



ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ  
ΔΥΤΙΚΗΣ  
ΕΛΛΑΔΑΣ  
*χημάτη αντιδέσεις!*



ΔΗΜΟΤΙΚΗ ΒΙΒΛΙΟΘΗΚΗ  
ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΟΣ  
ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ  
ΔΗΜΟΥ ΠΑΤΡΩΝ

## Κυριακή 10 Οκτωβρίου 2021 Παγκόσμια Ημέρα Ψυχικής Υγείας

«Ψυχική Υγεία και Τέχνη σε έναν Κόσμο με Ανισότητες»

(17:00-18:15)

- Ψυχοπαιδαγωγικές Δράσεις «Ζωγραφί-ΖΩΝΤΑΣ τα Συναισθήματά μας»

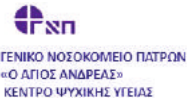
(18:30-20:30)

- Ημερίδα - Ανοικτή Συζήτηση
- Θεατρική Παράσταση

«Σ' ένα συνοριακό σταθμό» του Αντώνη Σαμαράκη  
από το Ελληνικό Κέντρο Ψυχικής Υγιεινής και Ερευνών - Παράρτημα Πάτρας

(Πολυχώρος «Αίγλη», Ακτή Δυμαίων 17, Πάτρα)

Συνεργαζόμενοι Φορείς:



Υπό την Αιγίδα



Σύνδεσμος μετάδοσης (link): [rtmp://a.rtmp.youtube.com/live2](https://a.rtmp.youtube.com/live2)

Για την είσοδο στον Πολυχώρο, η χρήση της μάσκας είναι υποχρεωτική.  
**Απαιτείται η επίδειξη του Δελτίου Αστυνομικής Ταυτότητας & ενός εκ των κάτωθι:**

- Ευρωπαϊκό Ψηφιακό Πιστοποιητικό Covid-19 (Πράσινο Πιστοποιητικό)
- Βεβαίωση εμβολιασμού κατά του κορωνοϊού COVID-19
- Βεβαίωση αρνητικού διαγνωστικού ελέγχου PCR 48 ωρών ή Rapid Test

*Πριν πολλές δεκαετίες ο Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας είχε ορίσει την ψυχική υγεία ως " την κατάσταση της πλήρους σωματικής, ψυχικής και κοινωνικής ευεξίας και όχι μόνο η απουσία ασθένειας ή αναπηρίας". Είναι λοιπόν αυτονόητο ότι η ψυχική υγεία είναι αναπόσπαστη προϋπόθεση για τη συνολική υγεία του κάθε ανθρώπου. Πώς αντιμετωπίζουμε τις δύσκολες προκλήσεις που ανακύπτουν στη ζωή μας; Έχουμε μάθει να ζητούμε και να προσφέρουμε βοήθεια; Αυτά τα επιτακτικά ερωτήματα απαντώνται καταλυτικά όταν προωθούνται πολιτικές και καλλιεργούνται από την παιδική ηλικία νοοτροπίες που προάγουν την ψυχική υγεία.*

*Η πρόληψη και η προαγωγή της ψυχικής υγείας είναι μια υπόθεση που χρειάζεται συνεργασία, διασύνδεση και ενότητα. Το βασικό ζητούμενο είναι η ενδυνάμωση της ικανότητας των ατόμων να προσδιορίζουν και να αποφασίζουν με αυτονομία για τη ζωή τους και να προωθούν την ψυχική τους υγεία με κάθε δυνατό μέσο που τους προσφέρει η κοινότητα μέσα στην οποία ζουν.*

*Οι παρεμβάσεις προαγωγής ψυχικής υγείας οφείλουν να εφαρμόζουν τέτοιες δράσεις και στρατηγικές, που να ενθαρρύνουν την ύπαρξη υποστηρικτικού περιβάλλοντος και να αναπτύσσουν την ικανότητα του ατόμου να ανταποκρίνεται θετικά στις αντίζοες συνθήκες.*

*Με αυτή τη σταθερή κατεύθυνση και φέτος, η συνάντηση των φορέων και των δομών ψυχικής υγείας της περιοχής μας αποτελεί και εκφέρει ένα μήνυμα ελπίδας και αισιοδοξίας. Η δύσκολη συγκυρία λόγω της πανδημίας και της μακρόχρονης οικονομικής κρίσης απαιτεί τη συστράτευση όλων των εμπλεκομένων μερών - πολιτεία, επαγγελματίες ψυχικής υγείας, άτομα με ψυχοκοινωνικά προβλήματα και οι οικογένειές τους, φορείς, θεσμοί και ενεργοί πολίτες - με κεντρικό όραμα την ευημερία, την αλληλεγγύη και την αυτοπραγμάτωση.*