

# Η Δύναμη της Ψυχής μας



Εξάμηνη Εφημερίδα **Η Δύναμη της Ψυχής μας** Αρ. Φύλλου 12 - Μάιος 2021 Διανέμεται Δωρεάν

**Η Ψυχική ασθένεια δεν είναι αθεράπευτη. Μπορεί να αντιμετωπιστεί !  
Ας μην προχωράμε άλλο μόνοι μας. Ενωμένοι γινόμαστε πιο αποτελεσματικοί !**

## Περιεχόμενα:

### Σελίδα 1:

- Ο Σύλλογος ΣΟΦΨΥ ΒΑ Αττικής
- Ανακοίνωση για τη ΓΣ 2021

### Σελίδα 2:

- Γνωριμία με την Κατερίνα

### Σελίδα 3:

- Συμμετοχή μελών του Συλλόγου σε Τηλεδιασκέψεις
- Καλό σου ταξίδι Μαρία Κατσέ

### Σελίδα 4:

- Εκδηλώσεις του ΣΟΦΨΥ ΒΑ
- Χρονιότητα 2021
- Οικονομική συνδρομή 2020 και 2021

## Ιδιοκτησία Διεύθυνση:

ΣΟΦΨΥ ΒΑ Αττικής,  
δίπλα στο Β'ΚΑΠΗ Εργατ.  
Πολυκατ'ών, 15124 Μαρούσι  
Τηλ: 6937398014  
Email: sofpsiva@gmail.com  
Site: [www.sofpsiva.gr](http://www.sofpsiva.gr)

## Συντακτική Ομάδα:

- Κατσαρού Νίνα
- Σεισάκη Ευδοκία
- Το ΔΣ του Συλλόγου

## Επιμέλεια έκδοσης:

Σεισάκης Ευτύχης

Κάθε ενυπόγραφο άρθρο εκφράζει αποκλειστικά τον συντάκτη του.

## Ο Σύλλογος ΣΟΦΨΥ ΒΑ Αττικής

Ιδρύθηκε το 2011, έχει 240 μέλη, είναι Σύλλογος μικτός με Συγγενείς, Φίλους, Ασθενείς και Επαγγελματίες-Εθελοντές Ψυχικής Υγείας.

### Δράσεις του Συλλόγου:

- Ομάδα Ψυχοεκπαίδευσης Φροντιστών
- Ενημερώσεις Δικαιωμάτων Οικογενειών
- Συμμετοχή στην ΠΟΣΟΨΥ και στην ΕΣΑμεΑ
- Συνεργασία με το Δήμο Αμαρουσίου και όμορους δήμους

Πραγματοποιούμε Εναλλακτικές κοινωνικές εκδηλώσεις όπως εκδρομές, εκπαιδευτικά σεμινάρια κλπ

## ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΗ για τη Γενική Συνέλευση 2021

Όπως γνωρίζετε, με τα μέτρα για τον περιορισμό της πανδημίας Covid-19, οι διαδικασίες της ΓΣ που θα γινόταν στο τέλος του 2020 αναβλήθηκαν.

Γιαυτό, η Εκλογοαπολογιστική ΓΣ για εκλογή νέου ΔΣ, Εξελεγκτικής Επιτροπής και Εκπροσώπων στην ΠΟΣΟΨΥ και στην ΕΣΑμεΑ, όπως αποφάσισε το ΔΣ στις 24/5/21, θα γίνει στο χώρο συνάντησης του Συλλόγου στο Μαρούσι, την Κυριακή 4 Ιουλίου στις 10:30πμ.

Το Μάιο του 2020, η επιτροπή καταστατικού με μέλη το Χρήστο Μπότη, Στέργιο Κατσαρό και Ευτύχη Σεισάκη, πρότεινε και εγκρίθηκαν τροποποιήσεις από το ΔΣ για τον εκσυγχρονισμό του Καταστατικού, που προβλέπει και τη μεταφορά της Έδρας του Συλλόγου στο Δήμο Αμαρουσίου.

Το Καταστατικό έχει δοθεί σε Δικηγόρο για τις τελικές διορθώσεις.

