

"Αντιμετώπιση Κρίσεων: Παρέμβαση Κοινοτικών Υπηρεσιών Ψυχικής Υγείας σε Περιβαλλοντικές Κρίσεις"

ΠΡΑΚΤΙΚΑ
ΣΕΜΙΝΑΡΙΟΥ

27-28
.3.2025

ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥΠΟΛΗ



Εταιρία Κοινωνικής Ψυχιατρικής
Π. Σακελλαρόπουλος



Υπό την Αιγίδα του
Υπουργείου Υγείας

Τεύχος Πρακτικών Σεμιναρίου:
«Αντιμετώπιση Κρίσεων – Παρέμβαση Κοινοτικών Υπηρεσιών
Ψυχικής Υγείας σε Περιβαλλοντικές Κρίσεις»

Εκδότης

Εταιρία Κοινωνικής Ψυχιατρικής Π.Σακελλαρόπουλος

Υπεύθυνος Έκδοσης

Εταιρία Κοινωνικής Ψυχιατρικής Π.Σακελλαρόπουλος

Συντονισμός και οργάνωση Έκδοσης, Επιμέλεια κειμένων και Επιστημονική επίβλεψη

Φραγκούλη-Σακελλαροπούλου Αθηνά, Λογοπεδικός PhD,
Πρόεδρος ΕΚΨ Π.Σακελλαρόπουλος & Ινστιτούτου Ψυχικής Υγείας Παιδιών & Ενηλίκων
Λαμπροπούλου Ελευθερία, Ψυχολόγος MSc
Γκουτσίδου Κορίνα, Κοινωνική Λειτουργός MSc
Ιωαννίδου Αναστασία, Ψυχιατρική Νοσηλεύτρια
Μπέλλας Ιωάννης, Ψυχίατρος
Παπαδούδη Αθανασία, Ψυχολόγος MSc
Μαραγκοζάκης Τριαντάφυλλος, Κοινωνικός Λειτουργός
Νικόλαρος Νίκος, Διοικητικός Υπάλληλος, Νοσηλευτής,
Συντονιστής των Υπηρεσιών της ΕΚΨ Π.Σακελλαρόπουλος στη Θράκη
Χατζή Μαρία, Διοικητικός Υπάλληλος
Κατσούλη Αικατερίνη, Διοικητικός Υπάλληλος

Εκτύπωση-Βιβλιοδεσία

Κοινωνικός Συνεταιρισμός Περιορισμένης Ευθύνης «ΝΑΥΤΙΛΟΣ»
Τομέα Ψυχικής Υγείας Ροδόπης-Έβρου, Αλεξανδρούπολη

Περιεχόμενα Πρακτικών

1. Έναρξη-Χαιρετισμοί.....	σελ.04
2. Ο αντίκτυπος της περιβαλλοντικής κρίσης στην ψυχική υγεία παιδιών και ενηλίκων στην Ευρώπη.....	σελ.09
3. Οι κοινοτικές υπηρεσίες ψυχικής υγείας της Εταιρείας Κοινωνικής Ψυχιατρικής Π. Σακελλαρόπουλος.....	σελ.11
4. Το παράδειγμα της Κινητής Μονάδας Ψυχικής Υγείας για την παροχή φροντίδας σε αγροτικές περιοχές της Ελλάδας.....	σελ.13
5. Εργασία με τη Σχολική Κοινότητα σε Περιοχή με Πολιτισμικές Προκλήσεις. Πρόγραμμα: Ζούμε & Μαθαίνοντας.....	σελ.15
6. Η στενή συνεργασία της Διεύθυνσης Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης Έβρου με την ΕΚΨ Π.Σακελλαρόπουλος.....	σελ.17
7. Η συνεργασία μεταξύ του Πρότυπου Γενικού Λυκείου Αλεξανδρούπολης και της ΕΚΨ Π.Σακελλαρόπουλος.....	σελ.19
8. «940.000» Το Ντοκιμαντέρ που Μας Άλλαξε.....	σελ.21
9. Προβολή του βίντεο "940.000"	σελ.22
10. Φυσικές καταστροφές και ψυχική υγεία: Παρέμβαση της ΕΚΨ Π.Σακελλαρόπουλος στις πληγείσες από τη φωτιά περιοχές του Έβρου.....	σελ.23
11. Προβολή βίντεο με συνεντεύξεις από ανθρώπους με εμπειρία και εργαζόμενους στην περιοχή.....	σελ.24
12. Βιωματική Ομάδα Εργασίας: «Συλλογική απάντηση μετά την καταστροφή: Χτίζοντας ανθεκτικότητα μέσα από τη συλλογικότητα».....	σελ.25
Συζήτηση.....	σελ.32

Χτίζοντας Ανθεκτικότητα Μαζί: Καλές Πρακτικές και

Εμπειρίες Κοινωνικής Ψυχικής Υγείας σε Περιβαλλοντικές Κρίσεις – παραδείγματα από ευρωπαϊκές χώρες

13. Η εμπειρία ψυχικής υποστήριξης μετά από σεισμούς στην Τουρκία.....	σελ.35
14. Αντιμετωπίζοντας πλημμύρες στη Βαλένθια, Ισπανία – Ψυχολογικά οφέλη από την εφαρμογή του Πρωτοκόλλου Assyst.....	σελ.37
15. Ο ρόλος των Κοινωνικών Επιχειρήσεων στην αντιμετώπιση περιβαλλοντικών κρίσεων. Δημιουργία θέσεων εργασίας στον τομέα της Πράσινης Οικονομίας.....	σελ.39
16. Ψυχοκοινωνική Πρώτη Βοήθεια μετά από Κλιματικές Καταστροφές: Η εμπειρία των παρεμβάσεων της Ομοσπονδίας ΑΡΓΩ.....	σελ.42
Επισκέψεις πεδίου.....	σελ.43
Ανατροφοδότηση συμμετεχόντων από τις επισκέψεις πεδίου.....	σελ.45
17. Ο Ρόλος των Κινητών Μονάδων Ψυχικής Υγείας στην Ενδυνάμωση των Κοινοτήτων κατά τη Διάρκεια Περιβαλλοντικών Κρίσεων.....	σελ.48
18. Οι Αθέατες Προκλήσεις της Διαχείρισης Κρίσεων: Η Περίπτωση των Πλημμυρών στη Θεσσαλία.....	σελ.51
Ανατροφοδότηση, προτάσεις και καταληκτικά σχόλια. Κλείσιμο του σεμιναρίου.....	σελ.54
Βιογραφικά Ομιλητών.....	σελ.58

1. Έναρξη-Χαιρετισμοί

Αθηνά Φραγκούλη-Σακελλαρόπουλου, Πρόεδρος της ΕΚΨ Π.Σακελλαρόπουλος

«Ως οικοδεσπότες του σεμιναρίου «Αντιμετώπιση Κρίσεων – Παρέμβαση Κοινοτικών Υπηρεσιών Ψυχικής Υγείας σε περιβαλλοντικές κρίσεις», που συνδιοργανώνουμε με το Ευρωπαϊκό Δίκτυο EUCOMS στις 27 και 28 Μαρτίου 2025 στην Αλεξανδρούπολη, νιώθουμε βαθιά ευγνωμοσύνη για την ανταπόκριση και τη συμμετοχή που λαμβάνουμε από τόσους ξεχωριστούς ανθρώπους, εντός και εκτός Ελλάδας.

Η φιλοξενία αυτής της διεθνούς συνάντησης στην καρδιά της Θράκης αποτελεί για εμάς όχι μόνο τιμή, αλλά και μια ευκαιρία να αναδείξουμε στην πράξη την κοινοτική προσέγγιση στην ψυχική υγεία. Σε έναν τόπο που δοκιμάστηκε πρόσφατα από μία καταστροφική πυρκαγιά τον Αύγουστο 2023, η οποία κατέκαψε σχεδόν 1 εκατομμύριο στρέμματα γης, η παρουσία των κλιμακίων της Κινητής Μονάδας Ψυχικής Υγείας βοήθησε τους κατοίκους να αντιμετωπίσουν τις ψυχολογικές συνέπειες της καταστροφής, προσφέροντας ατομικές και ομαδικές συνεδρίες συμβουλευτικής και ψυχολογικής υποστήριξης. Γι' αυτό κι επιλέχτηκε ως τόπος διεξαγωγής αυτού του σεμιναρίου, ώστε οι άνθρωποι που εργάζονται καθημερινά στην κοινότητα να γίνουν το επίκεντρο της συζήτησης και της έμπνευσης.

Είμαστε έτοιμοι να αρχίσουμε. Καλώς ήρθατε. Σας συστήνω τον Rene Keet τον Πρόεδρο του EUCOMS, άνθρωπο πολύ ιδιαίτερο, πολύ δυναμικό, που θα μας πει για το Δίκτυο αυτό. Καλώς ήρθες Rene!»

Rene Keet, Πρόεδρος EUCOMS

«Χαίρομαι πολύ που είμαι στην Αλεξανδρούπολη. Έχω ακούσει πολλές φορές το όνομα αυτού του μέρους στην Ελλάδα στα πλαίσια της συνεργασίας μας με την υπέροχη Εταιρία Κοινωνικής Ψυχιατρικής Π.Σακελλαρόπουλος. Είναι σημαντικό μέλος του Ευρωπαϊκού μας Δικτύου EUCOMS, του Ευρωπαϊκού Δικτύου υπηρεσιών κοινοτικής ψυχικής υγείας. Έχω ήδη βρεθεί στην Αθήνα και στη Φωκίδα, αλλά πρώτη φορά τώρα στην Αλεξανδρούπολη, παρότι άκουγα για αυτό το μέρος στα βόρεια κοντά στην Τουρκία. Αναρωτιόμουν λοιπόν πώς να είναι εδώ και τελικά είδα ότι είναι ένα πολύ όμορφο μέρος να βρίσκεται κανείς και ενδιαφέρομαι πολύ για τη δουλειά που κάνετε εδώ στην περιοχή.

Τι είναι λοιπόν το EUCOMS; Είναι ένα Δίκτυο, κοινότητα υπηρεσιών και καλών πρακτικών. Βρισκόμαστε δια ζώσης δύο φορές το χρόνο κάπου στην Ευρώπη από το 2016, ώστε να μάθουμε ο ένας από τον άλλον καλές πρακτικές. Αυτό δεν περιλαμβάνει μόνο ακαδημαϊκές παρουσιάσεις, αλλά επισκεπτόμαστε και τον χώρο εργασίας μας, και αποκτούμε γνώση που δεν μπορεί να στην προσφέρει ένα βιβλίο, μια θεωρία. Για αυτό και είναι πολύ σημαντικές οι επισκέψεις στα κλιμάκια που θα πραγματοποιηθούν αύριο, αλλά επίσης πολύ χρήσιμα είναι πάντα τα διαλείμματα! Αξιοποιήστε τα διαλείμματα για συζήτηση, τον χρόνο αυτό για να γνωριστείτε. Αν έχετε οτιδήποτε που θέλετε να συζητήσετε μαζί μου θα βρίσκομαι εδώ μέχρι την Κυριακή το πρωί.

Θα ήθελα και εγώ να γνωρίσω το κοινό μας, πόσοι από εσάς είστε νοσηλευτές, πόσοι κοινωνικοί λειτουργοί, πόσοι ψυχολόγοι, πόσοι ψυχίατροι; Ποιοι εργάζεστε για την κυβέρνηση, το κράτος ή το δήμο; Ποιοι είστε λήπτες υπηρεσιών ψυχικής υγείας ή οικογένεια ληπτών; Ποιοι φοιτητές; Πολύ σημαντική και η παρουσία πολλών φοιτητών! Είστε η νέα γενιά, οι μελλοντικοί επαγγελματίες ψυχικής υγείας και μάλιστα όταν το μέλλον διαγράφεται δύσκολο, τι θα κάνετε για αυτό;

Οπότε να πούμε ότι βασίζουμε τη δουλειά μας σε 6 ακρογωνιαίους λίθους γύρω από την ψυχική υγεία:

1^ο Θεμελιώδης ο λίθος των ανθρωπίνων δικαιωμάτων,

2^ο Δημόσια κοινοτική ψυχική υγεία,

3^ο Η προσέγγιση με το μοντέλο της Ανάρρωσης (η δουλειά μας βασίζεται στα δυνατά σημεία, τους στόχους, τα ταλέντα των ανθρώπων). Αυτό μας κάνει καλύτερους επαγγελματίες, αλλά κάνει και τη δουλειά μας πιο όμορφη.

4^ο Η αποτελεσματικότητα που μπορεί να αποδειχτεί με έρευνες στοχευμένες στην κοινοτική ψυχική υγεία, τις κοινωνικές παραμέτρους, ώστε να υπάρχει και καλύτερη πρόσβαση όλων σε αυτήν.

5^ο Η έννοια της δικτύωσης, δηλαδή ότι αποτελεσματική δουλειά δεν γίνεται μόνο από τους επαγγελματίες ψυχικής υγείας, αλλά απαιτείται η συνεργασία με τους λήπτες, με τις οικογένειες τους, με τις κοινωνικές υπηρεσίες, υπηρεσίες που έχουν σχέση με την τέχνη, τον αθλητισμό, καλή δικτύωση με εργοδότες της περιοχής, γιατί η εργασία έχει αποδειχτεί σημαντικό κομμάτι της ανάρρωσης.

6^ο Peer expertise, η επαγγελματική ενσωμάτωση στις ομάδες μας ανθρώπων με βιωμένη εμπειρία ψυχικής διαταραχής.

Χαίρομαι λοιπόν πολύ που είμαι εδώ και ανυπομονώ για τις εργασίες του διήμερου σεμιναρίου».

Ευάγγελος Πουλιλιός, Αντιπεριφερειάρχης Έβρου

«Ομολογώ ότι με ιδιαίτερο ενδιαφέρον και χαρά αποδέχθηκα την πρόσκληση να εκπροσωπήσω τον Περιφερειάρχη Ανατολικής Μακεδονίας και Θράκης (ΠΑΜΘ), Χριστόδουλο Τοψίδη και φυσικά να παρακολουθήσω το σημερινό σεμινάριο όσο μπορώ. Και το λέω αυτό, διότι είναι ακόμη νωπές οι μνήμες σε όλους μας από την καταστροφική πυρκαγιά του καλοκαιριού του 2023 που έπληξε δραματικά το περιβάλλον, τις δραστηριότητες, αλλά κυρίως την ψυχή μας. Γιατί μπορεί να καταγράψαμε πόσα καμένα στρέμματα άφησε πίσω της η πυρκαγιά, δεν καταγράψαμε όμως τις συνέπειες αυτής της καταστροφής στην ψυχική υγεία των κατοίκων του Έβρου.

Οι περιβαλλοντικές κρίσεις όπως οι φυσικές καταστροφές, η κλιματική αλλαγή και οι κοινωνικές αναταραχές έχουν σοβαρές συνέπειες όχι μόνο για τη φύση, αλλά και για την ψυχική υγεία των πολιτών μας. Το βιώσαμε δυστυχώς να συμβαίνει και στον τόπο μας. Σε αυτές τις δύσκολες συνθήκες, η στήριξη και η παρέμβαση των κοινοτικών υπηρεσιών ψυχικής υγείας είναι καθοριστικής σημασίας για αυτό και ήταν κρίσιμη η ενεργός δράση που ανέλαβε η ΕΚΨ Π.Σακελλαρόπουλος μετά τη μεγάλη καταστροφική πυρκαγιά που έπληξε τον Έβρο το 2023, με τη λειτουργία των κλιμακίων για τη στήριξη των πληγέντων από τις καταστροφικές πυρκαγιές και πλημμύρες από 24/12/23 μέχρι 3/6/2024, με έγκριση από το Υπουργείο Υγείας και τη Διεύθυνση Ψυχικής Υγείας. Ήταν αναγκαίο, και εμείς ως διοίκηση της ΠΑΜΘ αναγνωρίζουμε ότι η ψυχική υγεία είναι ένα πολύτιμο αγαθό που πρέπει να το προστατέψουμε και να το προάγουμε, ειδικά σε περιόδους κρίσης. Η συνεργασία ανάμεσα στους φορείς, τους επαγγελματίες ψυχικής υγείας και την τοπική κοινωνία είναι αναγκαία για να μπορέσουμε να παρέχουμε τις κατάλληλες υπηρεσίες και την υποστήριξη στους πολίτες μας.

Η Περιφέρεια συνεργάζεται με ειδικούς και με φορείς για την ανάπτυξη προγραμμάτων που στοχεύουν στην πρόληψη και την παρέμβαση σε καταστάσεις κρίσης. Αυτό περιλαμβάνει την εκπαίδευση των επαγγελματιών ψυχικής υγείας, την ενημέρωση των πολιτών και την ενίσχυση των κοινοτικών δικτύων υποστήριξης. Με αυτόν τον τρόπο η ΠΑΜΘ αποδεικνύει και τη δέσμευσή της στην προώθηση της ψυχικής ευημερίας και ενίσχυση της ανθεκτικότητας των κοινοτήτων της, εν μέσω προκλήσεων που σχετίζονται με τον περιβάλλον. Θα ήθελα να σας συγχαρώ για την πρωτοβουλία ενημέρωσης που λάβατε σήμερα, στην οποία η Περιφέρεια δεν θα μπορούσε παρά να είναι αρωγός. Είμαι βέβαιος ότι οι συζητήσεις και ανταλλαγές απόψεων σε αυτό το σεμινάριο θα μας βοηθήσουν αναπτύξουμε στρατηγικές και πρακτικές που θα ενισχύσουν την ικανότητά μας να αντιμετωπίζουμε τις προκλήσεις αυτές. Τέλος, άφησα τα παιδιά του Προτύπου ΕΠΑΛ που βρίσκονται εδώ, τους μαθητές οι οποίοι και δημιούργησαν το ντοκιμαντέρ. Σας ευχαριστώ όλους και θέλω να ευχηθώ καλή επιτυχία στις σημερινές εργασίες. Ευχαριστώ πολύ».



Ηλίας Δαστερίδης, Αντιδήμαρχος Κοινωνικής Αλληλεγγύης, Αθλητισμού και Πολιτικής Προστασίας Δήμου Αλεξανδρούπολης

«Καλημέρα σε όλους, σας μεταφέρω τις ευχές του Δημάρχου Ιωάννη Ζαμπούκη για καλή επιτυχία στην εκδήλωση, στο σεμινάριο. Μεγάλη η σημαντικότητα τέτοιων εκδηλώσεων. Μπορώ να πω ότι έπρεπε να είναι σε μεγαλύτερο ακόμη βαθμό και περισσότερες εταιρίες και φορείς να πάρουνε μέρος σε τέτοιες εκδηλώσεις στήριξης των κοινωνικών ομάδων όλου του Δήμου. Αναφέρω του Δήμου, γιατί ο Δήμος Αλεξανδρούπολης ήταν αυτός ο οποίος επλήγη σε μεγαλύτερο βαθμό και τη σημαντικότητα αυτού του σεμιναρίου θα σας τη μεταφέρω. Θα σας πω δυο τρία πράγματα, τα οποία δεν έχουν ακουστεί καθόλου και θα καταλάβετε αμέσως. 34 οικισμοί εκκενωθήκαν με ανθρώπους κάποιοι απ' τους οποίους ήταν και κατάκοιτοι! Ως κύριος αρμόδιος Αντιδήμαρχος Πολιτικής Προστασίας που ήμουν και είμαι ακόμη στο Δήμο Αλεξανδρούπολης να πω ότι είχαμε τις καταστάσεις από τους οικισμούς, οι οποίες μας λέγανε σε ποιους οικισμούς έχουμε ηλικιωμένους με προβλήματα τετραπληγίας, με προβλήματα για τα οποία έπρεπε να χρησιμοποιήσουμε ιδιαίτερα μέσα για να τους μεταφέρουμε.

Και όλοι αυτοί εδώ μεταφέρθηκαν χωρίς κανένα πρόβλημα στο πλωτό νοσοκομείο που δημιουργήθηκε μέσα στο λιμάνι! Επίσης αξίζει να αναφέρω το εξής: ότι η έκταση της φωτιάς ήταν τέτοια που απείλησε συγκεκριμένες υποδομές, όπως της ηλεκτροδότησης, αλλά δύο ακόμη επικίνδυνες υποδομές. Ένας ήταν ο σταθμός του φυσικού αερίου ΤΑΠ. Το πρόβλημα που θα δημιουργούνταν, εάν γινόταν το μοιραίο, θα ήταν για ολόκληρη την περιοχή απίστευτο.

Όπως επίσης και κάποιες εγκαταστάσεις άλλες, υποδομές εθνικής σημασίας, για τις οποίες ο υπεύθυνος της υπηρεσίας μας εξήγησε ότι αν γίνει έκρηξη σε ακτίνα τριών χιλιομέτρων και σε ύψος ενός μέτρου θα εξαϋλωθούν τα πάντα. Όταν μετρήσαμε την απόσταση των τριών χιλιομέτρων από την εγκατάσταση, εγώ μπορώ να πω ότι τρόμαξα. Οι υπεύθυνοι υπουργοί και όλοι που ήταν παρόντες εκεί ήταν σε μία κατάστασημιλάμε για κατοικημένη περιοχή... φανταστείτε τι θα γινότανε... και όμως σαν Περιφέρεια, σαν Δήμος Αλεξανδρούπολης με όλα τα συνεργεία που είχαμε εμείς - τα μηχανήματα με το προσωπικό, τους χειριστές που 11 ημέρες δεν κοιμηθήκανε, όπως και εγώ, δεν κοιμηθήκαμε για να σώσουμε ανθρώπους, όχι τόσο περιουσίες, όσο ανθρώπους και υποδομές. Κάναμε με ρίσκο μεγάλη παρέμβαση και κατορθώσαμε να διώξουμε τη φωτιά για να μην γίνει έκρηξη και μεγάλη καταστροφή.

Από τους μοναδικούς, μπορώ να πω, οικισμούς ο οποίος χρειάστηκε πολύ μεγάλη στήριξη, και η Εταιρία ανταποκρίθηκε στο κάλεσμα, ήταν ο οικισμός της Κίρκης. Δυστυχώς, ήταν έτσι η μορφολογία και η ταχύτητα της φωτιάς που δεν προλάβουμε να κάνουμε τα μέγιστα, όσα κάναμε στους υπόλοιπους οικισμούς. Δεν είχαμε τόσες καταστροφές σε άλλους οικισμούς, όσο στον οικισμό της Κίρκης, ο οποίος περικυκλώθηκε και τα πράγματα ήταν πάρα πολύ δύσκολα. Εκκενώθηκαν βέβαια και το Γηροκομείο και το Πανεπιστημιακό Νοσοκομείο, μια μεγάλη επιχείρηση με μεγάλο ρίσκο ... Αλλά θα σας μεταφέρω και δύο γεγονότα τα οποία ζήσαμε προσωπικά εγώ και η οικογένεια όταν δεχτήκαμε τηλεφώνω στις 03:00 τα ξημερώματα από μία κυρία από τη Θεσσαλονίκη και μία από την Αθήνα για το πρόβλημα της αδυναμίας μετακίνησης των γονιών τους. Η μία οικογένεια ήταν κατάκοιτη και οι δύο, και ο πατέρας η μητέρα κάτω από το νοσοκομείο μέσα σε έναν ελαιώνα, και από τη δεύτερη οικογένεια μόνο η μητέρα όπου το σπίτι ήταν Ευκαρπίας 13 - θυμάμαι χαρακτηριστικά - μέσα στη Χηλή. Στήθηκε μία επιχείρηση από την πολιτική προστασία του Δήμου Αλεξανδρούπολης και μετακινήσαμε τους ανθρώπους. Βρήκαμε το κλειδί, όπως μας είπε η κόρη, στη γλάστρα από κάτω - η κυρία που φρόντιζε τους ηλικιωμένους ήταν στα Λουτρά και δεν μπορούσε να μετακινηθεί. Τρομάζανε όταν μπήκαμε μέσα στο σπίτι, αλλά τους πήραμε με καροτσάκια γιατί είχαν τετραπληγία και οι δύο. Τους μεταφέρανε στο πλοίο, στο πλωτό νοσοκομείο και σε όλη τη διάρκεια της συνομιλίας που είχαν, η κόρη που ήταν στην Αθήνα έκλαιγε. Κι όμως καταφέραμε και μετακινήσαμε και τις δύο οικογένειες με ασφάλεια. Όλοι αυτοί οι άνθρωποι με όλα αυτά εδώ τα οποία ανέφερα δεν χρειάζονταν την στήριξη; Την ψυχολογική; Για αυτό τα ανέφερα αυτά, για να καταλάβουμε τη σημασία τέτοιων εκδηλώσεων, όπως είναι η σημερινή. Σας ευχαριστώ».



Ευαγγελία Κοσμάδακη, Προϊσταμένη Διεύθυνσης Δημόσιας Υγείας & Κοινωνικής Μέριμνας Π.Ε. Έβρου

«Κυρίες και κύριοι, με ιδιαίτερη τιμή και χαρά σας καλωσορίζουμε σήμερα στην Αλεξανδρούπολη στο σημαντικό αυτό σεμινάριο. Το σεμινάριο αυτό είναι ένα από τα δύο που πραγματοποιεί δύο φορές το χρόνο δια ζώσης το EUCOMS. Το σημαντικό είναι ότι αναδεικνύονται καλές πρακτικές διαχείρισης κρίσεων από τις κοινοτικές υπηρεσίες ψυχικής υγείας. Η επιλογή της Αλεξανδρούπολης και της θεματολογίας δεν είναι τυχαία. Συνδέεται άμεσα με την καταστροφική πυρκαγιά του Έβρου το 2023 και με την άμεση ανταπόκριση της ΕΚΨ Π.Σακελλαρόπουλος με την λειτουργία δυο κλιμακίων υποστήριξης των πληγέντων. Ήταν εκεί κάθε στιγμή, κάθε ώρα, σε κάθε χωριό, σε κάθε πολίτη να παράσχει τις υπηρεσίες της και είναι πάρα πολύ σημαντικό αυτό.

Η ψυχολογική στήριξη σε καταστάσεις κρίσης δεν είναι κάτι απλό. Είναι πράξη βαθιάς ανθρωπιάς που απαιτεί επιστημονική επάρκεια, οργανωμένο πλαίσιο και συνεχή επαγρύπνηση. Οι φυσικές καταστροφές αφήνουν πίσω τους όχι μόνο υλικές ζημιές, αλλά και ψυχικά τραύματα που συχνά παραμένουν αθέατα αλλά είναι εξίσου επώδυνα και διαρκή. Η Εταιρία έδωσε μάχη και υποστήριξε τον κάθε πολίτη που χρειάστηκε βοήθεια. Η συμμετοχή σας σήμερα, και ιδιαίτερα προσώπων από το εξωτερικό, αποτελεί έμπρακτη απόδειξη της δύναμης που έχει η διεθνής συνεργασία στο επίπεδο της ψυχικής υγείας. Η ανταλλαγή τεχνογνωσίας, η αλληλοκατανόηση και η διαμόρφωση κοινών κοινοτικών στρατηγικών που ενισχύουν την ικανότητά μας να ανταποκρινόμαστε πιο αποτελεσματικά στις ανάγκες των πολιτών. Ως Διεύθυνση Δημόσιας Υγείας και Κοινωνικής Πρόνοιας της ΠΕ Έβρου, με την υποστήριξη του πολιτικού μας προϊσταμένου, κυρίου Πουλιλιού, στηρίζουμε με συνέπεια κάθε πρωτοβουλία που προάγει την ψυχική ανθεκτικότητα, την κοινωνική συνοχή και φροντίδα του ανθρώπου με αξιοπρέπεια. Η συνεργασία μεταξύ τοπικών και διεθνών φορέων, όπως αυτή που υλοποιείται σήμερα εδώ, αποτελεί θεμέλιο για ένα μέλλον με περισσότερη φροντίδα και δικαιοσύνη. Θα ήθελα να συγχαρώ τα παιδιά του σχολείου και τους εκπαιδευτικούς που εμπνέονται και στέλνουν τα δικά τους μηνύματα, που εκφράζονται με το δικό τους τρόπο έτσι ώστε να παίρνουμε και εμείς και να προσαρμοζόμαστε. Σας ευχαριστώ θερμά για την πρόσκληση, εύχομαι καλή επιτυχία στις εργασίες του διήμερου σεμιναρίου και συγχαρητήρια σε όλους σας και στην Πρόεδρο».

Αθηνά Φραγκούλη-Σακελλαροπούλου

«Ευχαριστούμε πάρα πολύ. Σε τέτοιες στιγμές αυτό δείχνει το πώς λειτουργούμε, μέσα από βαθιές σχέσεις με μακροχρόνια συνεργασία και αυτό φάνηκε ακριβώς εδώ, ευχαριστούμε πάρα πολύ.



Γιώργος Κεσκινίδης, Λήπτης Υπηρεσιών Ψυχικής Υγείας

«Καλημέρα σε όλους και σε όλες! Καλωσήρθατε στην πόλη της Αλεξανδρούπολης! Ονομάζομαι Γιώργος Κεσκινίδης και είμαι λήπτης υπηρεσιών ψυχικής υγείας. Ήρθα στην πόλη το 1990, μετά από την διαμονή μου σε πολλές Παιδοπόλεις της Ελλάδας. Δεν πέρασα εύκολα, αλλά νομίζω ότι τώρα πια έχω προχωρήσει μπροστά. Από το 1990 λοιπόν ανήκω στην οικογένεια της ΕΚΨ Π.Σακελλαρόπουλος και διαμένω σε Προστατευμένο Διαμέρισμα. Ήταν μεγάλη τύχη και χαρά για μένα που γνώρισα τον Καθηγητή Σακελλαρόπουλο. Με βοήθησε πολύ, ήταν πρωτοπόρος, μπορούσε να με ακούσει, να με συναισθανθεί και με τη βοήθεια του έφτασα εδώ που είμαι σήμερα. Μια ιστορία που μου αρέσει να λέω, είναι ότι όταν του είπα ότι μου αρέσει να παίζω ηλεκτρονικά παιχνίδια, τα οποία όπως ξέρετε παλιά δεν ήταν καθόλου διαδεδομένα, παρόλο που ο ίδιος δεν ήξερε τι είναι, δεν ήταν αρνητικός. Αντίθετα, μαζί με του συνεργάτες του βρήκαν για μένα πολλές ηλεκτρονικές συσκευές της εποχής. Σήμερα στο σπίτι έχω έναν πολύ καλό ηλεκτρονικό υπολογιστή, πολλές κονσόλες, playstation και μαζί με τον συγκάτοικο μου, Νίκο, έχουμε ένα τέλειο ηχοσύστημα και μια 50 άρα τηλεόραση.

Την τελευταία δεκαετία ξεκινήσαμε να συμμετέχουμε σε ομαδικές δραστηριότητες, που αφορούσαν θέματα που για μας ήταν κάπως γνώριμα, αλλά τα συζητούσαμε πια και με όρους. Αρχίσαμε κάπου το 2015 να μιλάμε για τα δικαιώματά μας και να συζητάμε για την συνηγορία και την αυτοσυνηγορία. Αυτή η διαδικασία, αυτές οι ομάδες μας ενδυνάμωσαν, μας βοήθησαν να σκεφτούμε συλλογικά, να στηριχτούμε πιο πολύ ο ένας στον άλλο, να αισθανθούμε ότι έχουμε πολλά κοινά, ότι αξίζει να προσπαθήσουμε κάτι καλύτερο για τους εαυτούς μας και τον διπλανό μας. Η έννοια της ανάρρωσης, ήρθε να συμπληρώσει την σκέψη ότι τα συμπτώματά μου δεν είναι όλη μου η ζωή. Είναι μόνο ένα μικρό μέρος αυτής. Έχω τόσα πολλά πράγματα που μου αρέσει να κάνω στην καθημερινότητα, που τα συμπτώματα της νόσου απλά συνυπάρχουν. Έχω φίλους, παρέα, κορίτσι, απασχόληση! Είμαι ενεργό μέλος της Αυτόεκπροσώπησης, ενός σωματίου ληπτών, μέλος του ελεγκτικού συμβουλίου του Συλλόγου Οικογενειών και Φίλων Ψυχικής Υγείας Νομού Έβρου, ιδρυτικό μέλος του Κοινωνικού Συνεταιρισμού Περιορισμένης Ευθύνης “Ναυτίλος” και εκλεγμένος εκπρόσωπος ληπτών και οικογενειών στην πρώην ΠΕΔΙΤΟΨΥ.

Σήμερα πια στις ομάδες μας συζητάμε για το επόμενο βήμα. Πέρα από την αυτοβοήθεια υπάρχει η υποστήριξη ομότιμων. Ξέρουμε ότι σε χώρες του εξωτερικού αυτό είναι επάγγελμα, μπορείς να σπουδάσεις και να συμμετέχεις με την εμπειρία σου σε πολυκλαδικές ομάδες. Ξέρουμε επίσης ότι στην Ελλάδα είμαστε ακόμη μακριά από αυτό, αλλά τα πρώτα βήματα γίνονται...

Ο ερχομός μου στην Εταιρία με άλλαξε σαν άνθρωπο. Έχω μία ποιότητα στη ζωή μου. Πιο σημαντική όμως για την ψυχική και σωματική μου υγεία θεωρώ ότι ήταν η ενασχόλησή μου με τη γη στο Χωράφι. Εκεί ασχολούμαι με το όργωμα, το ράντισμα των φυτών, τη φρέζα και το θαμνοκοπτικό, το τάισμα των ζώων, τις παραγγελίες των προϊόντων μας, αλλά και την εκπαίδευση των νέων συνεργατών.

Με αυτήν μου την ιδιότητα συσχετίζομαι, θεωρώ, με το παρόν σεμινάριο και τη θεματολογία του. Έχω αρκετές ανησυχίες για τις περιβαλλοντικές κρίσεις, τόσο παγκόσμια, όσο και τοπικά. Συλλογίζομαι τις επιπτώσεις που έχουν στη γη μας και στις καλλιέργειες, αλλά κυρίως και στην ψυχική μας υγεία. Για τον λόγο αυτό, περιμένω για το τι θα συζητηθεί σε αυτό το διήμερο και για όσα θα δουλέψουμε συλλογικά, γιατί αξίζει να σκύψουμε όλοι πάνω από αυτό το ζήτημα. Σας ευχαριστώ πολύ για την προσοχή σας. Είμαστε ζεστοί άνθρωποι στην Αλεξανδρούπολη, ελπίζουμε να απολαύσετε την φιλοξενία μας και να περάσετε όλοι όμορφα και παραγωγικά!».



Ο αντίκτυπος της περιβαλλοντικής κρίσης στην ψυχική υγεία παιδιών και ενηλίκων στην Ευρώπη

Rene Keet & Ionela Petrea

Κύριες Περιβαλλοντικές Παράμετροι Υγείας

- **Περιβαλλοντική κρίση:** μείζων απειλή για τη δημόσια υγεία — κλιματική αλλαγή, ρύπανση, απώλεια βιοποικιλότητας, φυσικές καταστροφές.
- **Αντίκτυπος στην ψυχική υγεία:** άγχος, κατάθλιψη, τραύμα – ιδιαίτερα σε ευάλωτους πληθυσμούς.
- Αύξηση θερμοκρασίας και μεταβλητότητα: αύξηση αυτοκτονιών, εισαγωγών σε ψυχιατρικά τμήματα, μείωση κοινοτικής ευημερίας.

Έκταση της Περιβαλλοντικής Κρίσης στην Ευρώπη

- 60% αύξηση ακραίων καιρικών φαινομένων τις τελευταίες τρεις δεκαετίες.
- Παραδείγματα: πλημμύρες σε Γερμανία & Βέλγιο (2021), Ισπανία (2024), καύσωνες & πυρκαγιές σε Γαλλία, Ισπανία, Ελλάδα.

Ευάλωτοι Πληθυσμοί

- **Παιδιά:** ευάλωτα λόγω αναπτυξιακού σταδίου.
- **Ενήλικες:** ιδιαίτερα όσοι βιώνουν οικονομικές δυσκολίες ή είναι φροντιστές ατόμων με προβλήματα.
- **Φτωχότερες και περιθωριοποιημένες κοινότητες:** περισσότερη έκθεση & λιγότερους πόρους.

Υπέρβαση της ικανότητας αναγέννησης του πλανήτη από το 1970 (WWF, 2022)

Μηχανισμοί Ψυχολογικής Επίδρασης

- **Άμεση:** τραύμα από φυσικές καταστροφές.
- **Έμμεση:** άγχος, εκτοπισμός, ανασφάλεια για απόθεμα τροφίμων.
- **Χρόνια:** eco-anxiety, solastalgia (όρος που περιγράφει τη συναισθηματική δυσφορία ή το άγχος που προκαλείται από την περιβαλλοντική υποβάθμιση και την καταστροφή του φυσικού περιβάλλοντος), συνεχές στρες.

Ψυχική Υγεία Παιδιών

- Ανάπτυξη PTSD, άγχους, διαταραχών συμπεριφοράς μετά από καταστροφές.
- Πλήγμα σε σχολικές & κοινοτικές δομές υποστήριξης.
- Παράδειγμα: έρευνα Γερμανία 2021 — αυξημένη συναισθηματική δυσφορία.

Ψυχική Υγεία Ενηλίκων

- Οικονομικές απώλειες, ζημιές ιδιοκτησίας, ανησυχία για οικογένεια.
- Αύξηση ποσοστών κατάθλιψης, άγχους, PTSD.
- Η ψυχική υγεία των γονέων επηρεάζει τα παιδιά.

