



Δελτίο Επικοινωνίας του Σ.Ο.Ψ.Υ.

μηνύματα

Τριμηνιαία Έκδοση / Έτος 8^ο

Ο λόγος των αποκλεισμένων



Περιοδική Έκδοση



Ιδιοκτησία Διεύθυνση

Σ.Ο.Ψ.Υ.

Πανελλήνιος Σύλλογος Οικογενειών
για την Ψυχική Υγεία

Δήλου 3, Βύρωνας, 162 31

Τηλ./Fax: 210-76 40 277

www.eufami.org

www.iatronet.gr/sopsi

e-mail: sopsi@ath.forthnet.gr

ΩΡΕΣ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑΣ ΓΡΑΦΕΙΟΥ

Δευτέρα: 9:30-3:30 π.μ.
5:00-8:00 μ.μ.

Τρίτη: 9:30-3:30 π.μ.

Τετάρτη: 9:30-3:30 π.μ.
5:00-8:00 μ.μ.

Πέμπτη: 9:30-3:30 μ.μ.

Παρασκευή: 9:30-3:30 μ.μ.

Εκδότης/Διευθυντής

Πέτρος Ανδρόνικος

Δήλου 3, Βύρωνας, 162 31

Τηλ./Fax: 210-76 40 277

Συντακτική Επιτροπή

Π. Ανδρόνικος

Α. Ασκούνη-Στρούμπου

Μ. Κανελλή-Παπανικολάου

Μ. Χαρίτσι

Επιστημονική Επιτροπή

Μαρίνα Οικονόμου

Ψυχίατρος, Επ. Καθηγήτρια Παν/μίου Αθηνών

Πρόεδρος Επιστημονικής Επιτροπής Σ.Ο.Ψ.Υ.

Γιώργος Παπαδημητρίου

Ψυχίατρος, Καθηγητής Παν/μίου Αθηνών

Δημήτρης Κολλοστούμης

Ψυχίατρος

Επιμέλεια Ύλης

Μ. Κανελλή-Παπανικολάου

Μαρία Χαρίτσι

Επιμέλεια Κειμένων

Χ. Ανδρονίκου

Ε. Λουκή

Μ. Χαρίτσι

Υπεύθυνος Σχεδίασης & Παραγωγής

EDILYS A.E.E.

Εμπορικό Κέντρο «ΑΙΘΡΙΟ»,

Αγ. Κωνσταντίνου 40, 151 24, Μαρούσι

τηλ.: 210-6195994, e-mail: edilys@acn.gr

Σελιδοποίηση: Άρης Δερμάνης

ΔΙΑΝΕΜΕΤΑΙ ΔΩΡΕΑΝ

Τα ενυπόγραφα άρθρα εκφράζουν προσωπικές απόψεις

Ο πίνακας του εξωφύλλου

είναι έργο του Διονύση Ανδρουτσόπουλου



Περιεχόμενα

Editorial	03
24 Μάη 08 : Συγκέντρωση και Διαδήλωση προς τη Βουλή	04
Απόσπασμα από την ομιλία της κας Α. Στρούμπου, Προέδρου της ΠΟΣΟΨΥ στις 24-5-2008	05
Ο Λόγος των Αποκλεισμένων	06
Συνέδριο «Άτομα με αναπηρία και ΜΜΕ»	07
Κέντρο Ημέρας Βαβέλη	08
Η EUFAMI και η έρευνα για τη γενική υγεία των ατόμων με ψυχικές διαταραχές	10
Κατάθλιψη καλοκαιριάτικα; Κι όμως ...	13
7 ^ο Ημερίδα-Γιορτή για τον Εθελοντισμό	15
2 ^ο Φεστιβάλ Ψυχικής υγείας	15
Γκολ στην Τρέλλα - Κόκκινη κάρτα στο στίγμα	16
Gamian Europe: « Η έγκαιρη διάγνωση οδηγεί στην ενδυνάμωση»	18
Συνάντηση του Διοικητικού Συμβουλίου της GAMIAN στις Βρυξέλλες	19
EUFAMI: Συνάντηση Διοικητικού Συμβουλίου, 23 - 25 Μαΐου 2008	19
Συνεδρίαση της Διακομματικής Επιτροπής της Βουλής για τα ΑμεΑ	21
Όλοι στο Ηρώδειο στις 4 Σεπτέμβρη!	22

Το τεύχος που κρατάτε στα χέρια σας ίσως σας φανεί λίγο διαφορετικό από ό,τι έχετε συνηθίσει. Λίγο πιο πυκνογραμμένο, πιο δυναμικό, πιο «μαχητικό» ίσως. Δεν άλλαξε η προοπτική του και το κέντρο βάρους του, οι εξελίξεις είναι αυτές που το επιβάλλουν.

Καλοκαίρισε πια για τα καλά. Όμως, μαζί με τον υδράργυρο έχουν ανέβει και οι «σφυγμοί» στο χώρο των κοινωνικών κινημάτων, στο χώρο των ανθρώπων που παλεύουν για να είναι το αύριο διαφορετικό. Γιατί μπορεί για πολλούς η άνοδος της θερμοκρασίας να τονώνει την επιθυμία για διασκέδαση, απαλθαγή από τις ευθύνες και το καθημερινό τρέξιμο και αναζήτηση δροσερότερων προορισμών, όμως μέσα στο γενικότερο αναβρασμό της περιόδου πληθαίνουν και οι κινητοποιήσεις, τα καλέσματα για ευαισθητοποίηση και οι αγανακτισμένες φωνές που λένε «φτάνει πια!»

Το καλοκαιρινό μας τεύχος είναι λοιπόν αφιερωμένο στο θέμα του κοινωνικού αποκλεισμού. Και ο αποκλεισμός από όσα η πλειοψηφία απολαμβάνει δεν είναι θλιβερό «προνόμιο» μόνο των ανθρώπων που έχουν κάποια ψυχική ασθένεια. Πολλές άλλες κοινωνικές ομάδες βιώνουν τους απάνθρωπους όρους ζωής που τους επιβάλλει κάποια διαφορετικότητα ή παρέκκλιση, όταν η προκατάληψη έρχεται να χτίσει το τείχος του φόβου γύρω τους. Όταν δε η αρρώστια της ψυχής έρχεται να συμπέσει με μια άλλη «παθολογία», οι συνέπειες αποτυπώνονται με τα μελανότερα χρώματα. Όμως, αυτά που χωρίζουν τους ανθρώπους που -χωρίς ουσιαστικό λόγο- στερούνται τα αυτονόητα δικαιώματά τους, είναι πολύ λίγα, πολύ μικρά. Και η βασική τους διεκδίκησή τους είναι κοινή: ίση μεταχείριση, άρση της προκατάληψης και του φόβου που τους αποκλείει από όσα τους αναλογούν, που παγιώνει την ιδιαιτερότητά τους ως κοινωνική, πια, παθολογία.

Παραδοσιακά -θα έλεγε κανείς-, η περίοδος που μεσοθαβεί από τα μέσα της άνοιξης ως τα τέλη του καλοκαιριού είναι περίοδος εξωστρέφειας, σε ατομικό και συλλογικό επίπεδο. Είναι σαν να βγαίνουν από τη χειμερία νάρκη τους οι συρρικνωμένες από το κρύο φωνές και συνειδήσεις, σαν να ξυπνά η ίδια η κινητήρια δύναμη για ζωή και εξέλιξη. Όμως αυτό είναι μόνο η επιφάνεια. Μέσα στο κουκούλι του, το καλύτερο αύριο που περιμένουμε επωάζεται όλο το χρόνο...

Καλό καλοκαίρι, λοιπόν, αλλά και καλή προετοιμασία για όσα θα έρθουν.

Μαρία Χαρίτων

24 Μάη 08 : Συγκέντρωση και Διαδήλωση προς τη Βουλή.

Ενάντια στον κοινωνικό αποκλεισμό και την απαξίωση

Η εκδήλωση για την Ψυχική Υγεία που πραγματοποιήθηκε στο Πνευματικό Κέντρο του Δήμου Αθηναίων το Σάββατο 24 Μάη και η πορεία που ακολούθησε προς τη Βουλή, ήταν μια σημαντική αρχή. Μια αρχή που ίσως σηματοδοτεί την αφετηρία μιας μεγάλης κινητοποίησης, που διαφαίνεται πια σαφώς στον ορίζοντα, καθώς η αγανάκτηση και η οργή για ό,τι συμβαίνει στο χώρο της ψυχικής υγείας έχει πια ξεχειλίσει από όλες τις πλευρές.

Η εκδήλωση, που την παρακολούθησαν περίπου 400 άτομα, τα περισσότερα από τα οποία συμμετείχαν και στη διαδήλωση προς τη Βουλή, αποτέλεσε την πρώτη αυτού του είδους, αφού οργανωτές και συμμετέχοντες ήταν ομάδες, συλλογικότητες και σωματεία «ψυχικά ασθενών», οικογενειών και εργαζομένων στο χώρο της ψυχικής υγείας, στον δημόσιο και στον ιδιωτικό τομέα - μαζί με φοιτητές και άλλες κοινωνικές και πολιτικές ομάδες.

Ήταν η πρώτη στιγμή μιας απόφασης, που όλοι δήλωσαν ότι θα παλέψουν για τη συνέχειά της, για την **οικοδόμηση ενός κοινωνικού κινήματος για την ψυχική υγεία**, ενάντια στην κατασταλτική ψυχιατρική, ενάντια στην υποχρηματοδότηση, την εμπορευματοποίηση και την ιδιωτικοποίηση, ενάντια στην εγκατάλειψη και την κοινωνική περιθωριοποίηση των ψυχικά πασχόντων και των οικογενειών που τους φροντίζουν, ενάντια στην πλήρη απουσία ευκαιριών για ουσιαστική κοινωνική ένταξη (εργασία, αξιοπρεπές εισόδημα κοκ).

Ένα τέτοιο κοινωνικό κίνημα δεν μπορεί παρά να βασίζεται στην **ανάδειξη του λόγου και της δράσης των αποκλεισμένων** (των ανθρώπων με βιώματα ψυχικής οδύνης και ψυχιατρικής εμπειρίας, αλλά και των οικογενειών με μέλη που αντιμετωπίζουν σοβαρά προβλή-

ματα ψυχικής υγείας, τα οποία έχουν ανάγκη τη φροντίδα τους): την ανάδειξη, δηλαδή, του πρωταγωνιστικού ρόλου των «νέων υποκειμένων», αυτών που η κοινωνική οργάνωση και ο ψυχιατρικός θεσμός καταδικάζουν στη σιωπή, απαξιώνοντας το λόγο τους ως απλή «ψυχοπαθολογία» και ακυρώνοντας την όποια κοινωνική τους συμμετοχή.

