

## Communiqué de presse

### L'équipe ECEVE- Inserm/Université de Paris lance une extension Covid-19 de son dispositif d'aide *StopBlues*

**La période de pandémie et de confinement que nous vivons actuellement peut générer de l'anxiété et du mal-être. Afin d'aider la population générale à y faire face, une extension Covid-19 du dispositif *StopBlues* vient d'être mise en ligne.**

Le dispositif ***StopBlues*** (application et site web gratuits) a été développé en 2018 par l'équipe de recherche ECEVE (Inserm/Université de Paris), dirigée par la professeure Karine Chevreul. A destination de la population générale, son objectif est de prévenir la souffrance psychique et ses conséquences. Application et site web permettent d'aider les personnes à identifier les signes de leur mal-être, à rechercher des causes possibles et à trouver des solutions concrètes pour y faire face et aller mieux.

L'extension Covid-19 de ***StopBlues*** aide la population à prendre soin de sa santé mentale pendant la pandémie et le confinement. Des capsules vidéo courtes décrivent les émotions que l'on peut ressentir face à la peur de la maladie, aux difficultés du confinement, à l'isolement social ou aux conflits familiaux.

Afin de se protéger des conséquences de cette situation exceptionnelle sur notre santé mentale, l'extension Covid-19 de ***StopBlues*** offre des solutions concrètes et accessibles à toutes et tous : sites web, applications, guides, lignes d'écoute, pour organiser son quotidien, faire face à l'anxiété et à l'ennui, repérer des sources d'information fiables, trouver de l'aide et du soutien.

***StopBlues*** est financé entièrement sur des fonds publics, essentiellement par Santé Publique France, et n'a aucun lien avec des industries de la santé et du médicament. Il est développé par une équipe de recherche de l'INSERM et de l'Université de Paris en collaboration avec des professionnels de santé et des personnes qui ont accepté de partager leur expérience.

**En savoir plus sur *StopBlues* :** <https://www.stopblues.fr>

L'extension **Covid-19 *Stop Blues*** (disponible dès à présent sur le site <https://www.stopblues.fr/fr/detente/covid-19> et sur l'application, sur Android et iOS, dans le courant de la semaine) a été développée par l'équipe ECEVE (INSERM/Université de Paris), en partenariat avec le Centre collaborateur de l'OMS pour la recherche et la formation en santé mentale (CCOMS, Lille) et le [Psycom](https://www.psycom.fr), organisme public d'information sur la santé mentale.