Eco-anxiety στους Νέους (Έρευνα 2021, The Lancet)

- 80% βλέπουν το μέλλον τρομακτικό.
- 39% διστάζουν να κάνουν παιδιά.
- 44% βιώνουν απελπισία.
- 59% εξαιρετικά ανήσυχοι για την κλιματική αλλαγή.
- Ο ακτιβισμός λειτουργεί ως μηχανισμός αντιμετώπισης.

Μελέτη Περίπτωσης: Καύσωνες στη Γαλλία (2022)

- Θερμοκρασίες >40°C
- Αύξηση ψυχιατρικών επειγόντων λόγω θερμικού στρες.

- Ηλικιωμένοι ιδιαίτερα ευάλωτοι.

Μελέτη Περίπτωσης: Πλημμύρες σε Γερμανία & Βέλγιο (2021)

- 200 νεκροί, χιλιάδες εκτοπισμένοι.
- Οξύ στρες, αϋπνία, κατάθλιψη.
- Έλλειψη μακροχρόνιας ψυχολογικής υποστήριξης σε αγροτικές περιοχές.

Αγροτικές Κοινότητες

- Χρηματοοικονομική πίεση, απώλεια παραγωγής & ζώων.
- Αυξημένα ποσοστά κατάθλιψης και αυτοκτονιών.
- Μείωση πληθυσμού → απώλεια κοινωνικής συνοχής.

Μετανάστες & Περιβαλλοντικός Εκτοπισμός

- Κλιματική αλλαγή → εσωτερική & διεθνής μετανάστευση.
- Τραύμα από καταστροφή & επανεγκατάσταση.
- Εμπόδια: γλώσσα, νομική κατάσταση, πρόσβαση στην υγειονομική περίθαλψη.

Παράγοντες Προστασίας & Κινδύνου

- **Προστατευτικοί:** κοινωνικά δίκτυα, πρόσβαση σε πράσινο/φυσικό περιβάλλον, ψυχοεκπαίδευση.
- **Κίνδυνοι:** απομόνωση, παραπληροφόρηση, έλλειψη υποδομών ψυχικής υγείας.

Κενά Πολιτικής & Υγείας

- Η ψυχική υγεία λείπει από τις πολιτικές για το κλίμα.
- Ανισότητες πρόσβασης στην Ε.Ε.
- Ανάγκη για συντονισμό περιβάλλοντος, υγείας & κοινωνικών υπηρεσιών.

Δράσεις Μετριασμού & Προσαρμογής

- Ενσωμάτωση επαγγελματιών ψυχικής υγείας σε διαχείριση καταστροφών.
- Σχολικά προγράμματα ανθεκτικότητας & περιβαλλοντικής εκπαίδευσης.
- Δημιουργία πράσινων χώρων & ευαισθητοποίηση για το eco-anxiety.

Τι Χρειάζεται Ακόμα

- Ενσωμάτωση της ψυχικής υγείας σε εθνικές/ευρωπαϊκές στρατηγικές για το κλίμα.
- Στήριξη έρευνας για τη σύνδεση περιβάλλοντος-ψυχικής υγείας.
- Χρηματοδότηση ισότιμης πρόσβασης, ιδίως για νέους & αγροτικές περιοχές.

Κατακλείδα

- Οι περιβαλλοντικές κρίσεις αποτελούν αυξανόμενη πρόκληση για την ψυχική υγεία.
- Οι ευάλωτες ομάδες χρειάζονται στοχευμένη υποστήριξη.
- «Δεν υπάρχει κλιματική δικαιοσύνη χωρίς δικαιοσύνη στην ψυχική υγεία.»

Η παρουσίαση σε ppt: [...\5.Rene Keet.pptx](#)



Οι Κοινοτικές Υπηρεσίες Ψυχικής Υγείας της Εταιρίας Κοινωνικής Ψυχιατρικής Π. Σακελλαρόπουλος

Δημήτρης Ταταρίδης

Προφίλ & Δραστηριότητες

Η Εταιρία Κοινωνικής Ψυχιατρικής Π. Σακελλαρόπουλος (Ε.Κ.Ψ. Π.Σ.) είναι επιστημονικός, μη κερδοσκοπικός οργανισμός που ιδρύθηκε το 1986 από τον Καθηγητή Ψυχιατρικής Παναγιώτη Σακελλαρόπουλο και συνεργάτες του, με ρίζες από το 1964. Παρέχει ποιοτικές κοινοτικές υπηρεσίες ψυχικής υγείας στο πλαίσιο του Εθνικού Σχεδίου «Ψυχαργώς» του Υπουργείου Υγείας και προάγει την Ψυχιατρική Μεταρρύθμιση στην Ελλάδα.

Υπηρεσίες

Η Εταιρία προσφέρει:

- Πρόληψη, έγκαιρη παρέμβαση, θεραπεία, αποκατάσταση και επανένταξη.
- Κοινωνική και επαγγελματική ενσωμάτωση ατόμων με ψυχοκοινωνικά προβλήματα.
- Ευαισθητοποίηση και ενημέρωση για την ψυχική υγεία.
- Εκπαιδευτικά προγράμματα για επαγγελματίες και λήπτες υπηρεσιών ψυχικής υγείας.
- Συνεργασίες με δίκτυα ψυχικής υγείας στην Ελλάδα και την Ευρώπη.

Περιοχές Δραστηριοποίησης

- Έβρος
- Ροδόπη
- Αττική
- Φθιώτιδα
- Φωκίδα

Πληθυσμοί-Στόχος

- Παιδιά, έφηβοι, ενήλικες με ποικίλες ψυχικές δυσκολίες.
- Ευάλωτες κοινωνικές ομάδες: άστεγοι, πρόσφυγες, μετανάστες.
- Επαγγελματικές και τοπικές ομάδες για ευαισθητοποίηση και διαχείριση κρίσεων.

Κινητές Μονάδες Ψυχικής Υγείας

Βασίζονται στις αρχές της Κοινωνικής Ψυχιατρικής και λειτουργούν σε:

1. **Φωκίδα** (από το 1981) – 757 εξυπηρετούμενοι, 11.736 θεραπευτικές πράξεις (2024).
2. **Έβρος - Ροδόπη** (από το 1986) – 1.364 εξυπηρετούμενοι, 12.706 πράξεις.
3. **Πειραιάς** (από το 2024) – 361 εξυπηρετούμενοι, 780 πράξεις.

Ομάδα: ψυχίατροι, παιδοψυχίατροι, ψυχολόγοι, κοινωνικοί λειτουργοί, εργοθεραπευτές, ειδικοί παιδαγωγοί κ.ά.

Στόχοι Κινητών Μονάδων

- Πρόληψη, διάγνωση, θεραπεία.
- Προαγωγή ψυχικής υγείας.
- Κοινωνική/επαγγελματική ενσωμάτωση.
- Προστασία δικαιωμάτων.
- Υποστήριξη στο σπίτι.
- Ευαισθητοποίηση και εκπαίδευση κοινοτήτων.

Μονάδες Ψυχοκοινωνικής Αποκατάστασης

- Φιλοξενούν ενήλικες με σοβαρά ψυχικά προβλήματα.
- 29 μονάδες (ξενώνες & διαμερίσματα) σε Αθήνα, Αλεξανδρούπολη, Άμφισσα, Λαμία.
- Το 2024: 6 ξενώνες, 23 διαμερίσματα, 177 διαμένοντες.

Στόχοι: ποιότητα ζωής, ολιστική φροντίδα, ενδυνάμωση, κοινωνική ένταξη.

Προ-επαγγελματική Εκπαίδευση

- Το «Χωράφι» λειτουργεί σε Φωκίδα & Αλεξανδρούπολη για εκπαίδευση σε δεξιότητες εργασίας.
- Εφαρμογή της μεθόδου καλλιέργειας Permind.

- Το 2024: 30 άτομα συμμετείχαν.

Κέντρα Ημέρας

1. Για άτομα με ψυχοκοινωνικά προβλήματα (Αθήνα):

Περιοχές: Καλλιθέα, Νέα Σμύρνη, Ταύρος-Μοσχάτο.

Υπηρεσίες: Ψυχιατρική παρακολούθηση, ψυχολογική υποστήριξη, κοινωνική φροντίδα, ομάδες θεραπείας.

2024: 6.569 πράξεις, 450 εξυπηρετούμενοι.

2. Για καρκινοπαθείς (Αθήνα):

Υπηρεσίες: Ψυχολογική υποστήριξη, ψυχιατρική παρακολούθηση, συμβουλευτική, ψυχοθεραπεία, χαλάρωση.

2024: 8.115 πράξεις, 483 εξυπηρετούμενοι.

3. Για παιδιά, εφήβους & ενήλικες (Άμφισσα):

Αξιολόγηση, ατομικά θεραπευτικά πλάνα, επαφή με οικογενειακό/σχολικό πλαίσιο, πρόληψη και προαγωγή υγείας.

2024: 3.450 πράξεις, 140 εξυπηρετούμενοι.

Δράσεις Κοινότητας & Ευαισθητοποίησης

- 601 δράσεις το 2024 σε σχολεία, τοπικούς φορείς, καλλιτεχνικούς και πολιτιστικούς χώρους.
- Παρεμβάσεις σε περιοχές κρίσης (π.χ. Βόρεια Εύβοια).
- Προγράμματα όπως: «Ζούμε και Μαθαίνουμε Μαζί» (σε σχολικές κοινότητες).

Συνεργασίες & Δικτύωση

- Συνεργασία με οργανισμούς Ελλάδας και Ευρώπης.
- Ιδρυτικό μέλος και ενεργός σε φορείς όπως:
 - Mental Health Europe
 - SMES Europa
 - Ευρωπαϊκό Φόρουμ Αναπηρίας
 - Erasmus+ έργα

Όραμα & Αποστολή

Όραμα: Κάθε άνθρωπος να έχει πρόσβαση σε δωρεάν, ποιοτικές υπηρεσίες ψυχικής υγείας σε μια ανοιχτή κοινωνία.

Αποστολή: Παροχή υπηρεσιών ψυχικής υγείας σε όσους έχουν ανάγκη και ενίσχυση του αιτήματος για βοήθεια από την κοινωνία.

Αριθμοί για το 2024

- 5 Νομοί: Αττική, Φωκίδα, Φθιώτιδα, Έβρος, Ροδόπη
- 33 Μονάδες Ψυχικής Υγείας
- 247 Εργαζόμενοι
- 3.550 Λήπτες Υπηρεσιών
- 43.356 Θεραπευτικές Πράξεις
- 27 Θέσεις Πρακτικής Άσκησης
- Πλήθος εθελοντών και συνεργασιών

Η παρουσίαση σε ppt: [..\..\6.Dimitris Tataridis.ppt](#)



Το παράδειγμα της Κινητής Μονάδας Ψυχικής Υγείας για την παροχή φροντίδας σε αγροτικές περιοχές της Ελλάδας Ιωάννης Μπέλλας

Η Εταιρία Κοινωνικής Ψυχιατρικής Π. Σακελλαρόπουλος (ΕΚΨ Π.Σακελλαρόπουλος)

- Μη κερδοσκοπικός επιστημονικός οργανισμός.
- Οι ρίζες του εντοπίζονται στο 1964, όταν ο Καθηγητής Ψυχιατρικής Παναγιώτης Σακελλαρόπουλος και η ομάδα του ξεκίνησαν την Ψυχιατρική Μεταρρύθμιση στην Ελλάδα, εφαρμόζοντας το μοντέλο «Φροντίδα στο σπίτι» και τις πρώτες Κινητές Μονάδες.
- Ιδρύθηκε επίσημα το 1986 και από τότε παρέχει υπηρεσίες υψηλής ποιότητας στο πλαίσιο του Εθνικού Σχεδίου «Ψυχαργώς» του Υπουργείου Υγείας.
- Επιδιώκει σύγχρονες, ανοικτές και ανθρώπινες θεραπευτικές μονάδες εντός των κοινοτήτων, με σεβασμό στην αξιοπρέπεια, αυτονομία και κοινωνική συμμετοχή του κάθε ανθρώπου με ψυχοκοινωνικά προβλήματα.

Οι Κινητές Μονάδες Ψυχικής Υγείας (ΚΜΨΥ)

Λειτουργούν στις Περιφέρειες:

- Φωκίδας
- Έβρου - Ροδόπης
- Πειραιά & Νησιά Αργοσαρωνικού (νέα μονάδα)

Βασίζονται στις αρχές της Κοινωνικής Ψυχιατρικής, μέσα στην κοινότητα και με τη συνεργασία της.

Στόχοι των ΚΜΨΥ

- Πρόληψη, διάγνωση και θεραπεία ψυχικών διαταραχών σε παιδιά, εφήβους και ενήλικες.
- Προαγωγή της ψυχικής υγείας του πληθυσμού.
- Αποκατάσταση και κοινωνικο-επαγγελματική ένταξη των εξυπηρετούμενων.
- Προστασία δικαιωμάτων των ασθενών.
- Παρέμβαση σε κρίσεις και κατ' οίκον υποστήριξη.
- Εκπαίδευση επαγγελματιών και κοινοτικών ομάδων.
- Ευαισθητοποίηση και ενημέρωση της κοινότητας.

Το Μοντέλο Λειτουργίας

- Έδρα στην πρωτεύουσα του νομού.
- Διεπιστημονική ομάδα (2-4 άτομα) επισκέπτεται τακτικά μικρές πόλεις/χωριά, σε σταθερές ημέρες/ώρες.
- Ομάδα: ψυχίατροι, ψυχολόγοι, κοινωνικοί λειτουργοί, λογοθεραπευτές, νοσηλεύτες.

Δραστηριότητες:

- Θεραπευτικές συνεδρίες 30-45 λεπτών.
- Συνεργασία με τοπικούς ιατρούς και σχολεία.
- Κατ' οίκον θεραπείες.
- Παρεμβάσεις σε καφενεία για ευαισθητοποίηση.
- Δημιουργία δικτύων με άλλες υπηρεσίες ψυχικής υγείας.
- 24ωρη διαθεσιμότητα για κρίσεις (π.χ. Φωκίδα, λόγω έλλειψης Ψυχιατρικής Κλινικής).

Περιοχές Δράσης

Φωκίδα (Κεντρική Ελλάδα, πληθυσμός: 40.343)

12 περιοχές: Άμφισσα, Δελφοί, Ιτέα, Χρυσό, Γραβιά, Πολύδροσο, Λιδωρίκι, Ερατεινή, Ευπάλιο, Δεσφίνα, Γαλαξίδι, Αμφίκλεια.

Έβρος - Ροδόπη (Βόρεια Ελλάδα)

- Έβρος (147.947 κάτοικοι): Αλεξανδρούπολη, Σουφλί, Τυχερό, Διδυμότειχο, Ορεστιάδα.
- Ροδόπη (112.039 κάτοικοι): Κομοτηνή, Ίασμος, Σάπες, Φιλυρά.

Πειραιάς & Νησιά Αργοσαρωνικού

Χώροι Φιλοξενίας Δράσεων

- Εγκαταστάσεις της ΕΚΨ Π.Σακελλαρόπουλος.
- Νοσοκομεία, Κέντρα Υγείας, Κέντρα Ψυχικής Υγείας.
- Αγροτικά Ιατρεία.
- ΚΑΠΗ.
- Χώροι σε συνεργασία με τοπικούς φορείς και πολίτες.

Προκλήσεις λόγω Πολυπολιτισμικότητας

- **Γλωσσικές διαφοροποιήσεις:** Παρουσία μεταναστών και τουρκόφωνου πληθυσμού (ιδίως στη Ροδόπη). Στελέχωση από μέλη της τοπικής κοινότητας για καλύτερη επικοινωνία.
- **Πολιτισμικές διαφοροποιήσεις:** Μειονότητες με δυσκολίες κατανόησης της σημασίας της ψυχιατρικής παρέμβασης.
- **Νοοτροπιακές διαφοροποιήσεις:** Ηλικιωμένοι και παραδοσιακές ομάδες, όπως οι Έλληνες Ρομά, είναι συχνά δύσπιστοι στις παρεχόμενες υπηρεσίες.

Παρεμβάσεις σε Καταστάσεις Κρίσης

- Οι ΚΜΨΥ μπορούν να επεκτείνουν προσωρινά τις δράσεις τους σε περιπτώσεις φυσικών καταστροφών.
- Παράδειγμα: Παρέμβαση μετά από μεγάλες πυρκαγιές στην Ελλάδα για την αντιμετώπιση του ψυχοκοινωνικού αντίκτυπου.

Συμπεράσματα

Το μοντέλο των ΚΜΨΥ:

- Προσφέρει υπηρεσίες μέσα στην κοινότητα, κοντά στο κοινωνικό και οικογενειακό περιβάλλον του ατόμου.
- Στοχεύει σε πλήρη και συστηματική παρέμβαση για πρόληψη και αποκατάσταση (συνέχεια φροντίδας).
- Ενισχύει την οικογένεια και ευαισθητοποιεί την κοινότητα.
- Μειώνει την απόσταση από τις υπηρεσίες ψυχικής υγείας.
- Καταργεί την ιδρυματική προσέγγιση, δίνοντας έμφαση στην εξωνοσοκομειακή φροντίδα.
- Είναι οικονομικά αποδοτικό: έγκαιρη διάγνωση και θεραπεία μειώνουν τις νοσηλείες.

Όλες οι υπηρεσίες των ΚΜΨΥ της Ε.Κ.Ψ. Π. Σακελλαρόπουλος παρέχονται δωρεάν.

Η παρουσίαση σε ppt: [..\..\7.Ioannis Bellas.pptx](#)



Φροντίζοντας τη νεολαία – ενίσχυση της ψυχικής ανθεκτικότητας

Εργασία με τη Σχολική Κοινότητα σε Περιοχή με Πολιτισμικές Προκλήσεις

Πρόγραμμα «Ζούμε και Μαθαίνουμε Μαζί»

Πινάκ Κοτζιά Σαλί

Η Εταιρία Κοινωνικής Ψυχιατρικής Π. Σακελλαρόπουλος (ΕΚΨ Π.Σακελλαρόπουλος)

- Νομικό πρόσωπο ιδιωτικού δικαίου, μη κερδοσκοπικός και μη κυβερνητικός επιστημονικός οργανισμός, ιδρυθείς το 1986.
- Παρέχει υπηρεσίες ψυχιατρικής και ψυχολογικής υποστήριξης υψηλής ποιότητας, με σκοπό την ψυχική υγεία και ευεξία του πληθυσμού.

Δομές:

- 2 Κινητές Μονάδες Ψυχικής Υγείας.
- 6 ξενώνες και 23 προστατευμένα διαμερίσματα.
- 3 Κέντρα Ημέρας (για καρκινοπαθείς, για ενήλικες με ψυχικές διαταραχές, και για παιδιά/εφήβους/ενήλικες).

Περιφέρεια Έβρου – Ροδόπη

Πολιτισμική & Γλωσσική Ποικιλομορφία:

- Χριστιανοί, Μουσουλμάνοι Τούρκοι, Πομάκοι, Ρομά, Αρμένιοι, Πόντιοι.
- Δυσκολίες στην επικοινωνία και στην παροχή θεραπευτικών υπηρεσιών λόγω διαλέκτων.

Προσαρμοσμένες Παρεμβάσεις:

- Χρήση θεραπευτών με μητρική γλώσσα την τουρκική.
- Παρεμβάσεις σε απομακρυσμένες κοινότητες και σχολεία (π.χ. Πομακοχώρια, Όργανο, Σαμοθράκη, «Τρίγωνο» του Έβρου).

Κινητή Μονάδα Ψυχικής Υγείας Παιδιών & Εφήβων (Έβρος - Ροδόπη)

- Ιδρύθηκε το 2019.
- Παρέχει υπηρεσίες διάγνωσης, αξιολόγησης και θεραπείας σε παιδιά, εφήβους και οικογένειες.
- Αντιμετωπίζει ψυχολογικά, μαθησιακά και γλωσσικά προβλήματα.

Στατιστικά (2019–2023):

- 409 ωφελούμενοι.

Παρεμβάσεις σε σχολεία:

- 53 δράσεις με συμμετοχή 489 μαθητών και 51 εκπαιδευτικών.
- Ομάδα: ψυχολόγοι, ειδικός παιδαγωγός, κοινωνικός λειτουργός, λογοθεραπευτής.

Δικτύωση:

- Συνεργασία με 32 φορείς.

Πρόγραμμα «Ζούμε και Μαθαίνουμε Μαζί»

Υπεύθυνη: Δέσποινα Κατσούδα

1η Περίοδος (2016–2018):

- Κατά την κοινωνική και οικονομική κρίση.

2η Περίοδος (2018–2019):

- Πιλοτικό πρόγραμμα ενίσχυσης ψυχικής ανθεκτικότητας σε ευάλωτες ομάδες παιδιών/εφήβων.

3η Περίοδος (2020–2024):

- Ολιστική, διατομεακή προσέγγιση ψυχικής υγείας.
- Παρεμβάσεις σε συνεργασία με σχολεία και φορείς της κοινωνίας των πολιτών.
- Ευέλικτο και εξατομικευμένο πρόγραμμα.
- Δράσεις με τη χρήση τέχνης, βιωματικά εργαστήρια, συνεργασία μαθητών–γονέων–εκπαιδευτικών.
- Διασύνδεση σχολείων με υπηρεσίες ψυχοκοινωνικής υποστήριξης.

Οφέλη του Προγράμματος

- Βελτίωση του σχολικού κλίματος.
- Προώθηση ψυχικής ανθεκτικότητας.

- Περιορισμός σχολικής βίας, κατάθλιψης, αυτοτραυματισμών, εγκατάλειψης σχολείου.

Απολογισμός 2022–2023:

- 53 παρεμβάσεις
- 882 μαθητές Δημοτικού
- 1.614 μαθητές Γυμνασίου/Λυκείου
- 264 εκπαιδευτικοί (80 σε Δημοτικά, 184 σε Δευτεροβάθμια)

Αναγνώριση & Βραβεύσεις

- **2024:** Τιμητική διάκριση από τον ΠΟΥ στην Εβδομάδα Ψυχικής Υγείας.
- Συμμετοχή στο Toolkit MOSAIC του ΠΟΥ (2024) για καταπολέμηση του στίγματος.
- Αναγνωρισμένο ως Καλή Πρακτική στην Ε.Ε. (Mental Health Europe, 29 Νοεμβρίου 2024).
- Πρωτοβουλία της Ε.Ε. "Flagship #18" – επιλέχθηκε ανάμεσα σε 29 καλές πρακτικές.
- Αναγνωρισμένο από τον ΙΕΠ: Αναρτήθηκε στο Ψηφιακό Αποθετήριο του Ινστιτούτου Εκπαιδευτικής Πολιτικής.

Διαχρονικά Προβλήματα που Διαχειρίστηκε το Πρόγραμμα

- Πολυπολιτισμικότητα (γλώσσα, έθιμα, παραδόσεις).
- Επιπτώσεις φυσικών καταστροφών (π.χ. δάσος Δαδιάς, 2023).
- Παροχή υπηρεσιών σε απομακρυσμένες περιοχές κοντά στα σύνορα με Τουρκία και Βουλγαρία.

Η παρουσίαση σε ppt: [..\..\8.Pinar Kontza-Sali.pptx](#)



Η στενή συνεργασία της Διεύθυνσης Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης Έβρου με την ΕΚΨ Π.Σακελλαρόπουλος Αλεξάνδρα Γκουλιάμα

Καλημέρα κυρίες και κύριοι. Ονομάζομαι Αλεξάνδρα Γκουλιάμα και είμαι σύμβουλος εκπαίδευσης για 22 χρόνια στην περιοχή του Έβρου, υπεύθυνη για θέματα παιδαγωγικά, ψυχοκοινωνικά που αφορούν παιδιά, τις οικογένειές τους και τους εκπαιδευτικούς. Στη θέση μου αυτή έχω συνεργαστεί πολλές φορές με επιστήμονες από την ΕΚΨ Π. Σακελλαρόπουλος της Δομής Θράκης. Η συνεργασία μας είναι πολυετής. Από το 2012 που ήμουν Υπεύθυνη στο Συμβούλιο νέων στον Έβρο είχαμε την πρώτη μας συνεργασία, όπου έμαθα το θεωρητικό υπόβαθρο της εργασίας τους, το όραμα και την αποστολή τους. Από τότε πρόσφεραν τις υπηρεσίες τους όποτε τους ζητούνταν.

Στον τομέα της Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης, όπου έχω την τιμή να υπηρετώ, προτεραιότητά μας είναι να συνεργαζόμαστε αποκλειστικά με έγκριτους επιστημονικούς φορείς που ανήκουν στο τοπικό δίκτυο ψυχικής υγείας και διαθέτουν την απαραίτητη τεχνογνωσία για να εργαστούν με παιδιά. Επιπρόσθετα, είναι επιτακτική ανάγκη για εμάς οι υπηρεσίες τους να παρέχονται δωρεάν, ώστε να μην επιβαρύνονται περαιτέρω οικονομικά οι οικογένειες.

Από το 2012-2018 που βρισκόμουν στην προηγούμενη εργασιακή μου θέση, η Δομή Θράκης ΕΚΨ Π.Σακελλαρόπουλος πρόσφερε σημαντικές υπηρεσίες στα σχολεία μας. 44 σχολεία δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης στην περιφέρεια δέχτηκαν τις υπηρεσίες της όποτε υπήρξε αίτημα. Πέρα από τις συγκεκριμένες παρούσες ανάγκες, η ΕΚΨ Π.Σακελλαρόπουλος σχεδίαζε με πρωτοβουλία της επίσης ευρύτερες δράσεις για ευαισθητοποίηση γύρω από θέματα ψυχικής υγείας σε γονείς, μαθητές κι εκπαιδευτικούς.

Μια ιδιαίτερα αξιοσημείωτη πρωτοβουλία από εκείνη την περίοδο ήταν ο «Τοίχος της Καλοσύνης», ένα καινοτόμο έργο που υλοποιήθηκε σε συνεργασία με το 1ο Γυμνάσιο Αλεξανδρούπολης, το οποίο στη συνέχεια αναγνωρίστηκε ως βέλτιστη πρακτική. Η πρωτοβουλία αυτή, η οποία αγκαλιάστηκε θερμά από την τοπική κοινωνία και καλύφθηκε ευρέως από τα τοπικά μέσα ενημέρωσης, περιελάμβανε τη συλλογή και δωρεά αχρησιμοποίητων αντικειμένων από τους μαθητές σε όσους είχαν ανάγκη. Τα αντικείμενα αυτά τοποθετήθηκαν σε καθορισμένο χώρο στην αυλή του σχολείου, συμβολίζοντας τόσο μια πράξη κοινωνικής αλληλεγγύης, όσο και μια προσπάθεια προώθησης της περιβαλλοντικής συνείδησης, μέσω της επαναχρησιμοποίησης καταναλωτικών αγαθών.

Το 2023 είχα πάλι την τιμή να συνεργαστώ με την ΕΚΨ Π.Σακελλαρόπουλος. Αυτήν τη φορά από τη νέα μου εργασιακή θέση, ως Σύμβουλος Εκπαίδευσης για 22 σχολικές μονάδες. Μέσα στον πρώτο μήνα με επισκέφτηκαν δύο αξιόλογοι επιστήμονες της ΕΚΨ Π.Σακελλαρόπουλος, που σήμερα βρίσκονται ανάμεσά μας, με σκοπό να συστηθούν στους συμβούλους εκπαίδευσης, να παρουσιάσουν το έργο τους και πληροφοριακό υλικό για τις καινοτόμες δράσεις που εφαρμόζουν.

Μεταξύ αυτών των πρωτοβουλιών ήταν το πρόγραμμα «Ζούμε και Μαθαίνουμε Μαζί», το οποίο στοχεύει στην ευαισθητοποίηση, την πρόληψη των διαταραχών της ψυχικής υγείας και την ενίσχυση της ψυχολογικής ανθεκτικότητας της σχολικής κοινότητας. Είχα την ευκαιρία να παρακολουθήσω από πρώτο χέρι την εφαρμογή αυτού του προγράμματος σε σχολεία που βρίσκονται στα βόρεια και στις παραμεθόριες περιοχές, όπου οι αγροτικές κοινότητες αντιμετωπίζουν ξεχωριστές προκλήσεις, καθώς και σε σχολεία στον κεντρικό και νότιο Έβρο, τα οποία εξυπηρετούν αστικούς πληθυσμούς με διαφορετικές ανάγκες.

Είναι σημαντικό να τονίσουμε ότι το πρόγραμμα αυτό, που εφαρμόστηκε με επιτυχία στα σχολεία μας, είναι επίσημα αναγνωρισμένο από το Υπουργείο Παιδείας, τηρεί τα προαπαιτούμενα και είναι αναγνωρισμένο σε εθνικό επίπεδο. Σαν μέρος του προγράμματος αυτού η ΕΚΨ Π.Σακελλαρόπουλος συνεργάστηκε στενά με τη διεύθυνση κάθε σχολείου, προκειμένου οι παρεμβάσεις να ανταποκρίνονται στις ιδιαίτερες ανάγκες των μαθητών. Η πρωτοβουλία αυτή περιελάμβανε βιωματικά εργαστήρια, ειδικά σχεδιασμένες παρεμβάσεις, βασισμένες στις εκάστοτε ανάγκες και προτεραιότητες του κάθε σχολείου. Αυτά τα εργαστήρια γίνονταν εντός του ωραρίου μαθημάτων, ώστε να συμμετέχουν όλοι οι μαθητές αλλά και οι καθηγητές ενεργά. Ακολουθώντας μη κατευθυντικές προσεγγίσεις, οι δράσεις στόχευαν στην αυτοέκφραση, την ακρόαση, τη συνεργασία, την βιωματική μάθηση, τη δυναμική ομάδων, την υποστήριξη. Το πρόγραμμα έτρεξε και σε σχολεία υπό την ευθύνη μου. Μαθητές 12-18 ετών είχαν την δυνατότητα να εκφραστούν, να επικοινωνήσουν, να αλληλεπιδράσουν μέσα από προσεκτικά σχεδιασμένες συναντήσεις που κάλυπταν διάφορες θεματικές σχετικές με τη σχολική ζωή και την κοινωνική πραγματικότητα.

Τα εργαστήρια αυτά διεξήχθησαν κατά τη διάρκεια των σχολικών ωρών, εξασφαλίζοντας έτσι την πλήρη συμμετοχή των μαθητών και την ενεργό εμπλοκή των εκπαιδευτικών. Μέσα από αυτή τη συλλογική εμπειρία δημιουργίας δέσμευσης και κοινού προβληματισμού, οι έφηβοι απέκτησαν βαθύτερη κατανόηση της ατομικής έννοιας, της συλλογικής ευθύνης και της ενεργού συμμετοχής. Μοιράστηκαν προσωπικές εμπειρίες, ενδιαφέροντα, σκέψεις και συναισθήματα, ενισχύοντας έτσι τόσο την αίσθηση της ατομικότητας όσο και την εκτίμηση για τη διαφορετικότητα.

Αυτή η προσέγγιση είναι θεμελιώδους σημασίας στην προσπάθειά μας να ενισχύσουμε την ψυχική ανθεκτικότητα των μαθητών μας, ατομικά και ομαδικά, εντός του σχολικού προγράμματος.

Η συμβολή της ΕΚΨ Π.Σακελλαρόπουλος ενίσχυσε την καλλιέργεια στα παιδιά της ικανότητας να εκφράζονται συναισθηματικά, να αναπτύσσουν δεξιότητες επικοινωνίας, πολεμώντας την αλεξιθυμία και την έκφραση ψυχοσωματικών συμπτωμάτων.

Επιπλέον, το έργο τους περιελάμβανε πάντα άτυπη επαγγελματική ανάπτυξη για εκπαιδευτικούς όλων των βαθμίδων, με συναντήσεις που ακολουθούσαν τα εργαστήρια για μαθητές, καθώς και ατομικές συνεδρίες υποστήριξης, προσαρμοσμένες στις ειδικές ανάγκες του διδακτικού προσωπικού κάθε σχολείου.

Η συμβολή της Εταιρείας στην εκπαιδευτική κοινότητα επεκτείνεται ακόμη περισσότερο, περιλαμβάνοντας εξειδικευμένα εκπαιδευτικά σεμινάρια για ένα ευρύ φάσμα κρίσιμων θεμάτων, όπως ο σχολικός εκφοβισμός, η ειδική αγωγή, οι παραβατικές συμπεριφορές, το άγχος των μαθητών που σχετίζεται με τις εξετάσεις και άλλα πιεστικά ζητήματα.

Επιπλέον η Δομή Θράκης της ΕΚΨ Π.Σακελλαρόπουλος συμμετέχει ενεργά σε πρωτοβουλίες ευαισθητοποίησης στα σχολεία μας, με εμπειρογνώμονες που πραγματοποιούν παρουσιάσεις σε δημόσιες εκδηλώσεις, σεμινάρια και εκπαιδευτικές συνεδρίες με στόχο την προαγωγή της ψυχικής υγείας και την ενίσχυση της κοινωνικής συνείδησης. Για παράδειγμα, πριν από ακριβώς ένα χρόνο, είχαμε την τιμή να συνεργαστούμε σε μια εκδήλωση στον κεντρικό Έβρο με θέμα την έμφυλη βία.

Ένας οργανισμός ορίζεται από τους ανθρώπους του, και στην προκειμένη περίπτωση, είναι αυτοί που ανταποκρίνονται στα τηλεφωνήματά μας κάθε φορά που αντιμετωπίζουμε προκλήσεις, αγκαλιάζουν πρωτοβουλίες, ακόμα και όταν εμείς οι ίδιοι δυσκολευόμαστε να τις διατυπώσουμε, και εργάζονται ακούραστα για να δώσουν λύσεις, καλύπτοντας τόσο τις άμεσες όσο και τις μακροπρόθεσμες ανάγκες μας. Είναι η καθησυχαστική παρουσία στην οποία μπορούμε πάντα να απευθυνόμαστε, γνωρίζοντας ότι η πόρτα τους θα ανοίξει για να μας υποδεχτεί με επαγγελματισμό, ασφάλεια και αποτελεσματικότητα. Για εμάς δεν είναι απλώς συνεργάτες, είναι έμπιστοι σύμμαχοι και συνοδοιπόροι σε αυτό το ταξίδι.

Για όλους αυτούς τους λόγους θεώρησα καθήκον μου να εκφράσω την ειλικρινή μου εκτίμηση για το προσωπικό της ΕΚΨ Π.Σακελλαρόπουλος σήμερα. Ευχαριστώ για το χρόνο και την υπομονή σας.

Η παρουσίαση σε video: [..\..\9.Alexandra Gouliama.mp4](#)



Η συνεργασία μεταξύ του Πρότυπου Γενικού Λυκείου Αλεξανδρούπολης και της Εταιρίας Κοινωνικής Ψυχιατρικής Π. Σακελλαρόπουλος Βασιλική Καλαμάρη

Η συνεργασία μεταξύ του **Πρότυπου Επαγγελματικού Λυκείου Αλεξανδρούπολης** και της **Εταιρίας Κοινωνικής Ψυχιατρικής Π. Σακελλαρόπουλος** αποτελεί μια ζωτικής σημασίας σύμπραξη με επίκεντρο την κάλυψη των ψυχικών και ψυχοκοινωνικών αναγκών των μαθητών στο εκπαιδευτικό περιβάλλον. Η συνεργασία αυτή αντικατοπτρίζει μια προοδευτική προσέγγιση που ενσωματώνει την ψυχική υγεία στην εκπαιδευτική διαδικασία, αναγνωρίζοντας τη σημασία της συναισθηματικής ευημερίας ως καθοριστικό παράγοντα για την ακαδημαϊκή επιτυχία, την κοινωνική ανάπτυξη και τη συνολική ποιότητα ζωής των μαθητών.

Η Εταιρία Κοινωνικής Ψυχιατρικής Π. Σακελλαρόπουλος είναι ένας καθιερωμένος μη κυβερνητικός οργανισμός με δεκαετίες εμπειρίας στον τομέα της ψυχικής υγείας. Η αποστολή της εστιάζει στην προώθηση κοινοτικής φροντίδας ψυχικής υγείας, τη στήριξη της κοινωνικής ένταξης ατόμων με ψυχοκοινωνικές δυσκολίες και την ευαισθητοποίηση και πρόληψη σε θέματα ψυχικής υγείας. Η εμπειρία της στην παροχή ολιστικών υπηρεσιών ψυχικής υγείας, όπως συμβουλευτική, ψυχοκοινωνικές παρεμβάσεις και προγράμματα πρόληψης, συμπληρώνει τους στόχους του εκπαιδευτικού τομέα, στον οποίο η ευημερία των μαθητών γίνεται ολοένα και περισσότερο προτεραιότητα, παράλληλα με τις ακαδημαϊκές επιδόσεις.