Οι παρεμβάσεις στο κατάμεστο αμφιθέατρο του Πνευματικού Κέντρου (από εκπροσώπους φορέων ανθρώπων με σοβαρά προβλήματα ψυχικής υγείας, εργασιακών μονάδων όπου εργάζονται «ψυχικά ασθενείς», από την Πανελλήνια Ομοσπονδία Συλλόγων Οικογενειών Ψυχικής Υγείας, από σωματεία εργαζομένων στον ιδιωτικό και το δημόσιο τομέα (ΠΟΕΔΗΝ) και από άλλες συλλογικότητες και ομάδες), ήταν σε μια γλώσσα που θα δυσκολεύονταν να παρακολουθήσουν όσοι έχουν συνηθίσει να προσλαμβάνουν τα ζητήματα της ψυχικής υγείας και της ψυχιατρικής μέσα από το μονόλογο των ειδικών, στα ακαδημαϊκά επιστημονικά συνέδρια, όπου εκτίθεται η αυτάρεσκη γνώση/άγνοια μιας εξουσίας/γνώσης, που οι έννοιες της ανταποκρίνονται

περισσότερο στις ανάγκες επιβεβαίωσης αυτής της εξουσίας παρά σε μια πραγματική κατανόηση των αναγκών του «Άλλου».

Δεν ήταν παρά μόνο η αρχή. Έπεται συνέχεια.

Περισσότερες πληροφορίες στο δικτυακό τόπο
www.psypirosi.gr



Απόσπασμα από την ομιλία της κας Α. Στρούμπου, Προέδρου της ΠΟΣΟΨΥ στις 24-5-2008

...Τι είναι αυτό που μας φέρνει πίσω στο θέμα της ψυχικής νόσου;

*Παρότι υπάρχει μια τεράστια πρόοδος, δυστυχώς **δεν επωφελούνται όλοι**, επωφελείται ένα πολύ μικρό ποσοστό από τους ανθρώπους που πάσχουν από ψυχική νόσο. Και αυτό γιατί υπάρχουν οι προκαταλήψεις και το στίγμα, υπάρχει έλλειψη ενημέρωσης στην κοινή γνώμη, υπάρχει μια άγνοια και ένα σκοτάδι, το κοινό όταν ακούει ψυχική νόσο τρομάζει, νομίζει ότι είναι κάτι αθεράπευτο, κάτι πολύ σοβαρό, ακόμα σοβαρότερο και από τον καρκίνο.*

*Ο δεύτερος λόγος είναι ότι **δεν υπάρχει δίκτυο υπηρεσιών σε όλη την χώρα**, υπηρεσιών που να είναι κοντά στον άνθρωπο, στην κοινότητα, και -ένας άλλος σοβαρός λόγος που δεν αντιμετωπίζεται εγκαίρως η ψυχική νόσος- δεν δίνονται από την πολιτεία οι πόροι που αναλογούν για την ψυχική υγεία, εδώ υπάρχει και ένα έλλειμμα ευαισθητοποίησης και ενημέρωσης των πολιτικών, δηλαδή υπάρχουν πολιτικοί που έχουν θέσεις και αποφασίζουν για αυτά τα ζητήματα, αλλά χωρίς γνώση και χωρίς ενημέρωση.*

Έτσι λοιπόν, ενώ δεν υπάρχει αυτό το αναγκαίο της έγκαιρης διάγνωσης και έγκαιρης αντιμετώπισης της ψυχικής νόσου, η οικογένεια, απληροφόρητη, μπαίνει στο κύκλωμα αυτό του «παράλληλου ασθενή», διότι δεν έχει τις στοιχειώδεις γνώσεις, πώς να αντιμετωπίσει και πώς να βοηθήσει τον άνθρωπό της, και με το κίνημα οικογενειών που δημιουργείται αρχίζουν αυτές οι ανάγκες των οικογενειών να βγαίνουν στην επιφάνεια.



*....Νομίζω ότι η λύση για την ψυχική υγεία είναι η **ανάπτυξη ενός δικτύου υπηρεσιών ψυχικής υγείας στην κοινότητα**. Δηλαδή εκεί κοντά που ζει ο άνθρωπος. Δεν θα πρέπει να υποβαθμίζουμε αυτά που έχουν γίνει σε άλλες χώρες. Η κατ' οίκον παρέμβαση και η βοήθεια του ασθενή στο σπίτι έχει πλέον καθιερωθεί στις προηγμένες χώρες. Αυτό δίνει λύση στη μείωση των εισαγωγών στα νοσοκομεία. Και στη μείωση της ανάγκης για νοσοκομειακά κρεβάτια. Ο ασθενής πλέον βοηθιέται στο σπίτι.*

...Ζούμε σε μια κοινωνία που τίποτα δεν χαρίζεται. Και για αυτό καλούμε τις οικογένειες να σταματήσουν πια να επενδύουν στη σιωπή αλλά να επενδύσουν σε δράση, ώστε κάποια στιγμή να αφυπνιστεί και η πολιτεία και να κάνει αυτά που πρέπει για μια ομάδα ανθρώπων που δικαιούνται μια καλύτερη αντιμετώπιση και μεταχείριση. 

Ο Λόγος των Αποκλεισμένων

Το συνέδριο “Ο Λόγος των Αποκλεισμένων”, που πραγματοποιήθηκε στις 7 και 8 Ιουνίου 2008 στο Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης, ήταν ένα συνέδριο διαφορετικό από τα όσα μέχρι σήμερα συνέδρια έχουν εστιάσει στον κοινωνικό αποκλεισμό. Οι ίδιοι οι εκπρόσωποι διαφόρων συλλογικοτήτων και ομάδων που υφίστανται καθημερινά τις επιπτώσεις του κοινωνικού αποκλεισμού καθόρισαν τη μορφή, τις θεματικές ενότητες και τους εισηγητές του. Έτσι το πανεπιστήμιο αποτέλεσε χώρο έκφρασης των αποκλεισμένων ομάδων, δημιουργώντας έτσι ένα κοινωνικό - επιστημονικό προηγούμενο που αμφισβητεί το κυρίαρχο επιστημονικό παράδειγμα.

«Η κατάσταση στην Ψυχική Υγεία στην Ελλάδα δυστυχώς, αντί να βελτιώνεται και να εναρμονίζεται με τις υπόλοιπες ευρωπαϊκές χώρες, εκβαρβαρίζεται τα τελευταία χρόνια, πισωγυρίζοντας σε εποχές του αποδιοπομπαίου θύματος – ψυχικά πάσχοντος. Ολοένα και περισσότερο, καθημερινές ειδήσεις των ΜΜΕ αναφέρουν κακοποιήσεις, βασανισμούς και κακομεταχείριση ατόμων που εμφάνισαν “κοινωνικά μη αποδεκτή συμπεριφορά”».

Το συνέδριο αυτό αναζήτησε και διαμόρφωσε κοινούς τρόπους συνάντησης, διαλόγου και δράσης των διαφόρων ομάδων ενάντια στον πολυκερματισμό και τη διάσπαση. Η ιδιαίτερη σημασία του υπογραμμίζεται από τη δημιουργία της πρώτης για τα ελληνικά δεδομένα «Πανελληνίας Επιτροπής Ατόμων με Ψυχιατρική Εμπειρία» και τη Διακήρυξη για την υπεράσπιση των δικαιωμάτων τους από την ψυχιατρική αυθαιρεσία, όπως και τη Διακήρυξη Συλλόγων και Εταιρειών για την Σωματική Υγεία σε



συνεργασία με το Πρόγραμμα Προαγωγής Αυτοβοήθειας του ΑΠΘ.

Η διεξοδική συζήτηση σχετικά με την ψυχιατρική πραγματικότητα στην Ελλάδα, όπως καταγράφεται στη διακήρυξη της Πανελληνίας Επιτροπής Ατόμων με Ψυχιατρική Εμπειρία, αφορμήθηκε από τα ακόλουθα:

«Η κατάσταση στην Ψυχική Υγεία στην Ελλάδα δυστυχώς, αντί να βελτιώνεται και να εναρμονίζεται με τις υπόλοιπες ευρωπαϊκές χώρες, εκβαρβαρίζεται τα τελευταία χρόνια, πισωγυρίζοντας σε εποχές του αποδιοπομπαίου θύματος – ψυχικά πάσχοντος. Ολοένα και περισσότερο, καθημερινές ειδήσεις των ΜΜΕ αναφέρουν κακοποιήσεις, βασανισμούς και κακομεταχείριση ατόμων που εμφάνισαν “κοινωνικά μη αποδεκτή συμπεριφορά”. Διαπιστώνουμε καθημερινά ότι η προκατάληψη και ο φόβος μας εμποδίζουν να έχουμε μια ποιότητα ζωής, ακόμα και στη σπάνια περίπτωση που έχουμε κάποια εργασία, συνήθως όχι αντάξια των ικανοτήτων και δυνατοτήτων μας. Όσο για την ουσιαστική μας επανένταξη στο κοινωνικό σύνολο, ο έντονος ρατσισμός που υπάρχει σε ένα μεγάλο τμήμα της κοινωνίας απέναντι στα άτομα με ψυχιατρική εμπειρία το καθιστά πολύ δύσκολο.»

«Γι' αυτό τον λόγο και αποφασίσαμε να δημοσιοποιήσουμε τις απόψεις μας, ώστε να μπορέσουμε έτσι να ενισχύσουμε τις προσπάθειες για την υπεράσπιση της ίδιας της αξιοπρέπειάς μας. Απευθυνόμαστε σε όλους τους «υγιώς» σκεπτόμενους ανθρώπους, στα κόμματα και στους φορείς αυτοδιοίκησης να υποστηρίξουν ενεργά αυτόν τον αγώνα. Πάνω απ' όλα, όμως, απευθυνόμαστε σε όλους τους φίλους και φίλες ανά την

Ελλάδα, που βρίσκονται στην ίδια με εμάς κατάσταση, να ανταποκριθούν στο κάλεσμά μας και να πλαισιώσουν το κίνημά μας.»

*Πανελλήνια Επιτροπή Ατόμων με Ψυχιατρική Εμπειρία
freemindgr@gmail.com*

Η Διακήρυξη των Συλλόγων και Εταιρειών για την Σωματική Υγεία, με τίτλο **«Επανακτώντας το Συλλογικό»** αποτελεί την κοινή έκφραση του λόγου, του προβληματισμού και των εργασιών επτά διαφορετικών συλλογικοτήτων στο πεδίο της σωματικής υγείας (Σύλλογος Καρκινοπαθών Μακεδονίας-Θράκης, Σύλλογος Νεφροπαθών Βορείου Ελλάδος, Σύλλογος Γονέων Παιδιών Πασχόντων από Κακοήγη Νοσήματα Βόρειας Ελλάδας «ΛΑΜΨΗ», Σύλλογος Γονέων Παιδιών Πασχόντων από Μεσογειακή Αναιμία Θεσσαλονίκης, Ένωση Γονέων Διαβητικών Παιδιών και Εφήβων Βορείου Ελλάδος, Σύλλογος Βορείου Ελλάδος για Άτομα με Συγγενείς Καρδιοπάθειες «ΠΑΙΔΙΚΕΣ ΚΑΡΔΙΕΣ», Ελληνική Εταιρεία για τη

Στο κείμενο που παραθέτουμε λίγα μπορούν να αποτυπωθούν από τη δυναμικότητα και τη ζέση των ομιλητών. Ήταν μια «γροθιά στο μαχαίρι», όπως μας μετέφερε η κα Μαρία Κανελλή, που παρακολούθησε το συνέδριο εκ μέρους του Σ.Ο.Ψ.Υ. 

Σκλήρυνση κατά Πλάκας) σε συνεργασία με το Πρόγραμμα Προαγωγής Αυτοβοήθειας του Α.Π.Θ.

