

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 16 - Μάιος 2023 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
- Ανασυγκρότηση ΔΣ Συλλόγου

Σελίδα 2:

Γνωριμία με τα μέλη μας

- Ανοικτή Ομάδα Διαλόγου
- Ομάδα Αυτόνομης Διαβίωσης
- Βιβλιοπαρουσίαση ΗVN Αθήνας

Σελίδα 3:

- συνέχεια Βιβλ/σης ΗVN Αθήνας

Σελίδα 4:

Εκδηλώσεις του ΣΟΦΨΥ ΒΑ

- Γενική Συνέλευση και Κοπή πίτας του ΣΟΦΨΥ ΒΑ
- Βιβλιοπαρουσίαση Ναταλίας
- Οικογένεια και κατάθλιψη
- Τροποποίηση Καταστατικού

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, χορωδία κλπ

Ευχές για την Άνοιξη



“Ο Μάιος μας έφτασε εμπρός βήμα ταχύ,
να τον προύπαντήσωμεν, παιδιά στην
εξαγή ...” (Ποίημα του Άγγελου Βλάχου)

Η Πρωτομαγιά συμβολίζει τη νίκη της Άνοιξης κατά του Χειμώνα, και τους αγώνες των εργαζομένων.

Το ΔΣ του ΣΟΦΨΥ ΒΑ εύχεται για την Άνοιξη υγεία και χαρά σε εσάς και στις οικογένειές σας.

Ανασυγκρότηση ΔΣ του Συλλόγου

Στις 8 Μαρτίου 2023 το ΔΣ ανασυγκροτήθηκε, λόγω ασθένειας του μέλους Μπαλάση Κωνσταντίνου και ανέλαβε το αναπληρωματικό μέλος Λιτσάκης Αλέξανδρος.

Το ΔΣ καλεί τα μέλη του ΣΟΦΨΥ ΒΑ να βοηθήσουν εθελοντικά το σημαντικό έργο του Συλλόγου. Όσα μέλη επιθυμούν μπορούν να παρευρίσκονται στις συνεδριάσεις του ΔΣ.

Γνωριμία με τα μέλη μας

Ανοικτή Ομάδα Διαλόγου

Η Ανοικτή Ομάδα Διαλόγου-Ενδυνάμωσης μελών του ΣΟΦΨΥ ΒΑ λειτουργεί ξανά από τις αρχές του 2023 δυο φορές κάθε μήνα, στο Χώρο Συνάντησης στο Μαρούσι, στην Πλατεία Εργατικών Πολυκατοικιών δίπλα στο Β΄ ΚΑΠΗ. Το ΔΣ ενημερώνει τα μέλη του για τις λεπτομέρειες κάθε συνάντησης.

Η δράση αυτή υποστηρίζεται από ομάδα επαγγελματιών Ψυχικής Υγείας της ΕΠΑΨΥ και στοχεύει στην:

- Ψυχική ενδυνάμωση των μελών του Συλλόγου
- Κατανόηση των αναγκών των μελών με ψυχιατρική εμπειρία
- Αποτελεσματική αντιμετώπιση των καθημερινών δυσκολιών
- Βελτίωση της αυτοφροντίδας των φροντιστών
- Ανταλλαγή εμπειριών και προβληματισμών μεταξύ των μελών

Οι Επαγγελματίες που μας υποστηρίζουν είναι:

- Ελένη Κεράλη, Ψυχολόγος - Ψυχοθεραπεύτρια
- Κωσταντίνα Θανάση, Ψυχολόγος
- Ευγενία Αθανασοπούλου, Κοινωνική Λειτουργός
- Πέπη Μπελέκου, Ψυχολόγος - Ψυχοθεραπεύτρια, μέλος της Επιστημονικής Επιτροπής του Συλλόγου

Ομάδα Αυτόνομης Διαβίωσης

Η Ομάδα Αυτόνομης Διαβίωσης λειτουργεί ξανά από τις αρχές του 2023 κάθε μήνα, στο Χώρο Συνάντησης των μελών στο Μαρούσι, στην Πλατεία Εργατικών Πολυκατοικιών δίπλα στο Β΄ ΚΑΠΗ.

