avenir !
- ton petit copain-copine commence vraiment à te manquer
- et puis ...il y a encore sans doute des tas d'autres choses.

*Si tu as besoin ou envie de parler, que ce soit par rapport à tout ceci ou même autre chose, sache que tu peux nous envoyer un mail ou nous contacter par téléphone et nous te répondrons volontiers...#secret professionnel !*

Nous t'envoyons une tonne d'ondes positives ...

*L'équipe du Centre PMS,*

⇒ Tamara Sougnez, *infirmière en santé communautaire* : 0489/67 69 87,  
[tsougnez@pmstraversiere.be](mailto:tsougnez@pmstraversiere.be)

⇒ Celia De Santis, *assistante sociale* : 0486/72 83 17, [cdesantis@pmstraversiere.com](mailto:cdesantis@pmstraversiere.com)

⇒ France Henry, *psychologue* : 0484/93 63 23, [fhenry@pmstraversiere.be](mailto:fhenry@pmstraversiere.be)