



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
 ΝΟΜΟΣ ΑΤΤΙΚΗΣ
 Ν.Π.Δ.Δ. Ο.Κ.Α.Π.Α.
 ΔΗΜΟΣ ΦΙΛΟΘΕΗΣ-ΨΥΧΙΚΟΥ

ΠΕΡΙΛΗΨΗ:
 «Παροχή Κοινωνικής Μέριμνας»

ΑΡ. ΠΡΑΚΤΙΚΟΥ: 06/2017
 ΑΡ. ΑΠΟΦΑΣΗΣ: 36/2017

ΑΡ. ΠΡΩΤ. 635/11-04-2017

Π Ρ Α Κ Τ Ι Κ Ο 06/2017

Συνεδρίαση Διοικητικού Συμβουλίου του Ν.Π.Δ.Δ. «ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗΣ- ΠΡΟΣΤΑΣΙΑΣ, ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ & ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ ΔΗΜΟΥ ΦΙΛΟΘΕΗΣ-ΨΥΧΙΚΟΥ»

Από το πρακτικό της, από 10 Απριλίου 2017, 06ης Συνεδρίασης 2017 του Διοικητικού Συμβουλίου του Ν.Π.Δ.Δ. «ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗΣ-ΠΡΟΣΤΑΣΙΑΣ, ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ & ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ ΔΗΜΟΥ ΦΙΛΟΘΕΗΣ-ΨΥΧΙΚΟΥ» (Ο.Κ.Α.Π.Α.).

Σήμερα 10/04/2017 ημέρα Δευτέρα και ώρα 18.00 συνεδρίασε το Δ.Σ. του Ν.Π.Δ.Δ.«ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗΣ- ΠΡΟΣΤΑΣΙΑΣ, ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ & ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ ΔΗΜΟΥ ΦΙΛΟΘΕΗΣ-ΨΥΧΙΚΟΥ», μετά από την υπ' αριθ. πρωτ. 556/03-04-2017 πρόσκληση του Προέδρου του Ν.Π.Δ.Δ. Μαζαράκη Γεράσιμου-Αλέξανδρου η οποία επιδόθηκε και δημοσιεύθηκε νόμιμα, σύμφωνα με τις διατάξεις του άρθρου 240 του Ν. 3463/2006, για συζήτηση και λήψη αποφάσεων επί των κατωτέρω θεμάτων Η.Δ. και Ε.Η.Δ.:

ΘΕΜΑ 8ο Η.Δ.

«Έγκριση για την παροχή υπηρεσιών κοινωνικής μέριμνας με την πρόληψη και την συμβουλευτική ψυχικής υγείας στην φροντίδα βρεφών και νηπίων, την αντιμετώπιση μαθησιακών δυσκολιών και προβλημάτων λόγου και την υποστήριξη ηλικιωμένων».

Πριν από την έναρξη της συνεδρίασης διαπιστώθηκε ότι επί συνόλου ένδεκα (11) Διοικητικών Συμβούλων παρόντες ήταν οκτώ (08) και απόντες τρεις (03) ήτοι : Τα μέλη Ελευθερίου Σταματίνα, Πάτση –Μπαχαριά Ελένη και Ζέππου-Χαρλαύτη Ελένη. Το μέλος Κομνηνού-Κούμπα Άννα αντικαταστάθηκε από το αναπληρωματικό μέλος Γιαβάσογλου Κων/νο.

ΠΑΡΟΝΤΕΣ

Μαζαράκης Γεράσιμος-Αλέξανδρος
 Αγγελάκη-Λυκούρη Αναστασία
 Δημουλά Έλση
 Κακαβάς Νικόλαος
 Μπούρας Θεόδωρος
 Μπετροσιάν Άλεξ
 Γιαβάσογλου Κων/νο
 Ζερβός Νικόλαος

ΑΠΟΝΤΕΣ

Ελευθερίου Σταματίνα
 Ζέππου –Χαρλαύτη Ελένη
 Πάτση –Μπαχαριά Ελένη

Στη συνεδρίαση παραβρέθηκε και η υπάλληλος του Ν.Π.Δ.Δ. Κίτσου Ελένη, για τη τήρηση των πρακτικών.

Εισηγούμενος το ανωτέρω θέμα ο Πρόεδρος είπε:

Οι υπηρεσίες πρόληψης και συμβουλευτικής ψυχικής υγείας προς τους κατοίκους και δημότες του Δήμου Φιλοθέης-Ψυχικού, στοχεύουν στην παροχή συμβουλευτικών υπηρεσιών ψυχικής υγείας στην πόλη, με στόχο την ενημέρωση-πρόληψη και την ψυχολογική υποστήριξη και συμβουλευτική ενηλίκων, ζευγαριών και οικογενειών μέσω υποστηρικτικών εκδηλώσεων προς κοινωνικές ομάδες και φορείς, όπως οι ηλικιωμένοι, οι οικογένειες με παιδιά σε σχολική ηλικία (ιδίως οι έφηβοι) και οι βρεφονηπιακοί σταθμοί. Οι υπηρεσίες αυτές επιδιώκουν αφ' ενός μεν την επέκταση της ήδη παρεχόμενης κοινωνικής μέριμνας στο Δήμο, αφ' ετέρου δε την εστίαση σε ψυχοκοινωνικές δράσεις πρόληψης για την προστασία της ψυχικής υγείας και την προαγωγή της ευημερίας των πολιτών. Με τον τρόπο αυτό ενδυναμώνεται ο κοινωνικός ιστός και ενισχύεται η παραγωγική και λειτουργική συμβίωση στην πόλη.

Γενικό Πλαίσιο

Σύμφωνα με τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας (1947) η υγεία ορίζεται, ως η ολοκληρωμένη σωματική, κοινωνική και ψυχική ευεξία του ανθρώπου. Ο όρος ψυχική υγεία δεν προσδιορίζει μόνο την απουσία ψυχικής ασθένειας, αλλά την ικανότητα του ατόμου να διατηρεί ισορροπία ανάμεσα στις απαιτήσεις και τις ανάγκες του, να διαχειρίζεται το στρες, να έχει καλή επικοινωνία με τους σημαντικούς ανθρώπους στη ζωή του και τον εργασιακό και κοινωνικό περίγυρο, να αναπτύσσει υγιείς ανθρώπινες σχέσεις και να χαίρεται τη ζωή.