Το ΔΣ ενημερώνει τα μέλη του για τις λεπτομέρειες κάθε συνάντησης.

- Αποτελείται από άτομα με ψυχιατρική εμπειρία, μέλη του Συλλόγου. Οι Ομαδικές συνεδρίες αποσκοπούν να βοηθήσουν τα μέλη στην απόκτηση Κοινωνικών Δεξιοτήτων για την Αυτόνομη διαβίωσή τους.

-Την Ομάδα υποστηρίζει ο Αλέξης Κροκιδάς, Κοινωνικός Λειτουργός με 25 χρόνια εμπειρία στο χώρο της ψυχικής υγείας, Κοινωνιολόγος και εντεταλμένος Επαγγελματίας Ψυχικής Υγείας στην Αγγλία. Διετέλεσε Επιστημονικά υπεύθυνος από το 2013–2019 στο Κέντρο Ημέρας της ΕΠΑΨΥ στο Μαρούσι.

Βιβλιοπαρουσίαση: “Απο-ιατροκοποιώντας τη δυστυχία”



Συμμετείχε η Γραμματέας του ΣΟΦΨΥ ΒΑ Υγώ Λιτσάκη:

Θα ήθελα να ευχαριστήσω από καρδιάς για την ευκαιρία που μου δόθηκε μέσω του δικτύου Hearing Voices Αθήνας να εκφράσω κάποιες σκέψεις και προβληματισμούς μου εν όψει του σχολιασμού αυτού του ενδιαφέροντος βιβλίου. Θέλω να ξεκαθαρίσω πως δεν είναι ένα εύκολο ανάγνωσμα καθώς δεν δίνει απαντήσεις. Και αυτό είναι ακριβώς που αγάπησα σε αυτό. Είναι ένα ανάγνωσμα που συνεχώς ενισχύει τη προσωπική ευθύνη και τις κριτικές φωνές και ξεκαθαρίζει πως οι καλές προθέσεις από μόνες τους δεν αρκούν για να μεταβληθούν οι από χρόνια παγιωμένες αντιλήψεις περί ψυχικής υγείας. Ας ξεκινήσω λοιπόν αυτή μου την προσπάθεια με το ότι είμαι η Υγώ, και είμαι νέα επαγγελματίας στον Ψ χώρο, αλλά «παλιά» στο ψυχιατρικό βίωμα. Έγραφα και έσβηνα για ώρες, καθώς δεν ήξερα πώς θα έπρεπε να ξεκινήσω να πραγματευόμαι ένα τόσο μείζον ζήτημα όπως αυτό της αποιατροκοποίησης και κατ' επέκταση της αποστιγματοποίησης. Εντέλει, αποφάσισα να λειτουργήσω ελεύθερα και συνειρμικά, να αφήσω τις μνήμες μου να μιλήσουν και να

αποφύγω να τοποθετηθώ επί του θέματος μέσω της επαγγελματικής μου ιδιότητας γιατί σίγουρα δεν είναι μόνον αυτή που με προσδιορίζει. Ας πάμε σε μία ερώτηση που έθεσα στο θείο μου, ο οποίος είναι και λήπτης ψυχιατρικών υπηρεσιών από τα 18 του έως και σήμερα που είναι 62. «Θείε γιατί επέλεξες να μείνεις στη Λιβαδειά στα 50 σου;» «Αγάπη μου» μου είπε «γιατί εδώ ο κόσμος μου μιλάει, δεν είμαι ο τρελός».