Το κείμενο της διακήρυξης, που συντάχτηκε με αφορμή τη βιωμένη κοινωνική πραγματικότητα, βασίζεται σε μια σειρά κοινών διαπιστώσεων, αναγκών, διεκδικήσεων σε σχέση με ζητήματα που αφορούν όλους όσους με τον ένα ή τον άλλο τρόπο εμπλέκονται στον τομέα των πολιτικών υγείας, της περίθαλψης, της κοινωνικής πολιτικής, ή αλλιώς σε σχέση με την ασφυκτική καθημερινότητα και τα δικαιώματά τους. 

*Επικοινωνία: τηλ.: 2310500477-8
e-mail: selfhelp@auth.gr*

Συνέδριο «Άτομα με αναπηρία και ΜΜΕ»



Για τρίτη συνεχόμενη χρονιά πραγματοποιήθηκε και φέτος, στις 23 και 24 Ιουνίου, το διεθνές συνέδριο με θέμα «Άτομα με αναπηρία και ΜΜΕ», μια διοργάνωση της Γενικής Γραμματείας Επικοινωνίας - Γενικής Γραμματείας Ενημέρωσης. Στο συνέδριο, που διεξήχθη στο Κέντρο Τύπου της ΓΓΕ - ΓΓΕ, συμμετείχαν ως ομιλητές δημοσιογράφοι, εκπρόσωποι των ΑΜΕΑ, πανεπιστημιακοί και διεθνείς προσωπικότητες.

Ο κοινωνικός διάλογος γύρω από τη θεματική «Άτομα με αναπηρία και ΜΜΕ» ξεκίνησε το 2006, με το πρώτο ομώνυμο συνέδριο, μετά από πρωτοβουλία του Υπουργού Επικρατείας κ. Θεόδωρου Ρουσόπουλου. Δύο χρόνια μετά, έχοντας λάβει αξιοσημείωτη κοινωνική ανταπόκριση και έχοντας συγκεντρώσει διεθνές

ενδιαφέρον, το συνέδριο αποδεικνύεται πως λειτουργεί ως σημείο αναφοράς και χώρος ζύμωσης και ωρίμανσης θεσμοθετήσεων και παρεμβάσεων αναφορικά με τα ΑΜΕΑ και τα δικαιώματά τους, ειδικά στο χώρο των ΜΜΕ.

Στη φετινή εκδήλωση επιχειρήθηκε η παρουσίαση και η ανάληψη θεματικών όπως: Νέα Μέσα και Προσβασιμότητα, Επικοινωνία και Αυτισμός, Παραοδημιακοί Αγώνες και ΜΜΕ, καθώς και η καταγραφή της αντίστοιχης διεθνούς εμπειρίας. Κατά τη διάρκεια του Συνεδρίου, στην αίθουσα υποδοχής του κτιρίου εκτίθοντο έργα ζωγραφικής παιδιών με αναπηρία του Μουσείου Ελληνικής Παιδικής Τέχνης. Παράλληλα, για δεύτερη συνεχόμενη χρονιά, πραγματοποιήθηκε το Διεθνές Φεστιβάλ «Ντοκιμαντέρ και Αναπηρία: Emotion Pictures», στις 21-23 Ιουνίου, στο Νέο Μουσείο Μπενάκη (Πειραιώς 138), ένα φεστιβάλ που συνδιοργανώνεται από την ΓΓΕ – ΓΓΕ και το Ελληνικό Κέντρο Κινηματογράφου. 

Κέντρο Ημέρας Βαβέλ

«Διασχίζοντας σύνορα: διαιώνιση ή φροντίδα του τραύματος»

Το Κέντρο Ημέρας «Βαβέλ» είναι μια εξειδικευμένη μονάδα ψυχικής υγείας που λειτουργεί με στόχο την παροχή υποστήριξης και φροντίδας σε μετανάστες και αλλοδαπούς εν γένει, για τους οποίους η εμπειρία της φυγής από τη χώρα τους και η διαμονή τους σε μια ξένη χώρα ήταν και εξακολουθεί να είναι τραυματική, έχοντας προσλάβει χαρακτήρα προβλήματος ψυχικής υγείας ή ψυχικής διαταραχής.



Στο πλαίσιο της λειτουργίας του, το «Βαβέλ» διοργάνωσε εκδήλωση – συζήτηση με τίτλο «Διασχίζοντας σύνορα: διαιώνιση ή φροντίδα του τραύματος», την Δευτέρα 23 Ιουνίου στο Γκάζι (Αμφιθέατρο του ραδιοσταθμού 9,84).

Η φροντίδα του τραύματος και η προσπάθεια αποφυγής νέων τραυμάτων είναι ζήτημα προτεραιότητας, καθώς οι συνέπειες είναι σοβαρές και επηρεάζουν όχι μόνο το άτομο αλλά και την οικογένειά του και βέβαια την κοινωνία μας στο σύνολό της.

Στην εκδήλωση παρουσιάστηκαν οι δραστηριότητες του Κέντρου Ημέρας «Βαβέλ» από την Ειρήνη Πόλιο, επισκέπτρια υγείας και μέλος του προσωπικού του Κέντρου, και προβλήθηκε η ταινία του Μπουγιάρ Αλιμάνι «Υγραέριο». Στη συζήτηση που ακολούθησε μίλησαν οι ψυχίατροι Δημόκριτος Σαραντίδης (πρόεδρος του Ιατρικού Κέντρου Αποκατάστασης Θυμάτων Βασανιστηρίων), Ντέγιαν Ραντόικοβιτς και Γιάννης Δημόπουλος, (επιστημονικοί συνεργάτες του Κέντρου Ημέρας «Βαβέλ») ενώ στην εμπειρία τους ως μετανάστες αναφέρθηκαν οι Καραφίη Σένα, Καντίρ Χοσάινι και Λορέτα Μακόληϊ. Τη συζήτηση συντόνισε ο ψυχολόγος Νίκος Γκιωνάκης, επιστ. υπεύθυνος του «Βαβέλ».

Οι ιδιαίτερες ανάγκες που διαμορφώνει το πολυ-πολιτισμικό τοπίο, που αποτελεί πια βιωμένη πραγματικότητα στη χώρα μας, επιβάλλουν τη διεύρυνση και την προσαρμογή και των υπηρεσιών υγείας. Το Κέντρο Ημέρας «Βαβέλ» αποτελεί λοιπόν μια καινοτόμο προσπάθεια για τα ελληνικά δεδομένα προς αυτή την κατεύθυνση.

Προτεραιότητα του Κέντρου Ημέρας «Βαβέλ» είναι η ενεργητική προσέγγιση των μεταναστών, είτε αυτοί αντιμετωπίζουν προβλήματα ψυχικής υγείας είτε βιώνουν συνθήκες που ευνοούν την εκδήλωση τέτοιων προβλημάτων. Τις περισσότερες φορές, τα προβλήματα αυτά είναι προβλήματα σύνθετα, καθώς αφορούν παράλληλα την απασχόληση, τη νομιμοποίηση, την κοινωνική ενσωμάτωση.

Για την επίτευξη των στόχων του το Κέντρο Ημέρας **“Babel”** αναπτύσσει ποικιλία δράσεων στις οποίες συμπεριλαμβάνονται:

- Η καταπολέμηση του διπλού στίγματος που αφορά τις προκαταλήψεις για την ψυχική ασθένεια και το «μετανάστη» (ευαισθητοποίηση κοινότητας, ενημέρωση στελεχών υπηρεσιών)
- Η ανάπτυξη σχέσεων και επαφών με τις μεταναστευτικές κοινότητες
- Η δημιουργία δικτύου υπηρεσιών (Μ.Κ.Ο., κρατικές υπηρεσίες) με στόχο την αποτελεσματικότερη εξυπηρέτηση των χρηστών των υπηρεσιών
- Η δημιουργία ομάδων υποστήριξης και ενδυνάμωσης των μεταναστών με προβλήματα ψυχικής υγείας και των φροντιστών τους
- Η διοργάνωση και η συμμετοχή σε ενημερωτικές, εκπαιδευτικές και ερευνητικές δραστηριότητες
- Η χρήση της μονάδας ως ανοικτού χώρου κοινωνικοποίησης, ανάπτυξης σχέσεων / ανταλλαγών και διεξαγωγής εκδηλώσεων.

Το Κέντρο Ημέρας «Babel»
λειτουργεί καθημερινά από τις 9:00 έως 17:00,
(την **Πέμπτη** η λειτουργία του παρατείνεται έως τις 19:00)
και οι υπηρεσίες του είναι δωρεάν.

Οι υπηρεσίες που παρέχονται:

- Διάγνωση, θεραπευτική αντιμετώπιση και ψυχοκοινωνική αποκατάσταση ψυχικών διαταραχών
- Συστηματική παρακολούθηση ατόμων με ψυχική διαταραχή
- Οργάνωση ημερήσιας φροντίδας, εξατομικευμένη συνοδεία
- Συμβουλευτική ατόμων, οικογενειών, ομάδων, οργανισμών
- Ενημέρωση σε θέματα ψυχικής υγείας
- Ευαισθητοποίηση προσώπων – κλειδιών και οργανισμών σε θέματα που άπτονται των ιδιαιτεροτήτων των μεταναστών με προβλήματα ψυχικής υγείας.

“Βαβέλ”
Κέντρο Ημέρας για την ψυχική υγεία μεταναστών
Μηθύμνης 27β, 112 57 (Πλ. Αμερικής) Αθήνα
Τηλ. 210 – 8616280, 210 – 8616266
Fax. 210 – 8616102
babel@syn-eirmos.gr

Η EUFAMI και η έρευνα για τη γενική υγεία των ατόμων με ψυχικές διαταραχές

Η σημαντικότερη αιτία για τα προβλήματα υγείας που πιθανώς αντιμετωπίζει ένας άνθρωπος με ψυχική ασθένεια είναι οι καθημερινές συνθήκες ζωής που συχνά επιβάλλει η νόσος.

Ο Σ.Ο.Ψ.Υ., στο πλαίσιο της δικτύωσης και της συνεργασίας του με διεθνείς φορείς για την προαγωγή της ψυχικής υγείας, συμμετέχει σε έρευνα της EUFAMI για τη σωματική υγεία των ατόμων που πάσχουν από ψυχικές διαταραχές. Στα μέλη του ΣΟΨΥ έχει ήδη ζητηθεί να συμπληρώσουν ένα ερωτηματολόγιο για την ιδιαίτερη -και πολλές φορές παραμελημένη- παράμετρο της φροντίδας της γενικής υγείας των ατόμων με ψυχικές ασθένειες.

Η έρευνα αυτή της EUFAMI έχει σαν στόχο να βοηθήσει στην κατανόηση του τρόπου με τον οποίο παρέχεται η φροντίδα της γενικής υγείας των ατόμων με ψυχικές διαταραχές σε κάθε χώρα. Παράλληλα, στοχεύει να καταδείξει τις ανησυχίες, τους προβληματισμούς και το βαθμό επάρκειας της παρεχόμενης πληροφόρησης για την αντιμετώπιση των ειδικών ζητημάτων με τα οποία πιθανώς έρχονται αντιμέτωποι οι άνθρωποι με ψυχικές διαταραχές και οι οικογένειές τους.