Στο πλαίσιο αυτό θεωρούμε εξίσου σημαντικούς τους άξονες και της πρόληψης και της παρέμβασης, ιδιαίτερα σε ότι αφορά οικογένειες, παιδιά-εφήβους και ηλικιωμένους. Ο Δήμος Φιλοθέης-Ψυχικού άλλωστε είναι κατεξοχήν περιοχή κατοικίας πολλών οικογενειών και φιλοξενεί σχολεία, παιδικούς σταθμούς και ΚΑΠΗ, λέσχες δημιουργικής απασχόλησης ηλικιωμένων κλπ.

Ωστόσο η συνεχιζόμενη οικονομική κρίση, έχει ως συνέπεια – μεταξύ άλλων - τη μείωση των επισκέψεων σε επαγγελματίες ψυχικής υγείας, σε μια προσπάθεια εξοικονόμησης πόρων από τον οικογενειακό προϋπολογισμό. Η ανεργία και υποαπασχόληση – που αφορά πολλούς κατοίκους της πόλης – η αβεβαιότητα και ανασφάλεια που πλήττει σε μεγάλο βαθμό τους ηλικιωμένους, επιβαρύνει την ψυχική τους υγεία και χρήζει φροντίδας και προληπτικής παρέμβασης. Σε αυτές τις συνθήκες η παροχή υπηρεσιών ενημέρωσης, πρόληψης και ψυχολογικής υποστήριξης από τον ΟΚΑΠΑ, θα συνεισφέρει καίρια στην βελτίωση της ψυχικής υγείας των πολιτών, σε ατομικό και κοινωνικό επίπεδο, επηρεάζοντας ευεργετικά την εν γένει λειτουργία της πόλης και των κατοίκων της.

Τα επιδημιολογικά δεδομένα για την Ελλάδα καταδεικνύουν ότι 25% των ανδρών και 33% των γυναικών (περίπου 850.000 Έλληνες και 1,1 εκ. Ελληνίδες) πάσχουν από κάποιας μορφής κατάθλιψη ή άλλες ψυχικές παθήσεις. Καμία ηλικία δεν εξαιρείται, καθώς οι ηλικιωμένοι εμφανίζουν κυρίως διαταραχές που οφείλονται σε ψυχοκοινωνικούς, οργανικούς βιοχημικούς και συναισθηματικούς παράγοντες, οι δε ανήλικοι (παιδιά και έφηβοι) σε ποσοστό 14-18% παρουσιάζουν κάποιο πρόβλημα που αφορά όχι μόνο σοβαρές ψυχικές διαταραχές, αλλά και ηπιότερα προβλήματα στο φάσμα των ψυχολογικών ή μαθησιακών διαταραχών. Γενικά - και ως συνέπεια των δραστικών μεταβολών και ανακατατάξεων που έχει επιφέρει η γενικευμένη οικονομική κρίση - παρατηρείται αύξηση της συχνότητας εμφάνισης ψυχοκοινωνικών προβλημάτων, παράλληλα με την απουσία συμβουλευτικής υποστήριξης.

Παράγοντες που μπορεί να συμβάλλουν στην εμφάνιση ψυχολογικών προβλημάτων είναι προσωπικοί (κληρονομικότητα), οικογενειακοί (διαζύγιο, απώλεια ενός γονέα, έλλειψη φροντίδας), περιβαλλοντικοί ή κοινωνικοί (σχολείο, κοινωνικο-οικονομική κατάσταση, σχέσεις με συνομήλικους). Ειδικότερα για τους ηλικιωμένους τέτοιοι παράγοντες είναι η δυσχέρεια προσαρμογής στις μεταβολές στη ζωή τους (όπως π.χ. συνταξιοδότηση), η μείωση δραστηριοτήτων (λόγω πχ προβλημάτων υγείας κλπ), η απώλεια συντρόφου ή/και συνομηλίκων, η μοναξιά, ο κοινωνικός αποκλεισμός.

Αποστολή-Στόχοι

Στόχος των υπηρεσιών κοινωνικής μέριμνας και πρόληψης είναι η προαγωγή της ψυχικής υγείας των μελών της κοινότητας, η ενημέρωση και ευαισθητοποίηση και η ψυχολογική υποστήριξη συγκεκριμένων κοινωνικών ομάδων (ηλικιωμένοι, παιδιά, οικογένειες). Αποστολή μας είναι να προάγουμε και να ενισχύσουμε την ψυχική υγεία, ανθεκτικότητα, και ευεξία ατόμων όλων των ηλικιών και οικογενειών στο Δήμο Φιλοθέης-Ψυχικού μέσω της παροχής ποιοτικών υπηρεσιών ψυχολογικής συμβουλευτικής, με κεντρική φιλοσοφία την ολιστική, ανθρωποκεντρική αντιμετώπιση του κάθε περιστατικού και το σεβασμό των ιδιαίτερων αναγκών και της διαφορετικότητας του. Τα δυνατά σημεία των ανωτέρω υπηρεσιών είναι η σημασία της πρόληψης και έγκαιρης παρέμβασης, η αξία της συμμετοχής μικρών και μεγάλων ομάδων πολιτών, καθώς και ο εμπιστευτικός και ανθρωποκεντρικός χαρακτήρας των παρεμβάσεων, που παρέχονται ως υπηρεσίες υψηλού επιπέδου στους πολίτες για πρώτη φορά.

Στόχος 1: Ενίσχυση του κοινωνικού έργου του ΟΚΑΠΑ Δήμου Φιλοθέης-Ψυχικού με την παροχή υψηλού επιπέδου υπηρεσιών ενημέρωσης-πρόληψης-παρέμβασης σε πολλά επίπεδα και απευθυνόμενη σε όλους τους πολίτες.

Ειδικότερα επιδιώκουμε :

1. Να ενισχύσουμε και επεκτείνουμε τις δημοτικές υπηρεσίες κοινωνικής μέριμνας-πρόληψης-παρέμβασης προσφέροντας (συνολικά) τρία (εξάωρα) ψυχολογικής συμβουλευτικής την εβδομάδα, έτσι ώστε να καλυφθούν άμεσα και αποτελεσματικά οι ανάγκες όσο δυνατόν περισσότερων πολιτών.
2. Οι συμβουλευτικές παρεμβάσεις μας θα απευθύνονται σε όλες τις ηλικιακές ομάδες της πόλης.