Σε αυτό το σημείο έρχομαι να αντιπαραθέσω το 5ο κεφάλαιο του βιβλίου το οποίο πραγματεύεται το κοινωνικό πλαίσιο της παράνοιας. Θεωρείτο δεδομένο ότι οι πεποιθήσεις που χαρακτηρίζονται ως παραληρητικές είναι και οι στατιστικά ασυνήθιστες εντάσσοντας τα άτομα που τις βιώνουν σε έναν «μη τυπικό πληθυσμό». Παρ' όλα αυτά, από έρευνες στο ευρύ τυπικό κοινό βλέπουμε ότι αυτές οι παραληρητικές πεποιθήσεις δεν είναι και τόσο σπάνιες... Και έρχομαι να παραθέσω δύο-τρεις έρευνες εν τάχει, δείγμα των οποίων αποτέλεσαν άτομα χωρίς ψυχιατρική εμπειρία. Οι έρευνες συμπεριλαμβάνονται στο βιβλίο. Η πρώτη διεξήχθη το 2005 από την American Gallup και απέδειξε ότι το 71% των συμμετεχόντων απάντησε θετικά στην ερώτηση των ερευνητών σχετικά με το αν πιστεύουν σε τουλάχιστον ένα από 10 παραφυσικά στοιχεία, όπως πχ η τηλεπάθεια. Μία από τις βασικές υποθέσεις που γίνονται για τη παράνοια είναι ότι το άτομο έχει ανεπτυγμένο αρκετά το αίσθημα του φόβου ή τα επίπεδα της εχθρικότητας του. διότι οι πεποιθήσεις του για τις προθέσεις των γύρω του δεν βασίζονται στη πραγματικότητα. Εντούτοις, από τα παρακάτω αποτελέσματα βλέπουμε ότι οι πεποιθήσεις αυτές δεν αφορούν μόνο τους διαγνωσμένους. Η δεύτερη έρευνα λοιπόν ολοκληρώθηκε το 1994 στην Αμερική, στην

οποία φανερώθηκε ότι το 64% του δείγματος θεωρούσε ότι ακούει από τους άλλους τουλάχιστον ένα ψέμα μέσα στη μέρα. Σε άλλη έρευνα το 1997 το 60% του δείγματος ένιωθε πως είναι προστατευτικό για τον εαυτό σου να ξέρεις να φυλάγεται από τους ανθρώπους. Δεδομένων αυτών των στατιστικών αποτελεσμάτων με μία γρήγορη ερμηνεία θα μπορούσαμε να παραδεχτούμε ότι κάποιο επίπεδο παράνοιας μοιάζει να είναι κοινό έδαφος για πολλούς από εμάς. Ξέρω-ξέρω, ίσως σοκάρεστε από τα ποσοστά όπως και εγώ, ίσως κάποιοι από εσάς έχετε συλλογιστεί με γνώμονα τα παραφυσικά ή να εκπαιδεύσατε τους εαυτούς σας έτσι ώστε να μπορείτε να φυλάγεστε επαρκώς και τελικά ίσως να φοβάστε ότι κάποια στιγμή μπορεί να θεωρηθείτε ή να κατηγοριοποιηθείτε στην από πάντα στιγματισμένη κατηγορία, αυτή των τρελών.

Είναι εξαιρετικά λυπηρό ότι πολύ συχνά παρατηρείται από τους επαγγελματίες Ψ υγείας να δίνουν ελάχιστη προσοχή στο περιεχόμενο των εμπειριών του ασθενούς. Επομένως, καταλήξαμε να επιδεικνύουμε περισσότερο ενδιαφέρον για το αν κάποιος ακούει φωνές παρά για το τι λένε οι φωνές αυτές. Και αυτό ακριβώς που θα ήθελα να σχολιάσω εδώ είναι ότι κατά αυτό τον τρόπο τελικά ενισχύεται το φαινόμενο της περιστρεφόμενης πόρτας. Δηλαδή οι άνθρωποι μπαίνουν σε ψυχιατρικές κλινικές, λαμβάνουν υπερδοσολογία ψυχοφαρμάκων και τελικά βγαίνουν πολλαπλά τραυματισμένοι και δεν αφομοιώνονται κοινωνικά εφόσον ποτέ, πουθενά και από κανέναν δεν μαθαίνουν πώς να φροντίζονται, πώς να διεκδικούν και πώς οι ίδιοι να αποφεύγουν τελικά να στιγματίζονται με αποτέλεσμα να ξαναμπαίνουν στα ψυχιατρεία. Οι παραληρητικές πεποιθήσεις δεν αποτελούν την ταυτότητα των ατόμων αυτών, αλλά ένα μέρος της προσωπικότητάς τους, όπως και πολλά άλλα. Οι εν λόγω πεποιθήσεις έχει αποδειχθεί ότι νοηματοδοτούν τη ζωή πολλών και όχι μόνο των διαγνωσμένων. Αν για παράδειγμα ζεις στα όρια της φτώχειας, σε ένα σπίτι που δεν έχεις χρήματα να το θερμάνεις, αν η δουλειά σου ενισχύει το αίσθημα της αβεβαιότητας και του στρες, τότε είναι βοηθητικό ίσως να πιστεύεις ότι μιλάς με τον Θεό ή ότι για τα δεινά της ζωής σου ευθύνονται ασάθμητοι παράγοντες όπως η μοίρα ή η τύχη. Συνεχίζω το νοητό μου ταξίδι και βρισκόμαι μέσα στο αυτοκίνητο του πατέρα μου. «Η αρρώστια του αδερφού μου είναι το μεγαλύτερο δυστύχημα και ευτύχημα της ζωής μου ταυτόχρονα» μου είπε. Σάστισα και τον κοίταξα, ομολογώ το πρώτο μέρος της φράσης μπορούσα να το κατανοήσω απόλυτα. Συνέχισε για να με διευκολύνει λέγοντάς μου «Ήταν το μεγαλύτερο ευτύχημα γιατί ήταν ο δικός μου δρόμος προς τον αποστιγματισμό της ίδιας της νόσου». Κακά τα ψέματα, ο στιγματισμός είναι παντού στη ψυχική νόσο και απλώνεται σαν τη Λερναία Ύδρα σε άμεσα και έμμεσα εμπλεκόμενους σε αυτή.

