



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΑΤΤΙΚΗΣ
Γραφείο Τύπου

09/12/2024

ΔΕΛΤΙΟ ΤΥΠΟΥ

Νίκος Χαρδαλιάς: «Σπάμε τα ταμπού, διώχνουμε τη κατάθλιψη, κοιτάμε ξανά τη ζωή με ελπίδα»

Η Περιφέρεια Αττικής εγκαινιάζει μια πρωτοποριακή καμπάνια και σειρά δράσεων για την ψυχική υγεία των συμπολιτών μας με τίτλο «Ψυχή μου»

Με κεντρικό μήνυμα «Μιλάμε ανοιχτά και σπάμε τα ταμπού», ο Περιφερειάρχης Αττικής Νίκος Χαρδαλιάς παρουσίασε σήμερα σε κεντρικό ξενοδοχείο της Αθήνας την καμπάνια ενημέρωσης και τη νέα σειρά προληπτικών δράσεων που ξεκινά η Περιφέρεια Αττικής για την ενίσχυση της ψυχικής υγείας των πολιτών με τίτλο «Ψυχή μου», δίνοντας έμφαση στην αντιμετώπιση και την ευαισθητοποίηση έναντι του φαινομένου της κατάθλιψης. Το πρόγραμμα υλοποιείται με τη συνδρομή του «Περιφερειακού Παρατηρητηρίου Κοινωνικής Ένταξης Περιφέρειας Αττικής - Social Network Αττική» και τους πόρους του ΕΚΤ+ του Προγράμματος «ΑΤΤΙΚΗ» 2021 - 2027.

Ο κ. Χαρδαλιάς, απευθύνοντας ένα μήνυμα γεμάτο ελπίδα και αποφασιστικότητα, τόνισε τη σημασία της ευαισθητοποίησης γύρω από το φαινόμενο της κατάθλιψης, που σύμφωνα με τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας αποτελεί τη συχνότερη ψυχική διαταραχή παγκοσμίως. Όπως τόνισε χαρακτηριστικά: «Η Περιφέρεια Αττικής επενδύει με συνέπεια και υπευθυνότητα σε πρωτοβουλίες που εξασφαλίζουν ένα καλύτερο μέλλον για την κοινωνία μας. Δεν πρόκειται να μείνουμε παρατηρητές και ουραγοί σε οποιοδήποτε πρόβλημα, θα είμαστε στα πάντα πρωταγωνιστές και αρωγοί· ιδίως όσον αφορά τα ζητήματα που άπτονται της ψυχικής υγείας. Βγαίνουμε από τον μοναχικό κόσμο της κατάθλιψης. Μιλάμε. Ζητάμε βοήθεια. Διώχνουμε

τη θλίψη, το φόβο, την απογοήτευση. Αφήνουμε πίσω μας τη σκοτεινή περίοδο της κατάθλιψης και κοιτάμε ξανά τη ζωή με ελπίδα. Στέλνουμε το μήνυμα προς τους συμπολίτες μας που βρίσκονται εγκλωβισμένοι στα τείχη που υψώνει γύρω τους η κατάθλιψη πως δεν είστε μόνοι. Η κατάθλιψη μπορεί να αντιμετωπιστεί – πάντα με την κατάλληλη υποστήριξη και φροντίδα».

Υπογράμμισε, επίσης, την αυξητική τάση που καταγράφει η κατάθλιψη και στην Ελλάδα τελευταία χρόνια, κάτι που οφείλεται μεταξύ άλλων στην οικονομική και εν συνεχεία υγειονομική κρίση που βίωσε η χώρα. «Οι πρωτόγνωρες καταστάσεις που ζήσαμε την περίοδο της πανδημίας, σε έναν κόσμο αβεβαιότητας και περιορισμών, αντιμετωπίσαμε με κρίση όχι μόνο υγειονομική, αλλά και κοινωνικοοικονομική, κλόνισαν την ψυχική υγεία πολλών συμπολιτών μας. Θέλουμε να σταθούμε αρωγοί και πολύτιμοι βοηθοί σε όσους αντιμετωπίζουν τέτοιας μορφής δυσκολίες» σημείωσε.

Ένα ολοκληρωμένο σχέδιο δράσης με τρεις άξονες

Η πρωτοβουλία της Περιφέρειας Αττικής για την ψυχική υγεία είναι μια πολυεπίπεδη προσπάθεια που στοχεύει στην ενημέρωση, την επιμόρφωση και την άμεση υποστήριξη των πολιτών. Οι βασικοί άξονες του σχεδίου είναι τρεις:

1. Ενημέρωση και ευαισθητοποίηση του κοινού

Η Περιφέρεια Αττικής ξεκινά μια μεγάλη επικοινωνιακή καμπάνια για την εξάλειψη του κοινωνικού στίγματος γύρω από την κατάθλιψη, με:

