

Οδηγός ψυχοκοινωνικών υπηρεσιών Ανατολικής Θεσσαλονίκης

Περιεχόμενα

- Είμαι γονέας και θα ήθελα να αξιολογηθεί το παιδί μου για μαθησιακές δυσκολίες (όπως ΔΕΠΥ, δυσλεξία κ.α.).
2
- Είμαι γονέας και θα ήθελα συμβουλευτική υποστήριξη για ζητήματα που αφορούν το παιδί μου (όπως ζητήματα συμπεριφοράς, εξάρτηση από διαδίκτυο ή ουσίες, πένθος, επιλογή σπουδών κ.α.).....3
- Είμαι ενήλικος (18-64 ετών) και θα ήθελα συμβουλευτική, υποστηρικτική ψυχοθεραπεία για προσωπικά μου ζητήματα.5
- Είμαι εκπαιδευτικός και θα ήθελα συμβουλευτική υποστήριξη για ζητήματα που αφορούν τους/τις μαθητές/ήτριές μου.6
- Είμαι μαθητής/ήτρια και θα ήθελα συμβουλευτική υποστήριξη για προσωπικά μου ζητήματα (όπως άγχος, επιλογή σπουδών, οικογενειακές/προσωπικές δυσκολίες κ.α.).....8
- Είμαι φοιτητής/ήτρια και θα ήθελα συμβουλευτική υποστήριξη για προσωπικά μου ζητήματα.10
- Τηλεφωνικές γραμμές υποστήριξης.....11

- Είμαι γονέας και θα ήθελα να αξιολογηθεί το παιδί μου για μαθησιακές δυσκολίες (όπως ΔΕΠΥ, δυσλεξία κ.α.).

Εάν στο σχολείο του παιδιού μου λειτουργεί Επιτροπή Διεπιστημονικής Αξιολόγησης (ΕΔΥ), δηλαδή η επιτροπή που αποτελείται από κοινωνικό λειτουργό, ψυχολόγο και εκπαιδευτικό ειδικής αγωγής, τότε απευθύνομαι πρώτα σε αυτή.

1ο Κέντρο Διεπιστημονικής Αξιολόγησης, Συμβουλευτικής και Υποστήριξης - ΚΕ.Δ.Α.Σ.Υ. Α' Θεσσαλονίκης

Σκοπός είναι η υποστήριξη των μαθητών, των σχολικών μονάδων και των Εργαστηριακών Κέντρων (Ε.Κ.) της περιοχής αρμοδιότητάς του για τη διασφάλιση της ισότιμης πρόσβασης όλων ανεξαιρέτως των μαθητών στην εκπαίδευση και την προάσπιση της αρμονικής ψυχοκοινωνικής τους ανάπτυξης και προόδου. Οι αρμοδιότητες είναι η διερεύνηση και αξιολόγηση εκπαιδευτικών και ψυχοκοινωνικών αναγκών, ο σχεδιασμός και η υλοποίηση εκπαιδευτικών και ψυχοκοινωνικών παρεμβάσεων, η υποστήριξη του συνολικού έργου των σχολικών μονάδων.

Διεύθυνση: Χάλκης 8, Πυλαία

Τηλ.: 2310365013

E-mail: 1kesyathess@sch.gr

Ιστοσελίδα: <https://1kesy-a.thess.sch.gr/>

Ψυχιατρικό Τμήμα Παιδιών & Εφήβων - Ιατροπαιδαγωγική Υπηρεσία «Ιπποκράτειου».

Αναγνωρισμένο κέντρο εκτίμησης και πιστοποίησης μαθησιακών δυσκολιών. Υπηρεσίες ψυχιατρικής βοήθειας και ψυχοκοινωνικής στήριξης παιδιών και εφήβων έως 18 ετών. Παρέχει διάγνωση - εκτίμηση, θεραπεία και νοσηλεία, εφ' όσον απαιτείται.

Διεύθυνση: Κωνσταντινουπόλεως 49, Θεσσαλονίκη.

Τηλ.: 2313312420 και 2313312421.

Εργαστήριο Αναπτυξιακής Παιδιατρικής - Γ' Παιδιατρική Κλινική Α.Π.Θ - Γ.Ν.Θ. «Ιπποκράτειο».

Υπηρεσίες πρώιμης διάγνωσης και Αποκατάστασης Αναπτυξιακών Διαταραχών από ηλικίας 0-18 ετών. Σκοπός η παροχή κατάλληλων θεραπευτικών προγραμμάτων σε υπηρεσίες αποκατάστασης και εκπαιδευτικές δομές ώστε να προκύψει το συντομότερο βελτίωση.