Στην καρδιά αυτής της συνεργασίας βρίσκεται η κοινή πεποίθηση ότι η ψυχική υγεία επηρεάζει σημαντικά την ικανότητα του μαθητή να επιτύχει στο σχολικό περιβάλλον. Το άγχος, η ανησυχία και άλλα ζητήματα ψυχικής υγείας μπορούν να επηρεάσουν τη συγκέντρωση, τα κίνητρα και την απόδοση και, εάν δεν αντιμετωπιστούν, να οδηγήσουν σε σοβαρότερες συνέπειες, όπως η σχολική διαρροή ή μακροχρόνιες ψυχολογικές δυσκολίες. Μέσω της συνεργασίας με την Εταιρία Κοινωνικής Ψυχιατρικής Π. Σακελλαρόπουλος, το Πρότυπο ΕΠΑΛ Αλεξανδρούπολης στοχεύει στην πρόληψη και διαχείριση αυτών των θεμάτων, δημιουργώντας ένα υποστηρικτικό και ασφαλές σχολικό περιβάλλον, όπου οι μαθητές νιώθουν αποδεκτοί, κατανοητοί και φροντισμένοι.

Ένα βασικό στοιχείο της συνεργασίας είναι η ενσωμάτωση προγραμμάτων εκπαίδευσης στην ψυχική υγεία στο σχολικό πρόγραμμα. Τα προγράμματα αυτά αποσκοπούν στην ευαισθητοποίηση μαθητών, εκπαιδευτικών και γονέων για τα θέματα ψυχικής υγείας, με στόχο την άρση του στίγματος που συχνά συνοδεύει τις ψυχικές διαταραχές και την ενθάρρυνση ανοιχτού διαλόγου για τη συναισθηματική ευημερία. Μέσα από εργαστήρια, σεμινάρια και διαδραστικές δραστηριότητες, οι μαθητές εκπαιδεύονται στη διαχείριση άγχους, τη συναισθηματική νοημοσύνη και την ανάπτυξη υγιών μηχανισμών αντιμετώπισης – βασικών δεξιοτήτων ζωής.

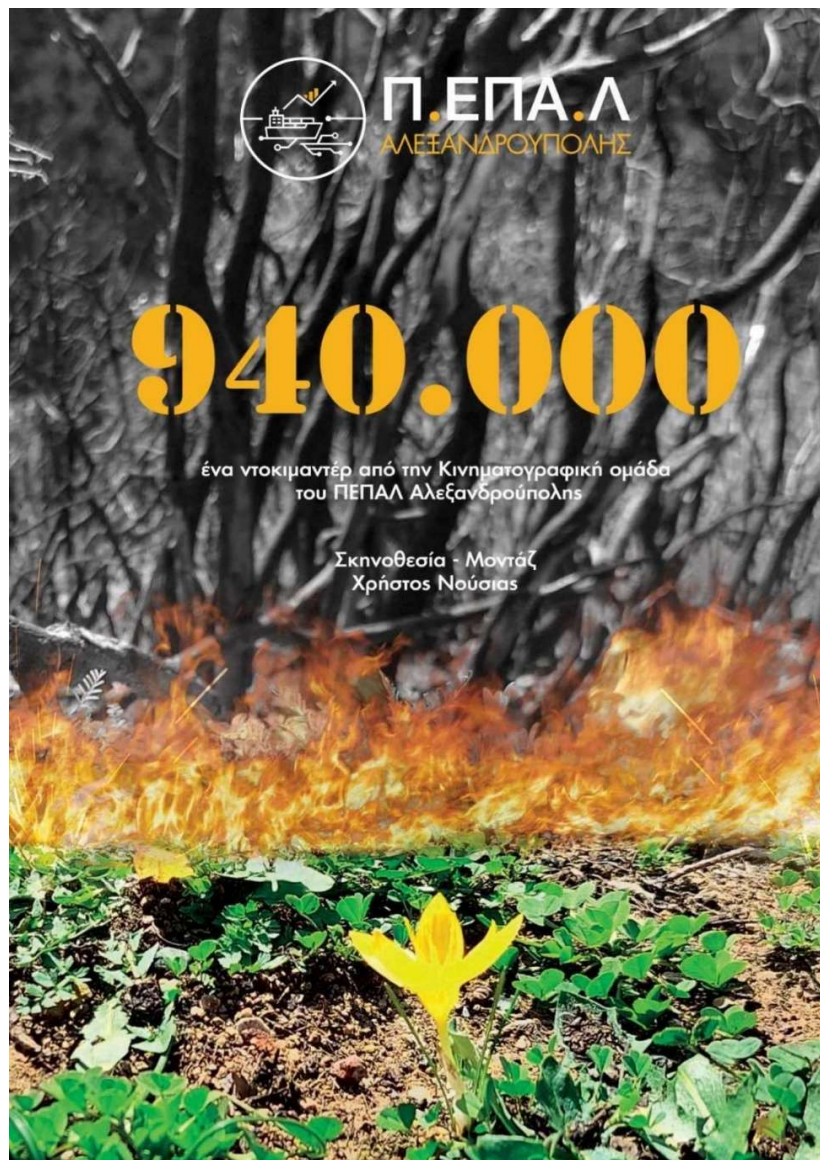
Επιπλέον, η συνεργασία περιλαμβάνει την παροχή ψυχοκοινωνικών υπηρεσιών υποστήριξης εντός του σχολείου, δηλαδή ατομικών και ομαδικών συνεδριών συμβουλευτικής σε μαθητές που αντιμετωπίζουν δυσκολίες όπως άγχος, κατάθλιψη ή κοινωνικές προκλήσεις. Οι υπηρεσίες αυτές παρέχονται από εξειδικευμένους επαγγελματίες της Εταιρίας Κοινωνικής Ψυχιατρικής Π. Σακελλαρόπουλος, οι οποίοι συνεργάζονται στενά με τους εκπαιδευτικούς του σχολείου για την έγκαιρη αναγνώριση και υποστήριξη των μαθητών.

Η συνεργασία επεκτείνεται και στην εκπαίδευση των εκπαιδευτικών και του προσωπικού του σχολείου. Οι εκπαιδευτικοί είναι συχνά οι πρώτοι που παρατηρούν αλλαγές στη συμπεριφορά, τη διάθεση ή την απόδοση ενός μαθητή, γεγονός που τους καθιστά βασικούς παράγοντες στην έγκαιρη αναγνώριση θεμάτων ψυχικής υγείας. Μέσω εξειδικευμένων εκπαιδεύσεων, εξοπλίζονται με τις απαραίτητες γνώσεις και εργαλεία ώστε να εντοπίζουν τα προειδοποιητικά σημάδια, να προσφέρουν αρχική υποστήριξη και να παραπέμπουν τους μαθητές στις κατάλληλες υπηρεσίες ψυχικής υγείας.

Ιδιαίτερη έμφαση δίνεται και στη συμμετοχή των γονέων. Οι γονείς αποτελούν βασικούς συμμάχους στην προαγωγή της ψυχικής υγείας των παιδιών τους, και η εμπλοκή τους στα προγράμματα αυτά είναι καθοριστική. Μέσω τακτικής επικοινωνίας, εργασιών και συναντήσεων, ενθαρρύνονται να συμμετέχουν ενεργά στην ψυχοσυναισθηματική ανάπτυξη των παιδιών τους, εξασφαλίζοντας μια συνεκτική προσέγγιση υποστήριξης στο σχολείο και στο σπίτι.

Συμπερασματικά

Η στενή συνεργασία του **Πρότυπου ΕΠΑΛ Αλεξανδρούπολης** με την **Εταιρία Κοινωνικής Ψυχιατρικής Π. Σακελλαρόπουλος** αποτελεί μια πρωτοπόρα πρωτοβουλία που αναγνωρίζει τη βαθιά σύνδεση μεταξύ ψυχικής υγείας και εκπαίδευσης. Δημιουργώντας ένα περιβάλλον υποστήριξης και ευαισθητοποίησης, η συνεργασία αυτή όχι μόνο ανταποκρίνεται στις άμεσες ψυχοκοινωνικές ανάγκες των μαθητών, αλλά θέτει και τις βάσεις για μακροπρόθεσμη συναισθηματική ανθεκτικότητα και επιτυχία. Το συγκεκριμένο μοντέλο συνεργασίας μπορεί να λειτουργήσει ως παράδειγμα για το πώς τα εκπαιδευτικά ιδρύματα μπορούν να διαδραματίσουν ενεργό ρόλο στην προαγωγή της ψυχικής υγείας και την ολοκληρωμένη ανάπτυξη των μαθητών.



«940.000» Το ντοκιμαντέρ που μας άλλαξε!

Ελευθέριος Χάνος

Αγαπητό Κοινό,

Ονομάζομαι **Ελευθέριος Χάνος** και είμαι μαθητής της Β΄ τάξης στο **Πρότυπο ΕΠΑΛ Αλεξανδρούπολης**. Από την πρώτη μου χρονιά στο λύκειο είμαι μέλος της κινηματογραφικής ομάδας του σχολείου μας, μια εμπειρία που αποδείχθηκε πολύ πιο ουσιαστική απ' όσο θα μπορούσα να φανταστώ.

Οι πρώτες μου σκέψεις και συναισθήματα

Όταν πρωτοπήγα στην ομάδα, απλώς ήθελα να μάθω πώς γυρίζεται μια ταινία. Γρήγορα όμως συνειδητοποίησα πως αυτή η διαδικασία είχε κάτι πολύ βαθύτερο να μου προσφέρει: Έναν τρόπο να εκφραστώ, να συνεργαστώ και να μετατρέψω τα συναισθήματά μου σε εικόνες και λέξεις.

Η αρχή

Στην πρώτη μας συνάντηση έπρεπε να αποφασίσουμε το θέμα της ταινίας μας. Είχαμε διάφορες ιδέες, αλλά η συζήτηση πάντα κατέληγε σε ένα γεγονός που μας είχε συγκλονίσει όλους: **Η καταστροφική πυρκαγιά που ζήσαμε!**

Για εμάς δεν ήταν απλώς μια είδηση.

Ήταν κομμάτι της ζωής μας.

Κάποιοι είδαν τα σπίτια των οικογενειών τους να καταστρέφονται.

Άλλοι ζούσαν σε χωριά που κινδύνεψαν άμεσα.

Αλλά όλοι νιώσαμε τον ίδιο φόβο, το ίδιο άγχος.

Ο Αύγουστος, ο μήνας της ξεκούρασης, **μετατράπηκε σε εφιάλτη.**

Η Απόφαση

Αποφασίσαμε να δημιουργήσουμε ένα ντοκιμαντέρ που να καταγράφει την εμπειρία μας.

Ένα ντοκιμαντέρ που θα μείνει για πάντα, για να μας θυμίζει τι περάσαμε – και τι **δεν πρέπει να ξαναζήσουμε.**

Η Διαδικασία

Η παραγωγή δεν ήταν εύκολη.

Οι καθηγητές μας επικοινωνήσαν με διάφορους οργανισμούς και πολίτες για συνεντεύξεις.

Εμείς ψάχναμε αδιάκοπα για φωτογραφίες, βίντεο και πληροφορίες που να δείχνουν το μέγεθος της καταστροφής.

Δεν καταλάβαμε πόσο χρονοβόρα ήταν η διαδικασία,

μέχρι που λάβαμε τις τελικές εγκρίσεις και τα αρμόδια υπουργεία όρισαν τους ανθρώπους που θα μας μιλούσαν.

Γι' αυτό δεν προλάβαμε να έρθουμε σε επαφή με τον στρατό ή την πολιτική προστασία.

Οι Συνεντεύξεις

Οι συνεντεύξεις ήταν το πιο δυνατό κομμάτι της εμπειρίας.

Όλοι μάς δέχτηκαν με θερμή, ειλικρινή και μας έκαναν να νιώσουμε ότι η δουλειά μας άξιζε.

Δανειστήκαμε κάμερες για να δουλέψουμε.

Φανταστείτε: η μία μας δόθηκε από θείο ενός μαθητή και η άλλη ήταν δωρεά φίλου ενός καθηγητή.

Ήταν ακριβές κάμερες, μας τις εμπιστεύτηκαν.

Τις κουβαλούσαμε με βάρδιες γιατί ήταν βαριές και περπατούσαμε μεγάλες αποστάσεις.

Οι Δυσκολίες

Περπατήσαμε με ζέστη, κρύο και βροχή,

αλλά **τίποτα δεν μας σταμάτησε**, γιατί ξέραμε ότι αυτό που κάναμε **είχε σημασία.**

Το Τελικό Αποτέλεσμα

Όταν τελείωσαν τα γυρίσματα, ανυπομονούσαμε να δούμε το τελικό ντοκιμαντέρ.

Το μοντάζ το ανέλαβε μαθητής της Γ' λυκείου και πήρε αρκετό χρόνο.

Αλλά όταν το είδαμε όλοι μαζί, **καθίσαμε σιωπηλοί** να το απολαύσουμε.

Νιώσαμε ότι είχαμε καταφέρει κάτι σπουδαίο.

Το Τέλος

Για μένα, η συμμετοχή σε αυτήν την ομάδα ήταν κάτι παραπάνω από ένα σχολικό project.

Ήταν ένα ταξίδι αυτογνωσίας, μια εμπειρία που με άλλαξε.

Και νιώθω τυχερός που ήμουν μέρος της.

ΕΥΧΑΡΙΣΤΩ

Η παρουσίαση σε ppt: [..\..\11.Eleftherios Hanos.pptx](#)



Προβολή βραβευμένου βίντεο "940.000" από το Πρότυπο ΕΠΑΛ Αλεξανδρούπολης – εμπνευσμένο από τα καμένα τετραγωνικά χιλιόμετρα της πυρκαγιάς του 2023 στον Έβρο.

Link: [..\..\12.V940.000\TELOSS.mp4](#)

*Το παρόν βίντεο προστατεύεται από πνευματικά δικαιώματα. Απαγορεύεται οποιαδήποτε αναδημοσίευση, αναπαραγωγή ή διανομή του περιεχομένου του χωρίς την έγγραφη άδεια του κατόχου των δικαιωμάτων. Κάθε παράβαση αυτής της πολιτικής ενδέχεται να οδηγήσει σε νομικές συνέπειες.



Φυσικές καταστροφές και ψυχική υγεία: Παρέμβαση της ΕΚΨ Π. Σακελλαρόπουλος στις πληγείσες από τη φωτιά περιοχές του Έβρου Τριαντάφυλλος Μαραγκοζάκης

Η Εταιρία Κοινωνικής Ψυχιατρικής Π. Σακελλαρόπουλος

Είναι μία **Μη Κυβερνητική Οργάνωση** που προσφέρει υπηρεσίες ψυχικής υγείας σε όσους τις χρειάζονται, εργαζόμενη ταυτόχρονα με τον πληθυσμό για την **ενίσχυση του δικαιώματος στην αναζήτηση βοήθειας**. Από το 1986, έχει αναπτύξει και λειτουργεί **ευρύ δίκτυο Υπηρεσιών Ψυχικής Υγείας**, προσφέροντας στήριξη σε ενήλικες, εφήβους και παιδιά στις περιοχές Αττικής, Φωκίδας, Φθιώτιδας και Θράκης.

Παρεχόμενες Υπηρεσίες:

- Πρόληψη, διάγνωση, θεραπεία & αποκατάσταση ψυχικών διαταραχών
- Προγράμματα αποκατάστασης & επανένταξης
- Κοινωνική και επαγγελματική ένταξη ατόμων με ψυχοκοινωνικά προβλήματα
- Υπεράσπιση των δικαιωμάτων των ψυχικά πασχόντων
- Ευαισθητοποίηση & ενημέρωση κοινού
- Εκπαίδευση επαγγελματιών ψυχικής υγείας

Χρηματοδότηση:

Υπουργείο Υγείας, προγράμματα της Ε.Ε., δωρεές

Κινητές Μονάδες Ψυχικής Υγείας στην Πυρόπληκτη Περιοχή του Έβρου – Δημιουργία Κλιμακίων

Τον Αύγουστο του 2023, ο Έβρος υπέστη τη **μεγαλύτερη πυρκαγιά στην ευρωπαϊκή ιστορία**, καταστρέφοντας πάνω από 960.000 στρέμματα δάσους και γης σε 17 ημέρες.

Συνέπειες:

- Τεράστιες καταστροφές στο περιβάλλον, τις υποδομές, τη γεωργία και την πανίδα
- Σοβαρή επιδείνωση της **ψυχικής υγείας των κατοίκων**, με υψηλά επίπεδα άγχους και θλίψης

Στόχοι των Κλιμακίων την υποστήριξη των πληγέντων από τις πυρκαγιές στον Έβρο

- Αντιμετώπιση ψυχικού τραύματος μετά την πυρκαγιά
- Ψυχοκοινωνική ενδυνάμωση των πυρόπληκτων κοινοτήτων
- Ευαισθητοποίηση των πολιτών σε θέματα ψυχικής υγείας
- Δικτύωση πολιτών, αρχών και φορέων ψυχικής υγείας

Στελέχωση των Κλιμακίων για την υποστήριξη των πληγέντων από τις πυρκαγιές στον Έβρο

- 3 Κοινωνικοί Λειτουργοί
- 4 Ψυχολόγοι
- 1 Υπεύθυνος Γραφείου
- 1 Νοσηλεύτης

Αρχική διάρκεια παρέμβασης: **6 μήνες**

Κατόπιν αιτημάτων, επεκτάθηκε και στη **Ροδόπη**

Μεθοδολογία Παρέμβασης

- Χαρτογράφηση ζημιών και ιεράρχηση περιοχών προτεραιότητας
- Δικτύωση με κοινωνικές υπηρεσίες, τοπικούς συλλόγους, πολιτιστικούς & γυναικείους φορείς
- Σταθερές επισκέψεις βάσει αναγκών
- Δημιουργία ομάδων επεξεργασίας τραύματος
- Συνεργασία με Πυροσβεστικά Τμήματα
- Ατομική & ομαδική ψυχοκοινωνική υποστήριξη
- Ενίσχυση κοινοτικής συνοχής και αυτο-οργάνωσης
- Εκπαιδευτικές και ενημερωτικές δράσεις για την ψυχική υγεία

Συμπεράσματα από το Πεδίο

Παρατηρήθηκαν:

- Ψυχικός πόνος για την **καταστροφή της φύσης**
- **Απώλεια περιουσιών**, εργασίας και κόπων ζωής
- **Αγωνία και φόβος** για αγαπημένα πρόσωπα που συνέδραμαν στην κατάσβεση

Ανταπόκριση Τοπικών Κοινοτήτων

- **Αυτο-οργάνωση & συλλογικότητα** στη διάρκεια και μετά την κρίση
- Ενίσχυση κοινωνικών δεσμών και της αίσθησης του «ανήκειν»
- Δημιουργία **τοπικών εθελοντικών ομάδων** πρόληψης για μελλοντικές απειλές

Αποτελέσματα Δράσεων (σε Έβρο & Ροδόπη)

- **18 επισκέψεις πεδίου** σε τοπικές κοινότητες
- **68 ατομικές συνεδρίες** ψυχοκοινωνικής στήριξης
- **153 ομαδικές δράσεις**
- **12 δράσεις ευαισθητοποίησης** σε συνεργασία με φορείς (πυροσβεστική, δήμους, σχολεία κ.ά.)

Μαρτυρία: Βάσω Παντελίδου, Πρόεδρος Πολιτιστικού Συλλόγου Κίρκης

«Ένα βίαιο γεγονός προκαλεί πάντα σοκ. Οι κάτοικοι βίωσαν τεράστια αγωνία και φόβο.

Ο ήχος της φωτιάς για 17 μέρες, η μυρωδιά του καμένου ξύλου και η στάχτη παντού, μας συγκλόνισαν.

Η απώλεια 23 σπιτιών έκανε την επόμενη μέρα σχεδόν αδύνατη.

Οι Κινητές Μονάδες Ψυχικής Υγείας της Εταιρίας μάς πρόσφεραν για πρώτη φορά ψυχοκοινωνική στήριξη.

Αποτέλεσαν συναισθηματικό “καταφύγιο”. Μας άκουσαν με ενσυναίσθηση.

Οι ομαδικές δράσεις βοήθησαν στην ανασυγκρότηση και στη συλλογικότητα.

Η φυσική καταστροφή δεν πρέπει να σημαίνει και καταστροφή της ψυχικής μας υγείας.»

Η παρουσίαση σε ppt: [..\..\13.Akis Maragkozikis.pptx](#)



**Προβολή βίντεο με συνεντεύξεις από ανθρώπους με εμπειρία
και εργαζόμενους στην περιοχή**

Link: [..\..\14.Screening Videos.mp4](#)

Βιωματική Ομάδα Εργασίας:

«Συλλογική απάντηση μετά την καταστροφή: Χτίζοντας ανθεκτικότητα μέσα από τη συλλογικότητα»

Άκης: Αρχικά θα ήθελα να σας ευχαριστήσω όλους και όλες που είστε σήμερα εδώ, καθότι ως εθελοντές έρχεστε και δίνετε τον προσωπικό σας χρόνο. Σήμερα αφήσατε και τις δουλειές σας για να είστε εδώ και για να συνεισφέρετε και εσείς σε αυτό το σεμινάριο με τον τρόπο σας. Είστε άνθρωποι οι οποίοι εκπροσωπείτε κοινότητες που επλήγησαν από τις πυρκαγιές όπως είπαμε, δεν εκπροσωπείτε όλοι επίσημα κοινότητες, αλλά σαν εθελοντές βρήκατε τη δύναμη από την ψυχή σας να πάτε και να συνεισφέρετε, αφήνοντας πίσω τα δικά σας σπίτια, και είστε άνθρωποι που από την πρώτη στιγμή, όταν χτύπησε η σειρήνα εκείνη η πρώτη - που η πυροσβεστική μας έβαλε να ακούσουμε για να αισθανθούμε και εμείς πώς είναι να πρέπει να πας και να κάνεις το καθήκον - , είστε σήμερα εδώ για να μοιραστούμε τα συναισθήματα μας και να κάνουμε μία συζήτηση....θα ήθελα ξεκινώντας από τη Δώρα να πάρετε το λόγο και να συστηθείτε και να πείτε λίγο δυο λόγια για τον εαυτό σας.

Δώρα: Γεια σας, ονομάζομαι Μόσχοι Θεοδώρα και είμαι επαγγελματίας πυροσβέστης -διασώστρια από το 2002. Είμαι μάχιμη στη βάρδια και δεν έχω καθίσει ποτέ στα 23 μου χρόνια πίσω από ένα γραφείο, είμαι πάντα μάχιμη μπροστά στην πρώτη γραμμή. Θα ήθελα να ευχαριστήσω την ομάδα των παιδιών που ήρθαν μετά το πέρας της πυρκαγιάς, αυτά τα άριστα παιδιά, στην υπηρεσία μας και μέσα από το έργο τους μας στήριξαν ψυχολογικά, μας βοήθησαν, έτσι ώστε να αποβάλουμε από την ψυχή μας πολλά αρνητικά που κουβαλούσαμε στην καθημερινότητά μας, αυτά που άφησε πίσω αυτή η μεγάλη πυρκαγιά, εκτός από τις στάχτες και τα αποκαΐδια. Το ίδιο πράγμα και μέσα στην καρδιά μας, πληγές που δεν επουλώθηκαν ποτέ. Υποκλινόμαι στην άριστη ομάδα τους, είναι το μόνο πράγμα που μπορώ να πω σ αυτά τα παιδιά. Για μένα προσωπικά δεν θα μιλήσω πολύ, για να μη φάω το χρόνο σας, γιατί θα ήθελα να πούμε πώς βίωσε ο καθένας μας από την πλευρά του αυτό το μεγάλο γεγονός. Οι προλαλήσαντες στις συνεντεύξεις που είδατε δώσανε ο κάθε ένας τη δικιά του πλευρά και εικόνα. Εγώ θα πω μια λέξη η οποία αγγίζει σχεδόν όλους μας τους νοήμονες και πολλές φορές και τους μη νοήμονες. Θα έλεγα ότι αυτή η εικόνα η μαύρη θα συνεχίσει να είναι μαύρη σε πολλούς μέσα μας... σας ευχαριστώ.

Δημήτρης: Καλησπέρα και από μένα, είμαι ο Δημήτρης Κωστόπουλος, το επάγγελμά μου είναι στρατιωτικός, υπηρετώ στην πόλη της Αλεξανδρούπολης τα τελευταία 18 χρόνια και τα τελευταία 4 χρόνια είμαι στην ελληνική ομάδα διάσωσης, ως μέλος του παραρτήματος του νομού Έβρου, από το 2021 που ιδρύθηκε στην περιοχή μας. Βρεθήκαμε και εμείς, όπως και η συνάδελφός μας πυροσβέστης -επίτρεψε μου να σε πώς συνάδελφο - γιατί ήμασταν και εμείς από το Σάββατο το μεσημέρι που χτύπησε η σειρήνα- χτύπησε και σε μας, στα γραφεία μας που είναι στον αερολιμένα της Αλεξανδρούπολης - και πήγαμε αφήνοντας τις δουλειές μας. Πήγαμε εκεί και ήμασταν και μέσα από την πρώτη στιγμή αφήνοντας υποχρεώσεις και σε αρκετούς τομείς, που θα τα αναλύσω αργότερα. Βοηθήσαμε και εμείς ο καθένας ξεχωριστά όσο μπόρεσα βέβαια ως μέλος της ομάδας διάσωσης γιατί μετά, λόγω και της ιδιότητάς μου ως στρατιωτικός, βοήθησα από άλλο σημείο σε άλλο πόστο.

Γιώργος: Γεια σας, ονομάζομαι Χατζηγεωργίου Γεώργιος και την περίοδο της φωτιάς ήμουν Πρόεδρος της κοινότητας του Αβάντα. Δυστυχώς η δική μας περιοχή χτυπήθηκε από κάθε πλευρά. Ευτυχώς σώθηκε το χωριό μετά από πάρα πολλές προσπάθειες, χάσαμε βέβαια ό,τι είχαμε γύρω από αυτό, χάσαμε ότι είχαμε στήσει τα προηγούμενα χρόνια. Είχαμε κάνει μία πολύ μεγάλη προσπάθεια να φτιάξουμε κάποιες περιπατητικές διαδρομές, είχαμε μπει σε ένα πρόγραμμα ευρωπαϊκό που είχε εγκριθεί.... Δυστυχώς αυτά τα πράγματα σε ένα απόγευμα καταστραφήκαν όλα. Ήταν πολύ δύσκολα... μπορούμε να μιλήσουμε και με λεπτομέρειες.... θα συνεχίσουμε λίγο την παρουσίαση και θα τα δούμε λίγο πιο συγκεκριμένα μετά.

Βάσω: Καλησπέρα, είμαι η Βάσω Παντελίδου, πρόεδρος του πολιτικού συλλόγου Κίρκης. Η επαγγελματική μου ιδιότητα είναι Περιφερειακή Διευθύντρια Ανατολικής Μακεδονίας και Θράκης στον ΕΦΚΑ, είμαι όμως εδώ με την άλλη μου ιδιότητα, αυτή της αγάπης και της προσφοράς στον πολιτισμό. Η Κίρκη είναι ένα χωριό το οποίο έχει πληγεί σε πολύ μεγάλο βαθμό από την καταστροφική πυρκαγιά του Αυγούστου 2023. Εκτός του ότι κάηκε το 80% της δασοκάλυψης της περιοχής - ένα αρχέγονο δάσος με πολύ μεγάλη αξία και ιστορία, παρόμοιο του δεν θα ξαναπαράξει στην περιοχή - χάθηκαν και 23 κατοικίες συν αποθήκες κι άλλα παλιά κτίρια, 30 κτίρια συνολικά, δηλαδή έφυγε ένα μεγάλο κομμάτι των περιουσιών των κατοίκων και χάθηκε όλο το πράσινο, γιατί ήταν ο φυσιολατρικός προορισμός της περιοχής, ο πνεύμονας της Αλεξανδρούπολης. Η εμπλοκή μου αρχίζει από την ανάληψη των καθηκόντων μου στον πολιτιστικό σύλλογο Κίρκης, το έργο του οποίου και της προσπάθειες που γίνανε για να δώσουμε τόνωση και αναζωογόνηση στον

ντόπιο πληθυσμό θα σας τα πω αργότερα. Εδώ η Εταιρία Κοινωνικής Ψυχιατρικής ήρθε ως αρωγός από την πρώτη στιγμή στον αναδυναμωμένο πληθυσμό που πλήγηκε ανεπανόρθωτα.... Δίνω το λόγο στον επόμενο ομιλητή, ευχαριστώ.

Βαγγέλης: Καλησπέρα και από εμένα, ονομάζομαι Κίκος Ευάγγελος, καλωσορίσατε στον Έβρο. Είμαι μόνιμος κάτοικος της Δαδιάς, νομίζω ξέρετε όλοι το γνωστό εθνικό πάρκο με τα σπάνια αρπακτικά. Η κατάσταση ήτανε πάρα πολύ δύσκολη όλες αυτές τις μέρες 17 μέρες, οι χειρότερες πιστεύω στη ζωή των κατοίκων της Δαδιάς... Λεπτομέρειες θα σας πούμε παρακάτω πώς το ζήσαμε, πώς το βιώσαμε, ήτανε πολύ δύσκολα όλα αυτά που περάσαμε.

Ελένη: Καλησπέρα και από μένα, ονομάζομαι Νταούλα Ελένη. Συγγνώμη που σας έχω πλάτη, είναι λίγο άβολο, θα κοιτάω εσάς λοιπόν. Είμαι και εγώ κάτοικος Δαδιάς, σύζυγος του Βαγγέλη. Δεν είχα προετοιμαστεί για να πω κάτι η αλήθεια είναι, απλά από αυτά που άκουσα από τους προλαλήσαντες, θα ήθελα να πω πως εύχομαι να μείνετε μη μάχιμοι, να κάθεστε πίσω από ένα γραφείο πραγματικά και να μην χρειαστεί να ξαναζήσουμε αυτό που περάσαμε. Φορτίστηκα πάρα πολύ από το βίντεο που είδα, ήταν πάρα πολύ συναισθηματικό και πραγματικά ήτανε όλα τα συναισθήματα που έχω νιώσει μέσα σε ένα βίντεο. Ο κάθε ένας από τους ομιλητές έδινε κάτι από τον εαυτό μου σε αυτό το βίντεο. Δεν θα πω κάτι για τα στρέμματα που καήκανε, είμαι εδώ για να μιλήσω για τα συναισθήματά μου, θα γίνει στην πορεία. Ευχαριστώ πολύ, ευχαριστώ πολύ τον Άκη και όλη την ομάδα που κάνανε αυτό το υπέροχο έργο και ήρθαμε σε επαφή... τα υπόλοιπα στη συνέχεια, ευχαριστώ

Άκης: Ωραία εγώ θα ξεκινήσω να δίνω το λόγο σιγά-σιγά στους ομιλητές και να αρχίσουμε έτσι να ξεδιπλώνουμε λίγο τη συζήτηση... Θα ήθελα να ξεκινήσω με τη Δώρα από την πυροσβεστική. Από την πρώτη στιγμή όταν ήχησε η σειρήνα στην πρώτη γραμμή θέλω να μου πεις πώς βίωσες εσύ αυτές τις 17 ολόκληρες μέρες - μου τις είχες περιγράψει ατέλειωτες αν δεν κάνω λάθος σε κάποια φάση- θα ήθελα λίγο να μου πεις να μας πεις πώς αυτές οι 17 ημέρες πέρασαν για σένα...

Δώρα: Λοιπόν, είναι ένα κομμάτι δύσκολο... η αλήθεια είναι ότι όλοι αυτοί που μίλησαν στο βίντεο και τις συνεντεύξεις είπανε πολλά πράγματα και συναισθήματα που, αν μη τι άλλο, το ίδιο νιώθουμε και εμείς, δεν απέχουμε από τους υπόλοιπους ανθρώπους, γιατί και εμείς είμαστε άνθρωποι, δεν είμαστε ρομπότ... Η πρώτη μου μέρα της εκδήλωσης της φωτιάς ήτανε στο τηλεφωνικό κέντρο που έχουμε. Τα πρώτα τηλεφωνήματα ήτανε αρκετά, και αμέσως όπως λέει και ο Άκης, εδώ οι σειρήνες για μας δεν είναι κάτι ευχάριστο- όταν βάλαμε στα παιδιά να το ακούσουν πραγματικά τινάχτηκαν από τη θέση τους. Η κατάσταση άρχισε να γίνεται όλο και πιο έντονη, τα τηλεφωνήματα όλο γίνονταν και πιο πολλά, είσαι εκεί όμως, είμαστε με θάρρος και υπομονή... Και εμείς έχουμε αγωνία και εμείς έχουμε φόβο, αλλά δεν είμαστε λιγόψυχοι. Πρέπει να σταθούμε εκεί αγέρωχοι βράχοι για όλους τους πολίτες που εκείνη τη στιγμή ζητούσαν τη βοήθεια μας, να σπεύσουμε και για αυτό οπλιζόμαστε με πάρα πολλή δύναμη και δίνουμε ψυχραιμία, δίνουμε στον πολίτη από το τηλέφωνο να καταλάβει, σκίζοντας ότι έχουμε και δεν έχουμε μέσα μας, και οπλιζόμαστε με πάρα πολύ μεγάλη δύναμη, ώστε να του εξασφαλίσουμε ότι θα είμαστε εκεί δίπλα του και να τον καθησυχάσουμε, ώστε να μην ανησυχήσει και να μην εντείνει την αγωνία του. Όλο αυτό είναι ένα δύσκολο έργο και δεν σταματάει εκεί. Μετά πρέπει να σπεύσεις στην περιοχή να φύγουν οι δυνάμεις, πρέπει να δώσεις να καταλάβουν τις εντολές των ανωτέρων σου, να πάρεις οδηγίες και να δώσεις. Ήταν πάρα πολλά τα τηλεφωνήματα, πάρα πολλά τα πράγματα που απαιτούσαν - και με το δίκιο τους οι άνθρωποι - γιατί και εγώ στη θέση τους το ίδιο θα έκανα. Αλλά ως γυναίκα όμως πυροσβεστής υπάρχει μία μεγάλη διαφορά, θα έλεγα, γιατί παίρνεις το ρόλο της μάνας, της κόρης, της φίλης, της συζύγου. Και εγώ είμαι παντρεμένη με δύο παιδιά. Ο σύζυγος τυγχάνει να είναι στην ίδια υπηρεσία με εμένα, οπότε καταλαβαίνετε ότι ήταν πάρα πολύ δύσκολα, και για αυτό ως γυναίκα εκεί... Ο κάθε πολίτης παίρνοντας και ακούγοντας μια γυναικεία φωνή, είναι ένα πράγμα σαν να βρίσκει εκεί μια αγκαλιά και όταν ακούει κάτι που του λες και τον καθησυχάζεις, είναι σαν να έχεις δώσει ήδη την ασφάλεια που θέλουν. Αυτό έχω να πω γιατί αυτό ήταν στο κέντρο που έζησα. Τις άλλες, όμως, μέρες ήμουν στην πρώτη γραμμή, όπου εκεί μιλάμε για μία εμπόλεμη κατάσταση... αυτό που έγινε στο νομό μας ήτανε κάτι το οποίο νομίζω δεν το είχε βάλει κανένας στον νου του... 23 χρόνια στην υπηρεσία έχω δει πάρα πολλά και έχω πάει σε πολλά συμβάντα... Κάθε ένα όμως είναι ξεχωριστό, κανένα δεν είναι ίδιο με τα άλλα.

Αν και δεν είμαι από δω, είμαι από το Μεσολόγγι, με χάραξε πάρα πολύ και πολύ βαθιά. Στην πρώτη γραμμή που ήμουν υπήρχε πολύ αποπνικτική κατάσταση, όπως είπα, να και πολλοί που το έβλεπαν από τα σπίτια τους, από τις γειτονίες, από τα κέντρα. Εμείς εκεί στην πρώτη γραμμή είχαμε να αντιμετωπίσουμε εγώ τα λέω «θηρία» τη φλόγα της πυρκαγιάς. Ήτανε το κλιματικό, ήταν αυξημένη η θερμοκρασία, ήταν η αποπνικτική ατμόσφαιρα από τους καπνούς, ήτανε οι στάχτες που έμπαιναν στα μάτια σου, όμως εσύ λες «δεν γονατίζω προχωρώ έρχομαι όλο και πιο κοντά στη φλόγα, να την πολεμήσω, να την τιθασέσω, για να μπορέσω να την κατασβήσω» και όλο αυτό 17 μέρες δεν σταμάτησε.. Ειλικρινά

σας μιλάω είχαμε άρνηση κούρασης. Από τα πόδια μας είχαν να βγουν οι αρβύλες πάρα πολλές μέρες, έχασα τα νύχια μου. Το φλεγόμενο έδαφος που πατούσα δεν μου έδινε τη δυνατότητα να είναι ασφαλή τα πόδια μου, να μην πάθω κάτι, ήτανε πάρα πολύ επίπονο όλο αυτό αλλά δεν σταματούσα, γιατί μέσα μου έχω την ψυχική δύναμη διότι κάνω αυτό που αγαπώ... ευχαριστώ.