Όπως αναφέρεται στο 12ο κεφάλαιο του βιβλίου, οι γονείς και γενικότερα οι συγγενείς θα προσθέσω βιωματικά εγώ, έρχονται συχνά αντιμέτωποι με μια προϋπάρχουσα ηθική και κοινωνική απολογία ότι εκείνοι ευθύνονται για την ψυχική νόσο των συγγενών τους. Η θεματολογία αυτή αποτελεί απαγορευμένο πεδίο για τον ψ-κόσμο παρ' ότι πολλακώς ερευνητικά και πρακτικά έχει παρατηρηθεί ασυμφωνία μεταξύ της πεποίθησης αυτής και των συμπεριφορών των επαγγελματιών στα συγγενικά πρόσωπα των ατόμων με ψυχιατρική εμπειρία. Ας ξεκινήσουμε από το πρωταρχικό... σε μία κοινωνία που εμμονικά διαπομπεί οτιδήποτε διαφορετικό, μία πολιτική τάξη που εξαπολύει κατηγορίες έναντι των φροντιστών και μία επαγγελματική ελίτ που όχι μόνο δεν κάνει κάτι τέτοιο αλλά αρνείται εκκωφαντικά την επικρατούσα πολιτισμική λογική εν αντιθέσει με τις στάσεις της. Πώς μπορεί τελικά να αισθάνονται οι ίδιοι οι φροντιστές; Οι γονείς παρατηρείται ότι αξιοποιούν δύο βασικές στρατηγικές για την εξουδετέρωση της πανταχού παρούσας αλλά απαρνημένης από πλευράς επαγγελματιών κατηγορίας σε βάρος τους. Πρώτον, τον ισχυρισμό του εγώ είμαι ένας απλός άνθρωπος και όχι ειδικός αρνούμενοι έτσι την βιωματική εμπειρική γνώση που έχουν αποκομίσει και δεύτερον την απόκριση του υποδειγματικού γονέα ότι δηλαδή πληρούν τις ανάγκες πάσης φύσεως των παιδιών τους. Ψυχικά, υλικά, πρακτικά ... και έτσι μπορεί να είναι σε πολλές περιπτώσεις. Επομένως τελικά ποια είναι η απάντηση στον ηθικό ψόγο των φροντιστών; Το βιβλίο προτείνει κατά τους Read & Seymour μία κατ' εμέ πολύ ενδιαφέρουσα οπτική στο θέμα. Μία θεωρητική σύλληψη η οποία αναφέρει ότι το να έχουμε κατά κάποιο τρόπο ευθύνες για κάτι το οποίο συντελέστηκε δεν σημαίνει ότι υπάρχει αναγκαστική πρόθεση να το προκαλέσουμε. Έτσι, δεν ενισχύεται ίσως ο ηθικός ψόγος του φταιξίματος και αμβλύνονται τα θεωρητικά μοντέλα επίρριψης ή αποποίησης ευθυνών.