Όταν κάποιος διαγνωστεί με μια ψυχική διαταραχή, το επίκεντρο του ενδιαφέροντος και της φροντίδας των γιατρών, της οικογένειας, αλλά και του ίδιου του ατόμου, εστιάζεται σχεδόν αποκλειστικά στην ψυχική λειτουργία του. Το επείγον της αντιμετώπισης των συμπτωμάτων και των λειτουργικών συνεπειών τους συνήθως θέτει τα ζητήματα σωματικής υγείας και ευεξίας σε δεύτερη μοίρα. Ωστόσο, η χρόνια πορεία μιας ψυχικής διαταραχής εγκυμονεί μακροπρόθεσμα κινδύνους και για τη σωματική υγεία του ατόμου.

Κάποιες φορές γι' αυτό ευθύνεται η δυσκολία του ίδιου του ασθενή να ανταπεξέλθει σε ζητήματα καθημερινής φροντίδας, λόγω μειωμένης λειτουργικότητας, έλλειψης κινήτρου ή εξάρσεων των συμπτωμάτων του. Όμως, η σημαντικότερη αιτία για τα προβλήματα υγείας που πιθανώς αντιμετωπίζει ένας άνθρωπος με ψυχική ασθένεια είναι οι καθημερινές συνθήκες ζωής που συχνά επιβάλλει η νόσος. Η έλλειψη ενδιαφερόντων και σωματικής δραστηριότητας, το υπερβολικό κάπνισμα και ορισμένες ανεπιθύμητες ενέργειες της φαρμακευτικής αγωγής, όπως η αύξηση του σωματικού βάρους, αποτελούν παράγοντες κινδύνου για την

Συχνά, η δυσκολία στην επικοινωνία που έχει ένα άτομο με σοβαρή ψυχική διαταραχή δεν βοηθά το γιατρό στην καλή εκτίμηση προβλημάτων υγείας, με συνέπεια να μη λαμβάνεται πάντα η κατάλληλη θεραπευτική αντιμετώπιση.

εκδήλωση καρδιαγγειακών νοσημάτων, μεταβολικού συνδρόμου ή άλλων σοβαρών ασθενειών. Απαιτείται λοιπόν ιδιαίτερη κινητοποίηση του ίδιου του ασθενή, αλλά κυρίως του περιβάλλοντός του και των ειδικών που τον φροντίζουν, ώστε να μην επιβαρυνθεί σοβαρά η σωματική του υγεία.

Επιπλέον, η δυσκολία στην επικοινωνία που έχει ένα άτομο με σοβαρή ψυχική διαταραχή συχνά δεν βοηθά το γιατρό στην καλή εκτίμηση προβλημάτων υγείας, με συνέπεια να μη λαμβάνεται πάντα η κατάλληλη θεραπευτική αντιμετώπιση. Άλλοτε, ως συνέπεια του στίγματος, ο ψυχικά ασθενής αντιμετωπίζεται με λιγότερη προσοχή και επαγγελματισμό από το ιατρικό προσωπικό, σαν να μην αξίζει την ίδια μέριμνα και φροντίδα με τους «ψυχικά υγιείς» συνανθρώπους του.

Όλες αυτές οι δυσμενείς για την υγεία και τη συνολική ποιότητα ζωής του ατόμου συνέπειες είναι βέβαια πολύ πιο σοβαρές για τους ανθρώπους που δεν έχουν τη στήριξη και τη φροντίδα του οικογενειακού περιβάλλοντος στην πορεία τους μέσα από τη χρόνια ψυχική νόσο. Οι παρεχόμενες υπηρεσίες αποδεικνύονται αναμφισβήτως ανεπαρκείς και αναποτελεσματικές. Ο ψυχικά ασθενής αντιμετωπίζεται ιδιαίτερα απαξιωτικά και το δικαίωμα του στην υγεία τίθεται στην ουσία υπό αμφισβήτηση.

Όμως, αν πολλοί άνθρωποι με ψυχική ασθένεια δεν είναι σε θέση -λόγω των επιπτώσεων της νόσου- να διεκδικήσουν τα δικαιώματά τους, ευτυχώς υπάρχουν φορείς που το κάνουν. Ένας από τους σημαντικότερους στο χώρο της ψυχικής υγείας είναι η EUFAMI. Η Ευρωπαϊκή Ομοσπονδία Οργανισμών Οικογενειών Ατόμων με Ψυχικές Ασθένειες είναι ένας διεθνής οργανισμός μη κερδοσκοπικού χαρακτήρα με έδρα στο Βέλγιο. Ιδρύθηκε το 1990 από φροντιστές ατόμων με ψυχική νόσο από όλη την Ευρώπη, οι οποίοι ήρθαν σε επαφή στο πλαίσιο ενός συνεδρίου και μοιράστηκαν τις εμπειρίες τους, την ανησυχία τους και -πολλές φορές- την απόγνωσή τους για τις συνθήκες διαβίωσης των ατόμων με σοβαρές ψυχικές ασθένειες. Αποφάσισαν να συνεργαστούν για να βοηθηθούν οι ίδιοι, αλλά κυρίως οι άνθρωποι που φροντίζουν.

Η EUFAMI σήμερα αριθμεί 40 οργανισμούς - μέλη από 26 ευρωπαϊκές χώρες, εθνικές αλλά και περιφερειακές οργανώσεις, που εκπροσωπούν από κοινού τα άτομα με ψυχικές ασθένειες, τις οικογένειές τους και φορείς περίθαλψης σε όλη την Ευρώπη. Η EUFAMI έχει αναλάβει τη δέσμευση για τη βελτίωση της περίθαλψης και πρόνοιας για ανθρώπους που υποφέρουν από ψυχικές ασθένειες, δίνοντας παράλληλα τη δυνατότητα στους οργανισμούς - μέλη της να λειτουργούν συλλογικά σε ευρωπαϊκό επίπεδο, συν-

Η EUFAMI ιδρύθηκε από φροντιστές ατόμων με ψυχική νόσο από όλη την Ευρώπη, οι οποίες ήρθαν σε επαφή και μοιράστηκαν τις εμπειρίες τους, την ανησυχία τους και -πολλές φορές- την απόγνωσή τους για τις συνθήκες διαβίωσης των ατόμων με σοβαρές ψυχικές ασθένειες. Αποφάσισαν να συνεργαστούν για να βοηθηθούν οι ίδιοι, αλλά κυρίως οι άνθρωποι που φροντίζουν.

δυσάζοντας τις προσπάθειες και ανταλλάσσοντας τις εμπειρίες τους.

Η EUFAMI πραγματοποιεί εκστρατείες ενημέρωσης και ευαισθητοποίησης, εκπροσωπώντας εκατομμύρια ανθρώπους σε όλη την Ευρώπη που πάσχουν από σοβαρές ψυχικές ασθένειες και προωθώντας τη διεκδίκηση των δικαιωμάτων τους. Κεντρικοί στόχοι της είναι η συνεχής βελτίωση των παραμέτρων που συνθέτουν το «τοπίο» της ψυχικής υγείας σε όλη την Ευρώπη, τόσο ως προς το επίπεδο των παρεχόμενων υπηρεσιών περίθαλψης και πρόνοιας για τους ψυχικά ασθενείς και το επίπεδο της ποιότητας ζωής τους, αλλά και ως προς τη βελτίωση της υποστήριξης -πρακτικής και συναισθηματικής- που παρέχεται στους συγγενείς και τους ανθρώπους που τους φροντίζουν.

Η EUFAMI έχει αναλάβει τη δέσμευση για τη βελτίωση της περίθαλψης και πρόνοιας για ανθρώπους που υποφέρουν από ψυχικές ασθένειες, δίνοντας παράλληλα τη δυνατότητα στους οργανισμούς - μέλη της να λειτουργούν συλλογικά σε ευρωπαϊκό επίπεδο, συνδυάζοντας τις προσπάθειες και ανταλλάσσοντας τις εμπειρίες τους.

Σημαντική επίσης προτεραιότητα αποτελεί και η παροχή βοήθειας και ενίσχυσης στους οργανισμούς - μέλη της EUFAMI, όπως ο Πανελλήνιος Σύλλογος Οικογενειών για την Ψυχική Υγεία (Σ.Ο.Ψ.Υ.) σχετικά με τις προσπάθειές τους για τη βελτίωση των συνθηκών υγείας στις περιοχές τους, αλλά και την καταπολέμηση του στιγματισμού, που αποτελεί καθοριστικό παράγοντα ανάσχεσης των προσπαθειών για την προαγωγή της ψυχικής υγείας και της ποιότητας ζωής των ανθρώπων με ψυχικές ασθένειες. Παράλληλα, η EUFAMI εκπροσωπεί τις απόψεις των μελών της σε ευρωπαϊκούς και διεθνείς κυβερνητικούς φορείς, συντάσσοντας και προωθώντας έγγραφα που διασαφηνίζουν τις θέσεις της σχετικά με τις πολιτικές που θα πρέπει να υιοθετηθούν σε πανευρωπαϊκό επίπεδο,

ενώ συνεργάζεται με διεθνείς και ευρωπαϊκούς φορείς για την υποστήριξη διεθνών προγραμμάτων και την ανταλλαγή απόψεων σχετικά με τις πρακτικές των εθνικών εκστρατειών.

Παράλληλα, το ερευνητικό έργο που η EUFAMI υποστηρίζει και προωθεί, στοχεύει να υποστηρίξει τεκμηριωμένα τις προσπάθειές της για αλλαγές στο πεδίο της ψυχικής νόσου, των συνεπειών της και της κοινωνικής αντιμετώπισής της, αλλά και να αναδείξει τις ιδιαίτερες ανάγκες που υπάρχουν. Στο πλαίσιο αυτό εντάσσεται και η έρευνα που εκπονείται για το επίπεδο γενικής υγείας των ατόμων με ψυχικές διαταραχές, ένα θέμα που -για όλους τους λόγους που προαναφέρθηκαν- αναδεικνύεται ως ιδιαίτερης σημασίας στην περίπτωση της σοβαρής και χρόνιας ψυχικής νόσου, με σημαντικές επιπτώσεις στην ποιότητα ζωής των πασχόντων. 

Μαρία Χαρίτση

Ψυχολόγος MSc

Πρόγραμμα κατά του Στίγματος των Ψυχικών Διαταραχών - «αντι-στίγμα»
Ερευνητικό Πανεπιστημιακό Ινστιτούτο Ψυχικής Υγιεινής (Ε.Π.Ι.Ψ.Υ.)

Κατάθλιψη καλοκαιριάτικα; Κι όμως ...

Καθώς το καλοκαίρι έχει μπει για τα καλά, η πεσμένη διάθεση που κάποιοι από μας ίσως βιώνουμε κατά τους χειμερινούς μήνες πιθανότατα έχει δώσει τη θέση της στην καλοκαιρινή καλοδιαθεσία. Βέβαια, η εποχική κατάθλιψη, η κατάθλιψη κατά την περίοδο του χειμώνα δηλαδή, είναι μια κατάσταση που επηρεάζει (με την κλινικά σημαντική έννοια) ως επί το πλείστον ανθρώπους σε βορειότερες χώρες. Στη χώρα μας, όπου η ηλιοφάνεια δεν είναι σπάνιο φαινόμενο ακόμα και στην καρδιά του χειμώνα, μάλλον πρέπει να αναζητήσουμε άλλους λόγους για αυτές τις διακυμάνσεις της διάθεσής μας.