Άκης: Έπειτα θα ήθελα να δώσω το λόγο στο στον Βαγγέλη. Βαγγέλη, είσαι κάτοικος Δαδιάς και είσαι μάλιστα και άνθρωπος που δραστηριοποιείται και επαγγελματικά εκεί, έχεις ζώα έχεις την επιχείρησή σου. Πώς βίωσες εσύ σαν κάτοικος που απειλούνταν το σπίτι σου, αλλά είχες και ένα πάρα πολύ μεγάλο βάσανο, να το πω, αυτό των ζωντανών που φροντίζεις στη δουλειά σου;

Βαγγέλης: Έχουμε μία κτηνοτροφική μονάδα με 60 αγελάδες,» τα κορίτσια μου» όπως τα λέω και εγώ, -τώρα μπορεί να συγκινηθώ λίγο, τέλος πάντων. Όταν ξέσπασε η φωτιά στην αρχή όλοι πιστεύαμε ότι «εντάξει μωρέ θα τη σβήσουμε», τα παιδιά κάτω νοτιότερα στον Έβρο καιγόταν δύο μέρες πιο μπροστά από εμάς στη Δαδιά... Αλλά σε κάποια φάση βλέπουμε ότι δεν μπορούμε αυτό το πράγμα να το κερδίσουμε, ήτανε απλά τραγικό. Καθόσουν κοιτούσες και σκεφτόσουν «δεν μπορώ να κάνω κάτι» και η φωτιά όλο μεγάλωνε, μεγάλωνε και έλεγες «θεέ μου βάλ' το χέρι σου να μην καεί στα χωριά ο κόσμος» και έβλεπες ότι η φωτιά συνεχώς ερχότανε πάνω σου και έλεγες «κάτι πρέπει να κάνω» Δεν σε νοιάζει αν θα πας στο σπίτι σου, αν ξημέρωσε ή αν νύχτωσε, αν έφαγες, αν ήπιας, αν κοιμήθηκες, δεν σε ένοιαζε -τώρα να πω κάτι λίγο έτσι να ελαφρύνει και το κλίμα- η Έλενα παραλίγο να με χωρίσει γιατί στα μέρη που ήμασταν το κινητό δεν είχε σήμα, δεν ήξερε τι κάνουμε, τι δεν κάνουμε, τα ζώα αν είναι καλά. Γιατί έπρεπε να βρεις και κάποιον να βοηθήσει, κάποιος να τα ταΐσει, να τα προσέξει, ή εσύ να πας να βοηθήσεις και να γυρίσεις, γιατί και αυτά εσένα έχουνε θεό. Να καθίσεις να σκεφτείς τι να κάνεις, πώς να τα βοηθήσεις γιατί μπορεί να μην μπορούνε μεν να μιλήσουνε, αλλά όλα τα άλλα τα νιώθουνε και στα δείχνουνε, για τη φωτιά, για τον καπνό... βέβαια καταφέραμε - έβαλε ο Θεός το χέρι του και η φωτιά έφτασε στα ζώα μας μέχρι τα 500 μέτρα, ας πούμε ότι ο Θεός έβαλε το χέρι του και σταμάτησε εκεί και όλα πήγαν καλά σε αυτό το κομμάτι. Γιατί όλα τα άλλα κήκαν, δεν έμεινε δυστυχώς τίποτα... Περάσαμε 17 μέρες, τις χειρότερες της ζωής μου. Παρόλα αυτά όμως είμαστε εκεί στο χωριό, συνεχίζουμε, μένουμε, όπως λέω και εγώ δεν κάνουμε πίσω, ούτε για να πάρουμε φόρα, συνεχίζουμε, θα μείνουμε εκεί... Ήρθατε και εσείς, βοηθήσατε το χωριό, τους κατοίκους του χωριού, επικοινωνήσαν, μιλήσανε, τα έβγαλαν από μέσα τους... Εντάξει, κάποια πράγματα δεν ξεχνιούνται ποτέ, παίρνεις μία βαθιά ανάσα, συνεχίζεις, παρακαλάς να μην ξαναζήσεις τέτοιο πράγμα, γιατί δεν είναι καθόλου εύκολο, είναι πολύ δύσκολο. Και όσοι το ζήσαμε εδώ σίγουρα καταλαβαίνουνε πώς τα λέω και πώς βγαίνουν από μέσα μου.... Ευχαριστώ πάρα πολύ για όλα.

Άκης: Λοιπόν Βάσω διάβασα τα λόγια σου στην παρουσίασή μου, τα οποία όταν τα είχες στείλει με άγγιξαν και εμένα πολύ και για αυτό και τα συμπεριέλαβα. Η Κίρκη δυστυχώς ήταν ο οικισμός που έχασε σπίτια, 23 κατοικίες. Θέλω λίγο να μου πεις, όντας και μία πολύ δραστήρια γυναίκα στο χωριό, τι συνέβη μετά, δηλαδή μετά την πυρκαγιά, μετά την καταστροφή. Πώς αναπτύξατε μία δράση για να βοηθήσετε αυτούς τους ανθρώπους, μια συλλογικότητα σαν χωριό. Θα ήθελα λίγο να μοιραστείς πώς το καταφέρατε, πώς το οργανώσατε, ποια ήταν η δική σου συμβολή και φυσικά και πώς ένωθες σε όλο αυτό.

Βάσω: Μετά την μεγάλη καταστροφή δεν υπήρχε κάποιος φορέας, μάλλον δεν προθυμοποιήθηκε κάποιος άλλος φορέας να στηρίξει τον πληθυσμό μετά από όλο αυτό που βίωσε, δηλαδή μετά από το τραύμα, δηλαδή μετά από το πένθος, να βλέπει μαύρο δίπλα του, γύρω του, από το καταπράσινο που έβλεπε. Οι πρώτες ημέρες που το χωριό είχε εκκενωθεί ήταν πολύ δύσκολες. Όταν ξαναγύρισαν οι κάτοικοι πίσω λειτούργησε αμέσως το αίσθημα της αλληλεγγύης. Εκεί λοιπόν ο σύλλογος μπήκε μπροστά με το τότε διοικητικό συμβούλιο και άρχισε να διανέμει την πρώτη βοήθεια, ό, τι ερχότανε από γύρω, από την πόλη και από όσους ανθρώπους θέλησαν να βοηθήσουν. Αργότερα ανέλαβα εγώ τη διοίκηση του πολιτιστικού συλλόγου Κίρκης. Καθίσαμε και συζητήσαμε πώς θα μπορέσουμε να ενδυναμώσουμε με κάθε τρόπο τους ανθρώπους. Είμαι και εγώ η ίδια πυρόπληκτη, έχει καεί η ρίζα της οικογένειας, το σπίτι που.... είμαι συγκινημένη όταν μιλάω για αυτό... το σπίτι το οποίο διατηρούσε η μητέρα μου, το προγονικό σπίτι... και λειτούργησε σαν στοίχημα για μένα προσωπικά. Φυσικά το μοιραστήκαμε όλοι στο σύλλογο και το κουβεντιάσαμε, ότι δεν μπορούμε να αφήσουμε την κατάσταση έτσι, από τις στάχτες πρέπει να βγει η ελπίδα, δεν υπάρχει άλλος δρόμος. Αυτό προσπαθήσαμε να το διαχειριστούμε, αφού πήραμε λοιπόν την πολύτιμη βοήθειά σας και σας ευχαριστούμε πάρα πολύ για αυτό, και είναι πολύ σημαντική η βοήθεια. Αυτό που γίνεται σήμερα εδώ είναι πρωτόγνωρο, νομίζω, και είναι κάτι καινοτόμο και θα βοηθήσει όλους μας. Αφού λοιπόν στηριχτήκαμε στη δική σας βοήθεια, προσπαθήσαμε να καταρρίψουμε τα ταμπού, γιατί ξέρουμε όλοι ότι όταν προσεγγίζεις την κλειστή ελληνική κοινωνία, έναν πληθυσμό και έχει σχέση το θέμα με την ψυχική υγεία, ο κόσμος μαζεύεται, δεν θέλει να βγει, δεν θέλει να μιλήσει... Εκεί λοιπόν

προσπάθησα να ενθαρρύνω και να το συζητήσω με τον κόσμο ότι πρέπει να κάνουμε ένα άνοιγμα. Ο θυμός υπάρχει σε όλους μας γιατί η Κίρκη δε βοηθήθηκε, ήταν το μόνο χωριό που δεν ήρθε βοήθεια, για αυτό κάηκαν και τα σπίτια και εκεί λοιπόν είπαμε ότι αυτό πρέπει να το αντιπαλέψουμε... Λοιπόν, πώς ξαναζωντανεύεις έναν τόπο; Με δράσεις! Βάλαμε μπροστά ένα μηχανισμό συνεχών δράσεων για να μη μένει το χωριό σε θλίψη και σε αυτήν την ψυχολογία την καταθλιπτική. 33 πολιτιστικές δράσεις μέσα σε ένα χρόνο, δηλαδή περίπου 2 δράσεις το μήνα, έφεραν στο χωριό μία ζωντάνια, ένα αίσθημα αγάπης ξανά για τη ζωή, διάθεσης. Και σιγά σιγά μαζευτήκαμε κάνοντας δράσεις για το περιβάλλον, δράσεις για την τέχνη, χρησιμοποιώντας την θεραπευτική μορφή της τέχνης στους ανθρώπους, δημιουργήσαμε ένα δημιουργικό εργαστήρι. Εκεί οι γυναίκες του χωριού και του πολιτιστικού συλλόγου συμμετείχαν, άρα αναπτύξαμε το αίσθημα της κοινότητας και της ομαδικότητας. Και με περιβαλλοντολογικές δράσεις, με φορείς, πήγαμε και αγκαλιάσαμε τα πληγωμένα μονοπάτια μας καθαρίζοντάς τα - και είναι εδώ ο Δημήτρης ο Κωστόπουλος που το κάναμε μαζί - και προσπαθήσαμε ξανά να φέρουμε τη χαρά, τη ζωντάνια και το χαμόγελο στο πρόσωπο όλων των κατοίκων.

Πιστεύω προσωπικά ότι είναι ένα στοίχημα, όταν συμβαίνει στη ζωή, δύσκολο να καταφέρεις να το αντιπαλέψεις, να καταφέρεις να ανατρέψεις την κατάσταση αυτή, όσο μπορείς και με όποιους τρόπους μπορείς να το κάνεις. Και ο πολιτισμός και οι πολιτιστικοί σύλλογοι έχουν και αυτή την διάσταση, την κοινωνική, και το μέλημα να βοηθήσουν τα μέλη τους. Έτσι λοιπόν και οικονομικά ενισχύσαμε με δράσεις με 31.800€ 10 οικογένειες της Κίρκης να ξαναφτιάξουν τα σπίτια τους. "Μοιράζοντας και νοιάζοντας" όπως έχουμε το μότο σε ένα μπλουζάκι που κάναμε. Ο κόσμος ήρθε κοντά μας, τα χρήματα τα μοιράσαμε το Φεβρουάριο του '25 και συνεχίζουμε, γιατί πρέπει να συνεχίσουμε. Οφείλουμε, έχουμε χρέος να συνεχίσουμε. Τη ρίζα μας να μην την αφήσουμε να χαθεί. Υπάρχει έντονο το δημογραφικό πρόβλημα, το γνωρίζουμε όλοι, τα χωριά δυστυχώς δεν έχουν κόσμο. Η πολιτεία δεν έχει φροντίσει να δει αυτά τα μεγάλα θέματα που έχουν να κάνουν με το πληθυσμό που γερνάει, οπότε είμαστε εκεί σε έναν διαρκή αγώνα, σε ένα διαρκές προσκλητήριο να κρατήσουμε τον τόπο μας ζωντανό.

Άκης: Θα πάω τώρα λίγο στον Άβαντα. Γιώργο, εσύ εκείνες τις μέρες της πυρκαγιάς ήσουν και ένα πρόσωπο αναφοράς για το χωριό, καθώς και θεσμικά ήσουν ο πρόεδρος της κοινότητας. Ο Άβαντας ήταν από τα πρώτα χωριά που η φωτιά έφτασε και με μια πολύ μεγάλη σφοδρότητα. Θέλω να μου πεις πώς ξεκίνησες τις προετοιμασίες ακούγοντας και βλέποντας την πυρκαγιά να πλησιάζει, αλλά και πώς το διαχειριζόσουν εσύ ο ίδιος, δηλαδή τα δικά σου συναισθήματα, γιατί ως πρόσωπο αναφοράς όλοι οι συγχωριανοί σου σε σένα προσέφευγαν για να βοηθηθούν, να τους πεις τι να κάνουν... Πώς τα αντιμετώπισες αλήθεια όλα αυτά;

Γιώργος: Η αλήθεια είναι ότι όλα ξεκίνησαν το Σάββατο το βράδυ από έναν κεραυνό, τον οποίο ακούσαμε στο χωριό. Εγώ δεν θα ξεχάσω ότι ξύπνησα το βράδυ μετά από μία φανταστική μέρα στη θάλασσα. Ήταν καλοκαίρι, Αύγουστος και ακούμε έναν κεραυνό ξαφνικά τη νύχτα που δεν δικαιολογείται, δεν περιμέναμε κακοκαιρία, δεν υπήρξε κακοκαιρία, ήταν ένα μεμονωμένο γεγονός, το οποίο δυστυχώς δημιούργησε την πρώτη εστία της φωτιάς. Την επόμενη μέρα το πρωί καταλάβαμε ότι κάτι δεν πήγαινε καλά και ότι είχε αρχίσει αυτή η φωτιά να είναι κάτι το οποίο συζητιέται και παίρνει μία διάσταση. Αμέσως μπήκα στη διαδικασία να καλέσω στο χωριό κάποιους ανθρώπους, οι οποίοι γνωρίζανε από φωτιές. Εμάς, οι άνθρωποι που ζούμε εκεί, οι περισσότεροι, έχουν δουλέψει στο βουνό και τώρα είναι συνταξιούχοι, αλλά ακόμη και η νεότερη γενιά συνεχίζει το επάγγελμα της υλοτομίας. Στη δική μας περιοχή έχουμε δύο συνεταιρισμούς υλοτόμων. Άρα λοιπόν πήρα δύο ανθρώπους που ξέραν από φωτιές και πήγαμε και ήμασταν στην εστία της φωτιάς, από κει που ξεκίνησε. Βέβαια, μέχρι να πάμε είχε αρχίσει να προχωράει. Από την πρώτη στιγμή παρακολουθούσαμε μόνοι μας την κατάσταση και ήμασταν συνεχώς εκεί. Εγώ είχα τότε ένα σύστημα που μπορούσα μέσω sms κινητών και ενημέρωνα όλους τους κατοίκους. περάσαμε εποχές covid και χρειάστηκε να οργανωθούμε πάρα πολύ ως κοινωνία εκεί. Αυτό μας βρήκε έτοιμους, το μοναδικό πράγμα που είχαμε έτοιμο. Άρα λοιπόν κατευθείαν βάζω όλους τους κατοίκους του χωριού στη διαδικασία να αρχίσουν και να προετοιμάζονται. Τι σημαίνει αυτό; Επειδή είμαστε αγροτικό χωριό υπήρχαν αγροτικά μηχανήματα, τα οποία μπορούσαν περιμετρικά του χωριού να δημιουργήσουν κάποιες ζώνες, οι οποίες θα προστάτευαν. Η φωτιά έφτανε πλέον κοντά στα σπίτια του χωριού. Προληπτικά ακόμη, και μιλώντας με τους υπευθύνους σε εκείνη τη φάση, λέγανε ότι δεν κινδυνεύουμε, διότι οι άνεμοι δεν έδειχναν ότι θα έρθουν προς το χωριό. Αυτό έγινε το Σάββατο. Ερχόμαστε Κυριακή, η φωτιά πήγε προς τα Λουτρά, σε άλλη κατεύθυνση. Θεωρούσαμε και πάλι ότι ίσως και να μην φτάσει σε μας, αλλά δυστυχώς όταν πηγαίναμε κοντά το βράδυ η φωτιά, λόγω της υγρασίας, έπεφτε αρκετά και το πρωί λόγω της ζέσης, ξεκινούσε και πάλι και γινόταν η αναζωπύρωση. Την Κυριακή, πάλι με κάλεσμα των ανθρώπων συνεχίστηκαν οι εργασίες αυτές. Παράλληλα, είχαμε συνεργασία με το δήμο, με την πυροσβεστική, με το δασαρχείο. Δυστυχώς, οι δυνάμεις ήταν όλες κάθε μέρα και σε ένα άλλο χωριό - κάθε μέρα γινόταν το συντονιστικό κι εκκένωναν και ένα άλλο χωριό - άρα λοιπόν μέχρι σε εκείνο το σημείο κάναμε ό,τι μπορούσαμε μόνοι μας.

Φτάνοντας λοιπόν η Δευτέρα το πρωί εγώ, ως Πρόεδρος, ήμουνα σίγουρος ότι τη Δευτέρα η φωτιά θα χτυπήσει το χωριό. Παρακολουθώντας δηλαδή από το Σάββατο ήταν πλέον ξεκάθαρο. Εκεί ειδοποίησα τον δασάρχη και μας έδωσε την άδεια να κάνουμε μία δική μας υλοτόμηση σ' ένα σημείο που ήτανε πολύ κοντά στο χωριό και το οποίο, αν δεν είχαμε υλοτομήσει μόνοι μας, ήταν ικανό να δώσει φωτιά σε όλο το χωριό. Δεν θα υπήρχε ο Άβαντας, γιατί είναι ένα δάσος υψηλών πεύκων, το οποίο έχει τη δυνατότητα να μεταφέρει τη φωτιά πολύ μακριά. Τη Δευτέρα το πρωί λοιπόν ξεκινήσαμε αυτές τις διαδικασίες πολύ εντατικά. Κάποια στιγμή, όταν πλέον δόθηκε το σήμα από τους υπεύθυνους ότι η φωτιά θα χτυπήσει στο χωριό, ήρθαν πλέον και όλοι οι φορείς, ήρθε ο δήμος, ήρθε η περιφέρεια, ήρθε η πυροσβεστική. Όταν έφτασε η φωτιά στο χωριό ήταν κάτι το απίστευτο. Εγώ ως Πρόεδρος πάντα έκανα σκέψεις, γιατί σε μία αγροτική περιοχή πρέπει πάντα να το σκέφτεσαι αυτό το πράγμα, ότι σε περίπτωση φωτιάς τι θα κάνουμε; Άσε που κάθε χρόνο μας προετοιμάζε και η πολιτική προστασία, γινότανε κάθε χρόνο προληπτικά μία συνάντηση και προσπαθούσαν να βάλουν κάποια πράγματα σε σειρά. Κάθε φορά, λοιπόν, που φτάναμε σε ένα συντονιστικό ή χρειαζόταν να σκεφτούμε για τη φωτιά, σκεφτόμαστε «να η φωτιά θα έρθει από κάπου, ε θα αρχίσουμε να την παλεύουμε, θα είναι και οι υπηρεσίες, θα είναι οι πάντες και θα έχει όλο μία λογική σειρά»... Όμως, όταν η φωτιά ήρθε στον Άβαντα, ήρθε χωρίς λογική... Δεχόμουνε εκείνη την ώρα τηλεφωνήματα ότι η φωτιά βρίσκεται στα ανατολικά του χωριού ενώ ερχόταν από δυτικά. Ή μου λέγανε ότι καίγεται ένα σημείο, το οποίο ήταν στα σημεία του ορίζοντα εντελώς ανάποδα από κει που ερχόταν η φωτιά, από την κατεύθυνση της Νίψας. Όταν ήρθε σε εμάς η φωτιά δεν είχε άκρη, η φωτιά ήταν παντού και ήταν μη αντιμετωπίσιμη. Δεν υπήρχε κάτι που θα μπορούσε να κάνει κάποιος να αντιμετωπίσει τη φωτιά όταν ήρθε σε μας. Και για αυτό εξαπλώθηκε πολύ γρήγορα και για αυτό αναγκάστηκαν και οι δυνάμεις να φύγουν από τον Άβαντα, να πάνε παρακάτω, να πάνε προς το Νοσοκομείο, το οποίο έπρεπε να εκκενωθεί. Έπρεπε να φύγουν και να πάνε προς το Γηροκομείο που υπήρχαν ηλικιωμένοι άνθρωποι και η φωτιά πήγαινε προς τα εκεί και γενικώς, προς τους οικισμούς που συνεχίζονταν, οπότε η νύχτα μας βρήκε να παλεύουμε με πολύ λίγες δυνάμεις της πυροσβεστικής εκεί και με πολύ προσωπική εργασία.

Άκης: Μάλιστα... ο Δημήτρης ο Κωστόπουλος σαν εθελοντής διασώστης... Δημήτρη ήσουν και εσύ στον Άβαντα και μάλιστα είχες αναλάβει καθήκον να εκκενώσεις το χωριό, ήσουν δηλαδή αυτός που έπρεπε να πείσει ανθρώπους να φύγουν από τα σπίτια τους. Θέλω να μας πεις για την κατάσταση που επικρατούσε εκεί και πώς εσύ το διαχειριζόσουν εκείνη τη στιγμή, σαν ένας άνθρωπος που ήταν εθελοντής.

Δημήτρης: Να σας ευχαριστήσω και εγώ πάλι για τη μεγάλη προσπάθεια που κάνατε στους 6 μήνες αυτούς στα χωριά, και εμένα προσωπικά και όλη την ομάδα, και μακάρι να συνεχίστε κάποια στιγμή, γιατί ο κόσμος συνεχίζει να χρειάζεται ψυχολογική υποστήριξη, όλοι μας μετά από αυτό που βιώσαμε. Όχι μόνο εγώ, αλλά όλα τα μέλη της ελληνικής ομάδας διάσωσης ήμασταν εκείνη την περίοδο όχι μόνο στον Άβαντα. Ξεκινήσαμε από το Σάββατο και, όπως είπε και ο και ο Γιώργος, ακολουθούσαμε και εμείς τη φωτιά. Έτσι, όπως και οι υπόλοιπες ομάδες και φορείς επίσημοι που ήταν υπό τις διαταγές της γενικής γραμματείας πολιτικής προστασίας, έτσι και εμείς αυτό κάναμε. Ξεκινήσαμε από τα χωριά που έπιασε η φωτιά, περάσαμε Λουτρά, Πεύκα, φτάσαμε μέχρι την είσοδο της πόλης, την Αμφιτρίτη και μετά φτάσαμε και την Κυριακή και τη Δευτέρα στο χωριό του Άβαντα. Εμείς, σαν ομάδα διάσωσης, βοηθήσαμε σε πολλούς τομείς, λόγω της εκπαίδευσης που έχουμε περάσει σε διάφορα στάδια και στοιχεία, όπως είναι το ορεινό στοιχείο, το υγρό στοιχείο και τις φυσικές καταστροφές που χρειάστηκε τώρα να επέμβουμε. Μοιρασθήκαμε... άλλοι βοηθήσαμε στην εκκένωση, άλλοι βοηθήσανε στην παροχή πρώτων βοηθειών. Τι εννοώ δηλαδή, πυροσβέστες που ήτανε πάνω στην πρώτη γραμμή χρειαστήκανε βοήθεια, ερχότανε με αναπνευστικά προβλήματα, με δάκρυα στα μάτια. Τους παρείχαμε τις πρώτες βοήθειες μαζί με τους επαγγελματίες υγείας, όπως οι άνθρωποι του ΕΚΑΒ, ήμασταν και βοηθήσαμε μπροστά στο δάσος της Δαδιάς, χωρισμένοι σε βάρδιες και εμείς σαν εθελοντικά τμήματα όπου μπορούσαμε. Με διάφορα εργαλεία που σβήναμε μικροεστίες, είτε βοηθούσαμε απλώνοντας τις μάνικες μέσα στο δάσος, γιατί μπορεί να ήταν 100 μέτρα η εστία που οι πυροσβέστες ήταν μπροστά στην πρώτη γραμμή, να κουβαλήσουμε τους σωλήνες μπροστά. Και στην εκκένωση που ήταν και το πιο δύσκολο κομμάτι... Έπρεπε να πείσεις κάποιον, ιδίως τους ηλικιωμένους που ζούσανε πόσα χρόνια εκεί, να εγκαταλείψουν το σπίτι τους που έχουνε ιδρώσει για να τα φτιάξουν... ήταν πολύ δύσκολο... Και συγκεκριμένα ένας τελευταίος -το θυμάται ο Γιώργος -τον έβγαλαν εθελοντές τον συγκεκριμένο παππού που έπαιξε πάρα πολύ και στα social media. Τελευταία στιγμή ο άνθρωπος, εάν δεν τον βγάζανε έξω από το σπίτι του, δεν θα ζούσε τώρα... έτσι, είναι χαρακτηριστικό. Συγκεκριμένα τον βρήκαμε κιόλας την επόμενη μέρα στο καφενείο και λέμε ήτανε θαύμα που, έστω και τελευταία στιγμή, καταφέραμε και τον βγάλαμε ζωντανό... Θέλω να πω και μια έκφραση που είπε ο Γιώργος -γιατί και με τον Γιώργο και με τον Άκη είμαστε πάρα πολλά χρόνια αδελφικοί φίλοι και εκείνο το Σάββατο ήμασταν μαζί στη θάλασσα τότε, που τρώγαμε το μεσημέρι και χτύπησε το τηλέφωνο του Γιώργου, σαν πρόεδρος, και εμάς από την ομάδα διάσωσης, και φύγαμε και οι δύο για να βοηθήσουμε ο καθένας στον τομέα του. Την Κυριακή το βράδυ που ήμασταν στον Άβαντα και πλησίαζε η φωτιά μου λέει μία κουβέντα, είμαστε μέσα στο γραφείο της κοινότητας, και μου

λέει "Δημήτρη αύριο τέτοια ώρα θα καίγεται το χωριό" και του λέω "Αποκλείεται Γιώργο, δεν υπάρχει περίπτωση, θα φύγει πίσω η φωτιά στο βουνό", λέει "ακούς τι σου λέω ;" και όντως σαν κακός μάντης που είπε και στο βίντεο που είδαμε πριν που έφτιαξαν τα παιδιά, στο πολύ όμορφο βίντεο που περιγράφει τι έγινε τότε, και όντως την επόμενη μέρα είμαστε εκεί και ζήσαμε από κοντά... Όντως δεν μπορούσες να κάνεις κάτι, δηλαδή το μόνο που μπορούσες να κάνεις εκείνη τη βραδιά ήταν να σηκωθείς να φύγεις όσο πιο γρήγορα γινότανε, για να προστατεύεις τη ζωή σου.. Η φωτιά κύκλωσε στην κυριολεξία το χωριό και έμεινε μόνο ο κεντρικός δρόμος που μπορούσαμε και φύγαμε λίγο πιο πίσω προς τα κάστρα, για να σωθούν όσοι είχαμε μείνει εκεί... Ευτυχώς τελευταίες στιγμές γύρισε ο αέρας και γλίτωσε μεν το χωριό, αλλά η φωτιά έφυγε προς το Γενικό Νοσοκομείο και την Κίρκη. Ένα άλλο σημαντικό κομμάτι που βοήθησε η ομάδα διάσωσης, όσα μέλη μας ήταν εκεί, ήταν στην εκκένωση του Νοσοκομείου και στον πλωτό σταθμό που στήθηκε κάτω στο λιμάνι, γιατί αυτό πραγματικά ήτανε ... Ότι θα ζούσαμε να δούμε πώς στήνεται πλωτό νοσοκομείο και πώς κουβαλάγαμε τους ασθενείς να τους βάλουμε μέσα στο καράβι δεν υπάρχει...το πράγμα ήτανε δηλαδή... ποτέ να μην ξαναγίνει αυτό το πράγμα... αυτό ήθελα να πω... συγγνώμη που συγκινήθηκα κι εγώ....

Άκης: Είναι πολύ σημαντικά όλα αυτά, το μοίρασμα που κάνετε... Θα ήθελα λίγο να πάω στην Έλενα. Όταν εμείς πήγαμε με το κλιμάκιο για πρώτη φορά στην Δαδιά χρειάστηκε να πάμε και μια δεύτερη, και θα πω ότι λίγο είχαμε απογοητευτεί, γιατί είχαμε ξεκινήσει να πηγαίνουμε στο χωριό και ψάχναμε κάποιον για να βρούμε, να γνωρίσουμε για να ξεκινήσουμε τη δράση. Πήγαμε την πρώτη φορά στο καφενείο. Ήταν λίγοι οι άνθρωποι και λίγο καχύποπτοι. Μαζί μας και εκεί ήρθε η Έλενα, η οποία όταν έμαθε ποιος είναι ο σκοπός μας, η ίδια ανέλαβε να φέρει τους κατοίκους σ' εμάς, δηλαδή λειτούργησε σαν συνδετικός κρίκος και είδαμε και εμείς μία αγάπη για τους συγχωριανούς σου. Κατέληξε από αυτή την αρχική δική μας απογοήτευση να κάνουμε τελικά ομάδες των 30 κατοίκων στο χωριό. Θέλεις λίγο να το περιγράψεις όλο αυτό και εσύ πως ένιωθες, τι πίστευες ότι θα δώσει στους συγχωριανούς σου; Γιατί το έκανες; Τι κίνητρα είχες;

Έλενα: Λοιπόν, αφού λοιπόν ήρθαμε σε επαφή με τον Άκη και μου εξήγησε το ρόλο της κινητής μονάδας υποστήριξης πυρόπληκτων περιοχών, εγώ, ως γραμματέας του αθλητικού κι επιμορφωτικού συλλόγου Ακρίτας συλλόγου Δαδιάς, ανέλαβα υπεύθυνα να καλέσω όλους τους κατοίκους του χωριού προσωπικά, τηλεφωνικώς, δια ζώσης, ώστε να δημιουργήσουμε αυτή την ομάδα. Ανά 15 ήμερο ερχότανε τα παιδιά με την ομάδα τους και κάναμε τις συναντήσεις μας στο σύλλογο όπου και ο πάτερ του χωριού μας ήταν πάντα παρών. Δεν περίμενα η αλήθεια είναι ... μάλλον θα το πάω αλλιώς. Αυτό που με συγκλόνισε περισσότερο ήτανε η ομιλία που κάναμε για το πένθος και την απώλεια. Που στο μυαλό μου ήταν συνυφασμένο με τη φωτιά... Μπορεί να μην μιλούσαμε για απώλεια φυσικού προσώπου, αλλά όλοι ήμασταν σε μία κατάσταση πένθους, θρήνου, ήτανε θρήνος αυτό που ζούσαμε όλοι. Επίσης, αυτό που μου έκανε τρομερή εντύπωση είναι ότι ήμασταν άνθρωποι διαφορετικών ηλικιών, νομίζω η γηραιότερη γυναίκα ήτανε 82 λοιπόν. Εγώ νομίζω ήμουν η νεότερη. Το πόσο διαφορετικά αντιμετωπίσαμε όλοι την κατάσταση της πυρκαγιάς, το πόσο διαφορετικά ήταν τα συναισθήματά μας, αλλά και πόσο διαφορετικά ήταν τα συναισθήματά μας μεταξύ των δύο πυρκαγιών που βιώσαμε εμείς, του '23 και του '24... Ακόμη και εγώ η ίδια έχω διαφορετικά συναισθήματα για αυτές τις δύο φωτιές, τις δυο φυσικές καταστροφές... Ακόμη και δύο χρόνια σχεδόν μετά, συνειδητοποιώ ότι δεν το έχω ξεπεράσει, δηλαδή εδώ μιλάμε όλοι και συγκινούμαστε, το μετατραυματικό στρες που βιώνουμε δεν ξέρω πότε μπορεί να ξεπεραστεί.

Άκης: Ευχαριστούμε πολύ Έλενα. Θέλω να γυρίσω λίγο πάλι στη Δώρα και να κάνω μία ερώτηση. Όταν ήρθαμε σαν ομάδα μας είχε κάνει απ την αρχή εντύπωση το εξής. Πριν φτάσει οποιοσδήποτε φορέας σε κάποιον, οποιοσδήποτε για να προσεγγίσει έναν πολίτη που είναι σε απόγνωση, που μπορεί να έχει χάσει την περιουσία του, που μπορεί να κινδυνεύει ένα συγγενικό του πρόσωπο... είστε εσείς εκεί, η πυροσβεστική. Πού ίσως να μην έχετε και την εκπαίδευση να παρέχετε αυτό που λέμε «πρώτες βοήθειες ψυχικής υγείας», το κάνετε όμως ή καλείστε να το κάνετε... Θα ήθελα λίγο να μου πεις πώς το κάνατε και εκείνη την περίοδο ποιοι άνθρωποι έρχονταν σε σας...

Δώρα: Κοίταξε, δεν ξέρω πραγματικά πώς να το μεταφέρω με λόγια. Αυτή η αλόγιστη καταστροφή άφησε σε πολλούς μας πίκρα, πόνο αλλά και πολλά ερωτήματα και πολλά γιατί. Οι κάτοικοι της κάθε περιοχής που φλεγόταν είχαν και διαφορετική αντιμετώπιση... τι θέλω να πω... Σε κάποια σημεία οι γυναίκες, παρά την απώλεια τους, παρόλο τον πόνο τους και το πένθος, όπως είπε και η Έλενα, ήταν παρούσες με ό,τι μπορούσαν... ή θα μας έφερναν κάλτσες ή θα μας έφερναν ρούχα, πέραν φυσικά του φαγητού. Ακόμα πολλές φορές ρωτούσαν "χρειάζεστε κάτι άλλο ;Έχετε ανάγκη κάτι άλλο;" και σε άλλα σημεία γινόταν ομάδα μαζί μας. Αυτοί οι άνθρωποι από πού έπαιρναν αυτήν τη δύναμη; Τους την έδωσε ο θεός, όπως και σε μας; Από πού αντλούσαν όλο αυτό το μεγάλο «Θέλω να προσφέρω»; Είχε μεγάλη, συγκινητική θέση σε μας σε μεγάλο βαθμό και όταν ακόμα έρχονταν να μας δείχνουν τους δρόμους με τα δικά τους αυτοκίνητα, να είναι μπροστά από μας, αψηφώντας τον κίνδυνο. Θα μου μείνει αξέχαστη και, βασικά δεν θα διαγραφούν από τη μνήμη μου ποτέ πράγματα και εικόνες... Ακόμα ξυπνάω και πετάγομαι στον ύπνο μου και βλέπω

εφιάλτες και πράγματα που μου θυμίζουν... Δεν θα ξεχάσω λοιπόν μία κοπέλα έντρομη με αγωνία, σε κατάσταση πανικού, να έχει πλησιάσει το πυροσβεστικό όχημα εκεί και να λέει " σας παρακαλώ κάνετε κάτι" λέω " σε τι να σας βοηθήσουμε τι θέλετε" μου λέει " έχω χάσει τη μητέρα μου δεν έχω νέα της από χθες», ήτανε συγκεκριμένο στο χωριό Σιδηρό. Ε, όταν την ρώτησα να μου πει δεν μπορούσε να βγάλει καν λόγο, να μου μιλήσει, τόσο φοβισμένη ήταν και απελπισμένη. Την άφησα λίγο να ηρεμήσει έχοντας την αγκαλιά και να της λέω "ηρέμησε, ψυχραιμία, θα τη βρούμε την μαμά σου, δεν θα έχει πάθει κάτι ". Ενήργησα εκείνη την ώρα και ως μάνα και ως κόρη- γιατί θα μπορούσε να ήτανε η δικιά μου μητέρα ή να ήμουνα εγώ που να ψάχνω την κόρη μου -και μου λέει ότι η μαμά της είχε να πάρει νέα της από την στιγμή της εκκένωσης. Της είπα ότι θα είναι στο κεντρικό σημείο, στα κεντρικά σημεία που έχουνε βάλει όλους τους κατοίκους που εκκενώνονται και θα πάρουμε τηλέφωνο την πρώτη στιγμή που θα βρεθεί κάτι διαθέσιμο. Μου λέει " σας παρακαλώ πείτε μου ότι είναι αλήθεια, θέλω να πιστέψω ότι αυτό που μου λέτε ισχύει"... κι εκεί μέσα σε λίγα λεπτά έχοντας την αγκαλιά χτύπησε το τηλέφωνο και ήταν η μητέρα της. Και της λέει ότι είναι στο τάδε σημείο... Επαληθεύτηκε, επιβεβαιώθηκε! Η κοπέλα τόση χαρά που πήρε με δάκρυα στα μάτια μου λέει " να σε έχει ο θεός καλά" και η αγκαλιά της ήταν τόσο σφιχτή, που σε μένα έδωσε εκείνη την ώρα τόση δύναμη, παρόλο που 17 μέρες δεν σταματήσαμε καθόλου. Αυτό με συγκλόνισε βαθιά μέσα μου, γιατί είναι η απόγνωση και η αγωνία του να ψάχνεις ένα δικό σου άτομο και να μην το βρίσκεις μέσα σε αυτό το σκηνικό του καπνού και της φωτιάς, τους φορείς, τις σειρήνες, τα πάντα, όλος αυτός ο κίνδυνος, αλλά πάντα υπάρχει ελπίδα...

