



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ

# ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΨΥΧΟΛΟΓΙΚΗΣ ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗΣ

για την αντιμετώπιση  
των επιπτώσεων  
της πανδημίας  
covid-19



## ΚΑΝΕΝΑΣ ΜΟΝΟΣ ΣΤΗΝ ΠΑΝΔΗΜΙΑ

- Αν είσαι ασθενής με covid-19
- Αν είσαι συγγενής ασθενή με covid-19
- Αν είσαι ασθενής με χρόνια ασθένεια ή Α.Μ.Ε.Α.
- Αν εργάζεσαι σε μονάδα υγείας ή το ΕΚΑΒ



**ΕΙΜΑΣΤΕ ΕΔΩ, ΝΑ ΣΕ ΑΚΟΥΣΟΥΜΕ, ΝΑ ΣΕ ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΟΥΜΕ**

**ΚΑΛΕΣΕ ή ΣΥΝΔΕΣΟΥ ΔΩΡΕΑΝ  
ΑΝΩΝΥΜΑ & ΕΜΠΙΣΤΕΥΤΙΚΑ**



ΣΤΟΙΧΕΙΑ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ ΜΟΝΑΔΑΣ ΨΥΧΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ



Εταιρεία  
Προαγωγής  
Ψυχικής  
Υγείας  
Ηπείρου



- Γεωργίου Παπανδρέου 38, Ιωάννινα
- 26510 71818 | 6980939054
- skitali.covid19@gmail.com
- Κέντρο Ημέρας Σκυτάλη
- Skitali Covid-19
- www.epropsi.gr



## ΣΤΟΙΧΕΙΑ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ ΤΟΥ ΦΟΡΕΑ



Εταιρεία  
Προαγωγής  
Ψυχικής  
Υγείας  
Ηλείου



Κέντρο Ημέρας

📍 Γεωργίου Παπανδρέου 38, Ιωάννινα  
☎ 26510 71818 📞 📧 6980939054  
✉ skitali.covid19@gmail.com  
📍 Κέντρο Ημέρας Σκυτάλη  
📍 Skitali Covid-19  
🌐 www.epropsi.gr

### ΠΑΡΟΧΗ TABLET

Για πρόσβαση στις παραπάνω υπηρεσίες, το νοσοκομείο έχει τη δυνατότητα να διαθέσει στον χώρο του δωρεάν tablet με σύνδεση στο διαδίκτυο, που καθαρίζεται και φυλάσσεται μετά από την αναγκαία χρήση.



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ  
&  
ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΛΛΗΛΕΓΥΗΣ



ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑ ΦΟΡΕΩΝ  
ΨΥΧΟΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ  
ΑΠΟΚΑΤΑΣΤΑΣΗΣ ΚΑΙ  
ΨΥΧΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ - ΑΡΓΩ



# ΚΑΝΕΙΣ ΜΟΝΟΣ ΑΠΕΝΑΝΤΙ ΣΤΟΝ COVID-19



## Πρόγραμμα υποστήριξης νοσούντων, συγγενών και ευπαθών ομάδων

- με χρηματοδότηση, συντονισμό και εποπτεία του Υπουργείου Υγείας -



## ΚΑΝΕΙΣ ΜΟΝΟΣ ΑΠΕΝΑΝΤΙ ΣΤΟΝ COVID-19:

Πρόγραμμα υποστήριξης  
νοσούντων, συγγενών και  
ευπαθών ομάδων



### ΠΟΤΕ ΑΝΑΖΗΤΟΥΜΕ ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗ;

- Αισθανόμαστε θλίψη, πείση και άγχος που δεν μπορούμε να διαχειριστούμε μόνοι.
- Έχουμε διαταραγμένο ύπνο.
- Τρώμε μόνο για συντήρηση, έχουμε μείωση βάρους.
  - Αισθανόμαστε φόβο, μοναξιά και ανασφάλεια.
  - Δεν μπορούμε να μοιραστούμε με φίλους και συγγενείς ότι νοσούμε, γιατί φοβόμαστε πως θα μας απορρίψουν.

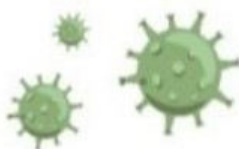
## ΕΙΜΑΣΤΕ ΔΙΠΛΑ ΣΑΣ

Για να μην είναι κανείς μόνος σε αυτή τη δύσκολη και πρωτόγνωρη κατάσταση

Το Πρόγραμμα Ψυχοκοινωνικής Υποστήριξης ασθενών με covid 19, των συγγενών τους καθώς και όσων πλήττονται από την πανδημία υλοποιείται πανελλαδικά - με χρηματοδότηση, συντονισμό και εποπτεία του Υπουργείου Υγείας - από 25 Κέντρα Ημέρας και

Κινητές Μονάδες Φορέων Ψυχικής Υγείας της Ομοσπονδίας Φορέων Ψυχοκοινωνικής Αποκατάστασης και Ψυχικής Υγείας ΑΡΓΩ.

Το πρόγραμμα στοχεύει στην παροχή ψυχολογικής υποστήριξης και ενδυνάμωσης από απόσταση σε άτομα που δεν έχουν πρόσβαση σε ψυχοθεραπευτικές υπηρεσίες από κοντά, είτε λόγω της πανδημίας είτε λόγω γεωγραφικών περιορισμών.



Στο πρόγραμμα μπορούν να συμμετέχουν:

- Άτομα που νοσούν από covid - 19 ή συγγενείς νοσούντων.
- Άτομα με αναπηρίες ή χρόνιες παθήσεις που έχουν υποκείμενα νοσήματα.
- Ευάλωτες ομάδες πληθυσμού που χρήζουν ψυχοκοινωνικής υποστήριξης.

### ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ ΠΑΡΑΠΟΜΠΗΣ

Προκειμένου ο ενδιαφερόμενος να συμμετέχει στο πρόγραμμα:

- Επικοινωνεί ο ίδιος ηλεκτρονικά (sms, email, μήνυμα whatsapp, viber, messenger, skype) ή τηλεφωνικά.
- Αναφέρει τα στοιχεία επικοινωνίας του και το αίτημά του.
- Στη συνέχεια λαμβάνει έναν μοναδικό αριθμό εξυπηρετούμενου.
- Ακολουθεί μια πρώτη τηλεφωνική/διαδικτυακή συνάντηση με επαγγελματία ψυχικής υγείας και μια αρχική συνεδρία γνωριμίας.
- Σε συνεργασία με τον εξυπηρετούμενο και το οικείο περιβάλλον του οργανώνεται η παρέμβαση (ψυχοκοινωνική υποστήριξη, ψυχοθεραπευτικές συνεδρίες, παραπομπή σε εξειδικευμένες υπηρεσίες)

### ΔΙΑΤΗΡΗΣΗ ΑΝΩΝΥΜΙΑΣ

Η υπηρεσία παρέχεται ανώνυμα, εμπιστευτικά και διασφαλίζεται η προστασία των προσωπικών δεδομένων. Η υποστήριξη παρέχεται, είτε μέσω ψηφιακών εφαρμογών, είτε μέσω τηλεφώνου. Η δυνατότητα επιλογής αφήνεται στους εξυπηρετούμενους.