Η μεσογειακή μας νοοτροπία ίσως είναι αυτή που κατεξοχήν ευθύνεται για το «ανέβασμα» της διάθεσής μας από τα μέσα της άνοιξης έως το τέλος του καλοκαιριού. Η περίοδος αυτή συνδέεται παραδοσιακά στις συνειδήσεις μας με εξόδους, διακοπές και κάθε είδους εξορμήσεις, με μια αένα κινητικότητα και δραστηριοποίηση. Οι ζεστές καλοκαιρινές βραδιές ανεβάζουν τη «λίμπιντό» μας και η άνοδος της θερμοκρασίας μας ωθεί -και πολλές φορές μας εξαναγκάζει- να «το ρίξουμε έξω».

Αν και το θερμόμετρο έχει χτυπήσει κόκκινο και η ηλιοφάνεια – όπως λένε τουλάχιστον – βελτιώνει τη διάθεσή μας, η κατάθλιψη πολλές φορές παραμένει στο καλοκαιρινό τοπίο.

Παρόλα αυτά, η κατάθλιψη, ως ασθένεια, – και στην περίπτωση αυτή δεν μιλάμε για απλές διακυμάνσεις της διάθεσης που συμβαίνουν σαν αποτέλεσμα των συνθηκών της καθημερινότητάς μας -, είναι μια πραγματικότητα για πολλούς συνανθρώπους μας, που η σοβαρότητα της κατάστασής τους δεν αίρεται τόσο απλά από την προσδοκία των επερχόμενων διακοπών ή το λαμπρό καλοκαιρινό ήλιο.

Αλλά και για όσους δεν αντιμετωπίζουν μια κλινικά σοβαρή κατάσταση, τα πράγματα δεν είναι πάντα τόσο ρόδινα όσο φαίνονται. Θα ήταν πιο σαφές να πούμε ότι υπάρχει και η άλλη όψη του νομίσματος αυτού του «καλοκαιρινού οργασμού». Τα συμπτώματα της κατάθλιψης πολλές φορές εμφανίζονται «μεταμφιεσμένα». Η κατάθλιψη είναι η νόσος με τα πολλά πρόσωπα, όπως άλλωστε λένε οι ειδικοί. Πολλές φορές το καταθλιπτικό συναίσθημα καλύπτεται κάτω από το προσωπείο άλλων συμπτωμάτων, μεταμορφώνεται σε άγχος, σε θυμό, σε επίμονη ευερεθιστότητα ή δυσφορία, συναισθήματα που δεν μας είναι καθόλου άγνωστα και ανοίκει στην καθημερινότητά μας, ιδιαίτερα τους καλοκαιρινούς μήνες. Η αυξημένη χρήση ή και κατάχρηση αλκοόλ είναι επίσης χαρακτηριστική, τόσο της συγκεκριμένης περιόδου, όσο και ως προπέτασμα του καταθλιπτικού συναισθήματος και του αισθήματος κενού...

Άλλωστε για πολλούς οι καλοκαιρινές διακοπές δεν είναι παρά απατηλό όνειρο

πλέον, και η πραγματικότητα του καύσωνα στη γεμάτη νέφος, ασφυκτική κι απάνθρωπη πόλη, προβάλλει απειλητική. Το στρες της καθημερινότητας διογκώνεται δυσανάλογα, δοκιμάζοντας τις αντοχές μας, μέσα στο «ειδυλλιακό» περιβάλλον της σκονισμένης, ρυπαρής Αθήνας, της πόλης που τόσο αγαπάμε να μισούμε.

Αλλά ακόμα και αν το όνειρο των διακοπών έχει κάποιες προοπτικές να γίνει πραγματικότητα, αναμένεται να μας προσγειώσει ανώμαλα η ένταση της «μαζικής εξόδου», της αβίωτης κατάστασης των παραθεριστικών θερέτρων στο ζενίθ της αυγουσιática εξόρμησης. Οι πολυπόθητες διακοπές γίνονται δοκιμασία υπομονής και ψυχικών αντοχών, όπου η κοσμοσυρροή και το -καταναγκαστικό σχεδόν- ξεφάντωμα αναιρεί την ίδια τη λέξη «διακοπές». Από τι άραγε διακόπτουμε, αλήθεια;

Άλλοτε, η ίδια η προσδοκία των διακοπών είναι αυτή που μας παρασύρει σε μια ευφορική προσμονή, καλύπτοντας τα πραγματικά μας συναισθήματα και τις όποιες συνθήκες της ζωής μας πιθανώς να ευθύνονται γι' αυτά. Το να περάσουμε καλώς στις διακοπές δεν είναι απλώς προσδοκώμενο, είναι σχεδόν επιβεβλημένο. Πώς είναι δυνατό όμως να ορίζουμε οι ίδιοι τη διάθεση και την ψυχική μας κατάσταση ανάλογα με την περίοδο; Η πίεση που ασκούμε στους εαυτούς μας να ανταποκριθούμε στο κλίμα ξεφαντώματος - που αν λείπει αυτό μας φαίνεται ότι δεν κάνουμε διακοπές! - μπορεί να είναι από μόνη της εξοτρωτική για την ψυχολογία μας.

Όλα αυτά έχουν σαν αποτέλεσμα να επιστρέφουμε πιο κουρασμένοι από ό,τι φύγαμε, με μια κάπως αμφίθυμη ανάμνηση - ίσως λίγο θολωμένη από το ενθουσιώδες κλίμα και τις κάθε είδους καταχρήσεις - αυτής της ταλαιπωρίας που ονομάζουμε διακοπές. Και επιστρέφοντας, με τις προσδοκίες μας ελαφρώς (ή και βαριά) ματαιωμένες και με την προοπτική της επιστροφής στη ρουτίνα, η καταθλιπτική διάθεση μας περιμένει στη γωνία.

Το συσσωρευμένο στρες της περιόδου, που έχει ξεκινήσει πριν ακόμα φύγουμε για διακοπές, με τους προγραμματισμούς, τα έξοδα και την ένταση της προετοιμασίας, μας εμφανίζει τώρα το άλλο του πρόσωπο, αυτό του καταθλιπτικού συναισθήματος. Ίσως όμως ακόμα περισσότερο ευθύνονται γι' αυτό οι υπέρογκες προσδοκίες που έχουμε εναποθέσει σε μια εβδομάδα ή ένα δεκαπενθήμερο φυγής από την καθημερινότητα, που, όπως είναι φυσικό, ούτε τη ζωή μας μπορεί να αλλάξει, ούτε να της δώσει καινούριο νόημα. Η ματαίωση που αναπόφευκτα επάγει αυτή η μη ρεαλιστική εκτίμηση της πραγματικότητας μας αφήνει πιο εκτεθειμένους ψυχολογικά στις καθημερινές μας δυσχέρειες και απογοητεύσεις, επιρρεπείς σε ένα συναίσθημα κενού, απασίας και, εν τέλει, κατάθλιψης. 

Μαρία Χαρίση

Ψυχολόγος MSc

Επιστημονική συνεργάτης

του Προγράμματος κατά του Στίγματος των Ψυχικών Διαταραχών - «αντι-στίγμα»

Ερευνητικό Πανεπιστημιακό Ινστιτούτο Ψυχικής Υγιεινής (Ε.Π.Ι.Ψ.Υ.)

7^ο Ημερίδα-Γιορτή για τον Εθελοντισμό

Και όμως... «...μπορούμε να κάνουμε αυτόν τον κόσμο καλύτερο»!

Αυτό δήλωσαν για 7^η συνεχή χρονιά η **Κίνηση Φορέων Εθελοντισμού και 50 διεθνείς και τοπικοί οργανισμοί** που συμμετείχαν σε μια γιορτή αφιερωμένη στον Εθελοντισμό και στην κοινωνική προσφορά, το Σάββατο 17 Μαΐου 2008, στον πεζόδρομο Αποστόλου Παύλου στο Θησείο.

Ο Σ.Ο.Ψ.Υ. συμμετείχε και φέτος ενεργά σ' αυτή τη γιορτή εθελοντισμού ενημερώνοντας το κοινό για τις δράσεις του, μα πάνω απ' όλα δηλώνοντας πως είναι παρών στον αγώνα για την καταπολέμηση του στίγματος της ψυχικής ασθένειας και την καλύτερευση της ποιότητας ζωής των ψυχικά ασθενών και των οικογενειών τους.

Το σύνθημα και ο στόχος της Γιορτής Εθελοντισμού έφεραν ένα **μήνυμα αισιοδοξίας** απέναντι στα κρίσιμα οικονομικά, κοινωνικά και οικονομικά προβλήματα. Η εκδήλωση, ανοιχτή προς το κοινό όλων των ηλικιών και ενδιαφερόντων, ολοκληρώθηκε με **συναυλία του Βασίλη Λέκκα**. 

M.K.



2^ο Φεστιβάλ Ψυχικής υγείας

Η Πανελλαδική Ένωση για την Ψυχοκοινωνική Αποκατάσταση και Επαγγελματική Επανάταξη (Π.Ε.Ψ.Α.Ε.Ε.) διοργάνωσε για δεύτερη συνεχή χρονιά το **2^ο Φεστιβάλ Ψυχικής Υγείας** στο Άλσος Αιγάλεω (Μπαρουτάδικο) στις 23 έως 25 Μαΐου 2008.

- **Σύνθημα:** *Συνυπάρχουμε... Συνδημιουργούμε... Ανατρέπουμε το Μύθο!!!*
- **Στόχος:** *η διεύρυνση των ευκαιριών για κοινωνική συναναστροφή, η καταπολέμηση του στίγματος και η ανάδειξη του ψυχικά πάσχοντα ως ενεργού μέλους της κοινωνίας.*



Περισσότερα από 25 ανανεωμένα εργαστήρια Τέχνης, Πολιτισμού, Παράδοσης, Οικολογίας και Αθλητισμού πραγματοποιήθηκαν, με την ισότιμη συμμετοχή ειδικευμένων εμπειρογμένων, χρηστών και επαγγελματιών ψυχικής υγείας, καθώς επίσης και πολιτών της τοπικής κοινωνίας.

Ο Σ.Ο.Ψ.Υ., παρών όπως κάθε χρόνο, έδωσε το στίγμα του συμμετέχοντας ενεργά σ' αυτή την προσπάθεια της Π.Ε.Ψ.Α.Ε.Ε. με εθελοντές, εργαζόμενους, μέλη οικογενειών, λήπτες υπηρεσιών ψυχικής υγείας, μα πάνω απ' όλα με αγωνιστικότητα, ευαισθησία και έχοντας πάντα απλωμένο το χέρι σε κάθε προσπάθεια για ενημέρωση και καλύτερευση της ποιότητας ζωής των οικογενειών και των μελών της που αντιμετωπίζουν το πρόβλημα της ψυχικής νόσου. 

M.K.