Άκης: Το θέμα που συζητάμε μπορούμε να το συζητάμε για πολλές ακόμα ώρες και νομίζω ότι είναι ανεξάντλητη συζήτηση. Ωστόσο πρέπει να σεβαστούμε και το χρόνο. Έτσι για κλείσιμο θα ήθελα να ρωτήσω τον καθένα και την καθεμία από εσάς να μας πείτε πώς είναι το σήμερα, μετά από αυτή την καταστροφή. Έχει περάσει, δεν έχει περάσει ακόμα; Έχουμε κάνει κάτι και το 'χουμε διαχειριστεί κάπως καλύτερα; Πώς είναι σήμερα η κατάσταση για εσάς ατομικά για τον καθένα;

Έλενα: Νομίζω απάντησα πριν λίγο σε αυτό, ότι είμαστε σχεδόν 2 χρόνια μετά και ακόμη ζούμε με το μετατραυματικό στρες. Παρόλα αυτά μπορεί να είμαι κλαψιάρρα, αλλά είμαι και πολύ αισιόδοξη. Θέλω να πιστεύω, και πιστεύω, ότι θα υπάρξει αναγέννηση, όπως και στο δάσος, έτσι και στις ψυχές μας. Εντάξει, δεν είμαι εγώ ειδικός για να απαντήσω το πότε και αν θα επανέλθει το δάσος και όλα αυτά που ακούμε... Αυτό ήταν επίσης ένα πράγμα που με στεναχώρησε πάρα πολύ, η παραπληροφόρηση... Ειδικά όταν έβλεπα κάποιες φωτογραφίες με εκείνο το θλιμμένο μαυρόγυπα που κυκλοφορούν και γράφανε "ο θλιμμένος μαυρόγυπας" ... τα πουλιά είναι στη Δαδιά, δεν έχουνε φύγει, υπάρχουν ακόμα εκεί και φωλιάζουνε! Δηλαδή η παραπληροφόρηση αυτή μέσα από τα social κάποια στιγμή πρέπει να σταματήσει. Να πω και κάτι άλλο, ότι ακόμα και πρόσφατα που είχαμε κάνει μία γιορτή μανιταριού στη Δαδιά, που κάνουμε κάθε χρόνο, με παίρναν διάφοροι τηλέφωνο και με ρωτούσαν αν η γιορτή γίνεται μέσα στα καμένα... Δεν γνωρίζει ο κόσμος αν κήκε όλο το χωριό ή ποιο σημείο έχει καεί. Υπάρχει έτσι μία μεγάλη σύγχυση σε αυτό το κομμάτι. Πάντως, όπως είπαμε, είμαι αισιόδοξη, πιστεύω ότι υπάρχει ελπίδα. Αυτό που πρέπει να πω, που έχω δει από εμένα και που έχουμε συζητήσει και μαζί και στην ομάδα, είναι ότι πρέπει να δώσουμε το χώρο, το χρόνο, να πάρουμε την απόστασή μας, να δούμε τα πράγματα και ανάλογα με τις συνθήκες να συνεχίσουμε και να προχωρούμε με αυτές... Ευχαριστώ.

Βαγγέλης: Πιστεύω μετά από αυτό το γεγονός που όλοι ζήσανε ο καθένας στο χωριό του ότι κάποια πράγματα πλέον έχουμε σταματήσει να τα θεωρούμε δεδομένα. Γιατί πάντα λέγαμε «θα ανοίξω το παράθυρο, το δάσος το πράσινο...» Εδώ και δύο χρόνια δεν είναι πράσινο. Βέβαια σιγά-σιγά αρχίζει και λίγο πρασινίζει, δείχνει ότι προσπαθεί να αναγεννηθεί. Έτσι μαζί με αυτό αλλάζει λίγο και η ψυχολογία των κατοίκων, πιστεύω, σε όλα τα χωριά. Όσο ο καιρός περνάει, γιατί λένε ότι ο καλύτερος γιατρός είναι ο χρόνος, κάποια στιγμή πιστεύω ότι θα το ξεπεράσουμε όσο γίνεται όλοι. Όμως πάντα όταν θα λες 2023 το μυαλό σου θα πηγαίνει εκεί, όπως λες 2004 η Ελλάδα πήρε το mundial και χαίρεσαι, έτσι θα λες 2023 ο Έβρος κήκε, μαύρισε η ψυχή του, ο μέσος και ο νότιος Έβρος ας πούμε. Αυτό εγώ έχω μέσα μου και ελπίζω μην το ξαναζήσουνε, ούτε αυτοί που το ζήσανε, ούτε τα παιδιά τους, ούτε κανέναν αυτά και ευχαριστούμε πάρα πολύ που ερχόσασταν και να ξαναέρθετε στο χωριό μας.

Βάσω: Εγώ θέλω να πω ότι η δύσκολη κατάσταση πρέπει να αντιμετωπιστεί συλλογικά. Η Κίρκη συνεχίζει να ταλαιπωρείται ακόμα και το άγχος και το στρες του κόσμου συνεχίζει να είναι έντονο γιατί έχουν να αντιμετωπίσουν και την γραφειοκρατία της κρατικής αρωγής, όλη αυτή τη βραδύτητα και τις λειτουργίες που απογοητεύουν τους ανθρώπους. Η ελπίδα βέβαια δεν πρέπει να χάνεται ποτέ. Η αλληλεγγύη, η αναγέννηση και ο πολιτισμός θα πρέπει να είναι τα εχέγγυα για να προχωρήσουμε μπροστά. Ευχαριστώ πολύ για αυτή την εμπειρία σήμερα εδώ.

Γιώργος: Όπως μας έλεγαν οι ειδικοί, αφού έφυγε η φωτιά και μετά, μας λέγαν ότι θα πρέπει να αφήσουμε χρόνο η φύση να κάνει τη δουλειά μόνη της. Δυστυχώς σε τόσο μεγάλης έκτασης καταστροφή δεν μπορείς να παρέμβεις, παρά μόνο να κάνεις αυτά που άμεσα πρέπει. Έπειτα, πρέπει να αφήσεις τη φύση να δουλέψει και να κάνει το έργο της. Είναι πολύ δύσκολο, γιατί η εικόνα έχει αλλάξει εντελώς. Παρόλα αυτά είναι μεγάλο παράδειγμα ο σύλλογος της Κίρκης, που εγώ θα πω ότι εσείς δραστηριοποιήστε πολύ περισσότερο μετά τη φωτιά, δηλαδή ξαφνικά την Κίρκη μετά τη φωτιά τη βλέπουμε πολύ περισσότερο παντού και μπράβο σας 1.000 μπράβο για ένα πολύ μεγάλο παράδειγμα. Και εμείς συνεχίζουμε στον Άβαντα με όλες τις δυσκολίες, αφήνουμε τη φύση να κάνει τη δουλειά της και σιγά-σιγά επανερχόμαστε σε όλα τα επίπεδα. Ευχαριστούμε και εμείς πάρα πολύ για όλη τη βοήθεια.

Δημήτρης: Εγώ από την πλευρά μου τώρα δεν θα μιλήσω ως διασώστης, αλλά από την άλλη μου αγάπη που είναι το βουνό. Πριν 5 χρόνια ξεκινήσαμε μαζί με το Γιώργο ως πρόεδρος του χωριού και ανοίξαμε τα πρώτα μονοπάτια στον Άβαντα - όποιος δεν γνωρίζει, το μονοπάτι του καταρράκτη- και μετά από χρόνια συνεχίσαμε και στην αγαπημένη μας Κίρκη, αυτό που είπε πριν και κυρία Βάσω Παντελίδου. Λοιπόν τώρα εγώ αυτό που βλέπω- γιατί συνεχίζουμε να περπατάμε -είναι στο χέρι μας να ξαναδώσουμε ζωή στη φύση και να μην το αφήσουμε αυτό το πράγμα και ευτυχώς είμαστε κάποιοι άνθρωποι και παίρνουμε κι άλλους μαζί μας και δίνουμε ελπίδα στον τόπο μας. Συνεχίζουμε ακόμα, κάνουμε τις πεζοπορίες, ακόμα και στα καμένα και στηρίζουμε τα χωριά όπως κάναμε. Τώρα τελευταία με την τελευταία μας πεζοπορία που κάναμε είχαμε 70 άτομα στο βουνό. Μας υποδέχτηκε ο σύλλογος με τα αντίστοιχα κεράσματα, μετά στη συνέχεια περπατήσαμε μες στο βουνό, είδε ο κόσμος το μέγεθος της καταστροφής, αλλά παράλληλα και την ελπίδα να αναγεννηθούν τα καμένα, γιατί όπως είπε και ο Γιώργος η φύση θέλει χρόνο για να βρει τον τρόπο και θα ξυπνήσει ξανά, αρκεί να ξυπνήσουμε και εμείς και να συνεχίσουμε να προσπαθούμε για αυτό που κάνουμε. Πριν δυο εβδομάδες είχα την χαρά να συνοδεύσω το σχολείο της Χηλής, την Έ και την ΣΤ' δημοτικού, στην Παλαγία. Τώρα την επόμενη εβδομάδα το 3^ο σχολείο Κομοτηνής, προς τιμή του, με πήραν τηλέφωνο και μου είπε "μπορείς να μας πας να περπατήσουμε στον Άβαντα; "και λέω "εννοείται θα σας πάω". Θα έρθουνε πάλι δύο λεωφορεία με παιδάκια- που αυτή είναι η νέα γενιά έτσι για τα παιδιά- θα πούνε και στους γονείς τους αυτό που τους λέω "να πάτε σπίτι σας μετά και να πείτε στη μαμά και στον μπαμπά που πήγατε, τι είδατε και την επόμενη φορά να έρθετε όλοι μαζί ". Νομίζω αυτό αν κάνει ο καθένας μας από το κομμάτι του θα δώσουμε πάλι ξανά ζωή στον τόπο μας. Αυτό ήθελα να πω εγώ, ευχαριστώ πολύ τον Άκη για την πρόσκληση, την εταιρεία του κύριου Σακελλαρόπουλου για αυτό που κάνει και να συνεχίσει να το κάνει με ακόμα περισσότερη αγάπη και δράσεις. Ευχαριστώ πολύ.

Δώρα: Λοιπόν θα σας θυμίσω κάτι και θα κλείσω έτσι. Εμείς οι πυροσβέστες δεν έχουμε ώρες, δεν έχουμε εποχές, και μετά την καταστροφική πυρκαγιά σε μας ήρθε άλλο ένα επίπονο κομμάτι, με την πλημμύρα της Θεσσαλίας. Και εκεί δώσαμε τη μάχη μας και θα δίνουμε τη μάχη μας. Όλα αυτά πονάνε, μείνουν χαραγμένα μέσα μας, είμαστε και εμείς τρωτοί άνθρωποι, και εμείς έχουμε απώλειες. Δεν θα ξεχάσω και δεν ξεχνώ κανένα συμβάν που έχω πάει μέχρι σήμερα, όλα είναι χαραγμένα μέσα μου, στην καρδιά μου, σε μία γωνιά. Όταν θέλω τα ξεθάβω και όταν θέλω τα ξαναθάβω... Είναι πολύ δύσκολο να περιγράψω με λόγια... ούτε την ηχώ της φωτιάς... γιατί πάντα κάθε συμβάν, κάθε φαινόμενο πρώτα φωνάζει και μετά έρχεται. Μέχρι να βγω στη σύνταξη εγώ θα παλεύω, γιατί αγαπώ αυτό που κάνω και αν φύγω με σύνταξη θεωρώ και πιστεύω μέσα μου ότι δεν πρόκειται να ξεχαστεί τίποτα από όποια γωνιά της γης και αν έχω περάσει. Νιώθω μεγάλη ικανοποίηση και μεγάλη συγκίνηση που είμαι εδώ σήμερα για να πω και ένα άλλο μεγάλο ευχαριστώ - εκτός από την ομάδα, στα άριστα αυτά παιδιά- στον κόσμο! Ο κάθε απλός πολίτης, είτε είναι μικρός είτε ένα μεγάλος, μετά την καταστροφική πυρκαγιά του Έβρου, ο κόσμος έχει ευαισθητοποιηθεί. Ό,τι ύποπτο και να βλέπει, ό,τι και να υπάρχει. Είμαστε πολύ ευγνώμονες και τους χρωστάμε ένα πολύ μεγάλο ευχαριστώ, γιατί με την παραμικρή ύποπτη κατάσταση παίρνει τηλέφωνο. Δεν μπορείτε να φανταστείτε το πόσο είναι μεγάλο αυτό. Εμείς στη δική μας την οικογένεια, στο πυροσβεστικό σώμα, στο πρώτο λεπτό είμαστε με ένα ποτήρι νερό, στο δεύτερο με ένα κουβά και στο τρίτο έχουμε χάσει το παιχνίδι... ευχαριστώ πάρα πολύ που είμαι εδώ, και θα κλείσω με το ότι μπορεί να πληρωνόμαστε για αυτό που κάνουμε, αλλά θα ήθελα να είμαστε αχρείαστοι. Ευχαριστώ.

Άκης: Εντάξει, εγώ τώρα ακούγοντάς σας θέλω να σε ευχαριστώ διπλά που ήσασταν σήμερα εδώ και που μοιραστήκατε όλο αυτό το κομμάτι από την ψυχή σας. Ευχαριστούμε πάρα πολύ και το κοινό που μας παρακολούθησε και ελπίζουμε αυτό το βίωμα να ήταν χρήσιμο για όλους όσους ήταν παρόντες και παρούσες σήμερα εδώ. Ευχαριστώ και εγώ πάρα πολύ.

Συζήτηση:

Μαρίνος: Καλησπέρα σας, ονομάζομαι Μαντζιάρας Μαρίνος, Κοινωνικός Λειτουργός στο δήμο Σουφλίου, προϊστάμενος τμήματος Κοινωνικών Υπηρεσιών. Καταρχάς συγχαρητήρια στην Εταιρεία Κοινωνικής Ψυχιατρικής, σε

όλους τους διοργανωτές κ όσους συνέβαλαν. Εμείς είμαστε η δεύτερη γραμμή, από πίσω, σαν κοινωνικές υπηρεσίες. Νιώθω μεγάλη χαρά και μεγάλη ικανοποίηση που σας γνωρίζω. Εμείς όσο και να θέλαμε να είμαστε μπροστά δεν μας αφήνανε. Γιατί, λέει, εσείς θα είσαστε πίσω, θα μαζεύετε τρόφιμα, θα μαζεύετε νερά, σταγόνες φάρμακα και τα λοιπά θα βρίσκετε ασφαλές καταφύγιο για όσους ερχότανε... μιλήσατε για το Σιδηρό, για την εκκένωση. Εκκενώθηκαν ξανά δύο φορές Λευκίμμη και άλλα χωριά... πραγματικά... ο αγώνας σας τιτάνιος, όλα πήγαν καλά όμως. Πραγματικά ένα πολύ μεγάλο ευχαριστώ απ' τις τοπικές κοινότητες, όλοι δώσατε την καρδιά σας και τον εαυτό σας.

Αθηνά: Νομίζω ότι ήτανε πολύ δυνατές στιγμές, έτσι και επειδή και εγώ στα πολύ μικρά μου χρόνια έχω βιώσει τις φωτιές μπορώ να το καταλάβω όλο αυτό. Να καταλάβω επίσης τι μπορεί να διακινείται στον άνθρωπο για να έχει αυτή τη δύναμη. Αυτό το οποίο θέλω να πω είναι ότι πριν από δύο χρόνια, έρχομαι συχνά στον Έβρο και για την δουλειά μου, αλλά και για τον τόπο, υπήρχε κάτι περιρρέον στο περιβάλλον, το οποίο διακινούσε και χτυπούσε καμπανάκια... Έρχεται η φωτιά, υπήρξε όλο αυτό το οποίο βιώνουμε σήμερα... και τι βιώνουμε σήμερα; Βλέπουμε δηλαδή ότι αντανακλαστικά η κοινωνία υπάρχει, οι δεσμοί υπάρχουνε, οι κοινότητες υπάρχουνε, άρα αυτό το κύμα που μπορεί να έχετε με την «καταστροφικότητα», εντός εισαγωγικών, διότι δεν είναι και τόσο καταστροφικό, φτάνει εμείς να καταλαβαίνουμε... με τον τουρισμό και πώς κινδυνεύει από τα οικονομικά κίνητρα να διαβρώσει τις κοινωνίες... Πόσο σημαντικό, λοιπόν, είναι να ακούσουμε πως υπάρχουν ακόμα οι βάσεις, πως δεν τις έχουμε χάσει ακόμα σαν ελληνική κοινωνία και να δούμε πως συνεχίζουμε να λειτουργούμε... Δηλαδή με αυτό το ζύπνημα, με αυτό το τράνταγμα με τις φωτιές εδώ στον Έβρο, ιδίως όλο αυτό το κομμάτι, να συνεχίσουμε να τον κάνουμε δεσμό, να το κάνουμε πεδίο συγκεντρώσεων, ενδυναμώσεων, καλλιέργειας της ανθεκτικότητας... και πραγματικά ήδη στην Εταιρεία Κοινωνικής Ψυχιατρικής βλέπουμε τα χωριά που ερημώνουνε, τι μπορούμε να κάνουμε ούτως ώστε αυτό το κομμάτι να το κάνουμε δύναμη και όχι φθίνουσα πραγματικότητα...

Εδώ είμαστε λοιπόν, χαίρομαι που η Ευρώπη είναι εδώ σήμερα μαζί μας. Ευχαριστώ το Ρενέ που τελικά είμαστε εδώ στην Αλεξανδρούπολη και νομίζω ότι έχουμε δουλειά μπροστά μας, οπότε να είμαστε καλά.

Πατήρ Ιωακείμ: Είμαι ο πατήρ Ιωακείμ, εφημέριος της Δαδιάς. Νομίζω ότι είναι πολύ σημαντικό ότι η παρουσία σας όλο αυτό το εξάμηνο στη Δαδιά και των ανθρώπων, αλλά και του ιερέως ήταν πολύ σημαντική, διότι δεν ήταν μόνο σαν πρόσωπο ο υποφαινόμενος, αλλά ήταν και παρούσα η εκκλησία που εκπροσωπείται από τον υποφαινόμενο, αν θέλουμε να πούμε ότι μπορεί να εκπροσωπηθεί ...δεν είμαι άξιος να εκπροσωπήσω. Η χάρις του Θεού είναι... Θα θέλαμε να σας ευχαριστήσουμε πάρα πολύ κυρία Φραγκούλη από μέσης καρδιάς για όλη αυτή την πορεία του εξαμήνου που ερχόταν η ομάδα στη Δαδιά και πραγματικά αναζωπυρώσατε την ελπίδα μέσα μας, ακόμα και σε μένα, ακόμα ναι, εγώ μπορεί να είμαι πνευματικός, μπορεί να είμαι εξομολόγος, αλλά δεν πρέπει να ξεχνάμε ότι είμαι και άνθρωπος τρωτός, όπως είπε και η Δώρα.

Και αναγεννήσατε την ελπίδα μας, την ελπίδα μέσα μας, κάνατε να εξωτερικεύσουμε τον πόνο, το πένθος, τη θλίψη... Για αυτό που έγινε θα πω όλο είναι θλιβερό, όλο είναι πενηφόρο το γεγονός και θα ήθελα να σας παρακαλέσω να μην το σταματήσετε. Θα θέλαμε να συνεχίσει αυτή η δράση. Κάνετε καλό στους ανθρώπους, βοηθάτε τους ανθρώπους να εξωτερικεύουν αυτό που έχουν μέσα τους και δεν μπορούν να το εξωτερικεύσουν, διότι λείπει η επικοινωνία. Λείπει η επικοινωνία και οι άνθρωποι έχουν κλειστεί στον εαυτό τους και από το γεγονός της πυρκαγιάς και από άλλα διάφορα γεγονότα που έχουν στην προσωπική ζωή. Αυτή η δράση όμως κάνει καλό στην εξωτερίκευση, στο να απαλυνθεί ο πόνος των ανθρώπων και να βγάλουν από μέσα τους αυτό που τους πιέζει και τους δημιουργεί κακία στην ψυχή και να μπορέσουμε να προχωρήσουμε με την ελπίδα ότι ναι, εμείς είμαστε εδώ και σαν διασώστρια, σαν εθελοντής, και σαν πρόεδροι και σαν σύλλογος και σαν εκκλησία είμαστε εδώ. Είμαστε εδώ στην άκρη της Ελλάδας, στον Έβρο και είμαστε παρόντες, ο καθένας από το δικό του μετερίζι και από τη δική του πλευρά, να βοηθήσουμε τους ανθρώπους... όμως το χέρι που πρόσφερε βοήθεια μέσω της Εταιρείας Κοινωνικής Ψυχιατρικής Παναγιώτης Σακελλαρόπουλος, να τον αναπαύει ο Θεός τον κύριο Παναγιώτη και να είστε γεροί να τον έχετε στην θύμησή σας, και εμείς τον μνημονεύουμε και εσάς. Θέλουμε να συνεχίσει αυτή η δράση, σας το ζητούμε σαν χάρη, και εύχομαι από την καρδιά μου να είστε ευλογημένοι. Καλή ανάσταση σε όλους λοιπόν, ψυχών και σωμάτων, να είστε καλά.

Μενέλαος: Είμαι ο Μενέλαος Θεοδωρουλάκης, είμαι ο πρόεδρος της Ομοσπονδίας Φορέων Ψυχικής Υγείας Αργών. Η Αργώ είναι από το 2005 σε κάθε καταστροφή δίπλα στο συνάνθρωπο. Ξεκινήσαμε από το δυστύχημα του «Ηλιος» συνεχίσαμε με τη Ζαχάρω (πυρκαγιά) και ήμασταν και εδώ έμμεσα με την Εταιρεία Κοινωνικής Ψυχιατρικής. Ευτυχώς κάτι έχει αρχίσει και αλλάζει στα Υπουργεία και καταλαβαίνουν ότι προτεραιότητα είναι ο άνθρωπος. Ως την πρόσφατη φωτιά της Εύβοιας οι άνθρωποι την επόμενη μέρα μένανε μόνοι τους. Αυτή τη διαφορά ήρθαμε να κάνουμε. Και στην Εύβοια μείνανε τα κλιμάκια σχεδόν 1,5 χρόνο και στη Θεσσαλία επίσης ένα χρόνο και στη Δαδιά. Το ζήτημα είναι ότι είμαστε μπροστά σε μία σειρά από φυσικές καταστροφές που δεν φτάνει μόνο η αντιμετώπιση τους μετά. Δυστυχώς

δεν ξέρω πόσα έχουμε κάνει για το πριν και μαζί με τη διεκδίκηση της συνέχισης της ζωής για το αύριο, πρέπει να βάλουμε και το αίτημα της διατήρησης της ζωής σήμερα.

Δυστυχώς τα Τέμπη είναι πολύ πρόσφατα (δυστύχημα τρένων) και δείξαν ότι ο σχεδιασμός του κράτους για την οποιοδήποτε αντιμετώπιση καταστροφής δεν υπάρχει, άρα, παρόλο που είμαι από φορέα ψυχικής υγείας και επικροτώ το έργο που έγινε το εξάμηνο- και που έπρεπε να συνεχίσει για μας ώσπου να τελειώσει και το τελευταίο σύμπτωμα μετατραυματικού στρες- πρέπει να χτίσουμε ανθεκτικότητα για τις επόμενες κρίσεις και να διεκδικήσουμε όχι 17 μέρες να διαχειριζόμαστε μία πυρκαγιά! Στην πρώτη ώρα, όπως είπε η κυρία από το πυροσβεστικό σώμα, να υπάρχει δύναμη να αντιμετωπίσουμε τις κρίσεις! Η κρίση δημιουργείται, επειδή κάτι πήγε λάθος στην αρχή και δεν μπορούμε να τις σταματήσουμε στο τέλος.

Έχουμε βιώσει στην Εύβοια αντίστοιχα το φαινόμενο 4 μέρες να πηγαиноέρχεται μία φωτιά από το ένα άκρο του νησιού στο άλλο. Ζήσαμε στη Θεσσαλία από λάθη στην αντιπλημμυρική προστασία να χάνονται άνθρωποι, να χάνονται ζωά ,να χάνονται περιουσίες. Δεν φτάνει - και μιλώντας και με την ιδιότητα της Ομοσπονδίας- να βιώνουμε όλο το μετά, να μιλάμε μόνο για το μετά. Πρέπει να διεκδικήσουμε και για το πριν! Αυτή την παρέμβαση ήθελα να κάνω.

Γιώργος Κ.: Γεια σας από μένα, ήθελα και εγώ να πω πως είχα ζήσει τη φωτιά στην Αλεξανδρούπολη του 2023. Κάηκαν τα πάντα και μετά πλάκωσε πλημμύρα, φούσκωσαν τα ποτάμια και τα είχε καταστρέψει όλα. Τα έχει καταστρέψει όλα τότε εκείνη τη χρονιά. Και όταν πήγαίνα από την Εγνατία που πας κάτω για την Αθήνα στον Πηνειό, τραβάει μία βροχή και τα πλημμύρισε όλα... Ήμασταν τυχεροί. Άμα πηγαίναμε λίγο πιο αργά θα μέναμε εκεί... και θέλω να πω ότι πρέπει να έχουμε κουράγιο και θάρρος να τα αντιμετωπίζουμε όλα αυτά, με συνεργασίες. Αυτό ήθελα να πω, ευχαριστώ πάρα πολύ.

Δημήτρης Κωστόπουλος: Εθελοντής διασώστης, μέλος της Ελληνικής Ομάδας Διάσωσης.

Γιώργος Χατζηγεωργίου: Πρώην Πρόεδρος του Κοινοτικού Συμβουλίου Άβαντος (τοπικό χωριό που επλήγη από πυρκαγιές)

Βάσω Παντελίδου: Πρόεδρος του Κοινοτικού Συμβουλίου Κίρκης (τοπικό χωριό που επλήγη από πυρκαγιές)

Έλενα Νταουλά: Μέλος του Κοινοτικού Συμβουλίου Δαδιάς

Βαγγέλης Κίκος: Αγρότης, κάτοικος του πυρόπληκτου χωριού Δαδιά.

Δώρα Μόσχου: Πυροσβέστης, Πυροσβεστική Υπηρεσία Αλεξανδρούπολης.



Η εμπειρία ψυχολογικής υποστήριξης μετά από σεισμούς στην Τουρκία Ceren Acarturk

Σήμερα, θα ήθελα να μιλήσω για τους σεισμούς που έπληξαν την Τουρκία και τη Συρία στις 6 Φεβρουαρίου 2023. Ήταν μια τεράστια καταστροφή, όχι μόνο λόγω των φυσικών ζημιών, αλλά και εξαιτίας του αντίκτυπου στην ψυχική υγεία τόσων ανθρώπων. Ο σεισμός άλλαξε ζωές σε μια στιγμή, και οι επιπτώσεις του εξακολουθούν να γίνονται αισθητές, ιδίως στο συναισθηματικό και ψυχολογικό βάρος των επιζώντων.

Στις 6 Φεβρουαρίου 2023, ένας ισχυρός σεισμός μεγέθους 7,8 Ρίχτερ έπληξε τη νότια Τουρκία, και λίγα λεπτά αργότερα ακολούθησε ένας δεύτερος ισχυρός μετασεισμός μεγέθους 6,4 Ρίχτερ. Το επίκεντρο ήταν κοντά στο Γκαζιαντέπ, αλλά η καταστροφή εξαπλώθηκε σε μεγάλη ακτίνα. Συνολικά, έντεκα επαρχίες επηρεάστηκαν σοβαρά: Αντάνα, Αντιγιάμαν, Ντιγιαρμπακίρ, Ελαζίγ, Γκαζιαντέπ, Καχραμάνμαρας, Κιλίς, Μαλάτεια, Οσμανίγιε, Σανλιούρφα και Χατάι (Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας, 2023). Ορισμένες από αυτές, όπως η Χατάι, καταστράφηκαν σχεδόν ολοσχερώς. Χιλιάδες κτίρια κατέρρευσαν και εκατομμύρια άνθρωποι έμειναν άστεγοι. Οι σεισμοί κόστισαν τη ζωή σε 50.783 ανθρώπους, ενώ περισσότεροι από 100.000 τραυματίστηκαν. Η καταστροφή προκάλεσε σοβαρές δομικές ζημιές και κατέστησε ακατοίκητα περίπου 307.000 κτίρια. Περίπου 2,4 εκατομμύρια άνθρωποι μεταφέρθηκαν σε προσωρινά καταλύματα, εκ των οποίων το 68% διαμένει σε άτυπα καταφύγια. Λόγω των εκτεταμένων συνεπειών τους, αυτοί οι σεισμοί ονομάστηκαν «η καταστροφή του αιώνα» (ΠΟΥ, 2023).

Ενώ η φυσική καταστροφή είναι άμεσα ορατή, οι ψυχολογικές επιπτώσεις μπορεί να παραμείνουν σιωπηλές για καιρό. Ωστόσο, η εμπειρία από προηγούμενες καταστροφές μας έχει διδάξει ότι, μετά από ένα τέτοιο τραύμα, η συναισθηματική υγεία είναι εξίσου σημαντική με την ανοικοδόμηση. Έρευνες και κλινική εμπειρία δείχνουν ότι οι επιζώντες τέτοιων καταστάσεων διατρέχουν αυξημένο κίνδυνο να εμφανίσουν ψυχικές διαταραχές όπως Διαταραχή Μετατραυματικού Στρες (PTSD), κατάθλιψη και αγχώδεις διαταραχές. Αν και η PTSD είναι η πρώτη που μας έρχεται στο μυαλό όταν μιλάμε για τραυματικά γεγονότα, η απώλεια αγαπημένων προσώπων ή της κατοικίας μπορεί να προκαλέσει βαθιά θλίψη και απελπισία. Η αβεβαιότητα για το μέλλον, σε συνδυασμό με την απώλεια, αυξάνει τον κίνδυνο κατάθλιψης. Η απώλεια ελέγχου της ζωής, οι ανεξέλεγκτες αλλαγές στην καθημερινότητα και το συνεχές άγχος από τους μετασεισμούς επιβαρύνουν την ψυχική υγεία.

Η ψυχική κρίση μετά από μια καταστροφή είναι δύσκολο να αντιμετωπιστεί άμεσα. Συνήθως, η προτεραιότητα δίνεται στην παροχή τροφής, καταλύματος και ιατρικής φροντίδας. Και ενώ αυτά είναι απολύτως απαραίτητα, η ψυχική υγεία συχνά παραμελείται. Στην Τουρκία, όπως και αλλού, το στίγμα γύρω από την ψυχολογική υποστήριξη παραμένει, ενώ οι διαθέσιμοι επαγγελματίες ψυχικής υγείας δεν επαρκούν για την κάλυψη των αυξημένων αναγκών. Πολλοί επιζώντες δεν έχουν πρόσβαση σε θεραπεία ή υποστηρικτικές υπηρεσίες, ενώ άλλοι περιμένουν για πολύ καιρό. Υπάρχει ένα ξεκάθαρο κενό στην παροχή ψυχικής φροντίδας. Για ευάλωτες ομάδες όπως γυναίκες, παιδιά και πρόσφυγες, παρεμβάσεις βασισμένες στην κοινότητα θα μπορούσαν να μειώσουν αυτό το κενό.

Ως **Εργαστήριο Μελέτης Τραύματος και Στρες**, στοχεύσαμε στη βελτίωση της διαθεσιμότητας και προσβασιμότητας σε τεκμηριωμένες, επεκτάσιμες ψυχολογικές παρεμβάσεις. Πραγματοποιήσαμε τέσσερις πιλοτικές τυχαιοποιημένες ελεγχόμενες μελέτες για τέσσερις παρεμβάσεις: **Problem Management Plus (PM+)**, **Self-Help Plus (SH+)**, **Cognitive Processing Therapy (CPT)** και **Πολιτισμικά Προσαρμοσμένη Γνωσιακή Συμπεριφορική Θεραπεία (CA-CBT)**. Επιλέξαμε αυτές τις δομημένες και επεκτάσιμες παρεμβάσεις, ώστε να ενσωματωθούν στις υπηρεσίες ψυχικής υγείας της κοινότητας.

Βασιζόμενοι στην προηγούμενη εμπειρία μας με το PM+ για πρόσφυγες, προσαρμόσαμε την εκπαίδευση των συντονιστών και συμπεριλάβαμε παραδείγματα περιπτώσεων σεισμοπαθών. Συνεργαστήκαμε με τον Τομέα Αντισεισμικής Απόκρισης του Τουρκικού Ψυχολογικού Συλλόγου (DEPSDA). Εκπαιδεύσαμε εξ αποστάσεως ψυχολόγους που εργάζονταν στην περιοχή και στη συνέχεια εντάξαμε ενήλικες επιζώντες με έντονη δυσφορία. Οι ψυχολόγοι αυτοί παρείχαν ατομικές συνεδρίες πρόσωπο με πρόσωπο, ενώ οι βοηθοί έρευνας του εργαστηρίου μας διενεργούσαν τις αξιολογήσεις πριν και μετά. Τα προκαταρκτικά ευρήματα δείχνουν ότι το PM+ μπορεί να μειώσει τη δυσφορία, την κατάθλιψη, το άγχος και τα συμπτώματα PTSD.

Για το SH+ (μια παρέμβαση του ΠΟΥ), ενώ αρχικά σχεδιάζαμε την ομαδική του εφαρμογή, οι κάτοικοι των κοντινών στην Χατάι δίσταζαν να συμμετάσχουν σε ομάδες. Έτσι, προσαρμόσαμε την παρέμβαση βάσει συν-σχεδιασμού με τους ίδιους τους επιζώντες και αναπτύξαμε μια **ατομική μορφή** του SH+ (πιθανόν η πρώτη φορά διεθνώς). Οι συνεδρίες περιλάμβαναν ανάγνωση των ασκήσεων από τον βοηθό και κοινή επεξεργασία του βιβλίου *Doing What Matters in*

Stressful Times. Οι συμμετέχοντες κατανεμήθηκαν τυχαία είτε στην ομάδα SH+ είτε στην ομάδα συνήθους φροντίδας. Τα δεδομένα αυτής της μελέτης αναλύονται αυτή τη στιγμή.

Για όσους είχαν έντονα συμπτώματα PTSD, ετοιμάσαμε τουρκική εκδοχή του **Cognitive Processing Therapy (CPT)** (12 συνεδρίες). Εκπαιδευτήκαμε από την Dr. Moring από το Πανεπιστήμιο του Τέξας. Συνεργαζόμενοι με ΜΚΟ, εντάξαμε επιζώντες με PTSD και τους καταναίμαμε σε CPT ή συνήθη φροντίδα. Τα πρώτα αποτελέσματα είναι ενθαρρυντικά, ιδιαίτερα ως προς τη μείωση PTSD και άγχους.

Η τέταρτη μας παρέμβαση ήταν η **Πολιτισμικά Προσαρμοσμένη CBT (CA-CBT)** σε ομαδική μορφή. Πραγματοποιήσαμε RCT σε συνεργασία με την ΜΚΟ **World Humanitarian Relief**.

Τέλος, θα ήθελα να σας παρουσιάσω τον οργανισμό **TARDE**, μια μη κερδοσκοπική οργάνωση με έδρα την Τουρκία. Παρέχει ψυχοκοινωνική υποστήριξη, ανθρωπιστική βοήθεια και μακροχρόνια ανάπτυξη. Μετά τον σεισμό, κινητοποιήθηκε άμεσα, παρέχοντας ψυχολογική πρώτες βοήθειες, συμβουλευτική, και ομαδικές συνεδρίες. Τα κοινοτικά κέντρα λειτούργησαν ως ασφαλείς χώροι για μοίρασμα, υποστήριξη και ενδυνάμωση.

Συνεργαστήκαμε με την TARDE για την εκπαίδευση περισσότερων από 50 εργαζομένων στην ψυχοκοινωνική φροντίδα στις παρεμβάσεις PM+, SH+, CA-CBT και SOLAR, με χρηματοδότηση από την **UNICEF**.

Ως επιστήμονας και ειδικός στην τραυματοθεραπεία, θεωρώ ότι η συνεργασία ανάμεσα στην ακαδημαϊκή κοινότητα και τις υπηρεσίες ψυχικής υγείας της κοινότητας, όπως οι δήμοι και οι ΜΚΟ, είναι απαραίτητη. Για να μειώσουμε το χάσμα μεταξύ **της γνώσης και της πράξης** (know-do gap), πρέπει να συνεργαστούμε στενά.

Σας ευχαριστώ για την προσοχή σας.