Διεύθυνση: Κωνσταντινουπόλεως 49, Θεσσαλονίκη. Το Εργαστήριο στεγάζεται στο κτίριο Β του Ιπποκράτειου.

Τηλ.: 2310892483, 2310892767, 2310992981, 2310992982, 2310892487.

E-mail: info@pd3.gr.

Ιστοσελίδα: <https://pd3.gr/ergastirio-anaptyxiakis-paidiatrikis/>

Κέντρο Αναπτυξιακής Παιδιατρικής «Απόστολος Φωκάς» - Α΄ Παιδιατρική Κλινική Α.Π.Θ. - Γ.Ν.Θ. «Ιπποκράτειο».

Αναγνωρισμένο κέντρο εκτίμησης και πιστοποίησης μαθησιακών δυσκολιών. Μελέτη και παρακολούθηση παιδονευρολογικών και αναπτυξιολογικών προβλημάτων. Κέντρο διάγνωσης και παρακολούθησης για αγγειακά εγκεφαλικά επεισόδια, σπάνια αθροιστικά λυσσοσωμιακά νοσήματα, βαριές μυοπάθειες, κινητικοαισθητηριακές διαταραχές και νευροδερματικά νοσήματα. Εξεταστικό κέντρο για τον οπτικό, ακουστικό ή σωματοαισθητικό έλεγχο των παιδιών και στο εργαστήριο Νευροφυσιολογίας του, διενεργούνται ποικίλες νευροφυσιολογικές εξετάσεις.

Διεύθυνση: Κωνσταντινουπόλεως 49, Θεσσαλονίκη.

Τηλ: 2313312439.

Ελληνικό Κέντρο Ψυχικής Υγιεινής και Ερευνών Θεσσαλονίκης (Ε.ΚΕ.Ψ.Υ.Ε) - Μονάδα Παιδιών και Εφήβων - Ιατροπαιδαγωγική Υπηρεσία

Παρέχει διαγνωστικές και θεραπευτικές υπηρεσίες σε παιδιά, σε εφήβους έως 18 ετών και στις οικογένειές τους. Παιδοψυχιατρική διάγνωση και αξιολόγηση, ψυχομετρική εκτίμηση, διαγνωστική αξιολόγηση λόγου, ομιλίας, μάθησης, συμβουλευτική, ατομική ψυχοθεραπεία, οικογενειακή και ομαδική ψυχοθεραπεία. Ευαισθητοποίηση, ενημέρωση σε θέματα ψυχικής υγείας παιδιών και εφήβων, ανάπτυξη συνεργασίας με κοινωνικές υπηρεσίες και εκπαιδευτικούς φορείς.

Διεύθυνση: Καυταντζόγλου 36 & Παπάφη, Θεσσαλονίκη.

Τηλ: 2310845130, 2310848108.

Ωράριο λειτουργίας:

Δευτέρα και Πέμπτη 07:30 - 20:30.

Τρίτη, Τετάρτη και Παρασκευή 07:30 - 15:00.

- **Είμαι γονέας και θα ήθελα συμβουλευτική υποστήριξη για ζητήματα που αφορούν το παιδί μου (όπως ζητήματα συμπεριφοράς, εξάρτηση από διαδικτυο ή ουσίες, πένθος, επιλογή σπουδών κ.α.).**

Εάν στο σχολείο του παιδιού μου λειτουργεί Επιτροπή Διεπιστημονικής Αξιολόγησης (ΕΔΥ), δηλαδή η επιτροπή που αποτελείται από κοινωνικό λειτουργό, ψυχολόγο και εκπαιδευτικό ειδικής αγωγής, τότε απευθύνομαι πρώτα σε αυτή.

Συμβουλευτικός Σταθμός Υποστήριξης Μαθητών & Γονέων Δήμου Θέρμης

Η Διεύθυνση Κοινωνικής και Εκπαιδευτικής Πολιτικής Δήμου Θέρμης και ειδικότερα το Τμήμα Παιδείας και Δια Βίου Μάθησης, Νέας Γενιάς και Εθελοντισμού σε συνεργασία με την

ΑΝΑΤΟΛΙΚΗ Α.Ε., Αναπτυξιακό Οργανισμό Τοπικής Αυτοδιοίκησης, συνεχίζουν την πολύτιμη λειτουργία του Συμβουλευτικού Σταθμού στο πλαίσιο της ψυχολογικής υποστήριξης μαθητών (παιδιών και εφήβων), των οικογενειών τους και ενδυνάμωσης των εκπαιδευτικών στο δύσκολο έργο τους. Στόχος του προγράμματος είναι η παροχή υπηρεσιών ενημέρωσης, συμβουλευτικής και ενίσχυσης της σχολικής κοινότητας. Ωφελούμενοι του προγράμματος είναι οι μαθητές, οι εκπαιδευτικοί και οι γονείς.