Γκολ στην Τρέλα - Κόκκινη κάρτα στο στίγμα

Τη Δευτέρα 2 Ιουνίου, στο Δημοτικό Γήπεδο Πεύκης, πραγματοποιήθηκε με μεγάλη επιτυχία η ποδοσφαιρική συνάντηση «Γκολ στην Τρέλα», στο πλαίσιο των εκδηλώσεων του 2ου Φεστιβάλ Ψ. Την ευθύνη της οργάνωσης της εκδήλωσης είχε η Εταιρεία Περιφερειακής Ανάπτυξης και Ψυχικής Υγείας - ΕΠΑΨΥ, υπό την αιγίδα του Δήμου Πεύκης.

Στους αγώνες συμμετείχαν άτομα που πάσχουν από προβλήματα ψυχικής υγείας και επαγγελματίες του χώρου, παλαιόμαχοι ποδοσφαιριστές, δημοσιογράφοι και καλλιτέχνες. Οι «άρχοντες» των αναμετρήσεων προέρχονταν από την Ε.Π.Ο. και την Κεντρική Επιτροπή Διαιτησίας, που μ' αυτό τον τρόπο προσέφεραν την ευγενική τους υποστήριξη. Οι ομάδες που αγωνίστηκαν ήταν η «Αναγέννηση», η Μικτή Τύπου, η Ομάδα Εργαζομένων του Ψυχιατρικού Νοσοκομείου Αττικής, η ανερχόμενη και πολυμετοχική δύναμη του χώρου EPAPSY United και μία μικτή παιλαμάχων του ΠΣΑΠ και του Ολυμπιακού στην οποία αγωνίστηκαν μερικά από τα μεγαλύτερα και πιο αγαπημένα ονόματα του ελληνικού ποδοσφαίρου: Δομάζος, Τσιάρτας, Τσιαντάκης, Φραντζέσκος, Αμανατίδης, Μαραγκός, Βλάχος και άλλοι. Οι φίλαθλοι είχαν την ευκαιρία να απολαύσουν 5 αναμετρήσεις στις οποίες σημειώθηκαν περισσότερα από 10 γκολ και πολλές εντυπωσιακές φάσεις.



Περισσότερα από 500 άτομα είχαν την ευκαιρία να παρακολουθήσουν μία πληιάδα νέων και παλαιότερων αστεριών του ποδοσφαίρου να αγωνίζονται για ένα σημαντικό σκοπό: τον αγώνα ενάντια στην προκατάληψη και το φόβο που προκαλεί η ψυχική ασθένεια.

Περισσότερες από 60 εταιρείες συνεισέφεραν ως χορηγοί σε μία συγκινητική εκδήλωση κοινωνικής ευαισθησίας. Χάρη στις χορηγίες αυτές κατέστη δυνατή μία λαχειοφόρος αγορά με πλούσια δώρα, τα έσοδα της οποίας θα ενισχύσουν οικονομικά τις καλοκαιρινές διακοπές των ατόμων με ψυχικές διαταραχές που φιλοξενούνται στις δομές της Ε.Π.Α.Ψ.Υ.

Οι παρευρισκόμενοι απόλαυσαν μία από τις πρώτες καλοκαιρινές βραδιές με φαγητό και ποτά, γλυκίσματα, μουσική και κέφι, δώρα και βέβαια θέαμα και συγκίνηση από το αίσθημα προσφοράς και υποστήριξης όλων όσων συμμετείχαν εντός και εκτός του αγωνιστικού χώρου. Την εκδήλωση τίμησαν με την παρουσία τους η βουλευτής του ΠΑΣΟΚ Μ. Αποστολάκη, ο Αντιδήμαρχος Μελισσίων Φ. Χρυσικός, η επίκουρη καθηγήτρια Ψυχιατρικής Μ. Οικονόμου-Λαλιώτη, υπεύθυνη του Προγράμματος κατά του Στίγματος των Ψυχικών Διαταραχών «αντι-στίγμα» του Ε.Π.Ι.Ψ.Υ., ο Α. Αντω-

νιάδης, πρόεδρος του Πανελληνίου Συνδέσμου Αμειβομένων Ποδοσφαιριστών, η κ. Α. Στρούμπου – Ασκούνη, πρόεδρος της Πανελληνίας Ομοσπονδίας Συλλόγων Οικογενειών για την Ψυχική Υγεία, η κ. Π. Νικολάου, Πρόεδρος της Πανελλαδικής Ένωσης για την Ψυχοκοινωνική Αποκατάσταση και την Επαγγελματική Αποκατάσταση και ο Ν. Γαβαλάς, ένας θρύλος της αθλητικής δημοσιογραφίας, ο οποίος

Μέσα από την εκδήλωση αυτή αναδείχθηκε η δυνατότητα να αποτελέσει ο αθλητισμός - όπως και κάθε άλλη πολιτιστική δραστηριότητα - ένα δυνατό όπλο ενάντια στο στιγματισμό και την περιθωριοποίηση, όχι μόνο των ατόμων που πάσχουν από ψυχικές διαταραχές, αλλά κάθε κοινωνικά αποκλεισμένης ομάδας.



που αγκαλιάζουν όλους τους πολίτες καταπολεμώντας στην πράξη τις διακρίσεις και τον κοινωνικό αποκλεισμό.

Είναι σημαντικό να αναφερθεί ότι όλοι οι επίσημοι που παρευρέθηκαν, ενθουσιασμένοι από την

Μέσα από πανανθρώπινες δραστηριότητες όπως αυτή, δραστηριότητες που συγκινούν και ενώνουν τους ανθρώπους, μπορούν να ανατραπούν τα στερεότυπα, να αναπτυχθούν ο σεβασμός, η εμπιστοσύνη και η αξιοπρέπεια για όλους.

ατμόσφαιρα και τη συμμετοχή, δεσμεύτηκαν για την επανάληψη της εκδήλωσης. Η εκδήλωση αυτή αποτέλεσε τη κοίτιδα ενός νέου θεσμού που φέρνει κοντά την χαρά του αθλητισμού και την κοινωνική ευαισθησία.

Μέσα από την εκδήλωση αυτή αναδείχθηκε η δυνατότητα να αποτελέσει ο αθλητισμός - όπως και κάθε άλλη πολιτιστική δραστηριότητα - ένα δυνατό όπλο ενάντια στο στιγματισμό και την περιθωριοποίηση, όχι μόνο των ατόμων που πάσχουν από ψυχικές διαταραχές, αλλά κάθε κοινωνικά αποκλεισμένης ομάδας. Γιατί μέσα από πανανθρώπινες δραστηριότητες όπως αυτή, δραστηριότητες που συγκινούν και ενώνουν τους ανθρώπους, μπορούν να ανατραπούν τα στερεότυπα, να αναπτυχθούν ο σεβασμός, η εμπιστοσύνη και η αξιοπρέπεια για όλους. 

έδωσε με το σχόλιο του το στίγμα της μεγάλης αναμέτρησης μεταξύ Παλαιμάχων ΠΣΑΠ και ΕΠΑΨΥ United. Την έναρξη του τουρνουά κήρυξε ο Δήμαρχος Πεύκης Γ. Θεοδωρακόπουλος. Στην ομιλία του αναφέρθηκε στις δράσεις του Δήμου Πεύκης, στο χώρο των κοινωνικών υπηρεσιών, αλλά και του αθλητισμού για όλους,



Gamian Europe: « Η έγκαιρη διάγνωση οδηγεί στην ενδυνάμωση»



Στις 16-19 Μαΐου πραγματοποιήθηκε το τοπικό σεμινάριο της GAMIAN Ευρώπης στη Λισσαβόνα με θέμα: «Η έγκαιρη διάγνωση οδηγεί στην ενδυνάμωση». Το σεμινάριο αφορούσε τις χώρες της νότιας Ευρώπης και πήραν μέρος η Ελλάδα, η Ιταλία, η Πορτογαλία, η Ισπανία και η Μάλτα. Την Ελλάδα εκπροσώπησε ο Πανελλήνιος Σύλλογος Οικογενειών για την Ψυχική Υγεία με αντιπροσώπους τον κο Αντώνη Κατσαμάγκο και την κα Νατάσσα Βασιλάκη.

Ο κος Κατσαμάγκος παρουσίασε το ψυχοεκπαιδευτικό

πρόγραμμα του ΣΟΨΥ και το πρόγραμμα ψυχοκοινωνικής αποκατάστασης που πραγματοποιείται στον Ξενώνα και το Κέντρο Ημέρας. Η έγκυρη ενημέρωση του ασθενή και της οικογένειας για την νόσο, η εκπαίδευση σε κοινωνικές δεξιότητες και η κάλυψη των στεγαστικών και κοινωνικών αναγκών του ενδυναμώνουν τον άνθρωπο που πάσχει και τον βοηθούν να αποφασίσει υπεύθυνα για την ζωή και την υγεία του. Η κα Βασιλάκη αναφέρθηκε στη σημασία της ψυχοεκπαίδευσης, μέσα από την προσωπική της εμπειρία, και στην προσπάθεια του συλλόγου για τα δικαιώματα και τις υποχρεώσεις των ψυχικά ασθενών να γίνει η ψυχοεκπαίδευση μέρος της καθημερινής κλινικής πρακτικής.

Στο σεμινάριο τονίστηκε η αναγκαιότητα να αντιμετωπίζονται η οικογένεια και ο ασθενής ως ισότιμα μέλη στην τριάδα -ασθενής, οικογένεια, επαγγελματίες ψυχικής υγείας- που καλείται να αντιμετωπίσει το πρόβλημα της ψυχικής νόσου. Κάθε μέλος της τριάδας βλέπει και μια λίγο διαφορετική οπτική του προβλήματος και είναι απαραίτητη η συνεργασία για να επιτευχθεί ο στόχος της αποκατάστασης. Επίσης, τονίστηκε η σημαντικότητα της ψυχοεκπαίδευσης, ως η κατεξοχήν θεραπευτική παρέμβαση που, μαζί με τα φάρμακα, βοηθά τον ασθενή να αποκτήσει έναν έλεγχο της ψυχικής νόσου και κατ' επέκταση της ζωής του. 

A.K., N.B.

Συνάντηση του Διοικητικού Συμβουλίου της GAMIAN στις Βρυξέλλες

Το Δ.Σ. της GAMIAN, στο οποίο ως γνωστόν συμμετέχει ο Πρόεδρος του Σ.Ο.Ψ.Υ., συνεδρίασε στις 28-29 Ιουνίου στις Βρυξέλλες, όπου συζητήθηκαν μεταξύ άλλων θεμάτων και τα ακόλουθα:

1. Αλλαγή καταστατικού. Στο εξής ως μέλος της GAMIAN δεν γίνεται δεκτός σύλλογος ή ομοσπονδία, εάν στο Δ.Σ. του δεν συμμετέχει και ένας ασθενής το λιγότερο.
2. Μετά την εκλογή του Δ.Σ. από τη γενική συνέλευση, το νέο Δ.Σ. εκλέγει Πρόεδρο, Αντιπρόεδρο, Γενικό Γραμματέα και Ταμία. Στη συνέχεια παρουσιάζονται στη Γενική Συνέλευση αυτά τα τέσσερα πρόσωπα κι αν υπάρξει αντίρρηση για τη θέση που εξελέγη κάποιο πρόσωπο, το Δ.Σ. είναι υποχρεωμένο να επαναλάβει την εκλογή.
3. Θα συνεχιστεί το πρόγραμμα κατά του στίγματος και ο Σ.Ο.Ψ.Υ. θα συμμετέχει σε αυτό.
4. Ορίζεται μάντζερ για την εξεύρεση χορηγών, οργάνωση συναντήσεων με κυβερνητικά και πολιτικά πρόσωπα, για την επικοινωνία με τα ΜΜΕ κλπ.
5. Το επόμενο συνέδριο της GAMIAN θα γίνει στην Αθήνα ή στη Μάλτα ή στις Βρυξέλλες. Ποια πόλη θα οριστεί τελικά θα εξαρτηθεί από τις προτάσεις που θα κάνουμε. Το διεθνές συνέδριο θα γίνει το Νοέμβριο του 2009. 