Έτσι, η ΓΣ στις 4 Ιουλίου 2021 θα είναι Εκλογοαπολογιστική και Καταστατική. Τα μέλη του Συλλόγου θα ενημερωθούν σύντομα για τις λεπτομέρειες της ΓΣ όπως προβλέπεται από το καταστατικό.

**Το ΔΣ του ΣΟΦΨΥ ΒΑ Αττικής**

## Γνωριμία με την Κατερίνα

### Μια κραυγή απόγνωσης για την μεσαιωνική αντιμετώπιση της ψυχικής υγείας!

Εφημερίδα των Συντακτών – efsyn.gr – 15/05/21

Από την Πρόεδρο της ΠΟΣΟΨΥ, [Κατερίνα Νομίδου](#), λάβαμε και δημοσιεύουμε την επιστολή/έκκληση διαμαρτυρίας σε ώτα μη ακουόντων. Η ίδια βιώνοντας παράλληλα από πρώτο χέρι την πλήρη κρατική αδιαφορία για μια αξιοπρεπή νοσηλεία των ανθρώπων με ψυχικές διαταραχές ζητά επιτέλους να δοθεί η απαραίτητη προσοχή για τους πλέον ευάλωτους και απροστάτευτους πολίτες αυτής της χώρας.

### Εβδομάδα ευαισθητοποίησης για την ψυχική υγεία 2021

**Μέρες που είναι περίμενα ν' ακούσω δεσμεύσεις από το Υπουργείο Υγείας** για αξιοπρεπείς όρους νοσηλείας των ατόμων με σοβαρές ψυχικές διαταραχές σε ίση βάση με τους άλλους. Σε ίση βάση με όλους τους άλλους ασθενείς που δεν μεταφέρονται από περιπολικά αλλά από το ΕΚΑΒ, που δεν τους φοράνε χειροπέδες, που δεν τους φυλάνε οι σεκιουριτάδες, που δεν τους κρατάνε στα αστυνομικά τμήματα μέχρι την εισαγωγή τους. Περίμενα ν' ακούσω για δεσμεύσεις ανοίγματος υπηρεσιών στην κοινότητα, για όλους. Για δημιουργία υπηρεσιών που σπάνε τα δεσμά της μοναξιάς και της απομόνωσης, που δίνουν ελπίδα και ευκαιρίες έκφρασης και αυτοβελτίωσης, που βλέπουν την ψυχική υγεία και τον ψυχικό πόνο ολιστικά για το άτομο και την οικογένειά του.

**Περίμενα ν' ακούσω ότι επιτέλους η κεντρική και τοπική αυτοδιοίκηση** θα αναλάβουν τις νομικές τους υποχρεώσεις υποστήριξης των Συλλόγων ασθενών που επιτελούν σημαντικό κοινωνικό έργο. Περίμενα ν' ακούσω δεσμεύσεις για την απόλυτη απαγόρευση και την αυστηρή λογοδοσία όσων παραβιάζουν τα ανθρώπινα δικαιώματα που τα άτομα με ψυχικό πόνο έχουν ως ασθενείς και ως πολίτες, ιδίως στους χώρους παροχής φροντίδας. Περίμενα ν' ακούσω και την πολιτική ηγεσία για την πρόθεση τροποποίησης νόμων και πολιτικών όπως επιβάλλουν οι διεθνείς συμβάσεις που δεσμεύουν τη χώρα ΚΑΙ με τη συμμετοχή των ατόμων με ψυχικές διαταραχές και των οικογενειών τους μέσω των αντιπροσωπευτικών τους οργανώσεων, όπως είναι η ΠΟΣΟΨΥ.