- Παραγωγή έξι στοχευμένων ενημερωτικών βίντεο, σύντομης διάρκειας, στα οποία παρουσιάζονται οι τρόποι με τους οποίους εκδηλώνεται η κατάθλιψη ανάλογα με την ηλικία και το φύλο, καθώς και οι παράγοντες που μπορεί να οδηγήσουν ένα άτομο σε αυτήν. Τα βίντεο επικεντρώνονται σε πέντε κρίσιμες θεματικές, όπως:
 - Η γυναικεία κατάθλιψη.
 - Η κατάθλιψη στους άνδρες
 - Η κατάθλιψη στους εφήβους.
 - Ο ρόλος του bullying και των βίαιων συμπεριφορών στα σχολεία.
 - Οι επιπτώσεις των μέσων κοινωνικής δικτύωσης, ιδιαίτερα για τα παιδιά και τους εφήβους.
- Προβολή ιστοριών ανθρώπων που έχουν βιώσει την κατάθλιψη, μοιράζοντας την εμπειρία τους και στέλνοντας ένα μήνυμα ελπίδας και ενθάρρυνσης.
- Καμπάνια προβολής σε παραδοσιακά και ψηφιακά μέσα, με στόχο να ενθαρρύνει τους πολίτες να μιλήσουν για τα συναισθήματά τους, να ζητήσουν βοήθεια και να αναγνωρίσουν ότι η κατάθλιψη είναι ένα πρόβλημα που μπορεί να αντιμετωπιστεί.

2. Επιμόρφωση στελεχών κοινωνικών δομών

Πρόκειται για ένα εξειδικευμένο πρόγραμμα τρίμηνης διάρκειας, θεωρητικής και πρακτικής κατάρτισης, θα υλοποιηθεί για τα στελέχη των κοινωνικών

δομών της Περιφέρειας και των Δήμων, καθώς και άλλων συγχρηματοδοτούμενων δομών, όπως:

- Κέντρα κοινότητας.
- Δομές αστέγων.
- Ξενώνες κακοποιημένων γυναικών.
- Μονάδες παιδικής προστασίας και στέγες υποστηριζόμενης διαβίωσης.

Το πρόγραμμα θα διεξάγεται εξ αποστάσεως, μέσω ειδικής πλατφόρμας, και θα καλύπτει ένα ευρύ φάσμα θεματικών ενοτήτων, με στόχο την ενίσχυση της ικανότητας των στελεχών να παρέχουν υποστήριξη σε άτομα που αντιμετωπίζουν κατάθλιψη.

3. Διοργάνωση ενημερωτικών ημερίδων σε επτά Δήμους

Η δράση περιλαμβάνει τη διοργάνωση ενημερωτικών ημερίδων σε συνεργασία με τους Δήμους Αθήνας, Μεγαρέων, Λαυρίου, Περιστερίου, Αγίας Παρασκευής, Γλυφάδας και Πειραιά. Οι Δήμοι επιλέχθηκαν με βάση κριτήρια όπως η μέση πληθυσμιακή συγκέντρωση, τα ποσοστά ανεργίας, ο αριθμός ωφελούμενων ελάχιστου εγγυημένου εισοδήματος και ο αριθμός ωφελούμενων δομών ψυχικής στήριξης.

Στις ημερίδες που θα ακολουθήσουν, ειδικοί επιστήμονες θα μιλήσουν για την κατάθλιψη και τους τρόπους διαχείρισής της, ενώ άνθρωποι που την έχουν βιώσει θα μοιραστούν τις προσωπικές τους ιστορίες, ενισχύοντας την ανοιχτή συζήτηση και την κατανόηση γύρω από τη διαταραχή.

Με την πρωτοβουλία αυτή, κατέληξε ο Περιφερειάρχης Αττικής, «επιχειρούμε να δώσουμε απαντήσεις και λύσεις. Εστιάζουμε στην πρόληψη, τη στήριξη και την ενδυνάμωση. Στόχος μας είναι να καταρρίψουμε τα στερεότυπα, να αντιμετωπίσουμε το κοινωνικό στίγμα και να δώσουμε στους συμπολίτες μας τα εργαλεία που χρειάζονται για να αντιμετωπίσουν την κατάθλιψη και να ξαναδούν τη ζωή με αισιοδοξία».

Από την πλευρά του ο Αντιπεριφερειάρχης Υγείας Δρ. Θάνος Ασκητής, κάνοντας χρήση και τις ψυχιατρικής του ιδιότητας, παρέθεσε μια σειρά από ενδιαφέροντα στοιχεία, αναφέροντας ότι: «Η κατάθλιψη είναι μία σοβαρή πολυπαραγοντική ψυχική διαταραχή που πλήττει το 5,7% του πληθυσμού στην Ελλάδα και είναι η κύρια αιτία αναπηρίας παγκοσμίως. Καταστρέφει τον άνθρωπο και μακροχρόνια τον οδηγεί στην άνοια. Οι γυναίκες πλήττονται περισσότερο, με ποσοστό 6%, ενώ η αυτοκτονία παραμένει η τέταρτη κύρια αιτία θανάτου στις ηλικίες 15-29 ετών. Ωστόσο, παρά την ύπαρξη αποτελεσματικών θεραπειών, πάνω από το 75% των ανθρώπων σε χώρες χαμηλού και μεσαίου εισοδήματος δεν λαμβάνουν βοήθεια.

