

Η Δύναμη της Ψυχής μας

ΣΥΛΛΟΓΟΣ
ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΩΝ ΚΑΙ ΦΙΛΩΝ



ΓΙΑ ΤΗΝ ΨΥΧΙΚΗ ΥΓΕΙΑ
ΒΟΡΕΙΟ-ΑΝΑΤΟΛ. ΑΤΤΙΚΗΣ

Εξάμηνη Εφημερίδα **Η Δύναμη της Ψυχής μας** Αρ. Φύλλου 14 - Μάιος 2022 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
- Ευχές για την Άνοιξη
- Διαδικτ Συναντήσεις της ΕΠΑΨΥ

Σελίδα 2:

Γνωριμία με τα μέλη μας

- Απαραίτητες οι Εκδρομές
- Διαδικτ Συναντήσεις Μελών μας
- Επιστολή – Διαμαρτ ΣΟΦΨΥ ΒΑ

Σελίδα 3:

- Τροποποίηση Καταστατικού
- Στέργιος Κατσαρός
- Συγκέντρ Διαμαρτ ΨΝΑ Δαφνί

Σελίδα 4:

Εκδηλώσεις του ΣΟΦΨΥ ΒΑ

- Κοπή πίτας, Κεραμική Αμαρουσ
- Εκδρομή Μουσ Άρτου & Ωρωπό
- Ανασυγκρότηση ΔΣ Συλλόγου

Ιδιοκτησία Διεύθυνση:

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

Συντακτική Ομάδα:

- Κατσαρού Νίνα
- Λιτσάκη Υρώ
- 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:

- Ομάδες Ψυχοεκπαίδευσης Μελών
- 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

Ευχές για την Άνοιξη



Μετά από ένα βαρύ χειμώνα και την πανδημία Covid-19, ήρθε ο πόλεμος στην Ουκρανία και η ακρίβεια στη ζωή μας. Προχωρούμε με την ελπίδα πως την Άνοιξη όλα θα τελειώσουν γρήγορα και οι πληγές σύντομα θα κλείσουν – Το ΔΣ του Συλλόγου

Διαδικτυακές Συναντήσεις της ΕΠΑΨΥ

Κατά τη διάρκεια των πρόσφατων περιορισμών της πανδημίας Covid-19, πολλά μέλη του ΣΟΦΨΥ ΒΑ συμμετείχαμε στις διαδικτυακές συναντήσεις, που διοργανώθηκαν από την ΕΠΑΨΥ σε συνεργασία με το Σύλλογο.

Τα Θέματα Συζήτησης με τους αξιόλογους επιστημονικούς συνεργάτες της ΕΠΑΨΥ, ήταν σχετικά με όσα μας απασχολούσαν στο διάστημα της πανδημίας και πως να τα αντιμετωπίζουμε.

Γνωριμία με τα μέλη μας

Γιατί είναι απαραίτητες οι εκδρομές;

Πρώτα απ' όλα οι εκδρομές του ΣΟΦΨΥ ΒΑ είναι ποιοτικές. Συνδυάζουν την ψυχαγωγία με την απόλαυση. Στις μέρες μας περισσότερο από ποτέ έχουμε ανάγκη να βγούμε από τα προσωπικά μας θέματα και να μοιραστούμε ως ομάδα θετικές εμπειρίες.

Με αυτόν τον τρόπο οι σκέψεις μας γίνονται και αυτές πιο θετικές και λειτουργικές επιδρώντας δημιουργικά στα συναισθήματα μας και την συμπεριφορά μας. Με δύο λόγια ο κόσμος μας ομορφαίνει και αυτό μας δίνει δύναμη να συνεχίσουμε με αισιοδοξία την ζωή μας.

Με εκτίμηση Αλεξάνδρα Σταυροπούλου

Διαδικτυακές Συναντήσεις Μελών μας

Από το Δεκέμβρη του 2021 μέχρι και το Μάρτη του 2022 με πρωτοβουλία του Συλλόγου, πραγματοποιήθηκαν τέσσερις διαδικτυακές μηνιαίες συναντήσεις ατόμων με ψυχιατρική εμπειρία μελών μας, με την ψυχολόγο Κα Μαριαλένα Σταθαρά.

Τα θέματα συζήτησης με την ψυχολόγο, αφορούσαν όσα απασχολούσαν τα μέλη μας κατά τη διάρκεια των περιορισμών της πανδημίας Covid-19.