A) Στην φροντίδα βρεφών και νηπίων καθώς και στην ανάπτυξη της νοητικής, συναισθηματικής, κοινωνικής και οικογενειακής ζωής. Θα διενεργούνται ομάδες γονέων, εκπαιδευτικών και υποστήριξης παιδιών στους δημοτικούς βρεφονηπιακούς σταθμούς.

B) Στην ομάδα των παιδιών, των εφήβων καθώς και των γονέων τους μέσω παρεμβάσεων στην σχολική κοινότητα. Επίσης θα υλοποιούνται επισκέψεις παιδοψυχολόγου και ειδικού λογοθεραπευτή στα σχολεία για την αντιμετώπιση μαθησιακών προβλημάτων και προβλημάτων λόγου .

Γ) Στην ομάδα των Ηλικιωμένων μέσω συμβουλευτικών υπηρεσιών, καθώς και πρόληψης ιατρικών, ψυχολογικών και κοινωνικών προβλημάτων, ώστε να παραμείνουν αυτόνομα και ενεργά μέλη του κοινωνικού συνόλου.

Δ) Πραγματοποίηση ομιλιών με θέματα σωματικής και ψυχικής υγείας προς όλες τις ηλικιακές ομάδες.

Οι υπηρεσίες θα παρέχονται δωρεάν στους Δημότες και κατοίκους Φιλοθέης-Ψυχικού.

Στόχος 2: Δέσμευση στην ποιότητα [και επιστημονική αριστεία] για τη δημιουργία ψυχολογικού, κοινωνικού και οικονομικού οφέλους

1. Να παρέχουμε συμβουλευτικές υπηρεσίες υψηλής ποιότητας και επιστημονικής αρτιότητας στον ευαίσθητο τομέα της ψυχολογικής υποστήριξης και συμβουλευτικής, χρησιμοποιώντας εξατομικευμένες προσεγγίσεις με έμφαση στην εμπιστοσύνη, το σεβασμό, και την κατανόηση του κάθε περιστατικού που θα κληθούμε να αντιμετωπίσουμε.
2. Να εφαρμόσουμε έγκυρες, αποτελεσματικές, και επιστημονικά αποδεδειγμένες (evidence-based) μεθόδους συμβουλευτικής, εκπαίδευσης, και ψυχοκοινωνικής υποστήριξης, μένοντας διαρκώς σε επαφή με τις διεθνείς και εγχώριες εξελίξεις και πρότυπα.
3. Να λειτουργήσουμε με διαφάνεια και ακεραιότητα, αξιολογώντας συστηματικά την αποτελεσματικότητα των παρεμβάσεων μας μέσω της χρήσης κατάλληλων εργαλείων, συμπεριλαμβανομένων και εργαλείων μέτρησης ικανοποίησης από την ποιότητα των υπηρεσιών μας

Υπηρεσίες

A) Δράσεις Πρόληψης

Η Πρόληψη αναφέρεται σε μέτρα και ενέργειες που στοχεύουν στην πληροφόρηση και την αποτροπή εμφάνισης διαταραχής. Ειδικότερα :

Ευαισθητοποίηση της ευρύτερης κοινότητας σε θέματα ψυχικής υγείας και της σημασίας της πρόληψης, μέσω:

1. Ομιλιών (τουλάχιστον μία ομιλία το μήνα), ανοιχτών στο κοινό, με ενδεικτικά θέματα:

Εθισμός και Ίντερνετ

Εφηβεία και το άγχος των εξετάσεων

Νέο ζευγάρι, παιδί και οικονομική κρίση

Συνταξιοδότηση : ένα τέλος ή μια νέα αρχή;

2. Ευαισθητοποίηση, κατάρτιση και υποστήριξη της εκπαιδευτικής κοινότητας (παιδικοί σταθμοί και σχολεία) και των γονέων με στόχο την ενίσχυση της κοινωνικής και συναισθηματικής ανάπτυξης των παιδιών, βελτίωση των κοινωνικών δεξιοτήτων τους στο σχολείο, συναισθηματική διαπαιδαγώγηση της οικογένειας. Η προσέγγιση και η συνεργασία με εκπαιδευτικούς και συλλόγους γονέων όλων των βαθμίδων εκπαίδευσης με επισκέψεις και συνεχή ενημέρωση, είναι θεμελιώδους σημασίας για την πρόληψη και την καλύτερη δυνατή αντιμετώπιση μαθησιακών δυσκολιών και καλύτερη ανάπτυξη των παιδιών. Στο πλαίσιο αυτό πολύ χρήσιμη είναι η σύσταση και λειτουργία ψυχοεκπαιδευτικών ομάδων (οργάνωση τουλάχιστον δύο θεματικών ομάδων ανά έτος) εκπαιδευτικών και γονέων, για την ενημέρωση και στήριξή τους σε ζητήματα που τους απασχολούν.

Ενδεικτικά θέματα:

Σχολικές φοβίες

Επιθετικότητα-bullying

Διαχείριση μαθησιακών δυσλειτουργιών και προβλημάτων λόγου

Ενίσχυση της επικοινωνίας μεταξύ εκπαιδευτικών, γονέων και παιδιών

3. Ομάδες ψυχοεκπαιδευτικού χαρακτήρα με συγκεκριμένους στόχους όπως

Επικοινωνιακές δεξιότητες

Διαχείριση άγχους

Ανάπτυξη αυτοεκτίμησης

Β) Ψυχολογική Συμβουλευτική Παρέμβαση

Ενισχυτικά των ανωτέρω δράσεων και εξατομικευμένα θα παρέχουμε ατομικές συμβουλευτικές συνεδρίες, καθώς και συμβουλευτική ηλικιωμένων, ζεύγους και οικογένειας. Θα προσφέρονται 10 εβδομαδιαίες συνεδρίες, ανά περιστατικό, σε άτομα κάθε ηλικίας. Οι συνεδρίες θα αφορούν άτομα κάθε ηλικίας και θα πραγματοποιούνται με βάση τη συνθετική προσέγγιση. Το περιεχόμενο των συνεδριών θα παραμένει απολύτως εμπιστευτικό.