Βγαίνοντας από το νοητικό σοκάκι της συνδιαλλαγής με τους οικείους μου μεταφέρω την εξιστόρησή μου σε ένα συμβάν που μου συνέβη την 28η Ιουνίου, το βράδυ των γενεθλίων μου. Ντύθηκα, ετοιμάστηκα και πήρα το αυτοκίνητο να πάω στο τόπο συνάντησης που είχα ορίσει με τη παρέα μου. Σε μία διασταύρωση, μου πετάγεται από το στοπ ένα μηχανάκι μαύρου χρώματος χωρίς φώτα το οποίο οδηγούσε ένας άντρας αρκετά νεαρός σε ηλικία εξίσου μαυροφορέμενος. Σταματάω στο ένα μέτρο πριν συγκρουστούμε καθώς δεν το είχα δει. Τον κοιτάω με κοιτάει ξεκινάει να με βρίζει με ένα κάρο κοσμητικά προσανατολισμένα στο φύλο μου φυσικά. Κατεβάζω το παράθυρο του λέω ρε φίλε πας καλά; Πετάχτηκες και με βρίζεις από πάνω θα σε σκότωνα. «άντε μ.. υστέρω μου λέει» το συνοδεύει και με μία χειρονομία και φεύγει. Για ώρα καθόμουν και σκεφτόμουν αυτό το υστέρω και αναρωτιόμουν αν θα με κοσμούσε με το ίδιο επίθετο αν ήμουν άντρας. Φυσικά και όχι! Είμαι γυναίκα άρα έχω ροπή προς την κατάθλιψη, είμαι η υστέρω, η υπερβολική η διακεκλιμένη από το συναίσθημά της ντόπια. Έτσι, απλά και μόνο γιατί είμαι γυναίκα. Και έτσι έρχομαι στο κεφάλαιο του βιβλίου που πραγματεύεται την αποιατρικοποίηση της αρρενωπότητας. Οι έμφυλες διακρίσεις ξεκινούν από το παιδικό κι όλας ηλικίας, από τη πρωτοβάθμια εκπαίδευση από το παιδικό παιχνίδι. Και θα σας θέσω τον προβληματισμό μου εκ του αντιθέτου περί ψ στιγματοποίησης των ανθρώπων μόνο και μόνο βάσει φύλου. Είναι γεγονός ότι τα αγόρια είναι 3 φορές πιο πιθανόν να διαγνωστούν με κάποιο είδος ψυχιατρική διαταραχή και να λάβουν φαρμακευτική αγωγή από τα κορίτσια. Το βιβλίο θέτει μία πολύ ενδιαφέρουσα οπτική για τις έμφυλες διακρίσεις οι οποίες ελάχιστα έχουν συζητηθεί στο πλαίσιο της παιδοψυχιατρικής.

