



## CENTRE D'ÉCOUTE POUR LA PRÉVENTION ET LE TRAITEMENT DE LA DÉPRESSION DURANT LA GROSSESSE ET POST-PARTUM

**Devenir parent** est un merveilleux voyage, source de grandes émotions et de joie, mais aussi de craintes et d'appréhensions qu'il peut être nécessaire de **partager pour surmonter les difficultés et l'anxiété** qui les accompagnent.

Il arrive notamment, pendant la grossesse et la première année de vie d'un enfant, qu'une femme soit anxieuse et inquiète, qu'elle ait des pensées tristes pendant une bonne partie de la journée, ou un sommeil perturbé, qu'elle manque d'appétit et se sente extrêmement fatiguée.

Tous ces symptômes peuvent être **des signes inquiétants** d'un malaise dont **il faut parler à quelqu'un au plus vite**.

### À qui s'adresser ?

En Toscane, il existe un **centre d'écoute téléphonique** entièrement destiné aux maman et à ceux qui peuvent les aider à **affronter plus sereinement la naissance d'un enfant** et ses premiers mois de vie : partenaires, membres de la famille, professionnels et opérateurs sanitaires, sociaux ou scolaires.

### Que propose ce service ?

Le principal objectif est de **favoriser le bien-être psycho-physique des femmes pendant la grossesse et la première année de vie de l'enfant**, ceci grâce à un entretien immédiat avec des psychothérapeutes qui peuvent aider à décrypter le malaise ou le mal-être ressenti pendant cette période où la vie d'une femme est bouleversée.

Il est possible d'obtenir des **informations pour accéder plus facilement aux différents services des établissements de santé en Toscane** dédiés à la santé des femmes et des couples, à la promotion du bien-être psychophysique pendant la grossesse et post-partum, et à la prévention et au traitement précoce de la détresse périnatale, des états d'anxiété ou de dépression pendant la grossesse et après l'accouchement.

Le service :

- fournit des informations précises, à jour et personnalisées sur les parcours de soins liés à la grossesse et à la naissance ;
- offre un espace d'écoute et de soutien dans les moments de crise ;
- permet de mieux cerner le véritable problème et propose des solutions possibles ;
- aide à prendre des décisions ou à mettre en place des changements de comportement pour surmonter le malaise ressenti ;
- facilite la communication entre les professionnels et les opérateurs du SSR, tant au niveau de l'hôpital qu'entre les différents établissements de santé.

### Comment accéder au service ?

En appelant le numéro **0554383001**, du lundi au vendredi, de 09h00 à 18h00