Συνθετική θεραπεία: Πρόκειται για μια ενοποιητική προσέγγιση, που συνδυάζει στοιχεία από διάφορες ψυχοθεραπευτικές προσεγγίσεις (πχ ψυχοδυναμική, προσωποκεντρική και συστημική) επιλέγοντας τις καταλληλότερες τεχνικές. Βασικός στόχος είναι ο θεραπευόμενος να αποκτήσει συναισθηματική ευεξία και ισορροπία.

Το συνθετικό μοντέλο προωθεί τη σύνθεση των διαφορετικών πτυχών της προσωπικότητας, την αποδοχή της προσωπικότητας μας και την επίγνωση των ασυνείδητων διεργασιών, την προσωπική ανάπτυξη ανάλογα με τη φάση της ζωής και τους εξωτερικούς παράγοντες.

Στις θεραπείες που αφορούν τους ηλικιωμένους η προσέγγιση θα είναι **συνθετική** ενώ σε αυτές που αφορούν το ζεύγος και την οικογένεια η προσέγγιση θα είναι **συστημική**.

Η συστημική προσέγγιση ορίζεται ως μια μέθοδος αντιμετώπισης πολύπλοκων φαινομένων, ανάλυσης και κατανόησης της εσωτερικής οργάνωσης και λειτουργίας των συστημάτων (οικογένεια, ζεύγος), καθώς και την αλληλεπίδρασή τους με το εξωτερικό περιβάλλον.

Στέγαση

Οι δραστηριότητες των υπηρεσιών Πρόληψης και Συμβουλευτικής Ψυχικής Υγείας απαιτούν ένα χώρο όπου θα εξασφαλίζεται η διακριτικότητα, η ησυχία και η σχετική «απομόνωση» η οποία σε συνδυασμό με την φύσει εμπιστευτική διαδικασία των ζητημάτων ψυχικής υγείας, θα ενθαρρύνουν τους πολίτες να προσέλθουν και να ενημερωθούν αλλά και κυρίως να εκθέσουν τα προβλήματά τους. Ο χώρος θα πρέπει να είναι έτσι διαμορφωμένος ώστε να επιτρέπει τόσο την συγκέντρωση ομάδων (πχ για ομιλίες, σεμινάρια κλπ) όσο και μεμονωμένων ατόμων ή μικρών ομάδων. Πρέπει να υπάρχει πρόσβαση σε αυτόν με αυτοκίνητο (με δυνατότητα στάθμευσης) ή συγκοινωνία, ωστόσο θα πρέπει να αποφευχθούν πολυσύχναστα σημεία (πχ επί βασικών οδικών αξόνων) που μπορεί να κινήσουν την «περιέργεια» διερχομένων και να λειτουργήσουν αποτρεπτικά για τους ενδιαφερόμενους. Δεν πρέπει να διαφεύγει ότι ακόμη και σήμερα το έτος 2017, τα ζητήματα ψυχικής υγείας αποτελούν ένα ιδιότυπο ταμπού για την ελληνική κοινωνία. Για το λόγο αυτό βασικό μέλημα των υπηρεσιών – και όρος για την επιτυχία του εγχειρήματος- είναι να διασφαλιστεί η ιδιωτικότητα και το δικαίωμα στην εμπιστευτικότητα των δημοτών που επιζητούν συμβουλευτικές υπηρεσίες.

Προϋπολογισμός / Οικονομικά Στοιχεία

Η διάρκεια των υπηρεσιών θα είναι ετήσια, όπως παρουσιάζεται ανωτέρω σχετικά με τις παρεμβάσεις πρόληψης και τις συμβουλευτικές υπηρεσίες ψυχικής υγείας. Το πρόγραμμα των υπηρεσιών που

προτείνουμε – ενώ παραμένει η δυνατότητα αλλαγής του προγράμματος για την αντιμετώπιση ζητήματος επικαιρότητας ή έκτακτου – είναι :

Προβλεπόμενες Δράσεις	1ο Έτος												2ο Έτος												
	Μαί	Ιουν	Ιουλ	Αυγ	Σεπ	Οκτ	Νοε	Δεκ	Ιαν	Φεβ	Μαρ	Απρ	Μαί	Ιουν	Ιουλ	Αυγ	Σεπ	Οκτ	Νοε	Δεκ	Ιαν	Φεβ	Μαρ	Απρ	
A. Δράσεις Πρόληψης																									
A1 Ομιλίες ευαισθητοποίησης ανοικτές στο ευρύ κοινό																									
A2 Ευαισθητοποίηση, κατάρτιση & υποστήριξη της εκπαιδευτικής κοινότητας																									
A2.1 Παρουσίαση Υπηρεσιών σε Βρεφονηπιακούς Σταθμούς																									
A2.2 Δημιουργία Ομάδας Γονέων Βρεφονηπιακών Σταθμών																									
A2.3 Δημιουργία Ομάδας Εργαζομένων Βρεφονηπιακών Σταθμών																									
A2.4 Παρουσίαση Υπηρεσιών σε Πρωτοβάθμια & Δευτεροβάθμια Εκπαίδευση																									
A2.5 Δημιουργία Ομάδων Γονέων Πρωτο- & Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης																									
A2.6 Δημιουργία Ομάδων Εκπαιδευτικών Πρωτο- & Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης																									
A3 Στήριξη Πολιτών Τρίτης Ηλικίας																									
A3.1 Παρουσίαση Υπηρεσιών σε Πολίτες Τρίτης Ηλικίας																									
A3.2 Ομιλίες σε Ομάδες Πολιτών Τρίτης Ηλικίας																									
A4 Δημιουργία Ψυχοεκπαιδευτικών Ομάδων																									
A4.1 Ομάδα Διαχείρισης Άγχους																									
A4.2 Ομάδα Διαχείρισης Θυμού																									
A4.3 Ομάδα Επικοινωνιακών Δεξιοτήτων																									
A4.4 Ομάδα Ανάπτυξης Αυτοεκτίμησης																									
B. Ψυχολογική Συμβουλευτική Παρέμβαση																									
B1 Ατομική Συμβουλευτική Ενηλίκων - Ηλικιωμένων																									
B2 Συμβουλευτική Ζευγών																									
B3 Συμβουλευτική για Μαθησιακές Δυσλεπουργίες & Αναπτυξιακά Προβλήματα																									