Πέτρος Ανδρόνικος



EUFAMI: Συνάντηση Διοικητικού Συμβουλίου, 23 - 25 Μαΐου 2008

Το συμβούλιο της EUFAMI έλαβε χώρα στην πόλη Leuven του Βελγίου, στα γραφεία της EUFAMI, το Σαββατοκύριακο 23 με 25 Μαΐου. Τον Πανελλήνιο Σύλλογο Οικογενειών για την Ψυχική Υγεία εκπροσώπησε ο κύριος Αντώνης Κατσαμάγκος, ψυχιατρικός νοσηλεύτης στον Ξενώνα και το Κέντρο Ημέρας του Σ.Ο.Ψ.Υ.

Στο συμβούλιο παρουσιάσθηκε και εγκρίθηκε το πλάνο δράσης της EUFAMI για την χρονική περίοδο 2008-2011, με τρεις βασικούς άξονες: την όσο το δυνατόν καλύτερη και πληρέστερη εκπροσώπηση των οικογενειών από τη EUFAMI, την ενίσχυση των οικογενειών — μελών και την ανάπτυξη καλών πρακτικών στο χώρο της ψυχικής υγείας. Πιο συγκεκριμένα:

1) Εκπροσώπηση των οικογενειών

Στόχος της EUFAMI είναι να συμπεριλάβει στους κόλπους της όσο το δυνατόν περισσότερους συλλόγους οικογενειών από τις χώρες της Ευρώπης. Για το λόγο αυτό ξεκινά ένα πρόγραμμα επισκέψεων σε όλες τις χώρες μέλη της με σκοπό τη συλλογή χρήσιμων πληροφοριών από τις οικογένειες. Επίσης, συμφωνήθηκε να αναζητηθούν, σε συνεργασία με τα κατά τόπους γραφεία του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας, σύλλογοι οικογενειών σε χώρες που δεν είναι μέλη της EUFAMI. Αποφασίστηκε επίσης να διεξαχθεί έρευνα προκειμένου να εκτιμηθεί το ποσοστό του Εθνικού προϋπολογισμού που διατίθεται σε κάθε χώρα για την ψυχική υγεία. Στόχος είναι να παραχθεί ένα έγγραφο με τις θέσεις της EUFAMI για το ποιο είναι το κατάλληλο ποσό που θα πρέπει να δαπανηθεί από κάθε χώρα. Το έγγραφο αυτό θα διανεμηθεί στη συνέχεια σε όλα τα μέλη μαζί με οδηγίες για το πώς οι τοπικοί σύλλογοι μπορούν να το χρησιμοποιήσουν. Τέλος, για να ενισχυθεί η εκπροσώπηση των οικογενειών, αποφασίστηκε μέλη της EUFAMI να παρακολουθούν και να συμμετέχουν σε συσκέψεις Ευρωπαϊκών και διεθνών οργανισμών, προκειμένου να εξασφαλιστεί ότι η ψυχική υγεία βρίσκεται στην κυρίως ατζέντα τους.

2) Ενδυνάμωση των εθνικών συλλόγων-μελών.

Αποφασίστηκε:

- Η διοργάνωση τουλάχιστον ενός εκπαιδευτικού σεμιναρίου κάθε χρόνο
- Η δημιουργία μιας ομάδας εργασίας με σκοπό να αναθεωρήσει όλες τις εκδοτικές δραστηριότητες της EUFAMI, ώστε να γίνουν περισσότερο ενδιαφέρουσες και ελκυστικές για τα μη μέλη και τους χορηγούς.
- Η προώθηση της ιστοσελίδας www.implementis.eu ως ένα σημαντικό εργαλείο που θα βοηθήσει τους εθνικούς συλλόγους να πραγματοποιήσουν δράσεις στην χώρα τους.
- Η προώθηση του μηνύματος ότι τα μέλη των οικογενειών είναι ισότιμοι εταίροι στην ψυχιατρική φροντίδα. Στα πλαίσια αυτής της προσπάθειας, η EUFAMI θα συμμετάσχει στο συνέδριο της Παγκόσμιας Ψυχιατρικής Εταιρίας το Σεπτέμβριο του 2008 στην Πράγα.

3) Ανάπτυξη καλών πρακτικών. Για τον σκοπό αυτό αποφασίστηκε:

- Η ενίσχυση και η αναθεώρηση της βάσης οδηγιών (GROW)
- Η δημιουργία μιας ομάδας εθελοντών με αποστολή να παρακολουθεί τις εξελίξεις στην Ευρωπαϊκή Ένωση και στον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας.
- Η ανάπτυξη τακτικής συνεργασίας με μέλη του Ευρωπαϊκού Κοινοβουλίου και του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας που ενδιαφέρονται για την ψυχική υγεία.
- Η αναζήτηση θεμάτων που πιθανόν να ενδιαφέρουν τις ιδιωτικές επιχειρήσεις, με σκοπό να σχεδιαστούν και να υλοποιηθούν προγράμματα που θα χρηματοδοτηθούν από εκείνες (πχ Το άγχος στο χώρο εργασίας)
- Να επιδιωχθεί η συνεργασία του προγράμματος της EUFAMI κατά του στίγματος της ψυχικής νόσου (zero stigma) με άλλα προγράμματα που πραγματοποιούνται σε ευρωπαϊκό ή διεθνές επίπεδο.
- Καθορίστηκε ως προτεραιότητα της EUFAMI το ζήτημα «Η φροντίδα των παιδιών των οποίων οι γονείς πάσχουν από ψυχική νόσο». Μάλιστα, στα πλαίσια του συμβουλίου πραγματοποιήθηκε σύσκεψη με αυτό το θέμα. Τα κύρια συμπεράσματα ήταν ότι η ψυχίατροι θα πρέπει να δείχνουν ενδιαφέρον και να ρωτούν τους ασθενείς για το αν έχουν παιδιά, και ότι θα πρέπει να ενισχυθούν οι παράγοντες που φαίνεται να λειτουργούν προστατευτικά. Στόχος της EUFAMI είναι να πραγματοποιηθεί ένα Ευρωπαϊκό συνέδριο με το θέμα αυτό στις αρχές του 2009, μέσα από τις εργασίες του οποίου θα προκύψει μια χάρτα των δικαιωμάτων των παιδιών που οι γονείς τους πάσχουν από μια ψυχική διαταραχή.

Στα πλαίσια του συμβουλίου πραγματοποιήθηκαν και οι εκλογές για την ανάδειξη τριών νέων μελών στο Διοικητικό Συμβούλιο. Επίσης, η πρόεδρος της EUFAMI, Inger Nilsson, ανακοίνωσε ότι αποσύρεται από την προεδρία έχοντας ολοκληρώσει την θητεία της. Ως νέα πρόεδρος εκλέχθηκε η μέχρι σήμερα αντιπρόεδρος, Sigrid Steffen από την Αυστρία. 

A.K.

Συνεδρίαση της Διακομματικής Επιτροπής της Βουλής για τα ΑμεΑ

Στις 17/06/2008 ειδοποιηθήκαμε από αρμόδιο της Βουλής των Ελλήνων να παραστούν εκπρόσωποι της Ομοσπονδίας μας στη συνεδρίαση της Ολομέλειας της Βουλής της 19/06/2008 κατά την οποία θα συζητείτο η Έκθεση της «Διακομματικής Επιτροπής της Βουλής», η οποία και ορίστηκε για τη μελέτη των ζητημάτων που απασχολούν τα άτομα με αναπηρία, καθώς επίσης και τη διατύπωση προτάσεων για την αντιμετώπισή τους. Η έκθεση αυτή βρίσκεται στο τμήμα εντύπων της Βουλής και διατίθεται στους ενδιαφερόμενους.

Οι προτάσεις της Επιτροπής δεν υπεισέρχονται σε εκείνα τα πολύ συγκεκριμένα θέματα που μας απασχολούν αλλά σε γενικότερα ζητήματα, τα οποία όμως είναι πολύ σημαντικά και θέτουν τις βάσεις για μια πιο ουσιαστική αντιμετώπιση των προβλημάτων. Θα αναφερθώ ενδεικτικά στις προτάσεις για:

- Τη σύσταση Ειδικής Μόνιμης Επιτροπής στη Βουλή για τα θέματα αναπηρίας.
- Την κωδικοποίηση της υφιστάμενης νομοθεσίας.
- Την απασχόληση, με τη θέσπιση πιο ισχυρών κινήτρων για τις ιδιωτικές επιχειρήσεις που θα στοχεύει στην πρόσληψη εργαζομένων με αναπηρία και την αναθεώρηση του ν.2643/98 για τις προσλήψεις των ΑμεΑ προς την κατεύθυνση του διαχωρισμού σε σχέση με άλλες προστατευόμενες ομάδες (πολύ-τεκνοι κλπ.).
- Την κάρτα αναπηρίας.
- Την ενημέρωση και ευαισθητοποίηση της κοινής γνώμης κα.

Τη συνεδρίαση της 19/06/2008 παρακολούθησαν εκπρόσωποι Ομοσπονδιών και της «Εθνικής Συνομοσπονδίας Ατόμων με Αναπηρία»-ΕΣΑμεΑ. Οι Βουλευτές-Ομιλητές τοποθετήθηκαν θετικά επί των προτάσεων της Επιτροπής, αλλά αναφέρθηκαν και ενδελεχώς στο κρίσιμο ζήτημα της απασχόλησης, της εκπαίδευσης, τα χαμηλά επιδόματα της Πρόνοιας, την ψυχιατρική μεταρρύθμιση, όπως επίσης και την υποστήριξη των οικογενειών που φροντίζουν άτομα με αναπηρία.

Σε ότι αφορά τα ζητήματα της Ψυχικής Υγείας, ήταν εμφανής ο απόηχος της κινητοποίησης της 24ης Μαΐου του 2008 για την Ψυχική Υγεία και από την προβολή στον ημερήσιο τύπο των πολύπλοκων αναγκών του πιο ευαίσθητου τμήματος της κοινωνίας μας και από την

ανάγκη για ουσιαστική και αξιοπρεπή αντιμετώπιση των προαναφερθέντων ζητημάτων.

Δεν επιθυμούμε να υποσκελίσουμε τα σημαντικά βήματα που έχουν γίνει και στη χώρα μας στον τομέα της Ψυχικής Υγείας από το κράτος, τους εργαζόμενους, τους συλλόγους, τους εθελοντές, τον κάθε πάσχοντα στην προσωπική του πορεία, τους γονείς, τα αδέρφια, τους φίλους, όμως είναι ανάγκη να προχωρούμε με σταθερά βήματα χωρίς οπισθοδρομήσεις.