**Ν' ακούσω δικαστές και εισαγγελείς** για την υποχρέωση απόλυτης εφαρμογής των νόμων "απ' όλους", όπως για παράδειγμα του Ν.2071 που από το 1992 δεν εφαρμόστηκε σχεδόν ποτέ ούτε από τους ίδιους. Περίμενα να τοποθετηθεί και το Εργασίας ανακοινώνοντας την πρόθεση απαγόρευσης των αποκλεισμών που συνεπάγεται η διάγνωση της ψυχικής διαταραχής στο δημόσιο τομέα. Περίμενα ν' ακούσω και το Παιδείας για την ικανοποίηση του δίκαιου αιτήματός μας να ισχύσει η εισαγωγή με το 5% στα ΑΕΙ και για τους νέους με ψυχική διαταραχή και να τοποθετηθούν ψυχολόγοι σε όλα τα σχολεία.

**Περίμενα ν' ακούσω και τον Υπουργό Επικρατείας** που ξέχασε να συμπεριλάβει τα κρισιμότερα ζητήματα που αφορούν στα άτομα με σοβαρές ψυχικές διαταραχές στο πρώτο Εθνικό Σχέδιο Δράσης για την Αναπηρία. Η ψυχική υγεία και οι ψυχικές διαταραχές δεν είναι θέματα που πρέπει ν' αντιμετωπίζονται αμιγώς (ψυχ)ιατρικά. Το success story της μετά από 40 χρόνια μη-ολοκληρωθείσας ψυχιατρικής μεταρρύθμισης δεν θα κριθεί από μια τηλεφ. γραμμή ψυχολογικής υποστήριξης, που κι αυτή ακόμη δεν θα είχε δημιουργηθεί αν δεν υπήρχε ο covid-19.

**Όπως είχε πει ένας λήπτης υπηρεσιών ψυχικής υγείας:** "Τρέλα δεν είναι να χάνεις τα λογικά σου αλλά όλα τ' άλλα". Γι' αυτούς που τάχασαν όλα αυτά πρέπει να παλέψουμε διπλά. Είναι αδιανόητο μετά την κύρωση της Σύμβασης για τα δικαιώματα των ατόμων με αναπηρίες με την οποία η χώρα ανέλαβε την υποχρέωση να τιμήσει τη ΣΥΜΜΕΤΟΧΙΚΟΤΗΤΑ που η Σύμβαση επιβάλλει, να μην προσκαλείται η ΠΟΣΟΨΥ σε ΟΛΑ τα τραπέζια συζητήσεων για την ψυχική υγεία. Εκτός κι αν συνεχίζουμε να υπογράφουμε διεθνείς Συμβάσεις χωρίς να λαμβάνουμε υπόψη το περιεχόμενό τους, έτσι, για νάχαμε να λέγαμε και να παινευόμαστε.

**Αγαπητοί κυβερνώντες,** σταματήστε επιτέλους να αυτο-χειροκροτείστε. Εμείς, ο λαός, θα σας πούμε και τι θέλουμε και εάν το κάνετε καλά. Μόνο έτσι θα καλύψετε πραγματικές ανάγκες και θ' αφήσετε κάτι ουσιαστικό στο πέρασμά σας από την εξουσία και την ιστορία. Επιτέλους! Δεν μπορείτε να σχεδιάζετε και να αποφασίζετε για εμάς χωρίς εμάς! Έχετε ηθική και νομική υποχρέωση να μας συμπεριλαμβάνετε στους σχεδιασμούς.

**Αγαπητοί συμπολίτες,** μην θεωρείτε ότι τα παραπάνω δεν σας αγγίζουν και δεν σας αφορούν. Μέχρι τώρα τα στραβά και ανάποδα επηρέαζαν αρνητικά λίγους, 1 στους 4! Η πανδημία του covid-19 δυστυχώς ήδη έχει αρχίσει ν' αγγίζει την ψυχική υγεία περισσότερων από 1 στους 4.

**Είμαι η Κατερίνα** κι' εδώ κι ένα χρόνο έχω κατάθλιψη. Είμαι η Κατερίνα κι' έχω έναν αδελφό που ζει με σχιζοφρένεια εδώ και σχεδόν 40 χρόνια. Είμαι η Κατερίνα και τολμώ να μιλάω και να παλεύω για όσους δεν τολμούν.