Η συνολική δαπάνη των εν λόγω υπηρεσιών εκτιμάται ότι θα ανέρθει στο ποσό των € 24.000,00 συμπεριλαμβανομένου του Φ.Π.Α. 24% και θα βαρύνει τον Κ.Α. 15.6473.0006 «Υλοποίηση προγράμματος κοινωνικής μέριμνας» του προϋπολογισμού των εξόδων έτους 2017 του Νομικού Προσώπου. Οι υπηρεσίες λόγω ύψους του ποσού θα ανατεθούν απ' ευθείας και θα αφορούν χρονικό διάστημα ενός έτους από την υπογραφή της σχετικής σύμβασης. Η ανάθεση θα πραγματοποιηθεί σύμφωνα με τις ισχύουσες διατάξεις του Ν. 4412/16 «Δημόσιες Συμβάσεις Έργων, Προμηθειών και Υπηρεσιών (προσαρμογή στις Οδηγίες 2014/24/ΕΕ και 2014/25/ΕΕ)»

Παρακαλώ όπως αποφασίσουμε σχετικά.

ΤΟ ΔΙΟΙΚΗΤΙΚΟ ΣΥΜΒΟΥΛΙΟ
αφού έλαβε υπόψη του

1. Την εισήγηση του Προέδρου,
2. Τις διατάξεις του άρθρ. 240 του Ν. 3463/2006

μετά από διαλογική συζήτηση,
αποφασίζει ομόφωνα

Εγκρίνει τις υπηρεσίες πρόληψης και συμβουλευτικής ψυχικής υγείας προς τους κατοίκους και δημότες του Δήμου Φιλοθέης-Ψυχικού, οι οποίες στοχεύουν στην παροχή συμβουλευτικών υπηρεσιών ψυχικής υγείας στην πόλη, με στόχο την ενημέρωση-πρόληψη και την ψυχολογική υποστήριξη και συμβουλευτική ενηλίκων, ζευγαριών και οικογενειών μέσω υποστηρικτικών εκδηλώσεων προς κοινωνικές ομάδες και φορείς, όπως οι ηλικιωμένοι, οι οικογένειες με παιδιά σε σχολική ηλικία (ιδίως οι έφηβοι) και οι βρεφονηπιακοί σταθμοί. Οι υπηρεσίες αυτές επιδιώκουν αφ' ενός μεν την επέκταση της ήδη παρεχόμενης κοινωνικής μέριμνας στο Δήμο, αφ' ετέρου δε την εστίαση σε ψυχοκοινωνικές δράσεις πρόληψης για την προστασία της ψυχικής υγείας και την προαγωγή της ευημερίας των πολιτών. Με τον τρόπο αυτό ενδυναμώνεται ο κοινωνικός ιστός και ενισχύεται η παραγωγική και λειτουργική συμβίωση στην πόλη.

Γενικό Πλαίσιο

Σύμφωνα με τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας (1947) η υγεία ορίζεται, ως η ολοκληρωμένη σωματική, κοινωνική και ψυχική ευεξία του ανθρώπου. Ο όρος ψυχική υγεία δεν προσδιορίζει μόνο την απουσία ψυχικής ασθένειας, αλλά την ικανότητα του ατόμου να διατηρεί ισορροπία ανάμεσα στις απαιτήσεις και τις ανάγκες του, να διαχειρίζεται το στρες, να έχει καλή επικοινωνία με τους σημαντικούς ανθρώπους στη ζωή του και τον εργασιακό και κοινωνικό περίγυρο, να αναπτύσσει υγιείς ανθρώπινες σχέσεις και να χαίρεται τη ζωή.

Στο πλαίσιο αυτό θεωρούμε εξίσου σημαντικούς τους άξονες και της πρόληψης και της παρέμβασης, ιδιαίτερα σε ότι αφορά οικογένειες, παιδιά-εφήβους και ηλικιωμένους. Ο Δήμος Φιλοθέης-Ψυχικού άλλωστε είναι κατεξοχήν περιοχή κατοικίας πολλών οικογενειών και φιλοξενεί σχολεία, παιδικούς σταθμούς και ΚΑΠΗ, λέσχες δημιουργικής απασχόλησης ηλικιωμένων κλπ.

Ωστόσο η συνεχιζόμενη οικονομική κρίση, έχει ως συνέπεια – μεταξύ άλλων - τη μείωση των επισκέψεων σε επαγγελματίες ψυχικής υγείας, σε μια προσπάθεια εξοικονόμησης πόρων από τον οικογενειακό προϋπολογισμό. Η ανεργία και υποαπασχόληση – που αφορά πολλούς κατοίκους της πόλης – η αβεβαιότητα και ανασφάλεια που πλήττει σε μεγάλο βαθμό τους ηλικιωμένους, επιβαρύνει την ψυχική τους υγεία και χρίζει φροντίδας και προληπτικής παρέμβασης. Σε αυτές τις συνθήκες η παροχής υπηρεσιών ενημέρωσης, πρόληψης και ψυχολογικής υποστήριξης από τον ΟΚΑΠΑ, θα συνεισφέρει καίρια στην βελτίωση της ψυχικής υγείας των πολιτών, σε ατομικό και κοινωνικό επίπεδο, επηρεάζοντας ευεργετικά την εν γένει λειτουργία της πόλης και των κατοίκων της.