Επιστολή – Διαμαρτυρία του ΣΟΦΨΥ ΒΑ στο Υπουργείο Υγείας

Προς: Διεύθυνση Ψυχικής Υγείας του Υπουργείου Υγείας – 3/4/22

Κοινοποίηση: ΕΣΑμεΑ, ΠΟΣΟΨΥ, ΕΠΑΨΥ, Συλλόγους ΣΟΨΥ Πανελλαδικά

Στις 15/03/2022 με Υπουργική απόφαση (αρ.Γ.Π.οικ.12184/2022-ΦΕΚ 899/Β/28-2-22) διεκόπη σε ανασφάλιστους πολίτες η συνταγογράφηση φαρμάκων, εξετάσεων καθώς και θεραπευτικών πράξεων από ιδιώτες γιατρούς. Μέχρι την επικύρωση της εν λόγω απόφασης, ένας σημαντικός αριθμός των μελών του συλλόγου μας ΣΟΦΨΥ ΒΑ Αττικής καλύπτονταν δωρεάν από την ΕΠΑΨΥ, γεγονός το οποίο διευκόλυνε τους λήπτες τόσο πρακτικά όσο και ψυχικά.

Επομένως, ο παραπάνω νόμος έχει δημιουργήσει έντονη σύγχυση στα άτομα με ψυχιατρική εμπειρία. Πιο συγκεκριμένα, αναστατώνονται με το περίσσιο και ανούσιο άγχος - συγκριτικά με τα ζητήματα που καλούνται να αντιμετωπίσουν - το οποίο προέρχεται από την σκέψη των ατέρμονων ουρών των δημόσιων υπηρεσιών έως ότου να εξυπηρετηθούν για να λάβουν τη συνταγογράφηση της φαρμακευτικής τους αγωγής.

Σε μία εποχή που ήδη παρατηρείται κατακόρυφη αύξηση των ψυχικών συμπτωμάτων στους πολίτες, πώς τα δημόσια νοσοκομεία θα κληθούν να καλύψουν τις καίριες και συνεχώς αυξανόμενες ανάγκες όλων των ανασφάλιστων πολιτών; Ας λάβουμε υπ' όψη μας άλλωστε και την τρομερή υποστελέχωση δομών και νοσοκομείων λόγω της υγειονομικής κρίσης με τον Covid-19, από την οποία τα άτομα με ψυχιατρική εμπειρία ήδη υποφέρουν.

Για τους παραπάνω λόγους, ζητούμε την ανάκληση της αναφερόμενης υπουργικής απόφασης για την καλύτερη εξυπηρέτηση των αναγκών των χρόνια ψυχικά πασχόντων. Οι ανάγκες αυτών μπορούν να καλυφθούν μονάχα με μέτρα άμεσα τα οποία αρμόζουν στη σοβαρότητα των καταστάσεων που αντιμετωπίζουν τα άτομα αυτά. Οι νοσοκομειακές ανάγκες των ανθρώπων μας καλύπτονται με προσλήψεις ιατρών και επαγγελματιών ψυχικής υγείας, όχι με μέτρα περιοριστικά για τη διατήρηση της ψυχικής τους ισορροπίας – Το ΔΣ του Συλλόγου

Τροποποίηση Καταστατικού του ΣΟΦΨΥ ΒΑ

Η υλοποίηση της τροποποίησης του Καταστατικού που ενέκρινε η ΓΣ των μελών του Συλλόγου στις 4/7/21, είναι μια χρονοβόρα και πολυέξοδη διαδικασία. Χρειάζεται να γίνουν ενέργειες στο Πρωτοδικείο, ανακοίνωση σε εφημερίδα, να δοθεί η αμοιβή δικηγόρου για τη διεκπεραίωσή του κλπ.

Το νέο Καταστατικό υπογίξεται να κοστίσει περίπου 900 €. Δώσαμε μια προκαταβολή στη Δικηγόρο για να ξεκινήσει τις διαδικασίες – Το ΔΣ του Συλλόγου

Στέργιος Κατσαρός



Έφυγε από τη ζωή στις 12 Δεκεμβρίου 2021 το μέλος του Συλλόγου και εκλεγμένος στην ΠΟΣΟΨΥ, Στέργιος Κατσαρός.

Στην κηδεία του, αντί στεφάνου τα χρήματα δόθηκαν από την οικογένειά του για ενίσχυση του ΣΟΦΨΥ ΒΑ Αττικής. Το σημαντικό ποσό των 1380€ που μαζεύτηκε, θα καλύψει κοινωνικές ανάγκες του Συλλόγου.

Μου άρεσε η παρέα μαζί του. Ήταν πάντα λιγομίλητος αλλά χαμογελαστός, πάντα σωστός και αγωνιστικός στις πολιτικές του απόψεις σε κάθε θέμα που συζητούσαμε.

Είχε ταξιδέψει στον κόσμο, είχε πάει μέχρι την Κούβα για να μάθει πως ζούνε εκεί οι άνθρωποι.