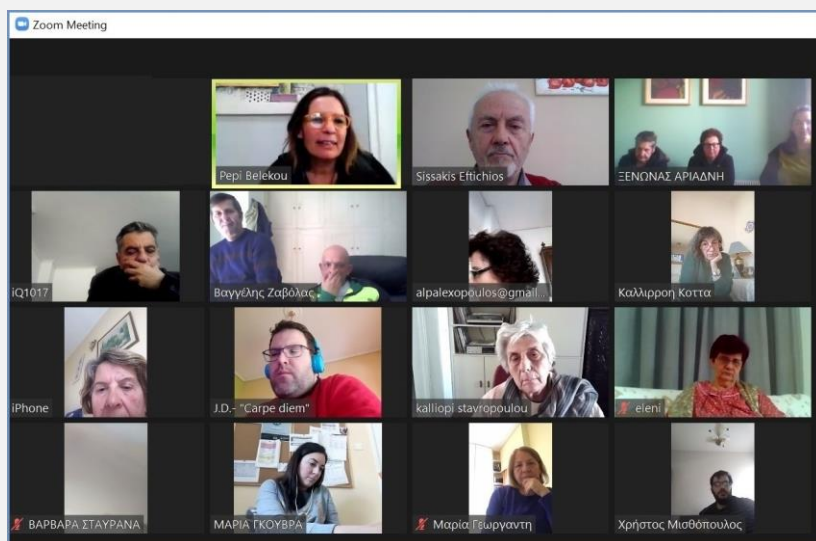
## Συμμετοχή μελών του Συλλόγου σε Τηλεδιασκέψεις

Κατά τη διάρκεια των πρόσφατων περιορισμών της πανδημίας Covid-19, δηλαδή από τον Νοέμβριο του 2020 μέχρι τον Απρίλη του 2021, πολλά μέλη του ΣΟΦΨΥ ΒΑ συμμετείχαμε σε 30 περίπου τηλεδιασκέψεις οι οποίες διοργανώθηκαν από :

- Το ΣΟΦΨΥ ΒΑ
- Την ΕΠΑΨΥ
- Την ΑμΚΕ ΙΑΣΙΣ
- Την Πρωτοβουλία Ψ
- Τους HVN-Hearing Voices Network

Ενδεικτικά αναφέρουμε τις Τηλεδιασκέψεις δύο/μήνα της Ομάδας Ανεξάρτητης Διαβίωσης με την ψυχολόγο Μαριαλένα Σταθαρά με θέματα που επέλεγαν οι συμμετέχοντες.

Επίσης τις Τηλεδιασκέψεις της ΕΠΑΨΥ που διοργανώθηκαν με πρωτοβουλία της ψυχολόγου Πέπης Μπελέκου, μέλους και επιστημονικού Συνεργάτη του Συλλόγου και του ψυχολόγου Χαρ. Γιάννου, για Ενδυνάμωση των μελών του ΣΟΦΨΥ ΒΑ κατά την πανδημία.



Σε κάθε Τηλεδιάσκεψη της ΕΠΑΨΥ συμμετείχαμε 15-20 μέλη, με Θέματα Συζήτησης όσα μας απασχολούσαν στο διάστημα του Lockdown και πως να τα αντιμετωπίζουμε.

Παρακαλούνται τα μέλη του ΣΟΦΨΥ ΒΑ να στείλουν ένα κείμενο/φωτό για την επόμενη εφημερίδα

### Καλό σου ταξίδι Μαρία Κατσέ

Υπήρξε ιδρυτικό μέλος του Συλλόγου από το 2011 και συμμετείχε μαζί με τον γιό της Παναγιώτη σε όλες σχεδόν τις εκδηλώσεις μας. Η νεκρώσιμη ακολουθία τελέστηκε στις 28/4/21 στο Μαρούσι. Μέλη του Συλλόγου προσέφεραν οικονομική βοήθεια, συνολικά 510€ για την τέλεση της κηδείας της.

Το Δ.Σ εκφράζει τα βαθύτατα συλλυπητήρια στους οικείους της και κυρίως στον Παναγιώτη που έμεινε μόνος του, αλλά θα έχει πάντοτε την αγάπη μας και την στήριξή μας. Αιωνία της η μνήμη.