Με μία γρήγορη ματιά στο DSM της αμερικάνικης ψυχιατρικής εταιρείας παρατηρούμε τη συνεχή αύξηση διαταραχών με απόρροια τη στιγματοποίηση όλο και μεγαλύτερου πληθυσμιακού δείγματος σε αυτές προς όφελος των νέων φαρμάκων που συνεχώς κάνουν την εμφάνισή τους στο εμπόριο. Στον κατάλογο κατατάσσονται ως διαταραχές η εσωστρέφεια, η ντροπαλότητα ακόμη και τα άτακτα-ζωηρά παιδιά. Επομένως, τα αγόρια που κοινωνικά θεωρούνται και τα πιο άτακτα αντί να παρατηρούνται να διοχετεύουν τα... αγορίστικα χαρακτηριστικά τους σε υγιείς κατευθύνσεις κατηγοριοποιούνται και παθολογικοποιούνται. Τα αγόρια από πολύ μικρή ηλικία μεγαλώνουν στο βωμό του ακούσματος του "είσαι άντρας μην κλαις" "τι είσαι για να σε χτυπάνε, θύμα; Χτύπα και εσύ" με αποτέλεσμα να πλάθονται αρσενικά που το μόνο κοινωνικά αποδεκτό και εμφανές συναίσθημά τους είναι ο θυμός. Ούτε ο φόβος, ούτε η θλίψη και ποτέ σχεδόν η τρυφερότητα. Όλα αυτά τα χαρακτηριστικά (δανείζομαι τη φράση του βιβλίου) συνοδεύονται με το "μπόνους της πατριαρχίας" το οποίο τοποθετεί τον ανδρικό πληθυσμό σε θέση ισχύος έναντι των θηλυκοτήτων. Η ύπαρξη εναλλακτικών μοντέλων προκαλεί κοινωνικό άγχος και ανασφάλεια εφόσον μέσω αυτού διαφοροποιείται ο για κατά συναπτά έτη «ανδρικός ρόλος» η στάση και η έκφραση της αρρενωπότητας. Μία τέτοια παράβαση λοιπόν, απελευθερωτική για τους ίδιους τους άντρες ουσιαστικά, σημαίνει αυτόματα την απομάκρυνσή τους από την μακιαβελική συμπεριφορά και τους καθιστά "αβοήθητους" μπροστά σε μία πληθώρα εκφοβιστικών και παρενοχλητικών συμπεριφορών από άλλους άνδρες...όπως ακριβώς και τις γυναίκες. Επιλογικά, η φαινομενική αυτή αύξηση των ψυχιατρικών διαταραχών από την παιδική ηλικία στον δυτικό κόσμο, αγνοεί το βιολογικό υπόβαθρο, τη διαπολιτισμική παράμετρο και εν τέλει στέκεται ελλείψει τεκμηρίων διανθίζοντας έτσι έναν φαύλο κύκλο ο οποίος καθιστά τον άνθρωπο καταναλωτή ψυχοφαρμάκων.

Κλείνοντας αυτή την τοποθέτηση, θα ήθελα να διευκρινίσω ότι ο τρόπος που επέλεξα να προσεγγίσω το βιβλίο μέσω της κατάθεσης κάποιων προσωπικών μου βιωμάτων δεν προέρχεται από κάποια ανάγκη να παραστήσω τον καλό μα πονεμένο σαμαρίτη. Μέσα από τα δικά μου μάτια, αυτό που ονομάζεται ψυχική νόσος παρουσιάζει μία τρομακτική αλληλουχία. Νοσεί ένας, νοσεί ολόκληρη η οικογένεια και κάπως έτσι καταλήγει να νοσεί και η κοινωνία. Για τον λόγο αυτό θα κλείσω με μία φράση του βιβλίου «Οι άνθρωποι κάνουν φρικτά πράγματα ο ένας στον άλλο, και τελικά αυτό είναι που μπορεί να σε τρελάνει».

Ευχαριστώ πολύ για τον χρόνο σας – Υρώ Λιτσάκη

Εκδηλώσεις του ΣΟΦΨΥ ΒΑ Αττικής

Γεν. Συνέλευση και Κοπή πίτας του ΣΟΦΨΥ ΒΑ

Στις 14/1/23 έγινε η Γεν. Συνέλευση 2022 του ΣΟΦΨΥ ΒΑ Αττικής στο Β΄ ΚΑΠΗ Εργατικών Πολυκατοικιών στο Μαρούσι, παρουσία πολλών μελών του Συλλόγου.

Η Πρόεδρος κα Κατσαρού αναφέρθηκε στο σημαντικό έργο που επιτελέστηκε το 2022, και στις Ομάδες Ψυχοενδυνάμωσης των μελών που συνεχίζουν να λειτουργούν και το 2023 με την υποστήριξη της ΕΠΑΨΥ.

Ο Ταμίας κος Σεισάκης αναφέρθηκε στο πλεόνασμα χρήσης του 2022, κυρίως λόγω των οικονομικών ενισχύσεων μελών μας, και ότι προχωρούν οι διαδικασίες δημοσίευσης του Νέου Καταστατικού.

Μετά την Έκθεση της Εξελεγκτικής Επιτροπής, τις ερωτήσεις και τις προτάσεις μελών μας για τη βελτίωση της λειτουργίας του ΔΣ, ακολούθησε η κοπή της πίτας 2023 του Συλλόγου.