Η Περιφέρεια Αττικής λοιπόν, ενώνει τις δυνάμεις της για την ευαισθητοποίηση και την πρόληψη της ψυχικής υγείας με σειρά από ομιλίες και δράσεις για την πρώιμη παρέμβαση. Η ψυχική υγεία ανήκει σε όλους μας και πρέπει να εξασφαλίσουμε την πρόσβαση σε φροντίδα για όλους, ανεξαρτήτως κοινωνικής ή οικονομικής κατάστασης. Είμαστε αφοσιωμένοι στη στήριξη των χρόνιων ψυχικά πασχόντων και την καταπολέμηση του στίγματος

που αφορά τις ψυχικές διαταραχές».

Τέλος κατά τη διάρκεια της συνέντευξης Τύπου ο δημοσιογράφος Σταμάτης Μαλέλης επικεντρώθηκε στη σημασία δημοσιογραφικής κάλυψης των θεμάτων ψυχικής υγείας, καταθέτοντας παράλληλα το προσωπικό του βίωμα. Όπως είπε: «Εδώ και περίπου 12 χρόνια, έχοντας περάσει κι εγώ από το τούνελ της κατάθλιψης, έθεσα ως προτεραιότητα στη ζωή μου την ευαισθητοποίηση, για το πώς μπορεί κανείς να νικήσει την κατάθλιψη, αυτό το «τέρας», όπως το αποκαλούσα. Μαζί με συναδέλφους δημοσιογράφους, συνεργάτες και εξειδικευμένους επιστήμονες, έχουμε αφιερωθεί στην ενημέρωση και την ευαισθητοποίηση γύρω από το πρόβλημα αυτό.

Είμαι ιδιαίτερα ικανοποιημένος που η Περιφέρεια Αττικής και ο Νίκος Χαρδαλιάς ανέλαβαν αυτή την εξαιρετική πρωτοβουλία, που σπάει τα ταμπού και ανοίγει τον δρόμο για την απενοχοποίηση του στίγματος. Δείχνει τον δρόμο και σε άλλους φορείς, για το τί πρέπει να κάνουν. Είναι ζωτικής σημασίας να ξεπεράσουμε το στίγμα και να αναζητήσουμε τη βοήθεια που χρειαζόμαστε».

Στην εκδήλωση παρούσα ήταν και η ομότιμη καθηγήτρια Ψυχιατρικής του ΕΚΠΑ και εκπρόσωπος του Ευρωπαϊκού Κοινοβουλίου στο ΔΣ του Ευρωπαϊκού Παρατηρητηρίου για τα Ναρκωτικά και την Τοξικομανία, Μένη Μαλλιώρα.

Εκ μέρους της Περιφέρειας Αττικής, πέραν του κ. Νίκου Χαρδαλιά, το παρών έδωσαν η αναπληρώτρια Περιφερειάρχης Χριστίνα Κεφαλογιάννη, ο Αντιπεριφερειάρχης Δυτικής Αττικής Κλεάνθης Βαρελάς, η Αντιπεριφερειάρχης Βορείου Τομέα Αθηνών Λουκία Κεφαλογιάννη, ο Αντιπεριφερειάρχης Νότιου Τομέα Αθηνών Χρήστος Θεοδωρόπουλος, ο Αντιπεριφερειάρχης Πολιτικής Προστασίας Λεωνίδα Μανωλάκος, η εντεταλμένη σύμβουλος Παρκών, Αλσών και Υγείας των Ζώων Ελευθερία (Ρίτα) Μωραϊτάκη – Πικρού, ο επικεφαλής του συνδυασμού της μείζονος αντιπολίτευσης «Αττική το σπίτι μας» Γιώργος Ιωακειμίδης, ο Εκτελεστικός Γραμματέας της Περιφέρειας Αττικής Γιάννης Σελίμης, η Ειδική Γραμματέας Έλενα Ράπτη, ο Διευθύνων Σύμβουλος της Νέας Μητροπολιτικής Αττικής Γιώργος Κορμάς, η γενική διευθύντρια της Νέας Μητροπολιτικής Αττικής Έφη Φιλιπούλου, ο Διευθυντής του Περιφερειακού Ταμείου Ανάπτυξης Αττικής Σωτήρης Νικολαρόπουλος, ο προϊστάμενος ΕΥΔΠ Αττικής Δημήτρης Δρόσης, ο Πρόεδρος ΕΣΔΝΑ Χαράλαμπος Σιάτρας, ο Διευθυντής Γραφείου Περιφερειάρχη Γιώργος Χαλκιάς και ο Αναπληρωτής Διευθυντής Δημήτρης Ταραζώνας.

Την εκδήλωση συντόνισε η δημοσιογράφος Νίκη Λυμπεράκη.

Τα έξι βίντεο που παρουσιάστηκαν κατά τη διάρκεια της Συνέντευξης Τύπου:

<https://we.tl/t-eu3sVeyoUs>