Η παρουσίαση σε ppt: [..\6b.Acarturk Ceren.pptx](#)



Αντιμετωπίζοντας πλημμύρες στη Βαλένθια, Ισπανία – Ψυχολογικά οφέλη από την εφαρμογή του Πρωτοκόλλου Assyst σε άτομα που επλήγησαν από την “Dana”

Milagros Molero Zafra

Εισαγωγή – Η Καταστροφική Φυσική Καταστροφή

- 224 επιβεβαιωμένοι θάνατοι
- 3 αγνοούμενοι
- Εκατοντάδες τραυματίες
- Πάνω από 50.000 εκτοπισμένοι
- Ανυπολόγιστη ψυχολογική και συναισθηματική επίπτωση

Ανθρώπινες Απώλειες

- Ρεκόρ καταιγίδας στις 29 Οκτωβρίου 2024: 771 λίτρα/μ² σε 24 ώρες στην περιοχή Turís
- Από τις πιο καταστροφικές φυσικές καταστροφές στην πρόσφατη ιστορία της Ισπανίας

Υλικές Ζημιές

- Περίπου 77.000 σπίτια και 120.000 οχήματα επλήγησαν
- Οικονομικές απώλειες > 17 δισεκατομμύρια ευρώ

Υγειονομική Κρίση

- Επιδημίες λόγω μόλυνσης νερού
- Κατάρρευση συστημάτων υγείας
- Διακοπή θεραπειών > 1.000 καρκινοπαθών

Επίδραση στην Κοινότητα

- Συλλογικό πένθος
- Πίεση σε επαγγελματίες και εθελοντές
- Αίσθημα θεσμικής εγκατάλειψης

Ευάλωτες Ομάδες

- Ηλικιωμένοι, χρόνιοι ασθενείς, άστεγοι και μαθητές επλήγησαν περισσότερο

Ανάγκες Ψυχολογικής Παρέμβασης

- Μετατραυματικό στρες, άγχος, κατάθλιψη
- Πρόληψη χρονιοποίησης συμπτωμάτων
- Υποστήριξη παιδιών, οικογενειών, εθελοντών
- Αναδόμηση κοινωνικού ιστού
- Βελτίωση λήψης αποφάσεων

Φάση 1: Ψυχολογικές Πρώτες Βοήθειες

- Υλοποιήθηκε από τον Επίσημο Σύλλογο Ψυχολόγων Βαλένθια (COPCV)
- Ομάδες παρέμβασης GIPEC, Psicoemergencias, Ψυχολόγοι Χωρίς Σύνορα
- Τηλεφωνικές γραμμές βοήθειας
- Εκπαίδευση επαγγελματιών ψυχικής υγείας

Φάση 2: Ανταπόκριση στο Τραύμα

- Έναρξη: 1 μήνα μετά
- Εφαρμόστηκε από ειδικούς στην EMDR θεραπεία
- Αναγνωρισμένη από τον ΠΟΥ
- Εφαρμογή σε ομάδες και άτομα
- Υποστήριξη μέσω τηλεφώνου
- Εκπαίδευση επαγγελματιών

Οργάνωση Φάσης 2

- Συνεργασία COPCV & EMDR Spain

- 30+ εκπαιδευμένοι εθελοντές
- Εβδομαδιαίες οργανωτικές συναντήσεις
- Συντονισμός με δήμους και κοινωνικές υπηρεσίες
- Δράσεις Σαββατοκύριακου (3 συνεδρίες: 2 Σάββατο, 1 Κυριακή)

Πρωτόκολλο ASSYST® (Acute Stress Syndrome Stabilization)

- Δημιουργοί: Jarero & Artigas, Μεξικό
- Μη επεμβατικό, γρήγορο, βασισμένο σε αποδείξεις
- Εφαρμογή σε ομάδες ή ατομικά
- Βοηθά στην αναγνώριση ατόμων με επίμονα συμπτώματα

Στόχοι Παρέμβασης

- Μείωση επιρροής τραυματικών αναμνήσεων
- Αναγνώριση επίμονων συμπτωμάτων
- Συναισθηματική σταθεροποίηση
- Βελτίωση σωματικών και νευρικών αντιδράσεων

Μεθοδολογία

- Μεγάλοι χώροι για 30 άτομα, με νερό, χαρτομάντιλα, καραμέλες
- Εθελοντές με ταυτότητες, βάση δεδομένων διαθεσιμότητας
- Κωδικοποιημένη καταγραφή συμμετεχόντων
- Χρήση ερωτηματολογίου PCL-5
- Ομοιογενείς ομάδες (γενικά vs προσωπική απώλεια)

Αποτελέσματα

- 44 παρεμβάσεις, 578 συμμετέχοντες
- 20 αιτήματα δήμων έως Ιανουάριο
- Συνεχίζεται έως Μάιο
- Αναμενόμενοι ωφελούμενοι: περίπου 1.000 άτομα

Συμπεράσματα

- Η πολυδιάστατη προσέγγιση είναι απαραίτητη
- Ταχεία παρέμβαση μειώνει τα συμπτώματα PTSD
- Το πρωτόκολλο ASSYST είναι ιδιαίτερα αποτελεσματικό
- Ενίσχυση κοινοτικής υποστήριξης = βιώσιμη λύση
- Η υποστήριξη των επαγγελματιών είναι κρίσιμη

Η παρουσίαση σε ppt: [..\..\17.Milagros Molero Zafra.pptx](#)



Ο ρόλος των Κοινωνικών Επιχειρήσεων στην αντιμετώπιση περιβαλλοντικών κρίσεων. Δημιουργία θέσεων εργασίας στον τομέα της Πράσινης Οικονομίας.

Felicitas Kresimon

Εισαγωγικά

Η ψυχική υγεία, η ανθεκτικότητα των κοινοτήτων και οι κοινωνικές επιχειρήσεις μπορούν να συνδεθούν με τις περιβαλλοντικές κρίσεις και την πράσινη οικονομία.

Η υπόθεση: **Η μακροπρόθεσμη αποκατάσταση και πρόληψη μπορεί να σχετίζεται με την οικονομική ένταξη και τη βιωσιμότητα.**

Κύρια Σημεία

1. Οι Περιβαλλοντικές Κρίσεις επηρεάζουν την Ψυχική Υγεία και τις Κοινότητες

- Οι φυσικές καταστροφές (πλημμύρες, πυρκαγιές, ξηρασίες) κοστίζουν σε ζωές, εργασίες και οικίες.
- Αυξάνουν το άγχος, την κατάθλιψη, και τη μετατραυματική διαταραχή (PTSD).
- Ευάλωτες ομάδες πλήττονται περισσότερο: άτομα χαμηλού εισοδήματος, νέοι, άτομα με αναπηρία.

2. Οι Κοινωνικές Επιχειρήσεις ως Γέφυρα Ανάμεσα στην Κρίση και την Ανάκαμψη

- Δημιουργούν τοπικές πράσινες θέσεις εργασίας.
- Παρέχουν εργασιακή ένταξη για περιθωριοποιημένους ανθρώπους.
- Ενισχύουν τη συνοχή της κοινότητας και την ψυχική ευημερία μέσω της ουσιαστικής εργασίας.

3. Η Πράσινη Οικονομία Προσφέρει Νέες Ευκαιρίες

- Ανανεώσιμες πηγές ενέργειας, βιώσιμη γεωργία, κυκλική οικονομία, ανακύκλωση, αναδάσωση.
- Πολλές θέσεις δεν απαιτούν υψηλή εξειδίκευση, προσφέρονται με κατάλληλη κατάρτιση.
- Είναι ρόλοι με νόημα και προοπτική, που ενισχύουν την ανθεκτικότητα.

Η Σχέση της Ψυχικής Υγείας με την Εργασία, την Ταυτότητα και την Αίσθηση του Ανήκειν

Η εργασία είναι ένας από τους ισχυρότερους προστατευτικούς παράγοντες για την ψυχική υγεία:

- Δίνει αίσθηση ταυτότητας, κοινωνικής ένταξης, σκοπού και αυτοεκτίμησης.
- Μειώνει τη μοναξιά και ενισχύει την κοινωνική συνοχή.

Όπως αναφέρει και ο ΠΟΥ (2022):

«Η εργασία είναι ένας από τους πιο αποτελεσματικούς κοινωνικούς προσδιοριστές της ψυχικής υγείας»

Η Κρίση που Αντιμετωπίζουμε & οι Κοινωνικές της Συνέπειες

- **Απώλεια εισοδήματος & ταυτότητας:** Προκαλεί απελπισία και ψυχική επιβάρυνση.
 - **Εκτοπισμός:** Πάνω από 8 εκατ. άτομα εκτοπίστηκαν το 2022 λόγω καταστροφών.
 - **Τραύμα:** Άμεση ή έμμεση έκθεση οδηγεί σε PTSD, χρόνιο άγχος και καταθλίψεις.
- Η **αποκατάσταση** πρέπει να περιλαμβάνει **αναδόμηση ζώων και δεσμών**, όχι μόνο υποδομών.

Η Πράσινη Οικονομία ως Ευκαιρία

Μια πράσινη οικονομία:

- Μειώνει περιβαλλοντικούς κινδύνους.
- Προάγει την ευημερία, την ισότητα και την κοινωνική ένταξη.
- Είναι χαμηλών εκπομπών, αποδοτική στους πόρους και χωρίς αποκλεισμούς.

Επαναχρησιμοποίηση, Ανακύκλωση & Κυκλική Οικονομία: Κινητήρες Τοπικών Θέσεων Εργασίας

- Η κυκλική οικονομία δημιουργεί **πολλές τοπικές θέσεις εργασίας**.
- Δεν απαιτούνται υψηλές δεξιότητες → ιδανικό για κοινωνικές επιχειρήσεις.
- Δεν αυτοματοποιούνται εύκολα → ενίσχυση τοπικών οικονομιών.

Παραδείγματα:

- Επισκευαστές, αποθηκάριοι, εκπαιδευτές, χειριστές, τεχνικοί ανακύκλωσης.

Ορισμός Κοινωνικής Επιχείρησης

- Οικονομική δραστηριότητα με κοινωνική ή περιβαλλοντική αποστολή
- Τα έσοδα επανεπενδύονται στην κοινότητα
- Δίνουν έμφαση σε έννοιες όπως:
 - ο Συμπερίληψη
 - ο Αλληλεγγύη
 - ο Συμμετοχή

Γιατί είναι Σημαντικές στην Ανάκαμψη από Κρίσεις;

- Ενσωματωμένες στην κοινότητα
- Ευέλικτες, με ταχεία αντίδραση
- Στοχεύουν σε ευάλωτες ομάδες
- Επανασυνδέουν κοινότητες & ενισχύουν την ελπίδα

Ψυχολογικός Αντίκτυπος της Εργασίας

- Δομή και ρυθμός στην καθημερινότητα → σταθεροποιητικός παράγοντας.
- Ενίσχυση αυτοεκτίμησης και ταυτότητας.
- Μείωση της απομόνωσης, ενίσχυση κοινωνικών δεσμών.
- Επανάταξη ατόμων μετά από τραύμα ή εκτοπισμό.

Παραδείγματα Καλών Πρακτικών

- **Community Wood Recycling – Ην. Βασίλειο:** 28 επιχειρήσεις, 20.000 τόνοι ξύλου/έτος, 230 εργαζόμενοι
- **CPU Σλοβενία:** 30.000 κομμάτια υφασμάτων/έτος, 180 τόνοι CO₂ εξοικονόμηση, 30/36 εργαζόμενοι με ευαλωτότητα
- **AFB Γερμανία:** 666.000 ανακυκλωμένες συσκευές IT, 48% των εργαζομένων με αναπηρίες

Πράσινη Μετάβαση = Μετάβαση και στην Ψυχική Υγεία;

- Ο Ευρωπαϊκός Πράσινος Συμφωνία & Ταμείο Δίκαιης Μετάβασης: **1 εκατ.+ πράσινες θέσεις εργασίας έως το 2030**
- Ευκαιρία για ένταξη ατόμων με ψυχιατρικές διαταραχές
- Μόνο 15–30% των ατόμων με ψυχικά προβλήματα εργάζονται (OECD)
- Πράσινα επαγγέλματα μπορούν να γεφυρώσουν αυτό το κενό

Σύνδεση με τους Στόχους Βιώσιμης Ανάπτυξης (SDGs)

- **SDG 3:** Καλή υγεία και ευημερία
- **SDG 8:** Αξιοπρεπής εργασία και ανάπτυξη
- **SDG 10:** Μείωση ανισοτήτων
- **SDG 12:** Υπεύθυνη κατανάλωση και παραγωγή
- **SDG 13:** Δράση για το κλίμα

Προκλήσεις & Εμπόδια

- **Χρηματοδότηση:** Χαμηλά περιθώρια, έλλειψη επενδύσεων
- **Θεσμικά Κενά:** Απουσία νομικής αναγνώρισης κοινωνικών επιχειρήσεων
- **Εκπαίδευση:** Αναντιστοιχία δεξιοτήτων – έλλειψη πράσινης κατάρτισης
- **Γραφειοκρατία:** Δυσκολία πρόσβασης σε δημόσια κονδύλια

Παράγοντες Ενίσχυσης

- Συνεργασία με ΜΚΟ & κοινότητες
 - Εμπλοκή δημοσίου τομέα: κίνητρα, φοροαπαλλαγές, συμπερίληψη σε διαγωνισμούς
 - Επενδύσεις κοινωνικού αντίκτυπου: πράσινα ομόλογα, blended finance
 - Συνεχιζόμενη κατάρτιση και στήριξη για "επενδυτική ετοιμότητα"
-

5 Κλειδιά για Ένταξη Κοινωνικών Επιχειρήσεων στην Αντιμετώπιση Κρίσεων

1. Πράσινες Θέσεις Εργασίας σε Σχέδια Ανάκαμψης
2. Ετοιμότητα Συνεργασιών με δήμους και υπηρεσίες
3. Χρηματοδότηση με όραμα: από φιλανθρωπία → επένδυση
4. Επανακατάρτιση για πράσινες δεξιότητες
5. Συνιδιοκτησία και συμμετοχή των πολιτών

Επίλογος

Οι κοινωνικές επιχειρήσεις δεν περιορίζονται στην αντίδραση σε περιβαλλοντικές κρίσεις — **αναδομούν κοινότητες**. Δημιουργώντας **ουσιαστικές πράσινες θέσεις εργασίας**, αποκαθιστούν οικοσυστήματα, ενισχύουν την ψυχική υγεία, ενδυναμώνουν τους ανθρώπους και κάνουν την αποκατάσταση **δίκαιη και βιώσιμη**.

Η παρουσίαση σε ppt: [..\..\18.Felicitas Kresimon.pptx](#)



Ψυχοκοινωνικές Πρώτες Βοήθειες μετά από Κλιματικές Καταστροφές: Η εμπειρία των παρεμβάσεων της Ομοσπονδίας «ΑΡΓΩ»

Μενέλαος Θεοδωρουλάκης

Βασικοί Άξονες Παρέμβασης:

- Ψυχολογική υποστήριξη & ενίσχυση αίσθησης ασφάλειας και αλληλεγγύης
- Ηρεμία και επανενεργοποίηση για καλύτερη διαχείριση
- Προώθηση συλλογικών δραστηριοτήτων
- Ακριβής πληροφόρηση
- Κάλυψη βασικών υλικών αναγκών
- Δικτύωση για παροχή άλλων υπηρεσιών
- Πληροφόρηση για παροχές και επιδόματα
- Ειδική στήριξη σε ευάλωτες ομάδες (παιδιά & ηλικιωμένους)
- Σύμφωνα με τις οδηγίες του Εγχειριδίου Πρώτων Ψυχολογικών Βοηθειών του ΠΟΥ (2013)

Κύριοι Στόχοι Παρεμβάσεων:

- Παροχή ψυχοκοινωνικής πρώτης βοήθειας δια ζώσης
- Συνεργασία με δημόσιους και τοπικούς φορείς και ΜΚΟ
- 24/7 τηλεφωνική υποστήριξη μέσω 10306
- Βραχυπρόθεσμη τηλε-ψυχοθεραπεία μέσω Zoom
- Παραπομπές σε εξειδικευμένες υπηρεσίες ψυχικής υγείας
- Λειτουργία κινητών μονάδων για μεσοπρόθεσμη υποστήριξη (έως 2 έτη)
- Μονάδες ψυχικής υγείας για παιδιά και εφήβους

Ενδεικτικά Παραδείγματα Πολυεπίπεδων Παρεμβάσεων:

1. Κατά την Πανδημία Covid-19:

- Τηλεφωνική γραμμή 10306
- Πρόγραμμα "Κανείς Μόνος στην Πανδημία"
- Στήριξη προσωπικού ΕΣΥ

2. Δυστύχημα Τεμπών (Μάρτιος 2023):

- Ψυχολογική υποστήριξη σε τραυματίες και συγγενείς θυμάτων
- Παρεμβάσεις δια ζώσης & μέσω τηλεφώνου
- Παραπομπές για ψυχοθεραπεία

3. Πυρκαγιά στη Βόρεια Εύβοια (Αύγουστος 2021):

- Ομάδες 160 επαγγελματιών ψυχικής υγείας
- Συνεργασία με CARITAS, ActionAid κ.ά.
- Διετής υποστήριξη με κινητές μονάδες & επιμορφώσεις

4. Πλημμύρες στη Θεσσαλία (Σεπτέμβριος 2023):

- Παροχή βοήθειας σε άστεγους
- Εκπαίδευση 200+ επαγγελματιών & εθελοντών
- Στήριξη τοπικών αρχών στη διανομή υλικών βοήθειας

5. Πυρκαγιά στη Δαδιά (Σεπτέμβριος 2023):

- Συμμετοχή φορέων: Εταιρεία Κοινωνικής Ψυχιατρικής Π. Σακελλαρόπουλος, Ίκελος, Σύλλογος Γονέων Αυτιστικών Νομού Έβρου
- Παραμονή ομάδων μέχρι 31/3/24
- Χρηματοδότηση από Υπουργείο Υγείας

Ευχαριστούμε για την προσοχή σας.

"Συνεχίζουμε να στεκόμαστε δίπλα σε κάθε άνθρωπο σε κρίση."

Η παρουσίαση σε ppt: [..\..\19.Menelaos Theodoroulakis.pptx](#)



Επισκέψεις στο πεδίο εργασίας ΕΚΨ Π.Σ.





Ανατροφοδότηση συμμετεχόντων από τις επισκέψεις στα κλιμάκια

Rene: Χάρηκα με αυτό που κάναμε σήμερα το πρωί, είναι πραγματικά η καρδιά της συνάντησης του Eucoms. Δεν λέμε απλώς ιστορίες ο ένας στον άλλον στην αίθουσα συνεδριάσεων, αλλά επισκεπτόμαστε τον τόπο εργασίας ο ένας του άλλου. Άμεση αλληλεπίδραση, όπου βλέπει και συναντά ο ένας τον άλλον και αυτό μπορεί να σε κάνει να ανακαλύψεις νέα πράγματα ή να επιβεβαιώσεις πράγματα που ήδη γνώριζες, αλλά τα είδες στην πράξη. Αυτό συχνά λείπει για μένα στα συνέδρια, όπου απλώς μιλάμε για πράγματα, αλλά δεν χρειάζεται να τα βιώσεις. Γι' αυτό σήμερα το πρωί οργανώσαμε δύο χωριστές επισκέψεις από δύο διαφορετικές ομάδες. Θα ήθελα να πω κάποιες σκέψεις, επειδή σε αυτό που ονομάζουμε «εμπειρία», η εμπειρία γίνεται γνώση μέσω της αναστοχασμού. Γι' αυτό είναι πάντα σημαντικό να αναστοχάζεσαι. Ελπίζω να καταλαβαίνετε ότι αυτό λείπει στα συνέδρια, ότι απλώς μιλάμε για πράγματα, αλλά δεν χρειάζεται να τα βιώσουμε. Γι' αυτό σήμερα το πρωί, όπως ξέρετε, οργανώσαμε μια κοινή εμπειρία σε δύο διαφορετικές ομάδες. Θα ήθελα να τις αναλογιστείτε. Θα ήθελα λοιπόν να το ακούσω αυτό από μερικούς από εσάς και σίγουρα θα ζητήσω από όλους τους μη Έλληνες, πρώτα απ' όλα, να δώσουν τα σχόλιά τους για το τι συνέβη. Μη διστάσετε να πείτε ό,τι θέλετε και η ερώτησή μου προς εσάς είναι τι είδους εμπειρία θέλετε να μοιραστείτε, έπειτα τι σας εξέπληξε, τι ήταν αξιοσημείωτο, το συναίσθημά σας γι' αυτό και, τρίτον, τι θα πάρετε μαζί σας. Πρώτα, απευθύνομαι στη συνάδελφό μου, μέλος του διοικητικού συμβουλίου του Eucoms, την Vlatka.

Vlatka: Ναι, κατά το μεσημεριανό γεύμα, τα έχω ήδη μοιραστεί με μερικούς από εσάς. Σήμερα βρισκόμασταν στο χωριό Τυχερό - σημαίνει τυχεροί - και ναι, είπαν ότι είναι τυχεροί λόγω της συνεργασίας με την κινητή ομάδα, είναι τυχεροί που έχουν αυτή την υπηρεσία στο χωριό μία φορά το μήνα, έχουν ψυχίατρο και η Κινητή Μονάδα Ψυχικής Υγείας έρχεται μία φορά το μήνα και τις άλλες μέρες ο γενικός ιατρός του χωριού και τον συναντήσαμε. Σήμερα εργάζεται μόνος του χωρίς τη νοσοκόμα του, οπότε κάνει τα πάντα και γνωρίζει κάθε άτομο σε αυτό το χωριό, όλους και τα πάντα για αυτόν. Βρισκόμασταν λοιπόν σε έναν γυναικείο σύλλογο, στο σπίτι τους, κάτι που ήταν καταπληκτικό, ξέρετε, απλά ένα ζεστό και όμορφο μέρος με ανθρώπους από το χωριό, αλλά υπήρχαν παρόντες, μιλούσαν και άκουγαν και πραγματικά ξεπλάγην από την ανθρώπινη σύνδεση, όχι τη συνεργασία, την ανθρώπινη σύνδεση μεταξύ όλων, τη συνεργασία μεταξύ γενικών ιατρών, ψυχιάτρων, κοινωνικών λειτουργών και άλλων υπηρεσιών, είναι συνδεδεμένοι. Είδα ανθρώπους από το χωριό που τους έκανα μία ερώτηση: Πώς αντιμετωπίζετε το στίγμα; Είμαστε μικρό χωριό, είπαν, αλλά ξέρουμε ότι όλοι γνωρίζουμε τους πάντες και φροντίζουμε ο ένας τον άλλον. Αν δούμε κάτι να συμβαίνει σε κάποιον, ειδοποιούμε την ομάδα, νοιαζόμαστε ο ένας για τον άλλον, οπότε αυτό είναι που μου προκαλεί συγκίνηση. Ήμουν συγκλονισμένη και λίγο ζηλεύω, ναι, γιατί στην Κροατία έχουμε τα αντίθετα παραδείγματα. Όταν για παράδειγμα οι κοινωνικές υπηρεσίες και ιδιαίτερα οι ψυχίατροι συνεργάζονται μόνο στα χαρτιά, αλλά στην πράξη μισούν ο ένας τον άλλον, μερικές φορές συμπεριφέρονται σαν να πρόκειται για συνεργασία σε προσωπικό επίπεδο, όχι σε ένα σύστημα. Αν ένα άτομο θέλει να είναι συμπεριληπτικό, θα το κάνει, αλλά δεν είναι το συνηθισμένο. Θα μιλήσω για αυτήν την εμπειρία σήμερα σε όλους όσους θέλουν να ακούσουν, εννοώ πραγματικά στο Υπουργείο Υγείας μας, καθώς θα είμαι σε κάποια συνάντηση, θα πω πως είδα ότι υπάρχει, μπορεί να είναι δυνατό. Δεν θέλω να μιλήσω για το πώς φαίνεται στην Κροατία, αλλά στο Κοινοβούλιο μεταξύ των πολιτικών υπάρχουν διαφορετικές πολιτικές επιλογές και ξεκινάμε ομαλά και με λίγη καλή θέληση -ας είμαστε διαφορετικών πολιτικών θέσεων-, αλλά στην ψυχική υγεία συνδεόμαστε συνήθως για 5 λεπτά και μετά από 5 λεπτά αρχίζουν να διαφωνούν.

Καλλιόπη: Ήμουν και εγώ στο χωριό του Τυχερού. Αν και δουλεύω στην Εταιρεία Κοινωνικής Ψυχιατρικής σχεδόν 20 χρόνια ήταν η πρώτη φορά που επισκέφτηκα και εγώ το συγκεκριμένο κλιμάκιο. Ήταν μία πολύ ωραία υποδοχή, είδαμε όντως την συνεργασία μεταξύ των φορέων και τις γυναίκες του χωριού, πόσο νοιάξιμο και πόσο ενδιαφέρον δείχνουν για την κοινότητά τους και για τους ανθρώπους της περιοχής.

Μενέλαος: Επίσης, παρατήρησα ότι σε αυτήν την ομάδα είδαμε το έργο, το παράδειγμα θεραπευτικών συμμαχιών που δημιουργούν οι κινητές μονάδες στα μέρη που πηγαίνουν. Είδαμε ότι ο γενικός γιατρός, οι νοσηλεύτές του κέντρου υγείας, η κοινότητα, οι αρχές, ο αντιδήμαρχος, ο δήμαρχος και όλα τα βασικά πρόσωπα στην κοινωνία προσπαθούν να δημιουργήσουν μια συμμαχία για τη θεραπεία και τις καλύτερες συνθήκες ζωής των ατόμων με προβλήματα ψυχικής υγείας. Αυτή είναι η επιτυχημένη εφαρμογή της ιδέας της Κινητής Μονάδας Ψυχικής Υγείας. Είδαμε τη δικτύωση να λειτουργεί. Είδαμε ότι όλα τα μέρη που έχουν εμπλακεί στη θεραπεία ατόμων με προβλήματα ψυχικής υγείας, το καθένα από αυτά είναι μια «κεραία» της Κινητής Μονάδας για να επικοινωνεί πράγματα σχετικά με την ευημερία, την κατάσταση κάθε ατόμου που χρειάζεται υποστήριξη. Και όλοι μαζί δημιουργούν μια συμμαχία. Αυτή είναι η διαφορά της κοινοτικής θεραπείας που μας παρέχουν οι κινητές μονάδες.

Αθηνά: Θα ήθελα επίσης να αναφέρω τα εξής για όποιον έχει επισκεφτεί τη Φιλύρα, το μέρος κοντά στις Σάπες. Η Ελευθερία είπε ότι πηγαίναμε στις Σάπες δύο φορές την εβδομάδα, αλλά είδαμε ότι στην περιοχή οι άνθρωποι δεν μπορούσαν να μετακινηθούν, επειδή δεν είχαν δημόσια συγκοινωνία. Η ευελιξία της Κινητής Μονάδας ήταν να αποφασίσει να δημιουργήσει ένα άλλο μέρος για επίσκεψη, παρόλο που ήταν μόλις 7 χλμ. μακριά από τις Σάπες, ώστε οι άνθρωποι να μπορούν εύκολα να φτάσουν σε εμάς ή να φτάσουν εύκολα σε αυτούς. Κι αυτό δεν ήταν απόφαση της συντονιστικής επιτροπής, ήταν απόφαση της τοπικής διεπιστημονικής ομάδας... έχουν βιώσει την πραγματικότητα εκεί, οπότε έκαναν την πρόταση και συμφωνήσαμε.

Rene: Σε ευχαριστώ γι' αυτό, ξέρεις, ήμουν σε αυτήν την ομάδα. Αλλά πολλά πράγματα μου κάνουν εντύπωση σε αυτή την αναφορά, ίσως ακόμη και το πιο σημαντικό, η έλλειψη στιγματισμού στο χωριό... ήταν πραγματικά ξεχωριστό... καθώς το στίγμα είναι καθολικό, στην ανατολή, στη δύση... Ο μόνος τρόπος για να καταπολεμήσουμε το στίγμα, όπως έχω μάθει, είναι η επαφή, η πραγματική επαφή και προφανώς αυτό συμβαίνει σε αυτό το χωριό.

Ceren: Διδάσκω μαθήματα ψυχοπαθολογίας εδώ και χρόνια σε προπτυχιακούς φοιτητές και ξεκινάμε με τον ορισμό αυτών των πραγμάτων και επίσης επικοινωνούμε και είναι ένα εξαιρετικό παράδειγμα αυτό που είδα σήμερα, δηλαδή να είμαστε σε συντονισμό αλλά και να στηρίζουμε ο ένας τον άλλον. Όλοι οι διαφορετικοί παράγοντες είναι μαζί και ήταν πολύ εντυπωσιακό το γεγονός ότι, όπως λέτε, οι Δήμοι είναι η αρχή των κοινοτήτων. Ρώτησα για το στίγμα επειδή αναρωτιόμουν πώς το ξεπερνούν αυτό, φέρουν ο ένας τον άλλον, βλέπουν ο ένας τον άλλον και είναι μαζί, οπότε νομίζω ότι ήταν υπέροχο. Εντυπωσιάστηκα επίσης από τη γνώση ή το ειλικρινές, το πραγματικό συναίσθημα που προέρχεται από τον γενικό ιατρό, οπότε είναι εκεί, όχι μόνο για να κάνει τη δουλειά του, αλλά και για να νοιάζεται, οπότε οι άνθρωποι τον εμπιστεύονται. Είναι πολύ σημαντικό και ήταν ένα εξαιρετικό παράδειγμα κοινοτικής ψυχικής υγείας που θα το μεταφέρω και στη χώρα μου.

Rene: Σας ευχαριστώ πολύ και μιλώντας για τον ρόλο του γενικού ιατρού ή οικογενειακού γιατρού - καλείται με τόσους πολλούς διαφορετικούς τρόπους - να πω ότι ως δίκτυο (Eucoms) έχουμε διασύνδεση με ένα δίκτυο με το οποίο νιώθουμε ότι σχετιζόμαστε και είναι το Ευρωπαϊκό Φόρουμ Πρωτοβάθμιας Περίθαλψης. Ένα μέρος της προσέγγισής μας στην ψυχική υγεία στην κοινότητα είναι ότι ο οικογενειακός γιατρός είναι η καρδιά του. Ο ειδικός στην ψυχική υγεία θα πρέπει να υποστηρίζει τον οικογενειακό γιατρό και το αντίστροφο.

Ceren: Στη βιβλιογραφία βλέπουμε ότι η ζωή σε μια μεγάλη πόλη είναι παράγοντας κινδύνου για προβλήματα ψυχικής υγείας και αυτό που βλέπουμε σήμερα είναι ότι η ζωή σε μια μικρότερη και στενή ομάδα, ίσως σε ένα χωριό, είναι ένας προστατευτικός παράγοντας τις περισσότερες φορές. Αναρωτιόμουν λοιπόν πώς θα το ονομάζαμε αυτό στις πόλεις... θα ήταν περισσότερο σαν γειτονιές στην πόλη; Επομένως, χρειαζόμαστε πιο στενά και ίσως περισσότερα και ανοιχτά δίκτυα που μπορεί να προστατεύουν ακόμα τους ανθρώπους.

Joakim: Ευχαριστώ που οργανώσατε την επίσκεψη, ήταν πραγματικά ενδιαφέρουσα και υπάρχει κάποια διαφορά από την πρακτική μας στην Πορτογαλία. Και μια από τις μεγάλες διαφορές είναι ότι στο κέντρο που πήγαμε, οι άνθρωποι αρχίζουν να λαμβάνουν βοήθεια επειδή έχουν κοινωνικά προβλήματα. Αυτό συνήθως στην Πορτογαλία λειτουργεί αντίστροφα. Όσοι έχουν ψυχικά προβλήματα, έρχονται στην κλινική της κοινότητας και αφού το ζητήσουν, λαμβάνουν την κοινωνική μας υποστήριξη. Γι' αυτόν τον λόγο, εστιάζουμε πραγματικά στα κοινωνικά προβλήματα. Όπως καταλαβαίνω, εδώ οι οικογένειες με προβλήματα και παιδιά λαμβάνουν 200 ευρώ το μήνα, αλλά μόνο για έξι μήνες. Τι συμβαίνει μετά;

Αυτό είναι λοιπόν ένα από τα ερωτήματα, ένα άλλο πράγμα που είναι επίσης σημαντικό είναι ότι έχει πολύ νόημα να υπάρχουν οι κινητές ομάδες κοινωνικής φροντίδας, επειδή οι άνθρωποι δεν έχουν καλή δυνατότητα δημόσιας συγκοινωνίας και είναι επίσης ένα καλό παράδειγμα ότι ο ψυχίατρος εργάζεται στον ίδιο χώρο με τον γενικό ιατρό και τις κοινωνικές υπηρεσίες. Υποθέτω ότι είναι δύσκολο να δουλέψεις έτσι, αλλά αυτή η έμφαση στην επίλυση κοινωνικών προβλημάτων για μένα είναι πολύ διαφορετική από την πρακτική μας και κάνει κάτι που είναι πολύ σημαντικό φυσικά και σας ευχαριστώ.

Επίσης, μια ερώτηση, αν χρησιμοποιείτε έναν case manager (διαχειριστή περιστατικών), έναν συντονιστή; Υπάρχει κάποιος από την ομάδα που είναι πιο υπεύθυνος για κάθε άτομο;

Ελευθερία: Αυτός ο ρόλος δεν υπάρχει ως επάγγελμα στην Ελλάδα, αλλά ο ψυχίατρος κάθε ομάδας παίζει κεντρικό ρόλο. Έχουμε επίσης το "πρόσωπο αναφοράς" για κάθε εξυπηρετούμενο.

Νατάσα: Συνήθως εργαζόμαστε ως ομάδα, δηλαδή κάθε γνώμη μετράει, αλλά όπως είπαμε τον κεντρικό ρόλο τον παίζει ο ψυχίατρος. Είναι μια διεπιστημονική ομάδα και προσέγγιση.

Rene: Προτιμώ και μου αρέσει αυτός ο όρος «διεπιστημονικός», επειδή σημαίνει ότι όλοι έχουν ισότιμη συμμετοχή στις αποφάσεις σε αντίθεση με τον όρο «πολυκλαδική».

Μενέλαος: Στην ελληνική ψυχιατρική μεταρρύθμιση δεν χρησιμοποιούμε τον όρο case manager/διαχειριστής περιστατικών επειδή, όπως λένε οι χρήστες μας, δεν είμαστε «περιπτώσεις» για να χρειαζόμαστε διαχειριστή. Έτσι χρησιμοποιούμε τον όρο «πρόσωπο αναφοράς».

Νίκος: Βασικά θα ήθελα να σας ευχαριστήσω για την επιλογή σας να έρθετε στην Αλεξανδρούπολη για να γίνει αυτό το συνέδριο. Εγώ αυτό που θα ήθελα να τονίσω είναι αυτό που βιώσαμε σήμερα... είδαμε ότι η κοινωνία και η οικονομία είναι δύο έννοιες που συνδέονται... να θυμίσω ότι τα τελευταία χρόνια η κοινωνία βιώνει και οι πολίτες βιώνουν διαδοχικές κρίσεις: οικονομική κρίση, κρίση με τον COVID, περιβαλλοντικές κρίσεις. Άρα το να ζούμε σε μία καθημερινότητα φυσιολογική, νομίζω από δω και πέρα θα είναι απίθανο, άρα πρέπει να προετοιμαζόμαστε όλοι για να αντιμετωπίσουμε τις κρίσεις, οι οποίες θα έρχονται από δω και πέρα. Και πάλι σας ευχαριστώ πάρα πολύ.

Felicitas: Χαίρομαι που βρίσκομαι εδώ σήμερα και που ήμουν μαζί σας σήμερα το πρωί, ειδικά στο αγρόκτημα της ΕΚΨ, φυσικά και θέλω να μιλήσω γι' αυτό, επειδή είναι το θέμα που με ενδιαφέρει περισσότερο και αγαπώ πολύ. Στον Ιωάννη, τον Γιώργο και σε όλη την ομάδα σας, πραγματικά μεγάλα συγχαρητήρια. Επιτέλους, αφού έχω δει μερικά από τα πρόσωπά σας στο διαδίκτυο, σας γνώρισα ζωντανά. Πόσο σπουδαία δουλειά κάνετε εκεί, πόσος επαγγελματισμός υπάρχει, πόση γνώση έχετε! Ιωάννη, μου είπατε ότι εργάζεστε εκεί για σχεδόν δύο δεκαετίες. Πόση αγάπη βάζετε στη δουλειά σας και στα προϊόντα που παράγετε και την πολύ καλή ομαδική εργασία! Στη μισή ώρα που ήμασταν εκεί, είναι για μένα... φαίνεται πραγματικά ότι όλοι νιώθουν ότι συμμετέχουν, όλοι νιώθουν ότι έχουν έναν ρόλο, ότι μπορούν να είναι ενεργοί, ότι γίνονται αποδεκτοί... λέτε ότι δεν υπάρχει στίγμα εκεί. Μιλήσαμε επίσης για τους μισθούς εκεί. Νομίζω ότι θα έπρεπε να είμαστε πιο ανοιχτοί στο να μιλάμε γι' αυτό, επίσης για την καταπολέμηση του στιγματισμού. Μερικές φορές πρέπει να έχουμε περισσότερο θάρρος, επειδή ήσασταν πολύ ευγενικοί όταν είπατε ότι δεν θέλουμε να είμαστε πολύ ανταγωνιστικοί με τους άλλους. Το καταλαβαίνω πολύ καλά. Έχω το ίδιο πρόβλημα, αλλά γιατί; Όλοι είναι ανταγωνιστικοί, εξαρτάται από το πόσο ανταγωνιστικός είσαι. Αν είσαι ανταγωνιστικός με τον σωστό τρόπο, είναι εντάξει. Με αυτόν τον τρόπο δεν έχει σημασία αν δουλεύουμε με άτομα με προβλήματα ψυχικής υγείας ή όχι. Έχετε το ίδιο δικαίωμα να πουλήσετε στην ίδια τιμή με την ίδια ποιότητα ή και ακριβότερα, λόγω των βιολογικών τεχνικών που χρησιμοποιείτε... οπότε αυτό είναι κάτι που συζητούσαμε στην ομάδα σας, είναι καλό, το αποτέλεσμα φυσικά και ήταν μόνο ένα ερώτημα που άφησα. Σας ευχαριστώ για την υπέροχη φιλοξενία. Αυτό που πέρνω μαζί μου είναι ότι πρέπει να μείνουμε σε επαφή σε ευρωπαϊκό επίπεδο, επειδή βλέπω ότι αυτές είναι εμπειρίες που αναπτύσσονται παντού και ίσως μπορούμε να σκεφτούμε να αναπτύξουμε κάποια έργα μαζί και να μάθουμε ακόμη περισσότερα ο ένας από τον άλλον.

Milagros: Ήμουν στην προηγούμενη ομάδα, αλλά ούτως ή άλλως συμμερίζομαι τα συναισθήματά σας, επειδή νομίζω ότι είναι ένα πολύ γενναιόδωρο συναίσθημα και μια ωραία συνεργασία, ωραία εμπιστοσύνη ο ένας στον άλλον. Προέρχομαι από ένα σύστημα υγείας όπου υπάρχει μεγάλος ανταγωνισμός μεταξύ πολλών επαγγελματιών και αν θέλουμε να βοηθήσουμε τους ανθρώπους πρέπει να βάλουμε στην ίδια ομάδα τους ανθρώπους, τους λήπτες και τον επαγγελματία. Το είδα αυτό σήμερα το πρωί και ήταν υπέροχο να νιώθω ότι αυτό είναι δυνατόν και να επιστρέψω σπίτι με την καρδιά μου λίγο πιο γεμάτη.