Βιβλιοπαρουσίαση: “Πριν γίνουν πουλιά”

Της Ναταλίας Δεδουσοπούλου – Σάββατο 28 Ιανουαρίου 2023

Το βιβλίο το προλόγησε το μέλος του Συλλόγου Βάσω Καλογιάννη.

Λίγα λόγια για τη συγγραφέα... Η Ναταλία Δεδουσοπούλου έχει προσωπικές εμπειρίες από τη χρόνια νοσηλεία της στο Αιγινήτειο τις οποίες και αποτυπώνει στο βιβλίο της "Πριν γίνουν πουλιά". Ακόμη έγραψε τον "Αρλεκίνο" με ιστορίες-παραμύθια για ενήλικες και το "Κόκκινες κλωστές κομμένες" με κοινωνικά και πολιτικά ζητήματα.

Η Ναταλία έχει σπουδάσει σε ΙΕΚ “Θρησκευτικό Τουρισμό” και θέλει να σπουδάσει νοσηλευτική. Είναι άτομο που πολεμάει, θέτει στόχους και στοχεύει να τους υλοποιήσει. Προσπαθεί να καταλύσει το στίγμα της ψυχικής νόσου και εμείς στεκόμαστε δίπλα της ... Καλή επιτυχία Ναταλία !

Εκδήλωση: Οικογένεια και κατάθλιψη

Εταιρεία εκδόσεων στην Ελλάδα
Κατάθλιψη

ΕΠΕΑΕΚ Best

ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑ & ΚΑΤΑΘΛΙΨΗ
ΜΙΑ ΒΙΩΜΑΤΙΚΗ ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ

ΤΕΤΑΡΤΗ 29 ΜΑΡΤΙΟΥ 2023
18:00

Εύη Καραλίδου
Ψυχολόγος, Οικογενειακή Θεραπεύτρια
Παιχνίδια Διερεύνηση
Ψυχ. Νοσηλεύτρια, Οικογενειακή Θεραπεύτρια

ΣΟΦΨΥ ΒΑ Αττικής - Εταιρεία
Εργασ. Πολυκατοικιών, δίπλα
στο Β΄ ΚΑΠΗ Αμαρουσίου

Επισκεφθείτε το Ψηφιδωμένο.gr
ΣΟΦΨΥ: 003730014
Σύλλογος εργατικών κατοικιών: 0072000309

Ε.Π.Α.Ψ.Υ.

Στις 29/3/2023, πραγματοποιήθηκε η εκδήλωση: Οικογένεια και κατάθλιψη, που συνδιοργάνωσε η ΕΠΑΨΥ με τον ΣΟΦΨΥ ΒΑ στο Β΄ ΚΑΠΗ στην Πλατεία Εργατικών Πολυκατοικιών στο Μαρούσι.

Συμτείχαν πολλά μέλη του ΣΟΦΨΥ ΒΑ και του Συλλόγου Εργατικών Πολυκατοικιών. Παραβρέθηκαν ο Πρόεδρος του Δημοτικού Συμβουλίου Αμαρουσίου κος Σμυρνης και η Πρόεδρος των Ποντίων Αμαρουσίου κα Βανδώρου.

Στην εκδήλωση αναπτύχθηκε ένα βιωματικό παράδειγμα μιας Οικογένειας με προβλήματα κατάθλιψης, με τη συμμετοχή μελών μας στους



ρόλους των ατόμων της Οικογένειας. Ακολούθησε αναλυτική συζήτηση για τη καλύτερη αντιμετώπιση των προβλημάτων κατάθλιψης της Οικογένειας. Με τη λήξη της εκδήλωσης, βγήκαν αναμνηστικές φωτογραφίες των συμμετεχόντων.

Τροποποίηση Καταστατικού του ΣΟΦΨΥ ΒΑ

Συνεχίζονται από τη Δικηγόρο Μάγδα Αντωνοπούλου οι ενέργειες στο Πρωτοδικείο κλπ για την υλοποίηση της τροποποίησης του Καταστατικού που ενέκρινε η ΓΣ των μελών του Συλλόγου στις 4/7/21.

Το νέο Καταστατικό υπολογίζουμε να είναι σύντομα έτοιμο – Το ΔΣ του Συλλόγου