



Ψυχολογική Υποστήριξη ασθενών με covid 19, των συγγενών τους και των ατόμων που βιώνουν επιπτώσεις στην καθημερινότητα τους λόγω της πανδημίας

Το πρόγραμμα «Ψυχολογικής Υποστήριξης ασθενών με covid 19, των συγγενών τους και των ατόμων που βιώνουν επιπτώσεις στην καθημερινότητα τους λόγω της πανδημίας» υλοποιείται από 25 Κέντρα Ημέρας και Κινητές Μονάδες Φορέων Ψυχικής Υγείας σε πανελλαδικό επίπεδο, με χρηματοδότηση και εποπτεία του Υπουργείου Υγείας και συντονισμό της Ομοσπονδίας Φορέων Ψυχοκοινωνικής Αποκατάστασης και Ψυχικής Υγείας ΑΡΓΩ.

Το πρόγραμμα στοχεύει στην παροχή ψυχολογικής υποστήριξης και ενδυνάμωσης ώστε οι εξυπηρετούμενοι να βελτιώσουν την ψυχική τους ανθεκτικότητα και να υποστηριχθούν ώστε να αντιμετωπίσουν την όποια ψυχολογική επιβάρυνση επιφέρει η νόσηση από τον covid 19, η φροντίδα ατόμων που νοσούν με covid 19 και γενικότερα οι επιβαρύνσεις της πανδημίας στην καθημερινότητα τους.

Το Κέντρο Ημέρας Βαβέλ λόγω της εξειδίκευσής του αναλαμβάνει με οριζόντιο τρόπο την εξυπηρέτηση αιτημάτων για ψυχοκοινωνική στήριξη που αφορούν ασθενείς και οικείους τους που είναι μετανάστες και πρόσφυγες.

Οι ψυχολόγοι του προγράμματος, σε συνεργασία με διερμηνείς, μπορούν να ανταποκριθούν σε αιτήματα στα **αγγλικά, γαλλικά, βουλγάρικά, ρώσικα, αραβικά, κουρμαντζί, λινγκάλα, νταρί και φαρσί** καθώς και σε άλλες γλώσσες. Συνημμένα θα βρείτε ενημερωτικά φυλλάδια στα **αγγλικά, γαλλικά, φαρσί, και αραβικά** για την ενημέρωση των πιθανών ενδιαφερόμενων.

Πιο συγκεκριμένα, το πρόγραμμα απευθύνεται σε:

- Άτομα που νοσούν ή συγγενείς τους, με συμπτώματα όπως θλίψη, διαταραχές ύπνου, δυσκολίες στη συγκέντρωση, απόσυρση από τις συνήθεις δραστηριότητες, ευερεθιστότητα, διαταραχές στις διατροφικές συνήθειες και πρωτογενές ή δευτερογενές μετατραυματικό στρες .
- Άτομα με αναπηρίες ή χρόνιες παθήσεις που έχουν νοσήσει ή έχουν υποκείμενα νοσήματα και νιώθουν αβοήθητα και ιδιαίτερα εκτεθειμένα στην πανδημία, έχουν άγχος, θυμό, φόβο και καταθλιπτικά συμπτώματα συνοδευόμενα από συναισθήματα ανικανότητας, απόγνωσης, απάθειας και αποθάρρυνσης, απόσυρσης λόγω της πανδημίας που επηρεάζει σημαντικά την έκπτωση της λειτουργικότητά τους.
- Άτομα όλων των κατηγοριών με αγχώδεις διαταραχές ή φοβικές εκδηλώσεις ως οξεία αντίδραση στρες μετά από τραυματικό γεγονός νόσησης με covid 19 ή απώλεια συγγενικού προσώπου ή ήπια κατάθλιψη ως αποτέλεσμα των συνθηκών διαβίωσης λόγω της κοινωνικής αποστασιοποίησης ή των λοιπών επιπτώσεων της πανδημίας.

Το αίτημα υποστήριξης από το πρόγραμμα υποβάλλεται από τον ίδιο τον ενδιαφερόμενο ασθενή ή συγγενή ή άτομο των ευπαθών ομάδων με sms, email, μήνυμα whatsapp, και κλήση τηλεφώνου.

Η υπηρεσία παρέχεται ανώνυμα και εμπιστευτικά. Η υποστήριξη παρέχεται είτε μέσω ψηφιακών εφαρμογών, με ή χωρίς βιντεοκλήση, είτε μέσω τηλεφώνου.

Προκειμένου για τη διευκόλυνση της πρόσβασης στις υπηρεσίες, υπάρχει η δυνατότητα διάθεσης tablet με σύνδεση στο διαδίκτυο στις ενδιαφερόμενες κλινικές. Τα tablet θα διανέμονται βάσει των προγραμματισμένων ραντεβού από τις νοσηλεύτριες οι οποίες θα έχουν και την ευθύνη απολύμανσης, φύλαξης και φόρτισης.

Τα αιτήματα μπορούν να απευθύνονται:

- Με email στο helpcovidbabel@gmail.com και στο babel@syn-eirmos.gr
- Στο WhatsApp **6985825032**
- Στο τηλέφωνο **210-8616266** (Δευτέρα έως Παρασκευή, 09.00 – 17.00)