Ο Ρόλος των Κινητών Μονάδων Ψυχικής Υγείας στην Ενδυνάμωση των Κοινοτήτων κατά τη Διάρκεια Περιβαλλοντικών Κρίσεων

Ιωάννα Καλλία

Καλησπέρα σας,

Ονομάζομαι Ιωάννα Καλλία και είμαι επαγγελματίας ψυχικής υγείας με εμπειρία 15 ετών στην Εταιρία Κοινωνικής Ψυχιατρικής Π. Σακελλαρόπουλος. Καθ' όλη τη διάρκεια της καριέρας μου, έχω συμμετάσχει ενεργά σε παρεμβάσεις σε κρίσεις, όπως οι πυρκαγιές στη Β. Εύβοια και οι πλημμύρες στην Καρδίτσα. Αυτές οι εμπειρίες ενίσχυσαν την πεποίθησή μου για τη σημασία της υποστήριξης της ψυχικής υγείας σε περιόδους κρίσης, καθώς και τη δύναμη της συνεργασίας, της συμμετοχής της κοινότητας και των δομημένων παρεμβάσεων.

Σήμερα, έχω την τιμή να μοιραστώ μαζί σας την παρέμβασή μας στη Β. Εύβοια, μια πρωτοβουλία που αναδεικνύει τον καθοριστικό ρόλο των Κινητών Μονάδων Ψυχικής Υγείας (ΚΜΨΥ) στην ανταπόκριση σε περιβαλλοντικές κρίσεις και στην ενίσχυση της ανθεκτικότητας των κοινοτήτων.

Εισαγωγή

Οι φυσικές καταστροφές έχουν καταστροφικές επιπτώσεις όχι μόνο στις υποδομές, αλλά και στην ψυχολογική ευημερία των πληγέντων κοινοτήτων. Σε περιόδους κρίσης, οι επαγγελματίες ψυχικής υγείας διαδραματίζουν κρίσιμο ρόλο στο να βοηθήσουν άτομα και οικογένειες να επεξεργαστούν το τραύμα, να επανακτήσουν την αίσθηση σταθερότητας και να ξαναχτίσουν τη ζωή τους.

Η παρέμβασή μας στη Βόρεια Εύβοια, μετά τις καταστροφικές πυρκαγιές, βασίστηκε στις αρχές της άμεσης ανταπόκρισης, του συντονισμένου σχεδιασμού και της μακροπρόθεσμης ψυχοκοινωνικής υποστήριξης. Μέσα από μια συνεργατική, διεπιστημονική προσέγγιση, εργαστήκαμε για να διασφαλίσουμε ότι η φροντίδα ψυχικής υγείας ήταν προσβάσιμη, άμεση και βιώσιμη.

Οι Πρώτες Ημέρες της Παρέμβασης

Η αρχική φάση χαρακτηρίστηκε από ταχεία κινητοποίηση και οργανωμένη ομαδική εργασία. Επαγγελματίες ψυχικής υγείας, εθελοντές και οργανώσεις ενώθηκαν για να προσφέρουν άμεση ψυχοκοινωνική υποστήριξη στους πληγέντες.

Η παρέμβαση οργανώθηκε με τον συντονισμό της Ομοσπονδίας ΑΡΓΩ και του Υπουργείου Υγείας, εξασφαλίζοντας την ευθυγράμμιση των προσπαθειών με τοπικά και εθνικά σχέδια αποκατάστασης. Έξι φορείς ψυχικής υγείας, μεταξύ των οποίων και η Εταιρία Κοινωνικής Ψυχιατρικής Π. Σακελλαρόπουλος, συγκρότησαν διεπιστημονικές ομάδες για την κάλυψη των σύνθετων αναγκών των κοινοτήτων.

Προτεραιότητα ήταν η δικτύωση με τις τοπικές αρχές και οργανώσεις. Η δημιουργία ισχυρών διασυνδέσεων μας επέτρεψε να παρέχουμε άμεση βοήθεια, να οργανώσουμε παραπομπές και να δημιουργήσουμε σταθμούς πρώτων βοηθειών που αποτέλεσαν κέντρα τόσο υλικής όσο και ψυχοκοινωνικής υποστήριξης.

Διεπιστημονικές Ομάδες & Δικτύωση

Η επιτυχία της παρέμβασής μας βασίστηκε στις διεπιστημονικές ομάδες, που περιλάμβαναν ψυχολόγους, κοινωνικούς λειτουργούς και άλλους επαγγελματίες ψυχικής υγείας. Ο συνδυασμός διαφορετικών ειδικοτήτων εξασφάλισε μια ολιστική και ανθρωποκεντρική προσέγγιση.

Συνεργαστήκαμε ενεργά με την τοπική αυτοδιοίκηση, τις υπηρεσίες και τους ηγέτες της κοινότητας. Η δικτύωση ενίσχυσε τα υπάρχοντα συστήματα υποστήριξης, εντόπισε ελλείψεις και συνέβαλε στην ενσωμάτωση της ψυχικής υγείας στα ευρύτερα σχέδια αποκατάστασης.

Βασικό εργαλείο αποτέλεσε η χαρτογράφηση βασικών αναγκών. Μέσω στοχευμένων αξιολογήσεων, ιεραρχήσαμε τις άμεσες ανάγκες, όπως τρόφιμα, ιατρικά είδη, στέγαση και ψυχολογική υποστήριξη.

Εκπαίδευση & Ενσυναίσθηση σε Δράση

Κεντρικό στοιχείο της παρέμβασής μας ήταν η εκπαίδευση και η ενδυνάμωση. Αναγνωρίζοντας την ανάγκη για μακροπρόθεσμη υποστήριξη, επενδύσαμε στην εκπαίδευση Πρώτων Βοηθειών Ψυχικής Υγείας για εθελοντές, ηγέτες κοινοτήτων και τοπικούς επαγγελματίες. Αυτές οι εκπαιδευσεις προσέφεραν βασικές δεξιότητες αναγνώρισης ψυχικών αναγκών και παραπομπής σε εξειδικευμένες υπηρεσίες.

Επιπλέον, εργαστήρια σχετικά με τις ψυχολογικές επιπτώσεις των φυσικών καταστροφών βοήθησαν στην κατανόηση του τραύματος και της συναισθηματικής επιβάρυνσης. Στόχος μας δεν ήταν μόνο η παροχή άμεσης ανακούφισης, αλλά η δημιουργία μιας πιο ανθεκτικής και ενημερωμένης κοινότητας.

Η προσέγγισή μας βασίστηκε στην ενσυναίσθηση, τον σεβασμό και την πολιτισμική ευαισθησία. Αντιληφθήκαμε πως οι πληγέντες βιώνουν φόβο, θλίψη και αβεβαιότητα, και φροντίσαμε κάθε αλληλεπίδραση να είναι ανθρώπινη και υποστηρικτική.

Κινητές Μονάδες Ψυχικής Υγείας (ΚΜΨΥ)

Καθοριστικό στοιχείο της παρέμβασης αποτέλεσε η ενεργοποίηση των Κινητών Μονάδων Ψυχικής Υγείας. Οι μονάδες αυτές προσέφεραν ευέλικτη, προσβάσιμη και ολιστική φροντίδα.

Στόχος ήταν η προσέγγιση απομακρυσμένων ή αποκλεισμένων περιοχών, με παροχή υποστήριξης σε άτομα που δεν είχαν τη δυνατότητα μετακίνησης. Επεκτείναμε τα ωράρια λειτουργίας τους, περιλαμβάνοντας απογευματινά και σαββατοκύριακα.

Οι ΚΜΨΥ λειτούργησαν ως κόμβοι κοινοτικής υποστήριξης, παρέχοντας βασικές ιατρικές εξετάσεις, κοινωνικές υπηρεσίες και νομική συμβουλευτική. Η ολιστική αυτή προσέγγιση αναγνώρισε τη σύνδεση ψυχικής, σωματικής και κοινωνικής ευημερίας.

Επιπλέον, αξιοποιήσαμε την τηλεψυχιατρική για εξ αποστάσεως συμβουλευτική, παρακολούθηση και εξειδικευμένες παραπομπές, συνδυάζοντας την άμεση και τη διαδικτυακή υποστήριξη για συνεχή φροντίδα.

Τομεοποίηση & Συντονισμός Υπηρεσιών

Για τη βιώσιμη παροχή υπηρεσιών, οι ομάδες ψυχικής υγείας κατανέμονταν σε γεωγραφικά καθορισμένους τομείς στη Βόρεια Εύβοια, με βάση την πυκνότητα πληθυσμού και την προσβασιμότητα.

Κάθε τομέας διέθετε μια διεπιστημονική ομάδα υπεύθυνη για ένα πλήρες φάσμα υπηρεσιών: συμβουλευτική, θεραπεία, κρίσεις, ψυχοεκπαίδευση και παραπομπές.

Αυτός ο δομημένος συντονισμός ενίσχυσε την αποτελεσματικότητα και διασφάλισε την κάλυψη όλων των πληγείσων περιοχών.

Σημαντικοί Αριθμοί & Αντίκτυπος

Μέσα σε τρεις μήνες:

- Ενεργοποιήθηκαν **160 επαγγελματίες ψυχικής υγείας**.
- Υποστηρίχθηκαν ψυχοκοινωνικά **2.738 άτομα**.
- Αντιμετωπίστηκαν:
 - 45 περιπτώσεις χωρίς προηγούμενη καταγραφή,
 - 12 περιπτώσεις επείγουσας ψυχιατρικής παρέμβασης,
 - 15 περιστατικά ενδοοικογενειακής βίας,
 - Πάνω από 100 άνεργοι με ανάγκες κοινωνικής υποστήριξης.
- Υποστηρίχθηκαν στοχευμένα:
 - **800 ηλικιωμένοι**
 - **387 παιδιά**

Συμμετοχή Κοινότητας & Εξωστρέφεια

Δώσαμε έμφαση στην ενδυνάμωση της κοινότητας. Ο τηλεμαραθώνιος της νεανικής δικτύωσης "Connect Your City" υποστήριξε τη δημιουργία αθλητικών, εκπαιδευτικών και ψυχαγωγικών υποδομών.

Κατά την περίοδο των Χριστουγέννων, επαγγελματίες της Ομοσπονδίας ΑΡΓΩ επισκέφθηκαν οικογένειες σε πληγείσες περιοχές, προσφέροντας υλική βοήθεια και μηνύματα ελπίδας.

Βιωσιμότητα & Ανάπτυξη Ανθρώπινου Δυναμικού

Για τους πρώτους τέσσερις μήνες, η παρέμβαση πραγματοποιήθηκε εθελοντικά. Στη συνέχεια, θεσμοθετήθηκε, με τη δημιουργία **7-8 μόνιμων ομάδων** για διάστημα δύο ετών. Συμμετείχαν και τοπικοί επαγγελματίες, ενισχύοντας τον κοινοτικό χαρακτήρα της παρέμβασης.

Η περίοδος αυτή συνέπεσε και με τις πυρκαγιές στη Φωκίδα, προσθέτοντας νέες προκλήσεις στην ψυχική υποστήριξη.

Συμπεράσματα

Η παρέμβασή μας στη Βόρεια Εύβοια δεν ήταν μόνο μια αντίδραση έκτακτης ανάγκης—ήταν μια απόδειξη της δύναμης της κοινότητας, της συνεργασίας και της μακροπρόθεσμης δέσμευσης στην ψυχική ανθεκτικότητα.

Με τη χρήση Κινητών Μονάδων, στοχευμένη εκπαίδευση και ενεργή συμμετοχή της κοινότητας, διαμορφώθηκε ένα μοντέλο υποστήριξης βιώσιμο, προσβάσιμο και αποτελεσματικό.

Η εμπειρία αυτή υπογράμμισε την ανάγκη ενσωμάτωσης της ψυχικής υγείας στις στρατηγικές αντιμετώπισης καταστροφών και ανέδειξε τη σημασία της ευελιξίας, της ενσυναίσθησης και της μακροπρόθεσμης προοπτικής.

Σας ευχαριστώ.

Η παρουσίαση σε ppt: [..\..\20.Ioanna Kallia.pptx](#)



Οι Αθέατες Προκλήσεις της Διαχείρισης Κρίσεων: Η Περίπτωση των Πλημμυρών στη Θεσσαλία

Τόνια Αντωνοπούλου

«Οι Πλημμύρες στη Θεσσαλία ως Περίπτωση Ανθεκτικότητας»

Είναι μεγάλη τιμή για μένα να βρίσκομαι σήμερα σε αυτό το σημαντικό ευρωπαϊκό σεμινάριο, το οποίο στοχεύει στη διευκόλυνση της ανταλλαγής γνώσεων, εμπειριών και βέλτιστων πρακτικών σχετικά με τις φυσικές καταστροφές, τον αντίκτυπο τους στην κοινωνία μας και τη διαχείρισή τους τόσο σε ατομικό όσο και σε συλλογικό επίπεδο.

Εκπροσωπώ την ΕΚΨ Π. Σακελλαρόπουλος, συγκεκριμένα τη δομή στη Φθιώτιδα, με περιοχή ευθύνης τη Λαμία, και θα μοιραστώ την εμπειρία μας από τις καταστροφικές πλημμύρες που έπληξαν την Καρδίτσα τον Σεπτέμβριο του 2023. Οι εικόνες της απόλυτης καταστροφής, οι άνθρωποι που έχασαν τα σπίτια και τις περιουσίες τους, και η αβεβαιότητα για το μέλλον τους, μας υπενθυμίζουν τη ζωτική σημασία της ψυχοκοινωνικής υποστήριξης σε τέτοιες στιγμές.

Ως επαγγελματίες ψυχικής υγείας γνωρίζουμε ότι οι φυσικές καταστροφές δεν αφήνουν πίσω τους μόνο υλικές ζημιές, αλλά και βαθιά τραύματα στη ζωή των ανθρώπων. Η άμεση παρέμβασή μας, η υποστήριξη των πληγέντων και η ενίσχυση της ανθεκτικότητας των κοινοτήτων είναι καθοριστικής σημασίας για την αποκατάσταση – όχι μόνο των υποδομών αλλά και σε ανθρώπινο επίπεδο.

Στην παρουσίασή μου θα αναφερθώ στις προκλήσεις που αντιμετωπίσαμε, στις βέλτιστες πρακτικές που εφαρμόσαμε και στα πολύτιμα διδάγματα που αντλήσαμε. Διότι η αποκατάσταση μιας καταστροφής δεν ολοκληρώνεται όταν επισκευαστούν οι υλικές ζημιές, αλλά όταν οι άνθρωποι αισθανθούν ξανά ασφαλείς, υποστηριγμένοι και αισιόδοξοι για το μέλλον.

Εμπειρία της ΕΚΨ Π. Σακελλαρόπουλος στη Διαχείριση Κρίσεων

Οι παρεμβάσεις αυτού του τύπου είναι ενσωματωμένες στην εργασιακή κουλτούρα και την πρακτική της ΕΚΨ Π. Σακελλαρόπουλος. Η μεθοδολογία υπάρχει και καλλιεργείται από το 1981 με την ίδρυση της πρώτης Κινητής Μονάδας Ψυχικής Υγείας στη Φωκίδα και εξελίσσεται συνεχώς.

Τα τελευταία χρόνια η χώρα μας επλήγη από πρωτόγνωρες, για τα ελληνικά δεδομένα, καταστροφές, οι οποίες ανέδειξαν την ανάγκη δημιουργίας πλαισίου ψυχολογικής παρέμβασης και υποστήριξης για τους πληγέντες και τις κοινότητές τους.

Αυτό το πλαίσιο δημιουργείται από την Ομοσπονδία Φορέων Ψυχικής Υγείας «ΑΡΓΩ», που συντονίζει την παρέμβαση των φορέων ψυχικής υγείας και συμβάλλει σημαντικά στη διασύνδεσή τους και στην καλλιέργεια κοινής μεθοδολογίας.

Παραδείγματα:

- Συντονισμένες ψυχοκοινωνικές παρεμβάσεις μετά από φυσικές καταστροφές όπως:
 - οι φωτιές σε Αττική, Εύβοια, Ηλεία, Μάτι, Ζαχάρω
 - οι σεισμοί σε Καλαμάτα (1986) και Αθήνα (1995)
 - η πανδημία COVID-19 και η προσφυγική κρίση.

Βέλτιστες Πρακτικές:

Ο οργανισμός μας εστιάζει στην **εκπαίδευση των συνεργατών** για την αντιμετώπιση κρίσεων, δίνοντας έμφαση στην ποιότητα των παρεχόμενων υπηρεσιών:

- ✓ Συνεργασία με ειδικούς φορείς όπως το BABEL
- ✓ Πρακτικές ασκήσεις, προσομοιώσεις, διεπιστημονική συνεργασία
- ✓ Δημιουργία ευέλικτου και ανθεκτικού πλαισίου παρέμβασης

Η **Ομάδα Αντιμετώπισης Κρίσεων** ενεργοποιείται με βάση τη γεωγραφική περιοχή της κρίσης. Η λειτουργία διασφαλίζεται με εβδομαδιαία εναλλαγή των μελών, συνοδευόμενη από γραπτή επικοινωνία για ομαλή μεταβίβαση αρμοδιοτήτων.

Μετά το πέρας κάθε κρίσης, ακολουθεί πρόγραμμα εκπαίδευσης για όλο το προσωπικό.

Περιγραφή Καταστροφής – Καρδίτσα

Η Καρδίτσα, μία από τις πιο σημαντικές αγροτικές περιοχές της Θεσσαλίας, είναι ευάλωτη σε πλημμύρες λόγω της μορφολογίας της και της εγγύτητάς της σε ποτάμια. Η **κλιματική αλλαγή** έχει αυξήσει τη συχνότητα και την ένταση των ακραίων καιρικών φαινομένων.

Τον Σεπτέμβριο του 2023, η Θεσσαλία επλήγη από το φαινόμενο «Daniel», μια από τις χειρότερες φυσικές καταστροφές στην ιστορία της:

- **50+ χωριά πλημμύρισαν**
- Κάτοικοι εγκλωβίστηκαν και διασώθηκαν με βάρκες
- 10+ ημέρες μέσα στη λάσπη, με νεκρά ζώα, σκουπίδια και στάσιμα νερά
- Διακοπή νερού, καταστροφή οδικού δικτύου
- **6 επιβεβαιωμένοι θάνατοι** και αγνοούμενοι
- Καταστροφές σε κατοικίες και επιχειρήσεις
- Ολική απώλεια καλλιεργειών και ζωικού κεφαλαίου
- Κίνδυνος επιδημιών λόγω μόλυνσης και έλλειψης καθαρού νερού

Ψυχολογικές & Κοινωνικές Επιπτώσεις

- Έντονο **τραύμα**, απώλεια ελέγχου και αβεβαιότητα
- **Αύξηση άγχους, κατάθλιψης και διαταραχής μετατραυματικού στρες (PTSD)**
- Εγκατάλειψη σπιτιών, **αναγκαστική μετεγκατάσταση**
- **Ανεργία** και απώλεια εισοδήματος
- **Απομόνωση ευάλωτων ομάδων**

Δομή Παρέμβασης σε Κατάσταση Κρίσης

A. Άμεση Βοήθεια (πρώτες ώρες/ημέρες):

- Πρώτες βοήθειες & ιατρική φροντίδα
- Στέγαση & βασικά είδη
- Εκκένωση επικίνδυνων περιοχών
- Υποστήριξη διασωστών και επαγγελματιών υγείας

B. Μεσοπρόθεσμη Στήριξη (εβδομάδες – μήνες):

- Αξιολόγηση αναγκών
- Ατομική και ομαδική ψυχολογική υποστήριξη
- Δραστηριότητες κοινωνικής συνοχής: εθελοντικά δίκτυα, εκδηλώσεις, στήριξη σχολείων

Γ. Μακροπρόθεσμη Αποκατάσταση (μήνες – έτη):

- Συνεχής παρακολούθηση ψυχολογικών επιπτώσεων
- Δημιουργία **μόνιμων ομάδων ψυχοκοινωνικής στήριξης**
- Κοινοτικές δράσεις και ενδυνάμωση

Συντονισμός Φορέων

- **Συντονιστής:** 5η ΥΠΕ και Ομοσπονδία «ΑΡΓΩ»
- **Άμεση κινητοποίηση:** Ομάδες επαγγελματιών από 12 φορείς (ψυχολόγοι, κοινωνικοί λειτουργοί κ.ά.)
- **Εθελοντές** και δίκτυα αλληλεγγύης απ' όλη την Ελλάδα
- Υποστήριξη και των εργαζομένων σε δομές φιλοξενίας

Επιτυχημένες Πρακτικές

- **Χάρτης Παρεμβάσεων:** Χρωματική κωδικοποίηση για προτεραιοποίηση περιοχών
- **Door-to-door παρεμβάσεις** από μικτές ομάδες
- **Ημερήσιες συναντήσεις & αναφορές πεδίου**
- **Συνεργασία με τοπικούς φορείς και εθελοντές**
- **Τηλεφωνική γραμμή υποστήριξης 10306**
- **Εκπαίδευση 200+ επαγγελματιών και εθελοντών**
- **Πρόταση ΑΡΓΩ στο Υπουργείο Υγείας** για δημιουργία 6 μόνιμων ομάδων

Κύριες Προκλήσεις

- Δυσκολία πρόσβασης λόγω κατεστραμμένων δρόμων
- Έλλειψη αρχικών δεδομένων
- Ψυχική επιβάρυνση των επαγγελματιών

- Τριχοτόμηση των αντιδράσεων (ειδικά στους μεσήλικες): φυγή, αβεβαιότητα, αποφασιστικότητα
- Κίνδυνος **υγειονομικής κρίσης** λόγω νεκρών ζώων (περίπου 6.500)

Αναγκαιότητα Ψυχικής Παρέμβασης

Η παρέμβαση εξαρτάται από:

- Τη φύση της κρίσης
- Την περιοχή (αστική/αγροτική)
- Το κοινωνικοοικονομικό και πολιτισμικό προφίλ

Συγκρίσεις:

- Στην **Εύβοια** υπήρχαν εντονότερα συμπτώματα PTSD, παραίτηση, χρήση ουσιών
- Στην **Καρδίτσα**, οι παρεμβάσεις έγιναν αποδεκτές ευκολότερα

Μεθοδολογία Δράσης: Action Research/ Έρευνα Δράσης

- ✓ Άμεση δράση
- ✓ Συνεχής αξιολόγηση και αναπροσαρμογή
- ✓ Ανάπτυξη εργαλείων και δημιουργία **εγχειριδίου βέλτιστων πρακτικών**

Κλείσιμο – Συμπεράσματα

- Η διαφοροποίηση παρέμβασης είναι απαραίτητη.
- Η συνεργασία με την τοπική αυτοδιοίκηση είναι καθοριστική.
- Οι ψυχικές παρεμβάσεις μπορούν να γίνουν **καταλύτης θετικής αλλαγής**.
- Η **ανθεκτικότητα** και η **αλληλεγγύη** είναι τα βασικά μας εργαλεία.

Στόχος: Να αποτρέψουμε κάποιες καταστροφές, να μετριάσουμε τις επιπτώσεις άλλων και να αντέξουμε τις υπόλοιπες.

Η παρουσίαση σε ppt: [...\21.Tonia Antonopoulou.pptx](#)



Ανατροφοδότηση, προτάσεις και καταληκτικά σχόλια. Κλείσιμο του σεμιναρίου

Αθηνά: Περνώντας στις τελευταίες μας κουβέντες, πιστεύω ότι ήταν καλό το timing της συνάντησής μας, μετά και από τις ανακοινώσεις του D. Trump για την ψυχική υγεία, εμείς παρόλα αυτά πραγματοποιήσαμε την ευρωπαϊκή μας συνάντηση, ανταλλάξαμε ιδέες, πιστεύοντας στην αξία της διασύνδεσης, της διεπιστημονικής συνεργασίας και του networking. Οπότε χαίρομαι πολύ που είμαστε εδώ και που επισκεφθήκαμε τα χωριά όπου παρέχονται υπηρεσίες, όπου οι άνθρωποι τις ζητούν, και βλέπουμε καλύτερα πώς λειτουργεί αυτό στα μικρά μέρη παρά στις μεγαλουπόλεις. Άρα μένει να δούμε πώς θα εφαρμοστούν οι αρχές των ΚΜΨΥ στις μεγαλουπόλεις ή να βρούμε τα δυνατά σημεία των κοινοτήτων και να προσπαθήσουμε να τα πολλαπλασιάσουμε ή να τα μεταφέρουμε. Αυτό απαιτεί ευελιξία εκ μέρους μας, ώστε να αξιοποιούμε τη γνώση και την εμπειρία του εκάστοτε ντόπιου πληθυσμού. Αυτό αποδεικνύει ότι όσο καλλιεργούμε τις συνεργασίες, τη δικτύωση, το έργο γίνεται ευκολότερο. Οπότε μετά από τις εργασίες αυτού του διημέρου, φεύγω με περισσότερη αισιοδοξία.

Rene: Για να δώσω την ανατροφοδότησή μου ετοίμασα ένα οπτικό υλικό που εκφράζει τις σκέψεις και τα συναισθήματά μου για το διήμερο, το σχεδίασα εγώ! Διότι μιλήσαμε για φυσικές καταστροφές, και για πλημμύρες αλλά κυρίως εντρυφήσαμε στις τεράστιες πυρκαγιές και στο πώς βίωσαν άνθρωποι και κοινότητες τις πυρκαγιές αυτές, όταν δεν γνώριζαν προς τα πού κατευθύνεται η φωτιά, εάν θα μπει στο χωριό, οπότε όλη αυτή η αβεβαιότητα και η απελπισία... ένιωσα στα αλήθεια αυτά τα συναισθήματα εχθές και με τα δύο βίντεο, το βίντεο που ετοίμασε η ΕΚΨ, αλλά και το εκπληκτικό βίντεο που έφτιαξαν οι νέοι μαθητές του 4^{ου} ΕΠΑΛ. Ήταν μία επαγγελματική δουλειά εκ μέρους τους τεχνικά - με ξαφνιάζει η ποιότητα της δουλειάς της νέας γενιάς- κι αυτό είναι σημαντικό, γιατί κατάφεραν να περάσουν καλύτερα το μήνυμα με όλους αυτούς τους εμπλεκόμενους επαγγελματίες που όμως είναι ταυτόχρονα και άνθρωποι κι έχουν τόσα συναισθήματα, συγκινήθηκα! Το άλλο που με συγκίνησε, σήμερα που ταξιδέψαμε δύο ώρες για να επισκεφτούμε τα κλιμάκια στα χωριά, ήταν ότι παρότι έβλεπες τα πάντα μαύρα και καμένα, παρατηρούσες ανάμεσα κάποια δέντρα ακόμα ζωντανά και πράσινα, με νέα φυλλωσιά... κι αυτό απεικόνισα στη ζωγραφιά μου, την καταστροφή αλλά όπως είπε και η Αθηνά, και την Ελπίδα! Τα πράγματα μπορούν να αναρρώσουν, και στη φύση υπάρχει η ανθεκτικότητα (resilience). Αυτό μου δίνει δύναμη, δεν πρόκειται λοιπόν μόνο για καταστροφή και απελπισία, αλλά και για ελπίδα και δύναμη, είναι κατά τα δύο μαζί εδώ, συνυπάρχουν, απλά πρέπει να είσαι ενεργός, όχι παθητικός παρατηρητής που αφήνει τα πράγματα να συμβαίνουν. Επίσης αυτά τα ένιωσα και με το υπέροχο χθεσινό στρογγυλό τραπέζι, το βιωματικό που συντόνισε πολύ καλά ο Άκης, ήταν πολύ καλή δουλειά που αποδεικνύει τη δύναμη των προσωπικών ιστοριών! Όλες οι ιστορίες με συγκίνησαν, αλλά κυρίως αυτή της κυρίας πυροσβέστη, διότι παρότι έχει μία πρακτική εκπαίδευση, έδειξε ότι έχει βαθιά ψυχολογική σκέψη κι αποτύπωσε τον αντίκτυπο του βιώματός της με τις πυρκαγιές! Θα 'θελα να μιλήσω κι άλλο μαζί της, να τη βιντεοσκοπήσω, αλλά το μήνυμά της περάστηκε, ok. Μου έκανε κι ένα πολύ αγαπημένο δώρο, έσκισε το σήμα από τη στολή εργασίας της και μου το χάρισε! Και χθες βράδυ με αποκάλεσε "φίλο της"! Πολύ συγκινητική στιγμή για εμένα...

Χάρηκα πολύ που βρέθηκα εδώ, εμβάθυνε κι άλλο τη σχέση μου με την ΕΚΨ, ευχαρίστησα ήδη όλους όσους εργάστηκαν για να πραγματοποιηθεί αυτό το διήμερο σεμινάριο. Αθηνά Φραγκούλη, ευχαριστώ που είσαι τόσο καλή ηγέτης αυτής της ομάδας επαγγελματιών, έχεις δημιουργήσει ένα πολύ θερμό περιβάλλον.

Όσον αφορά το EUCOMS εμείς συνεχίζουμε, αναζητούμε νέους εταίρους, νέα μέλη. Η επόμενη δια ζώσης συνάντησή μας θα είναι στη Λιλ της Γαλλίας 5-7 Νοεμβρίου 2025, στα πλαίσια ενός μεγάλου συνεδρίου εκεί, αλλά με το σύνθημα πρόγραμμα των σεμιναρίων του Eucoms, με επισκέψεις σε τοπικές μονάδες ψυχικής υγείας εκεί, όπου υπάρχει ένα εξαιρετικό παράδειγμα δικτύου υπηρεσιών κοινοτικής ψυχικής υγείας. Η δημόσια υγεία και η δημόσια ψυχική υγεία θα είναι τα βασικά θέματα του συνεδρίου εκεί. Ελπίζω να σας δω εκεί, είστε ευπρόσδεκτοι, διαδώστε το. Ακολουθήστε μας στα social, στείλτε μας email, ώστε να λαμβάνετε τα newsletters μας και προσκλήσεις για τα webinar που οργανώνουμε δωρεάν...

Ευχαριστώ πολύ, ήταν τιμή μου να είμαι εδώ

Γιώργος Κ: Καλησπέρα σας! Χαίρομαι που σας ξαναβλέπω όλους εδώ σήμερα το απόγευμα μετά από ένα ενδιαφέρον διήμερο!

Κατάλαβα ότι απολαύσατε τις πρωινές επισκέψεις στα κλιμάκιά μας και κυρίως στο Χωράφι μας. Είμαστε πολύ χαρούμενοι αυτές τις μέρες, γιατί όπως είδατε η γουρουνίσσα μας γέννησε μόλις την Τετάρτη πολλά μωράκια!

Παρακολούθησα με μεγάλο ενδιαφέρον τις εργασίες του σεμιναρίου. Ξύπνησαν πολλές μνήμες. Σαν χθες θυμάμαι που πήγαμε και μαζέψαμε όλα τα μηχανήματα από το Χωράφι και ανοίξαμε τις πόρτες για να φύγουν τα ζώα αν χρειαστεί. Άκουσα τις μαρτυρίες των μαθητών και των δασκάλων τους, των εμπλεκόμενων στη φωτιά. Άκουσα μαρτυρίες από ειδικούς που βρέθηκαν σε δύσκολες και τραγικές κρίσεις στο εξωτερικό, αλλά και δικούς μας συνεργάτες που υποστήριξαν ανθρώπους στις μεγάλες πλημμύρες της Θεσσαλίας.

Άκουσα τη δουλειά του δικτύου «Αργώ» και των Κινητών Μονάδων που προσέφεραν πρώτες βοήθειες ψυχικής υγείας. Όλα αυτά με βοήθησαν να σκεφτώ και να καταλάβω ότι υπάρχει ένα κλίμα αισιοδοξίας και ότι όσο δουλεύουμε ενωμένοι μπορούμε να προχωρήσουμε μπροστά! Στο Χωράφι το λέμε σε κάθε συνάντησή μας αυτό! Άλλωστε ας μην ξεχνάμε ότι μετά από κάθε μεγάλη μπόρα, βγαίνει το ουράνιο τόξο! Σας ευχαριστώ πολύ που επισκεφτήκατε την πόλη μας και ελπίζω να ανταμώσουμε σύντομα ξανά!

Αθηνά: Θα ήθελα ως Πρόεδρος του ΔΣ της ΕΚΨ να ευχαριστήσω καταρχάς της Περιφέρειας Ανατ. Μακεδονίας και Θράκης για την παραχώρηση του χώρου του Νομαρχείου, το δίκτυο Eucoms και τον Ρενέ που επέλεξαν κι εμπιστεύτηκαν να διεξαχθεί η εκδήλωση εδώ στην Αλεξανδρούπολη, ευχαριστώ όλους εσάς που συμμετείχατε από όλα τα μέρη της Ελλάδας και άλλες χώρες, ελπίζω να άξιζε για εσάς η εμπειρία. Ευχαριστώ όλους όσους δέχτηκαν και συμμετείχαν μοιράζοντας μαζί μας τις εμπειρίες τους επίσημα, ειδικά αυτούς με ζωντανή βιωμένη εμπειρία των καταστροφών, ήταν πολύ συγκινητικό. Ευχαριστώ πολύ τους συνεργάτες μου στη Θράκη, και ιδίως την οργανωτική Επιτροπή, την Ελευθερία, την Κατερίνα, τη Μαρία, τη Νάσια, την Κορίνα, το Γιάννη, την Νατάσα, τον Άκη, το Γιώργο και το χωράφι μας... Θα ξανασυναντηθούμε σύντομα!



Μήνυμα Προέδρου ΕΚΨ Π.Σακελλαρόπουλος

Το σεμινάριο μας «**Αντιμετώπιση Κρίσεων – Παρέμβαση Κοινωνικών Υπηρεσιών Ψυχικής Υγείας σε Περιβαλλοντικές Κρίσεις**», ολοκληρώνεται με επιτυχία.

Από τις πρώτες στιγμές του σεμιναρίου φάνηκε η διάθεση όλων να μοιραστούν εμπειρίες και να συνδεθούν ουσιαστικά. Οι παρουσιάσεις των συναδέλφων μας ανέδειξαν τη δουλειά που γίνεται «στο πεδίο» με ήθος, αφοσίωση και ψυχραιμία ακόμα και στις πιο δύσκολες στιγμές. Ξεχωριστή στιγμή αποτέλεσε το βίντεο «940.000» των μαθητών του ΠΕΠΑΛ Αλεξανδρούπολης. Το παρακολουθήσαμε για πρώτη φορά μαζί με το κοινό, και μας συγκίνησε βαθιά. Μέσα από την τέχνη, οι μαθητές κατέγραψαν με ωριμότητα το τραύμα των πυρκαγιών και μας χάρισαν μια γνήσια αίσθηση ελπίδας. Ακολούθησε η συγκλονιστική βιωματική διεξαγωγή ομάδας ανθρώπων από την κοινότητα που μίλησε με θάρρος για την εμπειρία της μεγάλης πυρκαγιάς του 2023, αγγίζοντας την καρδιά των συμμετεχόντων. Ακολούθησαν παρουσιάσεις από συναδέλφους μας σε άλλες περιοχές της Ελλάδας, τον Μενέλαο, πρόεδρο της Ομοσπονδίας Φορέων Ψυχικής Υγείας Αργώ στην Ελλάδα και από διεθνείς ομιλητές, όπως η Ceren από την Τουρκία, η Milagros από την Ισπανία και η Felicitas από την Ιταλία, που μετέφεραν την πολύτιμη αντίστοιχη εμπειρία τους και πρακτικά εργαλεία διαχείρισης του τραύματος και στήριξης των κοινοτήτων, όπως και ιδέες για οικολογικές δράσεις Κοινωνικών Συνεταιρισμών Περιορισμένης Ευθύνης.

Η δεύτερη ημέρα ήταν αφιερωμένη στην πράξη. Με χαρά συνοδεύσαμε τους καλεσμένους μας στις Κινητές Μονάδες Ψυχικής Υγείας σε δύο χωριά της περιοχής δράσης μας. Είδαμε από κοντά πώς λειτουργεί η κοινοτική ψυχιατρική σε απομακρυσμένες περιοχές, με σεβασμό στις πολιτισμικές ιδιαιτερότητες και βασισμένη στη συνεργασία με τους τοπικούς φορείς και τον ντόπιο πληθυσμό. Η επίσκεψη στο χωράφι του Προεπαγγελματικού και Επαγγελματικού Προγράμματος επανέφερε όλους μας σε μια επαφή με τη φύση και τον θεραπευτικό της ρόλο. Οι συμμετέχοντες γνώρισαν την καθημερινότητα των εργαζομένων και βίωσαν από κοντά πώς η δουλειά με το χώμα «γιατρεύει».

