

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 15-Νοέμβρης 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
- Ανακοίνωση για την τακτική ΓΣ

Σελίδα 2:

Γνωριμία με τα μέλη μας

- Παρουσίαση του βιβλίου της Γρίβα Αγαθής
- Συνάντηση ΕΠΑΨΥ-ΣΟΦΨΥ ΒΑ

Σελίδα 3:

Δικαιώματα των μελών

- Παγκόσμια ημέρα Ψυχ. Υγείας
- Συνταξιοδ. ασθενών-μελών μας
- Συνάντηση του ΔΣ με την Υφυπουργό Υγείας κα Ράπτη.

Σελίδα 4:

Εκδηλώσεις του ΣΟΦΨΥ ΒΑ

- Εκδρομή στον Παρνασσό
- Χορωδία ΣΟΦΨΥ ΒΑ Αττικής

Ιδιοκτησία Διεύθυνση:

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

Συντακτική Ομάδα:

- Κατσαρού Νίνα
- Γρίβα Αγαθή
- Λιτσάκη Υρώ

Επιμέλεια έκδοσης:

Σεισάκης Ευτύχης

Κάθε ενυπόγραφο άρθρο εκφράζει αποκλειστικά τον συντάκτη του.

Ο Σύλλογος ΣΟΦΨΥ ΒΑ Αττικής

Ιδρύθηκε το 2011, έχει **250 μέλη**, είναι Σύλλογος μικτός με Συγγενείς, Φίλους, Ασθενείς και Επαγγελματίες - Εθελοντές Ψυχικής Υγείας.

Δράσεις του Συλλόγου:

- Ομάδα Ψυχοενδυνάμωσης Οικογενειών
- Ενημερώσεις Δικαιωμάτων των μελών
- Συμμετοχή στην ΠΟΣΟΨΥ και στην ΕΣΑμεΑ
- Συνεργασία με το Δήμο Αμαρουσίου και όμορους δήμους

Πραγματοποιούμε Εναλλακτικές κοινωνικές εκδηλώσεις όπως εκδρομές, χορωδία, εκπαιδευτικά σεμινάρια κλπ.

ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΗ για την τακτική Γεν. Συνέλευση

Όπως γνωρίζετε, τα κρούσματα του Covid-19 είναι αυξημένα κυρίως με τις μεταλλάξεις του ιού, γιαυτό δίνεται η δυνατότητα εμβολιασμού μας μετά από συνεννόηση με τον προσωπικό μας γιατρό, με την επικαιροποιημένη 4η δόση του εμβολίου για μεγαλύτερη προστασία.

Έτσι το ΔΣ του ΣΟΦΨΥ ΒΑ Αττικής αποφάσισε τη διενέργεια της τακτικής απολογιστικής Γεν. Συνέλευσης με κάποια καθυστέρηση, στις 15 Ιανουαρίου 2023 ημέρα Κυριακή και ώρα 11πμ, δίπλα στο χώρο συνάντησης των μελών του Συλλόγου στο Β' ΚΑΓΠΗ στο Μαρούσι.

Καλούνται όλα τα μέλη να συμμετέχουν για τη διεκδίκηση των δικαιωμάτων των ασθενών μας. Τέλος του τρέχοντος έτους, θα σταλεί και σχετικό email υπενθύμισης στα μέλη του Συλλόγου.

Μετά το πέρας της ΓΣ, το ΔΣ θα κόψει και την καθιερωμένη πίτα για το νέο έτος 2023.

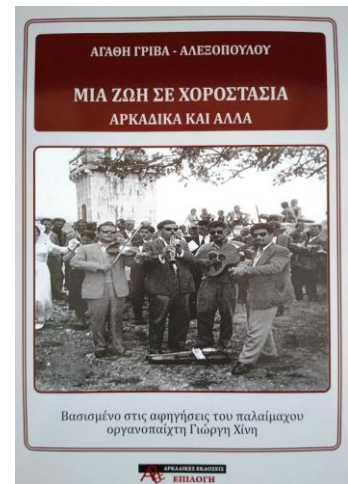
Το ΔΣ του ΣΟΦΨΥ ΒΑ Αττικής

Γνωριμία με τα μέλη μας

Παρουσίαση του βιβλίου της Γρίβα Αγαθής



Την Τετάρτη 19/10/22 έγινε στο Β΄ ΚΑΠΗ Αμαρουσίου, παρουσία πολλών μελών του Συλλόγου, η παρουσίαση του βιβλίου του μέλους μας Γρίβα Αγαθής "Μια ζωή σε χοροστάσια".



