Κέντρο Διημέρευσης – Ημερήσιας Φροντίδας (Κ.Δ.Η.Φ.)
Ατόμων με Αναπηρία «ΥΠΕΡΙΩΝ»
Ένωση Προστασίας της Ισότητας και των Δικαιωμάτων Α.μεΑ. «ΥΠΕΡΙΩΝ»
Διεύθυνση: Λογγός Ληξουρίου, Πόλη: Ληξούρι, Νομός: Κεφαλονιά, Τ.Κ.: 28200
Τηλέφωνο Επικοινωνίας - Φαξ: 26710-92492
e-mail: enosiyperion@gmail.com, site: http://enosi-amea-yperion.gr

Ληξούρι, 10 Οκτωβρίου 2019

Αρ. πρωτ.:176

ΠΡΟΣ

Όλα τα Τοπικά Μέσα Ενημέρωσης Κεφαλονιάς,

Ιθάκης και Ιονίων Νήσων

ΔΕΛΤΙΟ ΤΥΠΟΥ

Θέμα: 10 Οκτωβρίου- Παγκόσμια Ημέρα της Ψυχικής Υγείας 2019

Η 10η Οκτωβρίου έχει θεσπιστεί από τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας (ΠΟΥ) ως Παγκόσμια Ημέρα Ψυχικής Υγείας.

Φέτος, η Παγκόσμια Ομοσπονδία για την Ψυχική Υγεία (WFMH) αποφάσισε να καταστήσει την «πρόληψη της αυτοκτονίας» το κύριο θέμα της Παγκόσμιας Ημέρας Ψυχικής Υγείας.

Σύμφωνα με τον ΠΟΥ, περισσότεροι από 800.000 άνθρωποι πεθαίνουν από αυτοκτονία το χρόνο, γεγονός που την καθιστά την κύρια αιτία θανάτου μεταξύ των ατόμων ηλικίας 15-29 ετών, σε παγκόσμια κλίμακα.

Η αυτοκτονία είναι ένα παγκόσμιο πρόβλημα δημόσιας υγείας που αξίζει την προσοχή όλων.

Υπάρχουν πολλοί σύνθετοι παράγοντες που συμβάλλουν στην αυτοκτονία, αλλά αυτό που είναι πιο σημαντικό είναι ότι όλες οι ενέργειές μας πρέπει να προσανατολίζονται στην **πρόληψη.** Συνεπώς, είναι σημαντικό να ληφθούν διατομεακά και διεπιστημονικά μέτρα από όλους τους εμπλεκόμενους φορείς.

Το θέμα της πρόληψης της αυτοκτονίας, το θέμα της Παγκόσμιας Ημέρας για την Ψυχική Υγεία το 2019 είναι να προσελκύσει την προσοχή των κυβερνήσεων, ώστε το ζήτημα να αποτελέσει προτεραιότητα στις ατζέντες της δημόσιας υγείας σε όλο τον κόσμο.

Η αυτοκτονία μπορεί να αποφευχθεί, για αυτό όλες οι προσπάθειες και οι δημόσιες πολιτικές πρέπει να επικεντρωθούν στην **πρόληψη**.

Ευρωπαϊκή Ένωση
Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο
ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΙΟΝΙΩΝ ΝΗΣΙΩΝ
ΕΣΠΑ 2014-2020
ανάπτυξη - εργασία - αλληλεγγύη

Στα πλαίσια της συγκεκριμένη ημέρας, σχεδιάσαμε και πραγματοποιήσαμε τις παρακάτω Δράσεις:

- Δημιουργία αφίσας από τους ωφελούμενους με κύριο μήνυμα: «οι ΛΥΣΕΙΣ είναι στο χέρι μας»
- Πέμπτη, 10/10/2019 Επίσκεψη από κλιμάκιο της Κινητής Μονάδας Ψυχικής Υγείας Κεφ/νιάς «Μετάβαση» στα πλαίσια διασύνδεσης και επικοινωνίας με άλλους επαγγελματίες ψυχικής υγείας.
  Μετά την υποδοχή και τη γνωριμία ωφελούμενων- εργαζομένων, ακολούθησε μια σύντομη παρουσίαση με θέμα: «Άσκηση και Ψυχική Υγεία» όπου ο κος. Ξερνός Βασίλειος –αθλητικός ψυχολόγος/ εργαζόμενος στη «Μετάβαση», συζήτησε με τους ωφελούμενους τη σημασία της άσκησης στη ζωή τους στα πλαίσια της προαγωγής της ψυχολογικής τους ευεξίας. Με τη σειρά τους, οι ωφελούμενοι ενημέρωσαν για τα ατομικά και ομαδικά προγράμματα αθλητικών δραστηριοτήτων που ακολουθούν στο Κ.Δ.Η.Φ. και για τις αθλητικές δράσεις στις οποίες συμμετείχαν.
  Ακολούθησε μια δεύτερη σύντομη παρουσίαση για την ασφάλεια εαυτού και την αναγκαιότητα αναζήτησης βοήθειας.
  Σε ένα δεύτερο επίπεδο συζήτησης, τονίστηκε η σημασία της δευτερογενούς πρόληψης αυτοκτονιών και συζητήθηκε η παρέμβαση- διαχείριση αυτοκαταστροφικού ασθενή. Επιπλέον, συζητήσαμε την αναγκαιότητα δημιουργίας ενός κοινού πρωτοκόλλου διαχείρισης μαθητών με αυτοτραυματική συμπεριφορά το οποίο να εφαρμόζεται στα σχολεία.
  Και τέλος, όλοι επισημαίνουμε την αναγκαιότητα σωστής και υπεύθυνης κάλυψης μιας αυτοκτονίας από τα μέσα ενημέρωσης αλλά και την αποφυγή προβολής ειδήσεων σχετικών με αυτοκτονίες ή απόπειρες σε πολύ νεαρές ηλικίες υπό τον κίνδυνο μιμητικής συμπεριφοράς.
- Την Παρασκευή, 11/10/2019 10:00-11:30 θα πραγματοποιηθεί επίσκεψη από ωφελούμενους και προσωπικό του Κέντρου Ημέρας Αργοστολίου «ΑΠΟΣΤΟΛΗ», προκειμένου να επιτευχθεί η γνωριμία, η προσέγγιση, η κοινωνική συνδιαλλαγή των ωφελούμενων Α.μεΑ.

Ευχαριστούμε όλους όσους συμμετείχαν για την πραγματοποίηση των παραπάνω δράσεων!

Κ.Δ.Η.Φ. Α.μεΑ. «ΥΠΕΡΙΩΝ»

Ευρωπαϊκή Ένωση
Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο
ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΙΟΝΙΩΝ ΝΗΣΙΩΝ
ΕΣΠΑ 2014-2020
ανάπτυξη - εργασία - αλληλεγγύη