Τα επιδημιολογικά δεδομένα για την Ελλάδα καταδεικνύουν ότι 25% των ανδρών και 33% των γυναικών (περίπου 850.000 Έλληνες και 1,1 εκ. Ελληνίδες) πάσχουν από κάποιας μορφής κατάθλιψη ή άλλες ψυχικές παθήσεις. Καμία ηλικία δεν εξαιρείται, καθώς οι ηλικιωμένοι εμφανίζουν κυρίως διαταραχές που οφείλονται σε ψυχοκοινωνικούς, οργανικούς βιοχημικούς και συναισθηματικούς παράγοντες, οι δε ανήλικοι (παιδιά και έφηβοι) σε ποσοστό 14-18% παρουσιάζουν κάποιο πρόβλημα που αφορά όχι μόνο σοβαρές ψυχικές διαταραχές, αλλά και ηπιότερα προβλήματα στο φάσμα των ψυχολογικών ή μαθησιακών διαταραχών. Γενικά - και ως συνέπεια των δραστικών μεταβολών και ανακατατάξεων που έχει επιφέρει η γενικευμένη οικονομική κρίση - παρατηρείται αύξηση της συχνότητας εμφάνισης ψυχοκοινωνικών προβλημάτων, παράλληλα με την απουσία συμβουλευτικής υποστήριξης.

Παράγοντες που μπορεί να συμβάλλουν στην εμφάνιση ψυχολογικών προβλημάτων είναι προσωπικοί (κληρονομικότητα), οικογενειακοί (διαζύγιο, απώλεια ενός γονέα, έλλειψη φροντίδας), περιβαλλοντικοί ή κοινωνικοί (σχολείο, κοινωνικο-οικονομική κατάσταση, σχέσεις με συνομήλικους). Ειδικότερα για τους ηλικιωμένους τέτοιοι παράγοντες είναι η δυσχέρεια προσαρμογής στις μεταβολές στη ζωή τους (όπως π.χ. συνταξιοδότηση), η μείωση δραστηριοτήτων (λόγω πχ προβλημάτων υγείας κλπ), η απώλεια συντρόφου ή/και συνομηλίκων, η μοναξιά, ο κοινωνικός αποκλεισμός.

Αποστολή-Στόχοι

Στόχος των υπηρεσιών κοινωνικής μέριμνας και πρόληψης είναι η προαγωγή της ψυχικής υγείας των μελών της κοινότητας, η ενημέρωση και ευαισθητοποίηση και η ψυχολογική υποστήριξη συγκεκριμένων κοινωνικών ομάδων (ηλικιωμένοι, παιδιά, οικογένειες). Αποστολή μας είναι να προάγουμε και να ενισχύσουμε την ψυχική υγεία, ανθεκτικότητα, και ευεξία ατόμων όλων των ηλικιών και οικογενειών στο Δήμο Φιλοθέης-Ψυχικού μέσω της παροχής ποιοτικών υπηρεσιών ψυχολογικής συμβουλευτικής, με κεντρική φιλοσοφία την ολιστική, ανθρωποκεντρική αντιμετώπιση του κάθε περιστατικού και το σεβασμό των ιδιαίτερων αναγκών και της διαφορετικότητας του. Τα δυνατά σημεία των ανωτέρω υπηρεσιών είναι η σημασία της πρόληψης και έγκαιρης παρέμβασης, η αξία της συμμετοχής μικρών και μεγάλων ομάδων πολιτών, καθώς και ο εμπιστευτικός και ανθρωποκεντρικός χαρακτήρας των παρεμβάσεων, που παρέχονται ως υπηρεσίες υψηλού επιπέδου στους πολίτες για πρώτη φορά.

Στόχος 1: Ενίσχυση του κοινωνικού έργου του ΟΚΑΠΑ Δήμου Φιλοθέης-Ψυχικού με την παροχή υψηλού επιπέδου υπηρεσιών ενημέρωσης-πρόληψης-παρέμβασης σε πολλά επίπεδα και απευθυνόμενη σε όλους τους πολίτες.

Ειδικότερα επιδιώκουμε :

3. Να ενισχύσουμε και επεκτείνουμε τις δημοτικές υπηρεσίες κοινωνικής μέριμνας-πρόληψης-παρέμβασης προσφέροντας (συνολικά) τρία (εξάωρα) ψυχολογικής συμβουλευτικής την εβδομάδα, έτσι ώστε να καλυφθούν άμεσα και αποτελεσματικά οι ανάγκες όσο δυνατόν περισσότερων πολιτών.
4. Οι συμβουλευτικές παρεμβάσεις μας θα απευθύνονται σε όλες τις ηλικιακές ομάδες της πόλης.

A) Στην φροντίδα βρεφών και νηπίων καθώς και στην ανάπτυξη της νοητικής, συναισθηματικής, κοινωνικής και οικογενειακής ζωής. Θα διενεργούνται ομάδες γονέων, εκπαιδευτικών και υποστήριξης παιδιών στους δημοτικούς βρεφονηπιακούς σταθμούς.

Β) Στην ομάδα των παιδιών, των εφήβων καθώς και των γονέων τους μέσω παρεμβάσεων στην σχολική κοινότητα. Επίσης θα υλοποιούνται επισκέψεις παιδοψυχολόγου και ειδικού λογοθεραπευτή στα σχολεία για την αντιμετώπιση μαθησιακών προβλημάτων και προβλημάτων λόγου .

Γ) Στην ομάδα των Ηλικιωμένων μέσω συμβουλευτικών υπηρεσιών, καθώς και πρόληψης ιατρικών, ψυχολογικών και κοινωνικών προβλημάτων, ώστε να παραμείνουν αυτόνομα και ενεργά μέλη του κοινωνικού συνόλου.

Δ) Πραγματοποίηση ομιλιών με θέματα σωματικής και ψυχικής υγείας προς όλες τις ηλικιακές ομάδες.

Οι υπηρεσίες θα παρέχονται δωρεάν στους Δημότες και κατοίκους Φιλοθέης-Ψυχικού.

