Ελληνικός
Ερυθρός Σταυρός

Διεύθυνση Γραφείου Τύπου & Επικοινωνίας Ε.Ε.Σ.

Αθήνα, 19 Νοεμβρίου 2026

ΔΕΛΤΙΟ ΤΥΠΟΥ

Ελληνικός Ερυθρός Σταυρός: Εκπαιδεύσεις Πρώτων Βοηθειών Ψυχικής Υγείας στους εργαζόμενους της εταιρείας «ITML» στην Αθήνα



Ο **Ελληνικός Ερυθρός Σταυρός (Ε.Ε.Σ.)**, στο πλαίσιο των δράσεών του για την προαγωγή της ψυχικής υγείας και την ενίσχυση της ψυχοκοινωνικής υποστήριξης των πολιτών, πραγματοποίησε, μέσω του **Τομέα Κοινωνικής Πρόνοιας**, δύο εκπαιδεύσεις με θέμα: **«Εισαγωγή στις Πρώτες Βοήθειες Ψυχικής Υγείας»**, στις **12 Οκτωβρίου 2026 και στις 16 Νοεμβρίου 2026**, για τους εργαζομένους της εταιρείας **ITML (Information Technology for Market Leadership)**.

Οι εκπαιδεύσεις πραγματοποιήθηκαν στα γραφεία της εταιρείας στην Αθήνα, από στελέχη της **Υπηρεσίας Εκπαίδευσης Πρώτων Βοηθειών Ψυχικής Υγείας του Τομέα Κοινωνικής Πρόνοιας Ε.Ε.Σ.**, με εισηγήτριες την **κα Ελένη Πότση, κοινωνική λειτουργό** και την **κα Ελένη Ηλιοπούλου, ψυχολόγο**.

Το εκπαιδευτικό πρόγραμμα παρακολούθησαν συνολικά **34 εργαζόμενοι**, ενισχύοντας τις γνώσεις και τις δεξιότητές τους στην παροχή Πρώτων Βοηθειών Ψυχικής Υγείας, με έμφαση στην έγκαιρη αναγνώριση των αναγκών ψυχολογικής υποστήριξης και στην κατάλληλη ανταπόκριση σε ανθρώπους που βιώνουν δύσκολες καταστάσεις. Η αξιολόγηση των εκπαιδεύσεων ήταν **ιδιαίτερα θετική**, με τους συμμετέχοντες να αναδεικνύουν την ποιότητα και την πληρότητα του εκπαιδευτικού περιεχομένου, τη βιωματική προσέγγιση και την επιστημονική κατάρτιση των εισηγητριών.

Η εκπαίδευση στις Πρώτες Βοήθειες Ψυχικής Υγείας αποκτά ιδιαίτερη σημασία στο σύγχρονο εργασιακό περιβάλλον, όπου οι αυξημένες επαγγελματικές απαιτήσεις, το άγχος και οι καθημερινές προκλήσεις μπορούν να επηρεάσουν την ψυχική υγεία και την ευημερία των εργαζομένων. Η δυνατότητα έγκαιρης αναγνώρισης ενδείξεων ψυχικής δυσφορίας και η παροχή κατάλληλης αρχικής υποστήριξης, με ενσυναίσθηση, σεβασμό και χωρίς κριτική, συμβάλλουν στην καλλιέργεια σχέσεων εμπιστοσύνης, στην ενίσχυση της αλληλοϋποστήριξης και στη διαμόρφωση ενός **ασφαλέστερου, πιο συμπεριληπτικού και υποστηρικτικού εργασιακού περιβάλλοντος**.

Η σημασία των Πρώτων Βοηθειών Ψυχικής Υγείας αναδεικνύεται ακόμη περισσότερο στη σημερινή πραγματικότητα, καθώς οι κοινωνικές και οικονομικές πιέσεις, οι προσωπικές κρίσεις, τα φαινόμενα βίας, οι συνέπειες της κλιματικής αλλαγής και οι πολεμικές συγκρούσεις επιβαρύνουν την ψυχική υγεία των ανθρώπων. Σε αυτό το πλαίσιο, η απόκτηση γνώσεων και δεξιοτήτων ψυχολογικής υποστήριξης αποτελεί **ουσιαστική επένδυση στον ανθρώπινο παράγοντα**, ενισχύοντας την ετοιμότητα των εργαζομένων να ανταποκρίνονται με υπευθυνότητα και ανθρωπιά στις ανάγκες των συνανθρώπων τους.



Το εκπαιδευτικό πρόγραμμα του Ε.Ε.Σ. είναι **πιστοποιημένο κατά το πρότυπο ISO 9001:2015 από την TÜV AUSTRIA Hellas**, ενώ στους συμμετέχοντες χορηγούνται **βεβαίωση παρακολούθησης και έντυπος οδηγός παροχής Πρώτων Βοηθειών Ψυχικής Υγείας**.

Ο Ελληνικός Ερυθρός Σταυρός συνεχίζει να επενδύει στην εκπαίδευση και την ευαισθητοποίηση των πολιτών και των επαγγελματιών, αναδεικνύοντας την ψυχική υγεία ως αναπόσπαστο στοιχείο της ανθρώπινης ευημερίας και προάγοντας μια κουλτούρα φροντίδας, αλληλεγγύης και έμπρακτης υποστήριξης.

***