Το ΔΣ του ΣΟΦΨΥ ΒΑ Αττικής

## Εκδηλώσεις του ΣΟΦΨΥ ΒΑ Αττικής

Από το Νοέμβριο του 2020 μέχρι σήμερα, λόγω των περιορισμών της συνεχιζόμενης πανδημίας Covid-19, ο Σύλλογος ανέστειλε κάθε κοινωνική εκδήλωση των μελών του.

Το ΔΣ θα σας ενημερώσει σύντομα για την επαναλειτουργία όσο το δυνατόν περισσότερων κοινωνικών εκδηλώσεων.

### Χρονιότητα 2021

Πολλά μέλη του ΣΟΦΨΥ ΒΑ με Ψυχική νόσο 67% και άνω, ταλαιπωρούνται κάθε 2-3 χρόνια για Παράταση Γνωμάτευσης ΚΕΠΑ, για να έχουν κάρτα Απεριορίστων Διαδρομών μετακίνησης, για να παίρνουν το Προνοιακό Επίδομα κλπ.

Το 2021 σε κάποια μέλη του ΣΟΦΨΥ ΒΑ με Ψυχική νόσο 67% και άνω, που επανεξετάστηκαν από τα ΚΕΠΑ και πληρούσαν τις Προϋποθέσεις, δόθηκε **Ιατρική Γνωμάτευση εφόρου ζωής**.

Οι Προϋποθέσεις για να δοθεί γνωμάτευση εφόρου ζωής είναι:

– Να υποβληθεί στο ΚΕΠΑ η **σχετική Αίτηση**, που μπορούμε να τυπώσουμε από το site του Συλλόγου [www.sofpsiva.gr](http://www.sofpsiva.gr), συνοδευόμενη από προηγούμενες γνωματεύσεις ΚΕΠΑ 10ετίας και άνω του ενδιαφερόμενου.

– Να κατατεθεί στο ΚΕΠΑ η **Εγκύκλιος** του Υπουργείου Εργασίας και Κοινωνικών Υποθέσεων προς ΕΦΚΑ, που μπορούμε να τυπώσουμε από το site του Συλλόγου [www.sofpsiva.gr](http://www.sofpsiva.gr), που μας υπέδειξε η κ. Γιαννετοπούλου.

### Οικονομική συνδρομή 2020 και 2021

(Στάλθηκε και email στις 4/3/21 στα μέλη του Συλλόγου)

Αγαπητά μέλη του ΣΟΦΨΥ ΒΑ,

Σας υπενθυμίζουμε ότι, το 2020 ελάχιστα μέλη πλήρωσαν την Οικονομική τους συνδρομή στο Σύλλογο, λόγω της αδυναμίας προσέλευσης στο Χώρο Συνάντησης στο Μαρούσι αλλά και της μη διενέργειας ΓΣ και εκλογών λόγω πανδημίας Covid-19.

Το ίδιο φαίνεται να συνεχίζεται και το 2021.

Όμως ο Σύλλογος έχει πάγια έξοδα που είναι Φωτοτυπίες, Εφημερίδα, Ιστοσελίδα, έξοδα εξοπλισμού του Χώρου Συνάντησης, έξοδα της επικείμενης Γεν. Συνέλευσης και πληρωμής δικηγόρου για την αλλαγή του Καταστατικού, και διάφορα άλλα μικροέξοδα.

Γιαυτό, για την Οικονομική επιβίωση του Συλλόγου, **παρακαλούμε να τακτοποιήσετε τις συνδρομές σας για το 2020 και 2021** με κατάθεση στον Αρ. Λογαριασμού: 725/002503-85, IBAN GR3801107250000072500250385 Εθνικής Τραπέζης, αποστέλλοντας το παραστατικό στο email: [sofpsiva.gr](mailto:sofpsiva.gr) (ή δίδοντάς το στην Ταμία του Συλλόγου Κοττά Καλλιρρόη στο Χώρο Συνάντησης στο Μαρούσι).