Στόχος 2: Δέσμευση στην ποιότητα [και επιστημονική αριστεία] για τη δημιουργία ψυχολογικού, κοινωνικού και οικονομικού οφέλους

4. Να παρέχουμε συμβουλευτικές υπηρεσίες υψηλής ποιότητας και επιστημονικής αρτιότητας στον ευαίσθητο τομέα της ψυχολογικής υποστήριξης και συμβουλευτικής, χρησιμοποιώντας εξατομικευμένες προσεγγίσεις με έμφαση στην εμπιστοσύνη, το σεβασμό, και την κατανόηση του κάθε περιστατικού που θα κληθούμε να αντιμετωπίσουμε.
5. Να εφαρμόσουμε έγκυρες, αποτελεσματικές, και επιστημονικά αποδεδειγμένες (evidence-based) μεθόδους συμβουλευτικής, εκπαίδευσης, και ψυχοκοινωνικής υποστήριξης, μένοντας διαρκώς σε επαφή με τις διεθνείς και εγχώριες εξελίξεις και πρότυπα.
6. Να λειτουργήσουμε με διαφάνεια και ακεραιότητα, αξιολογώντας συστηματικά την αποτελεσματικότητα των παρεμβάσεων μας μέσω της χρήσης κατάλληλων εργαλείων, συμπεριλαμβανομένων και εργαλείων μέτρησης ικανοποίησης από την ποιότητα των υπηρεσιών μας

Υπηρεσίες

Α) Δράσεις Πρόληψης

Η Πρόληψη αναφέρεται σε μέτρα και ενέργειες που στοχεύουν στην πληροφόρηση και την αποτροπή εμφάνισης διαταραχής. Ειδικότερα :

Ευαισθητοποίηση της ευρύτερης κοινότητας σε θέματα ψυχικής υγείας και της σημασίας της πρόληψης, μέσω:

1. Ομιλιών (τουλάχιστον μία ομιλία το μήνα), ανοιχτών στο κοινό, με ενδεικτικά θέματα:

Εθισμός και Ίντερνετ

Εφηβεία και το άγχος των εξετάσεων

Νέο ζευγάρι, παιδί και οικονομική κρίση

Συνταξιοδότηση : ένα τέλος ή μια νέα αρχή;

2. Ευαισθητοποίηση, κατάρτιση και υποστήριξη της εκπαιδευτικής κοινότητας (παιδικοί σταθμοί και σχολεία) και των γονέων με στόχο την ενίσχυση της κοινωνικής και συναισθηματικής ανάπτυξης των παιδιών, βελτίωση των κοινωνικών δεξιοτήτων τους στο σχολείο, συναισθηματική διαπαιδαγώγηση της οικογένειας.

Η προσέγγιση και η συνεργασία με εκπαιδευτικούς και συλλόγους γονέων όλων των βαθμίδων εκπαίδευσης με επισκέψεις και συνεχή ενημέρωση, είναι θεμελιώδους σημασίας για την πρόληψη και την καλύτερη δυνατή αντιμετώπιση μαθησιακών δυσκολιών και καλύτερη ανάπτυξη των παιδιών. Στο πλαίσιο αυτό πολύ χρήσιμη είναι η σύσταση και λειτουργία ψυχοεκπαιδευτικών ομάδων (οργάνωση τουλάχιστον δύο θεματικών ομάδων ανά έτος) εκπαιδευτικών και γονέων, για την ενημέρωση και στήριξή τους σε ζητήματα που τους απασχολούν.

Ενδεικτικά θέματα:

Σχολικές φοβίες

Επιθετικότητα-bullying

Διαχείριση μαθησιακών δυσλειτουργιών και προβλημάτων λόγου

Ενίσχυση της επικοινωνίας μεταξύ εκπαιδευτικών, γονέων και παιδιών

3. Ομάδες ψυχοεκπαιδευτικού χαρακτήρα με συγκεκριμένους στόχους όπως

Επικοινωνιακές δεξιότητες

Διαχείριση άγχους

Ανάπτυξη αυτοεκτίμησης

Β) Ψυχολογική Συμβουλευτική Παρέμβαση

Ενισχυτικά των ανωτέρω δράσεων και εξατομικευμένα θα παρέχουμε ατομικές συμβουλευτικές συνεδρίες, καθώς και συμβουλευτική ηλικιωμένων, ζεύγους και οικογένειας. Θα προσφέρονται 10 εβδομαδιαίες συνεδρίες, ανά περιστατικό, σε άτομα κάθε ηλικίας. Οι συνεδρίες θα αφορούν άτομα κάθε ηλικίας και θα πραγματοποιούνται με βάση τη συνθετική προσέγγιση. Το περιεχόμενο των συνεδριών θα παραμένει απολύτως εμπιστευτικό.

Συνθετική θεραπεία: Πρόκειται για μια ενοποιητική προσέγγιση, που συνδυάζει στοιχεία από διάφορες ψυχοθεραπευτικές προσεγγίσεις (πχ ψυχοδυναμική, προσωποκεντρική και συστημική) επιλέγοντας τις καταλληλότερες τεχνικές. Βασικός στόχος είναι ο θεραπευόμενος να αποκτήσει συναισθηματική ευεξία και ισορροπία.

Το συνθετικό μοντέλο προωθεί τη σύνθεση των διαφορετικών πτυχών της προσωπικότητας, την αποδοχή της προσωπικότητας μας και την επίγνωση των ασυνείδητων διεργασιών, την προσωπική ανάπτυξη ανάλογα με τη φάση της ζωής και τους εξωτερικούς παράγοντες.

Στις θεραπείες που αφορούν τους ηλικιωμένους η προσέγγιση θα είναι **συνθετική** ενώ σε αυτές που αφορούν το ζεύγος και την οικογένεια η προσέγγιση θα είναι **συστημική**.

Η συστημική προσέγγιση ορίζεται ως μια μέθοδος αντιμετώπισης πολύπλοκων φαινομένων, ανάλυσης και κατανόησης της εσωτερικής οργάνωσης και λειτουργίας των συστημάτων (οικογένεια, ζεύγος), καθώς και την αλληλεπίδρασή τους με το εξωτερικό περιβάλλον.

