

10 ΟΚΤΩΒΡΙΟΥ



ΠΑΓΚΟΣΜΙΑ
ΗΜΕΡΑ
ΨΥΧΙΚΗΣ
ΥΓΕΙΑΣ

Οι επιπτώσεις της οικονομικής & ενεργειακής κρίσης και του πολέμου στην Ουκρανία στην ψυχική υγεία της οικογένειας

*Η επένδυση στην ψυχική υγεία είναι
επένδυση για μια καλύτερη ζωή και
ένα καλύτερο μέλλον για όλους μας*

—
Tedros Andanom Gebregesus
Γενικός Διευθυντής του Παγκόσμιου
Οργανισμού Υγείας Π.Ο.Υ.



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ





Στην Ελλάδα του 2022, με τις συνέπειες της πανδημίας να συνεχίζουν να μας ταλαιπωρούν, με την ενεργειακή κρίση λόγω του πολέμου που διεξάγει η Ρωσία προς την Ουκρανία και με το κλίμα αβεβαιότητας που χαρακτηρίζει την παγκόσμια οικονομία, όλοι καλούμαστε να βρούμε τρόπους, δικούς μας τρόπους, καθημερινούς για να επιβιώσουμε και εμείς και τα παιδιά μας.

Οι παράγοντες αυτοί θεωρούνται ως σοβαρά ψυχοπιεστικά - ψυχοτραυματικά γεγονότα, που έχουν ως αποτέλεσμα την αρνητική επίδραση στην ψυχική ευεξία, στην ασφάλεια του ατόμου και κατ' επέκταση στην υγεία του.



Ζώντας τα καθημερινά προβλήματα την παγκόσμιας οικονομικής – ενεργειακής κρίσης και ενός πολέμου που μπορεί να εξαπλωθεί σε όλη την Ευρώπη, οι πολίτες κάθε χώρας της:

- Νιώθουν άγχος, ανασφάλεια και φόβο για το τι μπορεί να ακολουθήσει και να συμβεί,
- Κατάθλιψη
- Σωματικά προβλήματα (αϋπνίες, σωματική ένταση)
- Διαπιστώνουν προβλήματα στις διαπροσωπικές σχέσεις με άλλους όπως έριδες στο οικογενειακό περιβάλλον, βίαια επεισόδια, έως και κοινωνικό αποκλεισμό,
- Οδηγούνται σε μείωση των οικονομικών πόρων
- Νιώθουν θυμό για τα πολιτικά ή μη πρόσωπα που συνέργησαν στην πρόκληση της οικονομικής – ενεργειακής κρίσης, που αδιαφορούν για την έξοδο από αυτή ή δεν μεριμνούν για την ψυχική ανακούφιση, στο μέτρο του δυνατού, από όσους δεινοπαθούν

Οι παραπάνω επιπτώσεις στην ψυχική ευεξία μας που προκαλούνται από την παγκόσμια οικονομική – ενεργειακή κρίση και ένα αναθεωρητικό πόλεμο ενάντια στην Ουκρανία είναι αντιμετωπίσιμες αν ζητήσουμε βοήθεια από αρμόδιους λειτουργούς ψυχικής υγείας και είμαστε αποφασισμένοι και έτοιμοι να μιλήσουμε μαζί τους γι' αυτές.



Ξανακάντε ήρεμη και ενεργό τη δική σας ζωή, αυτών που αγαπάτε και όσων σας αγαπούν

Για αυτό, μην διστάσετε να απευθυνθείτε στους επαγγελματίες ψυχικής υγείας.

Με τη βοήθεια τους θα συνειδητοποιήσετε την σχέση ανάμεσα στο τρόπο που σκέφτεστε, αισθάνεστε και συμπεριφέρεστε εξαιτίας της οικονομικής κρίσης και των παρεπόμενων της.



10306

ΤΗΛΕΦΩΝΙΚΗ ΓΡΑΜΜΗ
ΨΥΧΟΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗΣ



**Για να βοηθηθείτε,
μπορείτε να απευθύνεστε
στη Θεσσαλική Εταιρεία
Ψυχικής Υγείας Περίθαλψης
και Αποκατάστασης (Θ.Ε.Ψ.Υ.Π.Α.)**

Οι υπηρεσίες παρέχονται δωρεάν.

Στοιχεία Επικοινωνίας
(Θ.Ε.Ψ.Υ.Π.Α.)

Τηλέφωνα
2410 627363 & 2410 555449

e – mail
thepsip1@otenet.gr
thepsip2@yahoo.gr

Ιστοσελίδα
www.thepsypa.gr