Απαιτούνται:

Να προχωρήσει η ανάπτυξη Δικτύου Υπηρεσιών Ψυχικής Υγείας στην κοινότητα, προσιτών στον πάσχοντα και την οικογένειά του με κατ' οίκον παρεμβάσεις όπου αυτό είναι αναγκαίο, μέσα από ένα Εθνικό Σχέδιο Δράσης. Κίνητρα για το επιστημονικό προσωπικό ώστε να στελεχωθούν οι υπηρεσίες της επαρχίας.

Οικονομική υποστήριξη της οικογένειας και ανάπτυξη των προγραμμάτων ψυχοεκπαίδευσης οικογένειας-πάσχοντα.

Μη διακοπή του προνοιακού επιδόματος στην περίπτωση εργασίας.

Έμφαση στην εκπαίδευση-απασχόληση.

Άρση των αδικιών της νομοθεσίας σε ότι αφορά στα άτομα με ψυχική νόσο.

Αντιμετώπιση του θέματος της ακούσιας νοσηλείας, όταν αυτή είναι αναγκαία, με σύγχρονους τρόπους που να αναδεικνύουν ευαισθησία και ανθρώπινη μεταχείριση.

Για όλα τα προειρημένα έχουμε απευθυνθεί κατ' επανάληψη στα αρμόδια Υπουργεία, αλλά δυστυχώς χωρίς να λάβουμε κάποια απάντηση έστω και αρνητική. Ορμώμενοι από αυτό το βήμα ενώνουμε τη φωνή μας με αυτή των Βουλευτών που εκπροσωπούν τον Ελληνικό λαό, ούτως ώστε να υπάρξει ένα Εθνικό Σχέδιο Δράσης για την Ψυχική Υγεία, ένα πολυσύνθετο κοινωνικό ζήτημα που επηρεάζει ένα μεγάλο τμήμα του πληθυσμού μας.

Εύχομαι καλές διακοπές με θετική διάθεση και το Σεπτέμβριο πάλι στον αγώνα για να συνεχίσουμε να φυλάμε «θερμοπύλες».

**Η Πρόεδρος της ΠΟΣΟΨΥ
Αλεξάνδρα Ασκούνη-Στρούμπου**

Όλοι στο Ηρώδειο στις 4 Σεπτέμβρη! Ο ΣΟΨΥ διοργανώνει ένα σπουδαίο καλλιτεχνικό γεγονός

Μια μεγάλη παράσταση στο Ωδείο Ηρώδου του Αττικού διοργανώνει ο Πανελλήνιος Σύλλογος Οικογενειών για την Ψυχική Υγεία (Σ.Ο.Ψ.Υ.) στις 4 Σεπτεμβρίου. Η παγκοσμίως γνωστή χορογράφος και χορεύτρια **Aida Gomez**, συνεργάτιδα και μούσα του διάσημου σκηνοθέτη **Carlos Saura**, γνωστού για τη μεγάλη αγάπη του στο flamenco, και το συγκρότημα της **Aida Gomez Danza Compania** θα βρεθούν στην Αθήνα για μια μοναδική παράσταση ισπανικού χορού Bolero, σε μουσική διάσημων συνθετών, Ισπανών και άλλων, (Albeniz, de Falla, Rimsky- Korsakov) και υπό την καλλιτεχνική διεύθυνση της ίδιας της Aida Gomez.

Η παράσταση, με τίτλο **"Permiteme Bailarte"** («Επιτρέψτε μου να σας χορέψω»), είναι αφιερωμένη από την Aida Gomez στη μεγάλη Ισπανίδα χορεύτρια Pilar Lopez που πέθανε πρόσφατα. Η ιδέα γεννήθηκε - όπως αναφέρει η ίδια η χορογράφος - από την καλλιτεχνική διάθεση να αναδειχθεί η μεγάλη παράδοση του ισπανικού χορού της "Escuela Bolera", που έρχεται σήμερα να αποτυπώσει τα «χρώματα» και τις επιρροές που δέχτηκε στην ιστορική του πορεία, από την αυγή του "goyesco" ως τα τέλη του 18ου αιώνα, μέσα από θαυμάσιες χορογραφίες και κοστούμια εμπνευσμένα από πίνακες του Goya.

Η παράσταση, που πήρε σπουδαίες κριτικές από τον ισπανικό τύπο στην πρεμιέρα της στη Μαδρίτη, ξεκινά από την Αθήνα την παγκόσμια περιοδεία της σε Ευρώπη, Αμερική και Ασία.

Στο δεύτερο μέρος, θα παρουσιαστεί η παράσταση «**Σαλήμη**», σε σκηνοθεσία του **Carlos Saura**, μουσική επένδυση των **Tomatito - Banos** και χορογρα-

φία των **Aida Gomez - Jose Antonio**. Η Aida Gomez είχε την έμπνευση να μεταφέρει στη σκηνή και να αποδώσει με τον καλύτερο τρόπο, κάτω από την έμπειρη ματιά και το σκηνοθετικό ταλέντο του Carlos Saura, έναν από τους πιο γνωστούς μύθους της Βίβλου, γεμάτο πάθος και ένταση, με κεντρικό ήρωα μια γυναίκα. Πρόκειται για τη συγχώνευση του ταλέντου των δύο δημιουργών και του καλλιτεχνικού επιτελείου που πλαισίωσε την προσπάθεια αυτή, με αποτέλεσμα μια μεγαλειώδη παραγωγή και ένα θέαμα ιδιαίτερης ομορφιάς.

Οι ρυθμοί flamenco του Banos, ενός από τους πλέον περιζήτητους συνθέτες του σύγχρονου ισπανικού κινηματογράφου, με την εξαιρετική ερμηνεία της κιθάρας του Tomatito, που αναμιγνύει το πιο καθαρό flamenco με αραβικούς ρυθμούς, φτιάχνουν το τελάρο πάνω στο οποίο ο χορογράφος Jose Antonio υφαίνει την εξαιρετικά απλή, καθαρή, αλλά γεμάτη βάθος και συναίσθημα χορογραφία του. Η χαρισματική Aida Gomez ερμηνεύει σε βαθμό τελειότητας έναν απαιτητικό ρόλο όπως αυτός της Σαλήμης, συνδυάζοντας τη χορευτική της δεινότητα στο flamenco με τις γνώσεις της στον κλασσικό χορό, πάντα κάτω από την ξεχωριστή ματιά, την επιμέλεια και την πείρα του σκηνοθέτη Carlos Saura.

«Η πηλαστικότητα των κινήσεων, η τελειότητα της τεχνικής, η ευφάνταστη σκηνοθεσία, ο ρυθμός, η δύναμη του έργου, αλλά και -το καλύτερο σημείο- ο χορός των εφτά πέπλων, εντυπωσιάζουν...»

Θα είμαστε όλοι εκεί! 

Πέτρος Ανδρόνικος

Για περισσότερες πληροφορίες μπορείτε να επικοινωνήσετε με τη γραμματεία του Σ.Ο.Ψ.Υ.

ή να επισκεφτείτε την ιστοσελίδα www.iatronet.gr/sopsy



Θα θέλαμε να σας υπενθυμίσουμε και να παρακαλέσουμε όλα τα μέλη μας να φροντίζουν για την πληρωμή της συνδρομής τους την οποία ο Σύλλογος έχει ανάγκη όχι μόνο για οικονομικούς λόγους, αλλά και για να αποδεικνύει τον αριθμό των ενεργών μελών του.

ΕΤΗΣΙΑ ΣΥΝΔΡΟΜΗ

- Ευρώ 30 για το πρώτο μέλος του Συλλόγου από κάθε οικογένεια.
- Ευρώ 5 για το δεύτερο ή τρίτο μέλος από κάθε οικογένεια.

Αρ. Λογαριασμού: ΕΤΕ 082/480 250 -02

ΔΙΑΓΩΝΙΣΜΟΣ ΓΙΑ ΕΞΩΦΥΛΛΟ

Ευχαριστούμε τα μέλη του Κέντρου Ημέρας για τη συμμετοχή τους στο Διαγωνισμό Ζωγραφικής του περιοδικού μας. Έργα που μας έχουν αποσταλεί θα κοσμήσουν το εξώφυλλο επόμενων τευχών, ενώ περιμένουμε και επόμενα έργα σας.

- Κείμενα τα οποία μας έχουν αποσταλεί και δεν έχουν δημοσιευθεί, θα χρησιμοποιηθούν σε επόμενα τεύχη.
- Παρακαλούμε τα κείμενά σας να αποστέλλονται έγκαιρα και εφόσον είναι δυνατό σε ηλεκτρονική μορφή ή δακτυλογραφημένα.
- Για το επόμενο τεύχος θα πρέπει τα άρθρα σας να μας έχουν σταλεί μέχρι τις 20/11/2008.

ΕΔΡΑ Σ.Ο.Ψ.Υ.:

ΔΗΛΟΥ 3, ΒΥΡΩΝΑΣ 162 31
ΤΗΛ./ΦΑΞ: 210-7640277
e-mail: sopsi@ath.forthnet.gr
www.eufami.org
www.iatronet.gr/sopsi

ΞΕΝΩΝΑΣ Σ.Ο.Ψ.Υ.:

ΝΕΑΠΟΛΕΩΣ 9-11, ΒΥΡΩΝΑΣ 162 32
ΤΗΛ./ΦΑΞ: 210- 7649670
e-mail: xsopsi@otenet.gr

ΚΕΝΤΡΟ ΗΜΕΡΑΣ Σ.Ο.Ψ.Υ.:

ΝΕΑΠΟΛΕΩΣ 9-11, ΒΥΡΩΝΑΣ 162 32
ΤΗΛ./ΦΑΞ: 210- 7663007
e-mail: xsopsi@otenet.gr

ΟΜΑΔΑ ΓΟΝΕΩΝ

(ΑΔΕΛΦΩΝ, ΣΥΓΓΕΝΩΝ Ή ΚΗΔΕΜΟΝΩΝ) ΓΙΑ ΤΗΝ ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΑ ΜΙΑΣ ΕΣΤΙΑΣ

Ονομάζομαι Ρόζα Κωνσταντινίδη και έχω ένα γιο, τον Γιάννη, 33 ετών, που πάσχει από σχιζοφρένεια. Όπως όλοι οι γονείς παιδιών με παρόμοιες ασθένειες, έτσι κι εγώ προβληματίζομαι για το μέλλον του παιδιού μου και γι' αυτό απευθύνομαι σε σας. Η πρότασή μου είναι να δημιουργήσουμε μια ΕΣΤΙΑ όπου τα παιδιά μας θα έχουν τη δυνατότητα να ζουν και να εργάζονται αυτόνομα, με τη βοήθεια εξειδικευμένου προσωπικού, φυσικά. Παρακαλώ, όποιος έχει τους ίδιους προβληματισμούς, ας επικοινωνήσει μαζί μου για τη δημιουργία μιας ομάδας στο:

Τηλέφωνο: 210-89.90.186 / 89.50.325 ή
Κινητό: 6974 / 488771

Τα **μηνύματα**
εκδίδονται με
την ευγενική
χορηγία της