Το βιβλίο αναφέρεται σε παλιούς λαϊκούς οργανοπαίχτες της Πελοποννήσου, κυρίως της Αρκαδίας, που από το 1950 και μέχρι πριν από λίγα χρόνια, διασκέδαζαν τους παρευρισκόμενους στα τοπικά πανηγύρια με παραδοσιακά χορευτικά τραγούδια.

Κοντά σ' αυτούς τους παλιούς οργανοπαίχτες, μαθήτευσαν οι νεότεροι συνάδελφοί τους που συνεχίζουν επάξια την τοπική μουσική παράδοση.

Τα χοροστάσια είναι ανοιχτοί χώροι κατάλληλοι για χορό, όπως για παράδειγμα τα προαύλια των εκκλησιών ή οι πλατείες

των χωριών. Εκεί με τη συμμετοχή μεγάλων και μικρών και τη συνοδεία της μουσικής, δημοτικής και λαϊκής, ο χορός και το γλέντι «καλά κρατεί» για πολλές ώρες.

Συνάντηση ΕΠΑΨΥ - ΣΟΦΨΥ ΒΑ για το πρόγραμμα EAAD-Best

Αγαπητή κυρία Κατσαρού,

'Στα πλαίσια συνεργασίας με Ευρωπαϊκό Πρόγραμμα EAAD-Best, που υλοποιείται από την ΕΠΑΨΥ, ενάντια στην κατάθλιψη και την αυτοκτονική συμπεριφορά, πραγματοποιήθηκε συνάντηση εκπροσώπων της ομάδας συντονισμού του έργου και της προέδρου του ΣΟΦΨΥ ΒΑ Αττικής κυρίας Νίνας Κατσαρού στα γραφεία του Συλλόγου, την Πέμπτη 3 Νοεμβρίου 2022'

Θα σας ετοιμάσουμε σύντομα ένα πιο αναλυτικό ενημερωτικό του Προγράμματος. Σας ευχαριστώ για την πρόθεση συμμετοχής των μελών του Συλλόγου στο αξιόλογο αυτό Πρόγραμμα.

Με εκτίμηση, εκ μέρους της Ελληνικής Ομάδας EAAD - Best
Παναγιώτα Φέξη, MD, MRCPsych
Ψυχίατρος Επιστημονικά Υπεύθυνη Προγράμματος EAAD-Best

Δικαιώματα των μελών

ΠΑΓΚΟΣΜΙΑ ΗΜΕΡΑ ΨΥΧΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ 10/10/22

«Όλοι έχουμε ένα ανυποψίαστο απόθεμα δύναμης μέσα μας όταν η ζωή μας δοκιμάζει», είχε πει ο Χόρχε Μπουκάι, και το απόθεμα της δύναμης αυτής - θα προσθέσουμε εμείς - αποτελεί απόρροια τόσο προσωπικής όσο και συλλογικής προσπάθειας. Ο Σύλλογός μας, όπως και δεκάδες ακόμη Σύλλογοι, δημιουργήθηκε με μη κερδοσκοπικό κίνητρο από συγγενείς και φίλους ατόμων με ψυχική ασθένεια.

Ως καίριο στόχο μας θέτουμε τη διευκόλυνση της καθημερινότητάς μας στην αντιμετώπιση της ψυχικής νόσου. Με αφορμή την Παγκόσμια Ημέρα Ψυχικής Υγείας λοιπόν, είμαστε εδώ για να τονίζουμε, να διεκδικούμε και να ζητάμε τα αυτονόητα:

- Ζητάμε να συνεχιστεί η ψυχιατρική μεταρρύθμιση.
- Ζητάμε, την ολοκλήρωση της τομεοποίησης και της δημιουργίας νέων κέντρων ημέρας για την υποστήριξη των ατόμων που εξέρχονται από το νοσοκομείο.
- Ζητάμε, να προσφέρεται βοήθεια στο σπίτι μέχρι τη πλήρη κοινωνικοποίηση.
- Να δημιουργηθούν νέες θέσεις εργασίας για τη Ψυχική Υγεία.
- Διεκδικούμε να μην στηρίζεται πλέον η αντιμετώπιση της ψυχιατρικής νόσου στην υπερδοσολογία φαρμάκων. Να δοθεί βάρος στην ψυχοεκπαίδευση, να ενισχυθούν οι σύλλογοι οικογενειών με ψυχολόγους που θα χρηματοδοτεί το Υπουργείο Υγείας.

