Ελληνικός
Ερυθρός Σταυρός

**Διεύθυνση Γραφείου Τύπου & Επικοινωνίας Ε.Ε.Σ.**

Αθήνα, 17 Νοεμβρίου 2026

# ΔΕΛΤΙΟ ΤΥΠΟΥ

## Ο Ελληνικός Ερυθρός Σταυρός προάγει την ψυχική υγεία των μαθητών μέσα από εκπαιδευτικές δράσεις σε σχολικές μονάδες



Ο **Ελληνικός Ερυθρός Σταυρός (Ε.Ε.Σ.)**, στο πλαίσιο των πρωτοβουλιών του για την προαγωγή της ψυχικής υγείας και την ψυχοκοινωνική ενδυνάμωση της μαθητικής κοινότητας, υλοποίησε, μέσω του **Τομέα Κοινωνικής Πρόνοιας**, εκπαιδευτικές δράσεις του νέου προγράμματος **«Πρώτες Βοήθειες Ψυχικής Υγείας σε Παιδιά και Εφήβους»**, στο **1ο Επαγγελματικό Λύκειο (ΕΠΑ.Λ.) Αμαρουσίου**, την **Τετάρτη 11 και την Πέμπτη 12 Νοεμβρίου 2026**.

Στις εκπαιδεύσεις συμμετείχαν συνολικά **87 μαθητές και μαθήτριες της Β΄ Λυκείου**, οι οποίοι απέκτησαν βασικές γνώσεις και πρακτικές δεξιότητες Πρώτων Βοηθειών Ψυχικής Υγείας, μέσα από μια διαδραστική και βιωματική εκπαιδευτική διαδικασία, προσαρμοσμένη στις ανάγκες της εφηβικής ηλικίας.

Το πρόγραμμα έχει ως στόχο να εφοδιάσει τα παιδιά και τους εφήβους με τις απαραίτητες γνώσεις και δεξιότητες, ώστε να μπορούν να αναγνωρίζουν ενδείξεις ψυχικής δυσφορίας, να προσεγγίζουν με ενσυναίσθηση συνομηλίκους τους που αντιμετωπίζουν δυσκολίες και να προσφέρουν ασφαλή αρχική υποστήριξη, με τη συνδρομή κατάλληλων ενηλίκων.

**Βασικό άξονα της εκπαίδευσης αποτελούν οι τρεις θεμελιώδεις αρχές «ΠΑΡΑΤΗΡΩ - ΑΚΟΥΩ - ΔΙΑΣΥΝΔΕΩ»**, οι οποίες προσεγγίζονται μέσα από βιωματικές ασκήσεις, παραδείγματα καθημερινών καταστάσεων και ομαδικές δραστηριότητες. Παράλληλα, ιδιαίτερη έμφαση δίνεται στην αυτοφροντίδα, στο σεβασμό των προσωπικών ορίων, στην αναζήτηση βοήθειας από ενήλικες εμπιστοσύνης και στην καταπολέμηση του στίγματος γύρω από την ψυχική υγεία.

Οι εκπαιδευτικές δράσεις πραγματοποιήθηκαν και τις δύο ημέρες από τους **κ.κ. Μενέλαο Κανάκη και Ανδρέα Βαγιόπουλο**, κοινωνικούς λειτουργούς του Τομέα Κοινωνικής Πρόνοιας του Ελληνικού Ερυθρού Σταυρού, σε συνεργασία με τη σχολική μονάδα.

**Το νέο εκπαιδευτικό πρόγραμμα έχει ήδη συγκεντρώσει ιδιαίτερα αυξημένο ενδιαφέρον από τη σχολική κοινότητα**, καθώς πολλές σχολικές μονάδες έχουν εκδηλώσει την επιθυμία να το εντάξουν στις εκπαιδευτικές τους δράσεις. Το πρόγραμμα διαθέτει διαφοροποιημένο εκπαιδευτικό περιεχόμενο για μαθητές Γυμνασίου και Λυκείου, ανταποκρινόμενο στις ιδιαίτερες ανάγκες κάθε ηλικιακής ομάδας.

Ο **Ελληνικός Ερυθρός Σταυρός** συνεχίζει δυναμικά την υλοποίηση του προγράμματος, επιδιώκοντας να καταστήσει τις **Πρώτες Βοήθειες Ψυχικής Υγείας μια πολύτιμη γνώση ζωής για τα παιδιά και τους εφήβους**, συμβάλλοντας στην πρόληψη, την έγκαιρη υποστήριξη και τη δημιουργία ενός ασφαλούς, υποστηρικτικού σχολικού περιβάλλοντος.

***