



**Ελληνικός
Ερυθρός Σταυρός**

Διεύθυνση Γραφείου Τύπου & Επικοινωνίας Ε.Ε.Σ.

Θεσσαλονίκη, 26 Σεπτεμβρίου 2025

ΔΕΛΤΙΟ ΤΥΠΟΥ

Ελληνικός Ερυθρός Σταυρός – Καμπάνια Πρώτων Βοηθειών Ψυχικής Υγείας στη Στάση Μετρό Αγίας Σοφίας (μεταξύ Αγίας Σοφίας και Καστριτσίου)



Το Περιφερειακό Τμήμα του Ελληνικού Ερυθρού Σταυρού Θεσσαλονίκης διοργανώνει καμπάνια ενημέρωσης και ευαισθητοποίησης των πολιτών σε θέματα ψυχικής υγείας, με αφορμή την Παγκόσμια Ημέρα Ψυχικής Υγείας, την Παρασκευή 10 Οκτωβρίου, από τις 10:00 π.μ. έως τις 13:00 μ.μ..

Η δράση θα πραγματοποιηθεί στον υπαίθριο χώρο μπροστά από τη στάση του μετρό Αγίας Σοφίας (μεταξύ Αγίας Σοφίας και Καστριτσίου).

Η καμπάνια υλοποιείται με τη συμμετοχή Κοινωνικών Λειτουργών – Εθελοντών της Κοινωνικής Πρόνοιας, καθώς και εθελοντών από τον Τομέα Υγείας και τον Τομέα Σαμαρειτών, Διασωστών και Ναυαγοσωστών του Π.Τ. Ε.Ε.Σ. Θεσσαλονίκης.

Στόχος της δράσης

Βασικός σκοπός είναι, μέσα από βιωματικά εργαστήρια και δράσεις αλληλεπίδρασης, να ενισχυθεί η ενημέρωση και η ευαισθητοποίηση των πολιτών σχετικά με τις Πρώτες Βοήθειες Ψυχικής Υγείας.

Η προσέγγιση αυτή δίνει έμφαση στην πρόληψη, στην έγκαιρη αναγνώριση συμπτωμάτων και στην καλλιέργεια θετικής στάσης απέναντι στην ψυχική υγεία.

Η δράση θα είναι ανοιχτή στο ευρύ κοινό αλλά και σε σχολεία της Πρωτοβάθμιας και Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης, τα οποία θα έχουν τη δυνατότητα να συμμετάσχουν οργανωμένα, προσφέροντας στους μαθητές μια ουσιαστική εμπειρία ενημέρωσης και ευαισθητοποίησης.

Δραστηριότητες που θα πραγματοποιηθούν

- Διανομή ενημερωτικών φυλλαδίων

Παρουσίαση βασικών πληροφοριών για τις συχνότερες ψυχικές διαταραχές, τρόπους διαχείρισης και τις διαθέσιμες υπηρεσίες υποστήριξης στην κοινότητα.

- **Συμβουλευτική επιτόπου**

Οι κοινωνικοί λειτουργοί θα προσφέρουν σύντομες συμβουλές και καθοδήγηση, προτείνοντας πρακτικές αυτοφροντίδας και ενημερώνοντας για δομές υποστήριξης σε τοπικό επίπεδο.

- **Ομάδες συζήτησης και βιωματικά εργαστήρια**

Σε μικρές ομάδες, οι πολίτες –και οι μαθητές που θα συμμετέχουν– θα έχουν τη δυνατότητα να λάβουν μέρος σε ανοιχτές συζητήσεις και βιωματικές δραστηριότητες, οι οποίες ενθαρρύνουν τον διάλογο, την αλληλεπίδραση και την αποδοχή γύρω από την ψυχική υγεία.