Ως οικοδεσπότες, εκείνο που θα θυμόμαστε πιο έντονα είναι οι ζεστές ανθρώπινες στιγμές: Οι συζητήσεις ανάμεσα σε ανθρώπους από διαφορετικές χώρες που βρήκαν κοινά σημεία. Η συγκίνηση στο βλέμμα των συμμετεχόντων. Η αυθόρμητη έκφραση χαράς και προσφοράς από τις κοινότητες που συμμετείχαν ενεργά στις εργασίες του σεμιναρίου ή που επισκεφτήκαμε. Η αίσθηση ότι όλοι συμμετείχαμε σε κάτι μεγαλύτερο από εμάς: μια κοινή προσπάθεια να κάνουμε τις κοινότητες πιο ανθεκτικές, πιο υποστηρικτικές, πιο ανθρώπινες σε ό,τι αφορά ζητήματα φροντίδας της ψυχικής υγείας αλλά και πιο ειδικά, εν όψει των περιβαλλοντικών καταστροφών. Το σεμινάριο αυτό δεν ήταν μόνο μια επαγγελματική συνάντηση. Ήταν μια εμπειρία ζωής. Μια απόδειξη, ότι μπορούμε να χτίσουμε δίκτυα φροντίδας, αλληλεγγύης και γνώσης, ξεκινώντας από τον τόπο μας.

Ευχαριστούμε από καρδιάς:

- Τον συνδιοργανωτή μας κ. Rene Keet, Πρόεδρο του EUCOMS
- Τους Έλληνες και διεθνείς ομιλητές
- Το Υπουργείο Υγείας, την Περιφέρεια ΑΜΘ και τους τοπικούς φορείς
- Τους εθελοντές, μαθητές, επαγγελματίες και υπηρεσίες που στήριξαν την εκδήλωση
- Τους 85 συμμετέχοντες από 8 χώρες
- Και φυσικά, την τοπική κοινωνία που μας άνοιξε την αγκαλιά της

Με πίστη στη δύναμη της κοινότητας και των συνεργασιών,

Αθηνά Φραγκούλη-Σακελλαροπούλου & Συνεργάτες

Μήνυμα Προέδρου Δικτύου EUCOMS

Καθώς ολοκληρώνεται το σεμινάριο μας, θα θέλαμε να εκφράσουμε τις πιο θερμές μας ευχαριστίες σε όλους όσους συνέβαλαν στο να αποτελέσουν αυτές οι ημέρες στην Αλεξανδρούπολη μια ουσιαστική και αξέχαστη εμπειρία.

Πρώτα απ' όλα, απευθύνουμε την ειλικρινή μας ευγνωμοσύνη στους τοπικούς μας οικοδεσπότες από την **Εταιρία Κοινωνικής Ψυχιατρικής Π. Σακελλαρόπουλος**. Η αφοσίωσή σας, η σχολαστική προετοιμασία και η θερμή φιλοξενία σας δεν εξασφάλισαν απλώς την ομαλή διεξαγωγή του σεμιναρίου, αλλά δημιούργησαν έναν χώρο γεμάτο ζεστασιά, μάθηση και ανθρώπινη σύνδεση. Από τη διαχείριση κάθε οργανωτικής λεπτομέρειας έως την εγκάρδια υποδοχή και την ουσιαστική παρουσίαση του αξιοθαύμαστου κοινοτικού σας έργου, η συμβολή σας ήταν πράξη γνήσιας φροντίδας και δέσμευσης στο κοινό μας όραμα.

Προς όλους τους **ομιλητές** από την Ελλάδα και την υπόλοιπη Ευρώπη — σας ευχαριστούμε. Μοιραστήκατε τη γνώση σας, τις εμπειρίες ζωής, τις καινοτόμες πρακτικές σας και το όραμά σας για ένα πιο συμπεριληπτικό και ανθεκτικό σύστημα ψυχικής υγείας. Η συμβολή σας μετέτρεψε αυτό το σεμινάριο σε ένα πλούσιο ταξίδι μάθησης—με ισορροπία ανάμεσα στη θεωρία και την πράξη, τη σκέψη και το συναίσθημα, την παγκόσμια προοπτική και τη τοπική σημασία.

Προς τους **συμμετέχοντες** — η ενεργή συμμετοχή σας, οι ουσιαστικές ερωτήσεις και η γενναιόδωρη ανταλλαγή ιδεών εμπλούτισαν τις συζητήσεις και μας υπενθύμισαν ότι η συνεργασία είναι το ισχυρότερο εργαλείο μας στην αντιμετώπιση κρίσεων—περιβαλλοντικών, κοινωνικών ή ψυχολογικών. Είτε συμμετείχατε ως επαγγελματίες, ως χρήστες υπηρεσιών, ερευνητές ή υπερασπιστές δικαιωμάτων, η παρουσία σας έκανε τη διαφορά.

Μέσα σε αυτές τις δύο ημέρες στην Αλεξανδρούπολη, ζήσαμε στιγμές στοχασμού, ακούσαμε συγκινητικές μαρτυρίες, επισκεφθήκαμε πεδία δράσης και δημιουργήσαμε δεσμούς που ελπίζουμε να εξελιχθούν σε μακροχρόνιες συνεργασίες. Το σεμινάριο αυτό μάς υπενθύμισε ότι η **κοινωνική ψυχική υγεία** δεν είναι απλώς ένα μοντέλο—είναι ένα ζωντανό, δυναμικό δίκτυο ανθρώπων που νοιάζονται και δρουν.

Σας ευχαριστούμε που ήσασταν μέρος αυτής της εμπειρίας.

Με θερμούς χαιρετισμούς,
René Keet & ΔΣ Δικτύου EUCOMS



Βιογραφικά Ομιλητών



Αθηνά Φραγκούλη-Σακελλαροπούλου

Διδάκτωρ, Λογοθεραπεύτρια. Πρόεδρος της Εταιρείας Κοινωνικής Ψυχιατρικής Π. Σακελλαρόπουλος και του Ινστιτούτου Ψυχικής Υγείας για Παιδιά, Εφήβους και Ενήλικες Π. Σακελλαρόπουλος. Ασχολείται με την έρευνα, με μελέτες και συγγραφή άρθρων για την καταπολέμηση του στιγματισμού ευάλωτων και περιθωριοποιημένων κοινωνικών ομάδων. Συμμετέχει σε προγράμματα ψυχοεκπαίδευσης για πολίτες, οικογένειες και χρήστες υπηρεσιών ψυχικής υγείας, ενώ προσφέρει προληπτική εργασία σε παιδιά και εφήβους. Πτυχίο Ψυχολογίας και Εφαρμοσμένων Κοινωνικών Σπουδών, Δίπλωμα στη Λογοθεραπεία, Άδεια από το Βασιλικό Κολλέγιο Λογοθεραπείας (LRCSLT). Πτυχίο Διδασκαλίας Δημοτικής Εκπαίδευσης, Μεταπτυχιακό Ευρωπαϊκό Πρόγραμμα στη Λογοπαθολογία, M.Sc. στην Κοινωνική Ψυχιατρική (Παιδιά – Ενήλικες), και συνεχιζόμενη επιμόρφωση σε θέματα Διοίκησης και Ανθρώπινου Δυναμικού. Ειδίκευση στην εργασία με ευάλωτες ομάδες. Εκπαιδεύτρια σε πλήθος συνεδρίων και σεμιναρίων με θέματα λογοθεραπείας, κοινοτικής εκπαίδευσης σε θέματα υγείας, διοίκησης και αξιολόγησης υπηρεσιών, και επαγγελματικής ένταξης μειονοτικών και αναπήρων ομάδων μέσω εναλλακτικών μορφών απασχόλησης, όπως κοινωνικές επιχειρήσεις και συνεταιρισμοί. Συμμετοχή σε: Προγράμματα κοινωνικής οικονομίας, Έρευνα, Επιμόρφωση εκπαιδευτών, Συνηγορία, Προώθηση και δικτύωση, Εργασία με εθελοντές.



René Keet – Ολλανδία

Ο René Keet είναι εν ενεργεία ψυχίατρος και σύμβουλος διεθνοποίησης στην κοινοτική υπηρεσία ψυχικής υγείας GGZ-Noord-Holland-Noord στην Ολλανδία. Δημιούργησε την FIT Academy (Flexible, Innovative, Top-ambulatory), η οποία προσφέρει εκπαίδευση, ηλεκτρονική μάθηση, αξιολόγηση υπηρεσιών και υποστήριξη σε διεθνή προγράμματα μεταρρύθμισης κοινοτικής ψυχικής υγείας. Χρησιμοποιεί τη δική του προσωπική εμπειρία ως πηγή γνώσης παράλληλα με την επιστήμη και την κλινική πρακτική, και συνεχίζει να μαθαίνει μέσα από αυτήν. Είναι πρόεδρος του Ευρωπαϊκού Δικτύου Κοινοτικών Υπηρεσιών Ψυχικής Υγείας (EUCOMS, <https://www.eucoms.net>), το οποίο προωθεί την ανταλλαγή καλών πρακτικών και την υπεράσπιση των ανθρωπίνων δικαιωμάτων στην ψυχική υγεία. Το δίκτυο βασίζεται σε κοινό όραμα με επίκεντρο την κοινότητα. Η Κοινοτική Ψυχική Υγεία βασίζεται σε 6 αρχές: ανθρώπινα δικαιώματα, δημόσια υγεία, ανάρρωση (recovery), αποτελεσματικότητα, εμπειρία χρηστών και επιστημονική τεκμηρίωση. Οι αρχές αυτές περιγράφονται εδώ: <https://vimeo.com/256413380> Διεθνής εμπειρογνώμονας σε μεταρρυθμιστικά προγράμματα όπως το MENSANA στη Μολδαβία (<http://trimbos.md/?lang=en>) και σε άλλα έργα στην Ευρώπη και εκτός. Είναι σύμβουλος του ΠΟΥ για την κοινοτική ψυχική υγεία στην Ουκρανία και μέλος της Παγκόσμιας Συμβουλευτικής Ομάδας Ηγεσίας για την Ψυχική Υγεία (GLAG-MH) <https://gle.world/>



Γεώργιος Κεσκινίδης

Ο Γεώργιος Κεσκινίδης γεννήθηκε το 1969 στο Διδυμότειχο Έβρου και μεγάλωσε σε διάφορες πόλεις της Ελλάδας. Μετά την ολοκλήρωση της βασικής εκπαίδευσης, παρακολούθησε επαγγελματική κατάρτιση στη Θεσσαλονίκη, ειδικεύομενος ως βοηθός ξυλουργού. Το 1990 εντάχθηκε στην Εταιρεία Κοινωνικής Ψυχιατρικής και Ψυχικής Υγείας (νυν ΕΚΨ Π. Σακελλαρόπουλος), στη δομή της Θράκης. Το 2000 ξεκίνησε να εργάζεται στο Προεπαγγελματικό και Επαγγελματικό Πρόγραμμα «Εργασία στο Χωράφι» στην Αλεξανδρούπολη. Σήμερα διαμένει σε Ημιπροστατευμένο Διαμέρισμα της Εταιρείας στην Αλεξανδρούπολη. Σήμερα συμμετέχει ενεργά ως βασικό μέλος της επαγγελματικής ομάδας του προγράμματος. Οι αρμοδιότητές του περιλαμβάνουν όργωμα, άλεσμα, πότισμα, τάισμα ζώων και υποστήριξη νέων μελών που εισέρχονται στο πρόγραμμα.



Δημήτρης Ταταρίδης

Ψυχολόγος – Διοικητικός Διευθυντής Εταιρίας Κοινωνικής Ψυχιατρικής Π. Σακελλαρόπουλος.

Ο Δημήτρης Ταταρίδης είναι πτυχιούχος Ψυχολογίας (Πανεπιστήμιο Ιωαννίνων, 1993), κάτοχος MSc στις Γνωσιακές Επιστήμες (Πανεπιστήμιο του Εδιμβούργου, 1995), καθώς και μεταπτυχιακής πιστοποίησης στην Εξ Αποστάσεως Εκπαίδευση από το Open University (1999). Τα κύρια επαγγελματικά και ερευνητικά του ενδιαφέροντα αφορούν τον σχεδιασμό και την εφαρμογή συστημάτων οργάνωσης, λειτουργίας και διασφάλισης ποιότητας σε οργανισμούς ψυχικής υγείας, καθώς και την εκπαίδευση και ανάπτυξη ανθρώπινου δυναμικού. Από το 2007 έως σήμερα, κατέχει τη θέση του Διοικητικού Διευθυντή και είναι μέλος της Διοικούσας Επιτροπής της Εταιρίας Κοινωνικής Ψυχιατρικής Π. Σακελλαρόπουλος, όπου εργάζεται από το 1996. Έχει επίσης διατελέσει στέλεχος στο Ινστιτούτο Ψυχικής Υγείας Παιδιών και Ενηλίκων (1997–2008) και στο Κέντρο Ημέρας για Άτομα με Αναπηρία των Παιδικών Χωριών SOS Ελλάδα (2008–2012). Παράλληλα, έχει αναπτύξει σημαντικό εκπαιδευτικό έργο ως επιστημονικός συνεργάτης στο Ψυχιατρικό Νοσοκομείο Θεσσαλονίκης, στο Κέντρο Επαγγελματικής Κατάρτισης του ΕΠΙΨΥ και στο ΚΕΚ του Ψυχιατρικού Νοσοκομείου Πέτρας Ολύμπου (2002–2006). Συμμετέχει ενεργά σε εθνικά και ευρωπαϊκά όργανα. Είναι Πρόεδρος του ΚΟΙΣΠΕ (από το 2017), Γενικός Γραμματέας του Ινστιτούτου Ψυχικής Υγείας Παιδιών και Ενηλίκων (από το 2010), ενώ διετέλεσε Ταμίας στο Κέντρο Πρόληψης Εξαρτήσεων (2014–2022). Σε ευρωπαϊκό επίπεδο, υπήρξε μέλος του Δ.Σ. του Mental Health Europe στις Βρυξέλλες (2004–2014) και μέλος της Επιτροπής Ανθρωπίνων Δικαιωμάτων του ίδιου φορέα (2014–2018).



Ιωάννης Μπέλλας

Ο Ιωάννης Μπέλλας απέκτησε το πτυχίο ιατρικής από το Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης και ολοκλήρωσε την ειδικότητά του στην Ψυχιατρική στο Πανεπιστημιακό Γενικό Νοσοκομείο Αλεξανδρούπολης. Τα τελευταία πέντε χρόνια εργάζεται ως ψυχίατρος για την Εταιρία Κοινωνικής Ψυχιατρικής Π. Σακελλαρόπουλος στη Βορειοανατολική Ελλάδα.



Pinar Kotza-Sali

Η Πινάρ Κότζα Σαλή είναι εκπαιδευτικός ειδικής αγωγής με εκτεταμένες γνώσεις στον τομέα αυτό. Είναι φυσική ομιλήτρια της ελληνικής και της τουρκικής γλώσσας και μιλά επίσης αγγλικά. Γεννήθηκε στην Αλεξανδρούπολη και αποφοίτησε από το 1ο Λύκειο Κομοτηνής το 2015. Την ίδια χρονιά μετακόμισε στον Βόλο για να σπουδάσει στο Τμήμα Ειδικής Αγωγής του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας. Αποφοίτησε το 2019 με υψηλή βαθμολογία και επέστρεψε στην Κομοτηνή. Κατά το σχολικό έτος 2019-2020, παρακολούθησε σεμινάριο με θέμα: «Ειδική αγωγή: Συμβουλευτική και επαγγελματικός προσανατολισμός ατόμων με αναπηρία». Είναι πιστοποιημένη στη χρήση της Ελληνικής Νοηματικής Γλώσσας και του Ελληνικού Συστήματος Μπράιγ. Επιπλέον, έχει παρακολουθήσει πληθώρα σεμιναρίων, συμποσίων και εργαστηρίων, ενώ έχει γράψει άρθρα στην τοπική θεματική εφημερίδα της περιοχής της. Αυτή τη στιγμή εργάζεται στην Εταιρία Κοινωνικής Ψυχιατρικής Π. Σακελλαρόπουλος. Ο ρόλος της επικεντρώνεται στη διεξαγωγή μαθησιακών αξιολογήσεων παιδιών και στη δημιουργία κατάλληλων εξατομικευμένων παρεμβατικών προγραμμάτων, προσαρμοσμένων στις ιδιαίτερες ανάγκες τους. Τον Σεπτέμβριο του 2022, συμμετείχε και πιστοποιήθηκε στο πρόγραμμα ERASE-S, ένα ολοκληρωμένο ψυχοεκπαιδευτικό πρόγραμμα που στοχεύει στην υποστήριξη μαθητών της σχολικής κοινότητας μετά από τραυματικά γεγονότα. Από τις αρχές του 2024 συμμετέχει στο φόρουμ του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας για νέους επαγγελματίες ψυχικής υγείας, εκπροσωπώντας την Εταιρία Κοινωνικής Ψυχιατρικής «Π. Σακελλαρόπουλος», συμβάλλοντας στην ανταλλαγή ιδεών και την ανάπτυξη βέλτιστων πρακτικών στον τομέα της ψυχικής υγείας. Η επιμόρφωσή της δεν σταματά εκεί. Τον Φεβρουάριο του 2022 πιστοποιήθηκε στην εφαρμογή, βαθμολόγηση και ερμηνεία του τεστ Αθηνά (Athena Test). Τέλος, από τον Μάρτιο του 2023 είναι μεταπτυχιακή φοιτήτρια στο πρόγραμμα «Υγιεινή και Ασφάλεια της Εργασίας» του Δημοκριτείου Πανεπιστημίου Θράκης.



Αλεξάνδρα Γκουλιάμα

Η Αλεξάνδρα ξεκίνησε τις σπουδές της με Πτυχίο στη Φιλοσοφία και υπηρετεί στη δημόσια δευτεροβάθμια εκπαίδευση στην Ελλάδα ως φιλόλογος. Από τον Μάρτιο του 2023 υπηρετεί ως Σύμβουλος Εκπαίδευσης Φιλολόγων στη Διεύθυνση Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης Έβρου. Στο παρελθόν (2012-2018) υπηρέτησε σε άλλη συμβουλευτική δομή της Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης Έβρου, ως υπεύθυνη του Κέντρου Συμβουλευτικής Νέων. Διαθέτει μεταπτυχιακή εξειδίκευση στην Διαπολιτισμική Εκπαίδευση (Μ.Α.) και στην Εκπαιδευτική Ηγεσία (Μ.Εδ.), ενώ είναι υποψήφια διδάκτορας στην Ιατρική Σχολή του Δημοκριτείου Πανεπιστημίου Θράκης, στον τομέα της Παιδοψυχιατρικής. Το θέμα της διδακτορικής της διατριβής εστιάζει στη συσχέτιση της εμπλοκής των εφήβων στον σχολικό εκφοβισμό με το ψυχολογικό και διαπολιτισμικό τους προφίλ. Ασχολείται ερευνητικά με παιδαγωγικά ζητήματα όπως η σχολική βία και ο εκφοβισμός μεταξύ συνομηλίκων, συγγράφοντας άρθρα και συμμετέχοντας σε διεθνή και εθνικά συνέδρια. Στο παρελθόν, έχει διατελέσει μέλος της Επιστημονικής Επιτροπής του Υπουργείου Παιδείας, στο πλαίσιο της προσπάθειας του ελληνικού κράτους για την καθιέρωση πολιτικής κατά του σχολικού εκφοβισμού.



Βασιλική Καλαμάρη

Η Βασιλική Καλαμάρη γεννήθηκε στις 13 Φεβρουαρίου 1975 στη Λαμία, Φθιώτιδας και είναι παντρεμένη με δύο παιδιά. Σπούδασε Οικονομική Πληροφορική στο Πανεπιστήμιο Οικονομίας του Εθνικού και Παγκόσμιου Οικονομικού Πανεπιστημίου στη Σόφια (1994–1999). Το πτυχίο της αναγνωρίστηκε από το ΔΙΚΑΤΣΑ μετά από εξετάσεις στο Πανεπιστήμιο Μακεδονίας. Το 2017 ολοκλήρωσε μεταπτυχιακό στην «Περιβαλλοντική Πολιτική, Εκπαίδευση και Επικοινωνία» (ΔΠΘ Ορεστιάδας), το 2020 μεταπτυχιακό στη «Διοίκηση Εκπαιδευτικών Μονάδων» (ΔΠΘ Αλεξανδρούπολης) και το 2022 μεταπτυχιακό στις «Ψηφιακές και Ήπιες Δεξιότητες» (Διεθνές Πανεπιστήμιο Ελλάδος). Από το 2020 είναι Διευθύντρια του Πρότυπου Επαγγελματικού Λυκείου Αλεξανδρούπολης (ΠΕΠΑΛ) και από το 2003 εργάζεται ως εκπαιδευτικός Πληροφορικής (ΠΕ86), με πάνω από 20 χρόνια εμπειρίας στην πρωτοβάθμια, δευτεροβάθμια και δια βίου εκπαίδευση. Έχει εργαστεί σε διαφημιστική εταιρεία και ασφαλιστική–επενδυτική εταιρεία. Μιλάει άπταιστα αγγλικά, βουλγαρικά και ιταλικά. Από το 2018 είναι ενεργή εθελόντρια και μέλος του ΔΣ του Αθλητικού Συλλόγου ΑμεΑ «ΚΟΤΙΝΟΣ» Αλεξανδρούπολης. Στον ελεύθερο χρόνο της ασχολείται με την ανάγνωση, τον ευρωπαϊκό κινηματογράφο και τη ζωγραφική με λάδι.



Ελευθέριος Χάνος

Ο Ελευθέριος Χάνος γεννήθηκε στις 23 Ιουλίου 2008 και φοιτά στη Β' τάξη του Πρότυπου Επαγγελματικού Λυκείου Αλεξανδρούπολης με ειδίκευση στις Ναυτιλιακές Σπουδές. Έχει αναπτύξει ισχυρές δεξιότητες στην Πληροφορική, με άριστη χρήση των Microsoft Word, Excel και PowerPoint. Διαθέτει πιστοποίηση Αγγλικών επιπέδου B2. Είναι μαθητής με κίνητρο και συνεργατικό πνεύμα, συμμετέχει ενεργά σε ομαδικές εργασίες και σχολικές δράσεις. Αγαπά τον κινηματογράφο και είναι μέλος της Κινηματογραφικής Λέσχης του σχολείου από το 2022.

Διακρίσεις:

- Πρώτο βραβείο σε διεθνή διαγωνισμό για την ταινία μικρού μήκους «940.000» (2023)
- Πρώτο βραβείο στον εθνικό διαγωνισμό ΙΟΑΣ για τηλεοπτικό σποτ οδικής ασφάλειας (2022)
- Είναι μέλος της σχολικής ομάδας ποδοσφαίρου και συμμετέχει στους Προσκόπους, με δράσεις εθελοντισμού και περιβαλλοντικής ευαισθητοποίησης. Τα ενδιαφέροντά του περιλαμβάνουν τον κινηματογράφο, τη ρομποτική και τις περιβαλλοντικές δράσεις.



Άκης Μαραγκοζάκης

Ο Άκης Μαραγκοζάκης είναι Κοινωνικός Λειτουργός και κάτοχος Μεταπτυχιακού Διπλώματος στην Κοινωνική Ψυχιατρική. Στα πρώτα χρόνια της σταδιοδρομίας του εργάστηκε υπό την εποπτεία του τοπικού εισαγγελέα ως Επίτροπος για Ασυνόδευτους Ανηλίκους στην οργάνωση ΜΕΤΑδραση, στα ελληνοτουρκικά σύνορα, παρέχοντας ψυχοκοινωνική στήριξη, καθοδήγηση και συμβουλευτική σε ευάλωτα παιδιά του προσφυγικού πληθυσμού, υπερασπιζόμενος τα δικαιώματά τους. Με εκτενή γνώση στο πεδίο της προστασίας των προσφύγων, το 2018 ανέλαβε θέση Συντονιστή Ομάδας στην οργάνωση HumanRights360, με ευθύνη για τον συντονισμό των παρεχόμενων ψυχοκοινωνικών και νομικών υπηρεσιών προς ευάλωτους πρόσφυγες. Παρείχε ψυχοκοινωνική υποστήριξη, πρόσβαση σε νομική βοήθεια και συμβουλευτική σε ασυνόδευτους ανηλίκους υπό κράτηση ή διαμένοντες σε κλειστά κέντρα κράτησης, σε επιζώντες βασανιστηρίων και θύματα εμπορίας ανθρώπων που εντοπίζονταν στα σύνορα της περιοχής του Έβρου. Παράλληλα, συνεργάστηκε με τον διεθνή ερευνητικό φορέα **Forensic Architecture**, συμμετέχοντας σε πλήθος ερευνών που αφορούσαν την κρατική βία και παραβιάσεις ανθρωπίνων δικαιωμάτων στα σύνορα, συμβάλλοντας σε πληθώρα σχετικών δημοσιευμένων εκθέσεων. Το 2022 διορίστηκε ως Συντονιστής Κοινωνικών Προγραμμάτων στην εφημερίδα δρόμου **“Σχεδία”**. Στο πλαίσιο των καθηκόντων του, συντόνισε υπηρεσίες ολιστικής υποστήριξης και φροντίδας για άστεγους και κοινωνικά αποκλεισμένους. Παράλληλα, ανέλαβε την υλοποίηση του κοινωνικού προγράμματος ποδοσφαίρου **“Kick Out Poverty”**, καθώς και της **Εθνικής Ομάδας Ποδοσφαίρου Αστέγων**, όπου διετέλεσε τόσο προπονητής όσο και υπεύθυνος διαχείρισης. Μέσω του αθλητισμού, στόχευε να εμπνεύσει και να ενδυναμώσει άτομα ώστε να αναπτύξουν δεξιότητες ζωής και να χρησιμοποιήσουν το ποδόσφαιρο ως εργαλείο επανένταξης στην κοινωνία και εξόδου από τη φτώχεια και τον αποκλεισμό. Από τον Δεκέμβριο του 2023, επέστρεψε στον τόπο καταγωγής του και ανέλαβε εκ νέου καθήκοντα ως Κοινωνικός Λειτουργός στην Εταιρεία Κοινωνικής Ψυχιατρικής Π. Σακελλαρόπουλος. Έχει συμμετάσχει σε ποικίλα συνέδρια και διεθνή φόρουμ κατά τη διάρκεια της επαγγελματικής του πορείας.



Ceren Acartürk – Τουρκία

Η Ceren Acartürk είναι Αναπληρώτρια Καθηγήτρια Κλινικής Ψυχολογίας στο Πανεπιστήμιο ΚΟC της Κωνσταντινούπολης και μέλος του Εκτελεστικού Συμβουλίου του Κέντρου Μεταναστευτικών Ερευνών του ίδιου πανεπιστημίου. Το έργο της εστιάζει στην ψυχική υγεία των προσφύγων, στους κοινωνικούς παράγοντες που επηρεάζουν την ψυχική υγεία και στην αξιολόγηση ψυχολογικών παρεμβάσεων για ψυχικά προβλήματα μετά από τραύμα και δυσκολίες. Η Acartürk έχει δοκιμάσει την αποτελεσματικότητα σύντομων ψυχολογικών παρεμβάσεων, όπως το Problem Management Plus και το Self Help Plus, μετά από αναγκαστική εκτόπιση και φυσικές καταστροφές. Η έρευνά της στοχεύει στην αύξηση της εφαρμογής αποτελεσματικών και κλιμακούμενων κοινοτικών ψυχολογικών παρεμβάσεων για ευάλωτους πληθυσμούς.



Milagros Molero Zafra – Ισπανία

Κατέχει πτυχίο Ψυχολογίας με αριθμό μητρώου CV04894, είναι οικογενειακή θεραπεύτρια πιστοποιημένη από την ATFV, θεραπεύτρια ζευγαριών πιστοποιημένη από την PACT, γενική ψυχολόγος υγείας, πιστοποιημένη ψυχοθεραπεύτρια FEAP, θεραπεύτρια EMDR, κλινική και σύμβουλος EMDR σε ενήλικες και παιδιά-εφήβους, πιστοποιημένη από EMDR Ισπανίας και Ευρώπης. Τα πιο πρόσφατα ερευνητικά της έργα αφορούν την οικογενειακή παρέμβαση σε τραυματικές καταστάσεις, συνδυάζοντας EMDR και οικογενειακή θεραπεία, καθώς και ομαδικές παρεμβάσεις με EMDR σε γυναίκες που έχουν υποστεί σεξουαλική κακοποίηση κατά την παιδική ηλικία. Είναι συγγραφέας πολλών κεφαλαίων βιβλίων και επιστημονικών άρθρων σχετικά με το πένθος και την ψυχολογική υποστήριξη σε αυτόν τον τομέα. Κλινική ειδικός σε κρίσιμες καταστάσεις, χρόνιες και τελικού σταδίου ασθένειες και πένθος. Διαθέτει εκτενή πιστοποιημένη εμπειρία σε ιδιωτική κλινική πρακτική, έρευνα και διδασκαλία. Διδάσκει σε διάφορα μεταπτυχιακά πανεπιστημιακά προγράμματα (ADEIT, UV, VIU, UNED) σε θέματα κοινωνικού και υγειονομικού τομέα (Διαταραχές Προσωπικότητας, Θεραπεία Ζευγαριών, Θεραπεία Σεξουαλικών Διαταραχών, Ανακουφιστική Φροντίδα, EMDR, Ψυχολογική Παρέμβαση σε Ηλικιωμένους). Είναι διευθύντρια και θεραπεύτρια στην ιδιωτική ψυχολογική της πρακτική "Sintest Psicología" με 25 χρόνια εμπειρίας στην πόλη της Βαλένθια και ψυχολόγος που συνεργάζεται με διάφορους οργανισμούς παροχής υπηρεσιών παρέμβασης σε κρίσεις.



Felicitas Kresimon – Ιταλία

Η Felicitas Kresimon είναι Γενική Γραμματέας του SFE CEFEC. Έχει πτυχίο Κοινωνικής Παιδαγωγικής από το Πανεπιστήμιο του Βερολίνου και, στο πλαίσιο των κοινωνικών συνεταιρισμών στην Ιταλία, εργάζεται από το 1995 στον συντονισμό, την επίβλεψη και τη δομή κοινωνικών και εκπαιδευτικών υπηρεσιών υπέρ (νεαρών) ατόμων με αναπηρίες και ψυχικές ασθένειες, αναπτύσσοντας εκπαιδευτικές υπηρεσίες για παιδιά σε μειονεκτική θέση και τοπικά κοινοτικά αναπτυξιακά έργα. Από το 2014 διδάσκει σε διάφορα πανεπιστήμια, όπως το Ostfalia-University Wolfenbuettel στη Γερμανία και το Πανεπιστήμιο Σπουδών της Τεργέστης (Università degli Studi di Trieste) στην Ιταλία, στις σχολές Κοινωνικής Εργασίας. Η διδασκαλία της επικεντρώνεται στην Κοινωνική Οικονομία και την προώθηση των Κοινωνικών Επιχειρήσεων σε όλη την Ευρώπη. Κύριος στόχος είναι η προώθηση θεωρητικής και πρακτικής γνώσης και ανταλλαγής σχετικά με τη δημιουργία θέσεων εργασίας και την κοινωνική ένταξη ευάλωτων ατόμων.



Μενέλαος Θεοδωρουλάκης

Ο Μενέλαος Θεοδωρουλάκης είναι κοινωνικός ερευνητής και ειδικός στην ανάπτυξη προγραμμάτων κοινωνικής πολιτικής. Κατέχει πτυχίο από το Τμήμα Κοινωνικής Πολιτικής και Κοινωνικής Ανθρωπολογίας στο Πάντειο Πανεπιστήμιο Αθηνών και διδακτορικό στη Κοινωνική Πολιτική. Η ακαδημαϊκή και επαγγελματική του εξειδίκευση επικεντρώνεται σε τομείς όπως η κοινωνική ασφάλιση, η κοινωνική προστασία, η πρόνοια, η κοινωνική ένταξη, η ισότητα, η κοινωνική οικονομία, η ψυχιατρική μεταρρύθμιση και η επαγγελματική αποκατάσταση ευάλωτων ομάδων, καθώς και ο σχεδιασμός και η αξιολόγηση κοινωνικών προγραμμάτων.

Από το 1998 εργάζεται ως κοινωνικός ερευνητής και σύμβουλος σε διάφορους φορείς, όπως το Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών, το Πάντειο Πανεπιστήμιο, το Εθνικό Κέντρο Κοινωνικών Ερευνών, το Ινστιτούτο Αστικού Περιβάλλοντος και Ανθρώπινων Πόρων, το Εθνικό Ίδρυμα Νεότητας, το ΙΝΕ-ΓΣΕΕ, το Πολυκέντρο ΑΔΕΔΥ, το Ελληνικό Κέντρο Ψυχικής Υγιεινής και Έρευνας, την ΠΕΨΑΕΕ, την Εταιρεία Κοινωνικής Ψυχιατρικής «Π. Σακελλαρόπουλος» και το ΠΟΚοιΣΠΕ.

Έχει επίσης υπηρετήσει ως εμπειρογνώμονας στην κοινωνική προστασία εντός του Ευρωπαϊκού Δικτύου Κοινωνικής Πολιτικής. Αυτή τη στιγμή είναι μέλος της επιστημονικής επιτροπής της Εθνικής Γραμμής Ψυχοκοινωνικής Υποστήριξης 10306 και υπηρετεί ως Επιστημονικός Διευθυντής του Κέντρου Ημέρας της ΠΕΨΑΕΕ στην Ελευσίνα.

Εκτός των επαγγελματικών του ρόλων, έχει επιδείξει μακροχρόνια δέσμευση στον μη κερδοσκοπικό και συνεταιριστικό τομέα της ψυχικής υγείας, αναλαμβάνοντας εθελοντικά σημαντικές ηγετικές θέσεις, όπως:

- Πρόεδρος και Μέλος της Συντονιστικής Επιτροπής του Δικτύου Αργώ (2005–2014)
- Μέλος Διοικητικού Συμβουλίου της ΠΕΨΑΕΕ (2004–2014)
- Μέλος Διοικητικού Συμβουλίου ΚοιΣΠΕ Ευζην (2005–σήμερα)
- Πρόεδρος Διοικητικού Συμβουλίου ΠΕΨΑΕΕ (από Νοέμβριο 2014)
- Πρόεδρος Διοικητικού Συμβουλίου Ομοσπονδίας Αργώ (από Φεβρουάριο 2015)
- Μέλος Διοικητικού Συμβουλίου της Επιστημονικής Εταιρείας Κοινωνικής Πολιτικής (2017–2021)



Ιωάννα Κάλλια

Ψυχολόγος, Κινητή Μονάδα Ψυχικής Υγείας, Φωκίδα, επαγγελματίας Ψυχικής Υγείας στην Εταιρεία Κοινωνικής Ψυχιατρικής Π. Σακελλαρόπουλος, με εξειδίκευση σε υπηρεσίες ψυχικής υγείας και στο πεδίο της κοινωνικής ψυχολογίας. Ενεργό μέλος της διεπιστημονικής Κινητής Μονάδας Ψυχικής Υγείας στη Φωκίδα, συμβάλλοντας στην παροχή ολιστικής ψυχικής υποστήριξης. Έμπειρη στην επικοινωνία, ομαδική εργασία, λήψη αποφάσεων και στον συντονισμό πρωτοβουλιών ευαισθητοποίησης και πρόληψης στην κοινότητα. Έχει εμπειρία στην ηγεσία προγραμμάτων ψυχοκοινωνικής παρέμβασης, ενίσχυσης της ανθεκτικότητας και προώθησης της ευημερίας σε ποικίλες κοινότητες.



Αντωνία Αντωνοπούλου

Η Αντωνία Αντωνοπούλου κατέχει πτυχίο Φυσικοθεραπείας από τη Σχολή Επαγγελματιών Υγείας και Πρόνοιας του Τεχνολογικού Εκπαιδευτικού Ιδρύματος Θεσσαλίας (2002). Από το 2003 εργάζεται ως Φυσικοθεραπεύτρια στις Μονάδες Ψυχοκοινωνικής Αποκατάστασης της Μονάδας Φθιώτιδας της Εταιρείας Κοινωνικής Ψυχιατρικής «Π. Σακελλαρόπουλος». Με τα χρόνια ανέλαβε αυξανόμενες ευθύνες εντός του οργανισμού. Από το 2015 υπηρετεί ως Συντονίστρια των Μονάδων Ψυχοκοινωνικής Αποκατάστασης στη Φθιώτιδα και μεταξύ 2021 και 2023 συντόνισε την Κινητή Μονάδα Ψυχικής Υγείας στη Βόρεια Εύβοια. Το 2024 διορίστηκε Επιστημονική Υπεύθυνη του Προστατευόμενου Διαμερίσματος στη Μονάδα Φθιώτιδας. Εκτός από τους κλινικούς και συντονιστικούς της ρόλους, έχει ενεργή συμμετοχή στον τομέα της κοινωνικής επιχειρηματικότητας και της ένταξης στην ψυχική υγεία. Από το 2017 είναι Μέλος Διοικητικού Συμβουλίου και Υπεύθυνη Οικονομικών της Κοινωνικής Συνεταιριστικής Επιχείρησης Περιορισμένης Ευθύνης (ΚΟΙΣΠΕ) «Ανεμώνη» στην Περιφερειακή Ενότητα Φθιώτιδας–Ευρυτανίας. Νωρίτερα στην καριέρα της, από το 2005 έως το 2012, εργάστηκε ως Εκπαιδεύτρια Φυσικοθεραπείας στο Ινστιτούτο Επαγγελματικής Κατάρτισης στη Λαμία, Φθιώτιδα.