Στέγαση

Οι δραστηριότητες των υπηρεσιών Πρόληψης και Συμβουλευτικής Ψυχικής Υγείας απαιτούν ένα χώρο όπου θα εξασφαλίζεται η διακριτικότητα, η ησυχία και η σχετική «απομόνωση» η οποία σε συνδυασμό με την φύσει εμπιστευτική διαδικασία των ζητημάτων ψυχικής υγείας, θα ενθαρρύνουν τους πολίτες να προσέλθουν και να ενημερωθούν αλλά και κυρίως να εκθέσουν τα προβλήματά τους. Ο χώρος θα πρέπει να είναι έτσι διαμορφωμένος ώστε να επιτρέπει τόσο την συγκέντρωση ομάδων (πχ για ομιλίες, σεμινάρια κλπ) όσο και μεμονωμένων ατόμων ή μικρών ομάδων. Πρέπει να υπάρχει πρόσβαση σε αυτόν με αυτοκίνητο (με δυνατότητα στάθμευσης) ή συγκοινωνία, ωστόσο θα πρέπει να αποφευχθούν πολυσύχναστα σημεία (πχ επί βασικών οδικών αξόνων) που μπορεί να κινήσουν την «περιέργεια» διερχομένων και να λειτουργήσουν αποτρεπτικά για τους ενδιαφερόμενους. Δεν πρέπει να διαφεύγει ότι ακόμη και σήμερα το έτος 2017, τα ζητήματα ψυχικής υγείας αποτελούν ένα ιδιότυπο ταμπού για την ελληνική κοινωνία. Για το λόγο αυτό βασικό μέλημα των υπηρεσιών – και όρος για την επιτυχία του εγχειρήματος- είναι να διασφαλιστεί η ιδιωτικότητα και το δικαίωμα στην εμπιστευτικότητα των δημοτών που επιζητούν συμβουλευτικές υπηρεσίες.

Προϋπολογισμός / Οικονομικά Στοιχεία

Η διάρκεια των υπηρεσιών θα είναι ετήσια, όπως παρουσιάζεται ανωτέρω σχετικά με τις παρεμβάσεις πρόληψης και τις συμβουλευτικές υπηρεσίες ψυχικής υγείας. Το πρόγραμμα των υπηρεσιών που προτείνουμε – ενώ παραμένει η δυνατότητα αλλαγής του προγράμματος για την αντιμετώπιση ζητήματος επικαιρότητας ή έκτακτου – είναι :

Προβλεπόμενες Δράσεις	1ο Έτος												2ο Έτος												
	Μαϊ	Ιουν	Ιουλ	Αυγ	Σεπ	Οκτ	Νοε	Δεκ	Ιαν	Φεβ	Μαρ	Απρ	Μαϊ	Ιουν	Ιουλ	Αυγ	Σεπ	Οκτ	Νοε	Δεκ	Ιαν	Φεβ	Μαρ	Απρ	
A. Δράσεις Πρόληψης																									
A1 Ομιλίες ευαισθητοποίησης ανοικτές στο ευρύ κοινό																									
A2 Ευαισθητοποίηση, κατάρτιση & υποστήριξη της εκπαιδευτικής κοινότητας																									
A2.1 Παρουσίαση Υπηρεσιών σε Βρεφονηπιακούς Σταθμούς																									
A2.2 Δημιουργία Ομάδας Γονέων Βρεφονηπιακών Σταθμών																									
A2.3 Δημιουργία Ομάδας Εργαζομένων Βρεφονηπιακών Σταθμών																									
A2.4 Παρουσίαση Υπηρεσιών σε Πρωτοβάθμια & Δευτεροβάθμια Εκπαίδευση																									
A2.5 Δημιουργία Ομάδων Γονέων Πρωτο- & Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης																									
A2.6 Δημιουργία Ομάδων Εκπαιδευτικών Πρωτο- & Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης																									
A3 Στήριξη Πολιτών Τρίτης Ηλικίας																									
A3.1 Παρουσίαση Υπηρεσιών σε Πολίτες Τρίτης Ηλικίας																									
A3.2 Ομιλίες σε Ομάδες Πολιτών Τρίτης Ηλικίας																									
A4 Δημιουργία Ψυχοεκπαιδευτικών Ομάδων																									
A4.1 Ομάδα Διαχείρισης Άγχους																									
A4.2 Ομάδα Διαχείρισης Θύμου																									
A4.3 Ομάδα Επικοινωνιακών Δεξιοτήτων																									
A4.4 Ομάδα Ανάπτυξης Αυτοεκτίμησης																									
B. Ψυχολογική Συμβουλευτική Παρέμβαση																									
B1 Ατομική Συμβουλευτική Ενηλίκων - Ηλικιωμένων																									
B2 Συμβουλευτική Ζεύγους																									
B3 Συμβουλευτική για Μαθησιακές Δυσλεπουργίες & Αναπτυξιακά Προβλήματα																									

Η συνολική δαπάνη των εν λόγω υπηρεσιών εκτιμάται ότι θα ανέρθει στο ποσό των € 24.000,00 συμπεριλαμβανομένου του Φ.Π.Α. 24% και θα βαρύνει τον Κ.Α. 15.6473.0006 «Υλοποίηση προγράμματος κοινωνικής μέριμνας» του προϋπολογισμού των εξόδων έτους 2017 του Νομικού Προσώπου. Οι υπηρεσίες λόγω ύψους του ποσού θα ανατεθούν απ' ευθείας και θα αφορούν χρονικό διάστημα ενός έτους από την υπογραφή της σχετικής σύμβασης. Η ανάθεση θα πραγματοποιηθεί σύμφωνα με τις ισχύουσες διατάξεις του Ν. 4412/16 «Δημόσιες Συμβάσεις Έργων, Προμηθειών και Υπηρεσιών (προσαρμογή στις Οδηγίες 2014/24/ΕΕ και 2014/25/ΕΕ)»

Η Απόφαση αυτή πήρε τον αριθμό **36/2017**

Αφού συντάχθηκε και αναγνώσθηκε το πρακτικό αυτό, υπογράφεται ως κάτωθι:

Ο ΠΡΟΕΔΡΟΣ Δ.Σ
ΜΑΖΑΡΑΚΗΣ ΓΕΡΑΣΙΜΟΣ-ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ

ΤΑ ΠΑΡΟΝΤΑ ΜΕΛΗ

Αγγελάκη-Λυκούρη Αναστασία
Δημουλά Έλση
Κακαβάς Νικόλαος
Μπούρας Θεόδωρος
Μπετροσιαν Άλεξ
Γιαβάσογλου Κων/νο
Ζερβός Νικόλαος

ΑΚΡΙΒΕΣ ΑΠΟΣΠΑΣΜΑ

Από το πρακτικό της 06ης Συνεδρίασης
Του Διοικητικού Συμβουλίου στις 10/04/2017
Φιλοθέη 11/04/2017

Ο ΠΡΟΕΔΡΟΣ
ΜΑΖΑΡΑΚΗΣ ΓΕΡΑΣΙΜΟΣ –ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