Είχε δώσει πολλούς αγώνες για τη Δημοκρατία στη ζωή του, όμως είχε φυλακιστεί και βασανιστεί για τις ιδέες του. Η "Εφημερίδα των Συντακτών" δημοσίευσε το Δεκέμβρη του 2021 το βιβλίο του "Εγώ ο προβοκάτορας, ο τρομοκράτης".

Δεν ξεχνώ τη ζωγραφική του στην πέτρα, και την εθελοντική του εργασία στη διαμόρφωση του Χώρου Συνάντησης του Συλλόγου στο Μαρούσι.

Καλό σου ταξίδι Στέργιε, πάντα θα σε θυμόμαστε.

Σεισάκης Ευτύχης

Συγκέντρωση Διαμαρτυρίας στο ΨΝΑ Δαφνί

Στις 12 Μαρτίου 2022 πραγματοποιήθηκε συγκέντρωση διαμαρτυρίας όλων των Συλλόγων Ψυχικής Υγείας Αττικής στο ΨΝΑ Δαφνί, που διοργάνωσε η Πρωτοβουλία Ψ με τις παρακάτω Διεκδικήσεις:

- Καμιά στεγαστική δομή να μην κλείσει.
- Πλήρη σεβασμό στα δικαιώματα των νοσηλευόμενων και των ενοίκων των στεγαστικών δομών.
- Αμεση και επαρκής στελέχωση των υπηρεσιών ψυχικής υγείας, με προσλήψεις μόνιμου προσωπικού.
- Η ελευθερία είναι θεραπευτική. Για να είναι πραγματικά θεραπευτική πρέπει να στηρίζεται από ένα σύστημα ψυχικής υγείας κοινοτικά βασισμένο, σε συνάρτηση με μια κοινωνική πολιτική που νοιάζεται για την αξιοπρεπή στέγαση, την επαρκώς αμειβόμενη εργασία και την κοινωνική πλαισίωση.

Εκδηλώσεις του ΣΟΦΨΥ ΒΑ Αττικής

Κοπή πίτας και Κεραμική Αμαρουσίου



Το Σάββατο 26/2/22 τα μέλη του Συλλόγου πήγαμε για καφέ και κοπή πίτας σε υπαίθριο καφενείο λόγω καλοκαιρίας, στο Μαρούσι.

Ακολούθησε επίσκεψη στο μουσείο Κεραμικής Αμαρουσίου με τα υπέροχα πήλινα και εμαγιέ κομφοτεχνήματά του.

Μετά πήγαμε για γεύμα σε διπλανό εστιατόριο.

Εκδρομή στο Μουσείο Άρτου και στο Αμφιάρειο Ωρωπού



Την Κυριακή 3/4/22, πραγματοποιήθηκε εκδρομή των μελών του Συλλόγου στο Βαρνάβα στο Μουσείο Άρτου.

Είδαμε το Μουσείο με εκθέματα από όλη την Ευρώπη. Ήπιαμε καφέ και δοκιμάσαμε αρτολιχουδιές και λικεράκια.

Η διοργάνωση ήταν όπως πάντα άψογη, από τη φιλόλογο μέλος του Συλλόγου Δήμητρα Ρασιά την οποία και πάλι ευχαριστούμε.



Ακολούθησε επίσκεψη στον αρχαιολογικό χώρο του Αμφιαράου ή Αμφιάρειο Ωρωπού.

Η Αγαθή Γρίβα επίσης φιλόλογος μέλος του Συλλόγου, μας ξενάγησε με τις γνώσεις της και μας ταξίδεψε σε άλλες εποχές.

Οι πρόγονοί μας επισκέπτονταν το Ιερό του Αμφιαράου με θρησκευτική ευλάβεια, για να προσκυνήσουν και να ξεκουραστούν από την καθημερινότητά τους.

Μετά πήγαμε σε παραλιακό εστιατόριο στον Ωρωπό, όπου πολλά μέλη μας μετά το γεύμα το έριξαν στο χορό, και το απόγευμα επιστρέψαμε στην Αθήνα απολαμβάνοντας το ανοιξιάτικο τοπίο.

Ανασυγκρότηση ΔΣ του Συλλόγου

Στις 5 Μαΐου 2022 το ΔΣ ανασυγκροτήθηκε και ανέλαβε το Α΄ αναπληρωματικό μέλος Μπαλάσης Κωνσταντίνος, λόγω ασθένειας του εκλεγμένου μέλους Γκιώκα Σταυρούλας. Συμμετείχε επίσης το Β΄ αναπληρωματικό μέλος Περή Ειρήνη, που επιθυμεί να προσφέρει στο Σύλλογο.

Με τη λήξη της πανδημίας Covid-19, τα μέλη του ΔΣ εξέφρασαν την επιθυμία τους για επαναλειτουργία δια ζώσης των γνωστών δραστηριοτήτων των μελών του Συλλόγου, όπως συναντήσεις των Ομάδων, της Χορωδίας κλπ.