ΖΗΤΑΜΕ ΙΣΑ ΔΙΚΑΙΩΜΑΤΑ ΓΙΑ ΟΛΟΥΣ

Λιτσάκη Υρώ – Γεν. Γραμματέας ΣΟΦΨΥ ΒΑ Αττικής

Συνταξιοδοτικά ασθενών-μελών μας

Το μέλος του Συλλόγου Μπότης Χρήστος συνταξιούχος δικηγόρος, σε συνενόηση με το ΔΣ, στις 12/10/22 έστειλε επιστολή για τη βελτίωση των συντάξεων των ασθενών-μελών μας στους Υφυπουργούς Εργασίας και Υγείας, με κοινοποίηση στην ΠΟΣΟΨΥ για να τύχουμε της υποστήριξής της.

Το αίτημα μας που αφορά όλους τους Συλλόγους Ψυχικής Υγείας, είναι η νομοθετική ρύθμιση για κατάργηση αδικιών και ανισοτήτων σε βάρος συνταξιούχων ΑμεΑ των οποίων η αναπηρία οφείλεται σε σοβαρή ψυχική νόσο, που προέκυψαν με την παρ 4 του άρθρου 7 του Ν 4387/2016.

Συνάντηση του ΔΣ με την Υφυπουργό Υγείας κα Ράπτη

Στις 16 Νοεμβρίου 2022 έγινε συνάντηση του ΔΣ του ΣΟΦΨΥ ΒΑ Αττικής με την Υφυπουργό Υγείας κα Ράπτη. Τα κυρίαρχα αιτήματά μας ήταν:

- Να διατεθεί στο Σύλλογό μας μια ψυχολόγος για τακτική ψυχοενδυνάμωση των μελών μας.
 - Να υποστηρίζονται με επιστημονικό συνεργάτη όσα μέλη μας έχουν ανάγκη κατ' οίκον.
 - Να δημιουργηθούν νέα Κέντρα Ημέρας και Ξενώνες Ψυχικά ασθενών στις περιοχές μας.
- Γενικότερα ζητήσαμε να υποστηριχθούν οι σκοποί και το έργο του Συλλόγου μας.

Εκδηλώσεις του ΣΟΦΨΥ ΒΑ Αττικής

Εκδρομή στον Παρνασσό



Το Σάββατο 22 Οκτωβρίου 2022, πραγματοποιήθηκε εκδρομή των μελών του ΣΟΦΨΥ ΒΑ Αττικής στον Παρνασσό, στη μονή Ιερουσαλήμ και στην Αγόριανη.

Στη μονή Ιερουσαλήμ αφού προσκυνήσαμε, ακούσαμε από την ηγουμένη με κατάνυξη την ιστορία του μοναστηριού.

Θαυμάσαμε και το επιβλητικό βουνό του Παρνασσού που δέσποζε πάνω από το μοναστήρι.



Μετά πήγαμε στην Αγόριανη, ένα χωριό γεμάτο πηγές, πλατάνια, φτελιές και έλατα με θέα τον Παρνασσό.

Στην πλακόστρωτη πλατεία του χωριού με τις πολλές ταβέρνες γευματίσαμε και απολαύσαμε τα υπέροχα κρεατικά τους και τα μεζεδάκια τους.

Από τα τουριστικά καταστήματα αγοράσαμε αναμνηστικά δωράκια και επιστρέψαμε στις 8μμ τραγουδώντας στο Μαρούσι.

Χορωδία ΣΟΦΨΥ ΒΑ Αττικής

Κάθε Πέμπτη στις 16:30 μμ ξαναγίνονται οι συναντήσεις των μελών του Συλλόγου στη Χορωδία στο χώρο τέχνης "Ιδιόμελο", στην Ελευθ. Βενιζέλου 17 και Βασ. Κωνσταντίνου, δίπλα στον Ηλεκτρικό σταθμό Αμαρουσίου.

Τη διεύθυνση της χορωδίας έχει αναλάβει η κα Γεωργία Δεληγιαννοπούλου από τις "Αλληλέγγυες Νότες". Το ρεπερτόριο της Χορωδίας αποτελείται από Λαϊκά, Μικρασιάτικα και Παραδοσιακά τραγούδια.

Η Χορωδία, είναι ψυχοθεραπευτική, ελάτε να γραφτείτε.