Πληροφορίες – Ραντεβού – Δηλώσεις συμμετοχής: Δευτέρα – Παρασκευή και ώρα 8.00-14.00

Αντιδημαρχία Παιδείας Δ. Θέρμης: 2313.300.764

ΑΝΑΤΟΛΙΚΗ Α.Ε.: Ελευθερία Πήτα, Ψυχολόγος, **τηλ:** 2310. 463.930 & **e-mail:** info@anatoliki.gr

Κέντρο Πρόληψης των Εξαρτήσεων και Προαγωγής της Ψυχοκοινωνικής Υγείας Ανατολικής Θεσσαλονίκης «ΕΛΠΙΔΑ».

Πρόληψη της τοξικοεξάρτησης – ιδιαίτερα των νέων – και η προαγωγή της ψυχικής και σωματικής υγείας των κατοίκων της περιοχής. Εφαρμόζει προγράμματα πρόληψης σε γονείς, νέους, εκπαιδευτικούς και άλλες κοινωνικές ομάδες. Συμμετέχει σε δίκτυα και εμπλέκει εθελοντές για να στείλει μηνύματα πρόληψης στην τοπική κοινωνία. Στελεχώνεται από εξειδικευμένους κοινωνικούς επιστήμονες.

Διεύθυνση: Ησιόδου 10, Νέα Κρήνη, Καλαμαριά.

Τηλ.: 2310442044 και 2310442043.

E-mail: kpelpida@gmail.com

Ιστοσελίδα: <https://www.kpelpida.com/>

Μέρες λειτουργίας: Δευτέρα έως Παρασκευή.

Ωρες λειτουργίας: 08:30 - 15:00.

Επιπλέον στοιχεία ωραρίου: Απογεύματα κατόπιν τηλεφωνικής συνεννόησης.

Μέριμνα - Εταιρεία για τη Φροντίδα παιδιών και Οικογενειών στην αρρώστια και το θάνατο - Συμβουλευτικό Κέντρο Θεσσαλονίκης

Είναι μία μη κερδοσκοπική εταιρία με κύριο σκοπό τη φροντίδα παιδιών και οικογενειών που αντιμετωπίζουν μια σοβαρή αρρώστια, μια απώλεια ή το θάνατο. Ψυχολογική στήριξη των παιδιών, εφήβων και των οικογενειών τους στις δύσκολες στιγμές όπου ένα αγαπημένο τους πρόσωπο νοσεί από μια σοβαρή ασθένεια ή έχει πεθάνει. Η ψυχολογική στήριξη της Μέριμνας, παρέχεται εντελώς δωρεάν, είτε μέσω ατομικών συνεδριών, είτε μέσω συμμετοχής σε ομάδες στήριξης για γονείς και ομάδες στήριξης για παιδιά. Αναλαμβάνει την κατ' οίκον ανακουφιστική φροντίδα σε νεογνά, βρέφη, παιδιά και εφήβους έως 18 ετών, που πάσχουν από μια σοβαρή και απειλητική για τη ζωή ασθένεια. Επιμορφωτικά προγράμματα για επαγγελματίες υγείας, ψυχικής υγείας, εκπαιδευτικούς και εθελοντές για τη στήριξη παιδιών και εφήβων, που αντιμετωπίζουν σοβαρή αρρώστια ή θάνατο αγαπημένου προσώπου.

Διεύθυνση: Φράγκων 13, Θεσσαλονίκη

Τηλ.: 2310510010

E-mail: thessaloniki.support@merimna.org.gr

Ιστοσελίδα: <https://merimna.org.gr/>

- **Είμαι ενήλικος (18-64 ετών) και θα ήθελα συμβουλευτική, υποστηρικτική ψυχοθεραπεία για προσωπικά μου ζητήματα.**

Ελληνικό Κέντρο Ψυχικής Υγιεινής και Ερευνών Θεσσαλονίκης (Ε.ΚΕ.Ψ.Υ.Ε) - Μονάδα Ενηλίκων - Υπηρεσία Κοινωνικής Ψυχιατρικής - Συμβουλευτικό Ψυχιατρικό Τμήμα Ενηλίκων
Εξυπηρετεί ενήλικες ηλικίας 18 έως 64 ετών. Συμβουλευτική, υποστηρικτική ψυχοθεραπεία, ατομική ψυχοθεραπεία γνωσιακής – συμπεριφορικής και ψυχοδυναμικής προσέγγισης, ψυχοφαρμακευτική αγωγή υπό ψυχιατρική παρακολούθηση. Αξιολόγηση νοητικών και μαθησιακών δυσκολιών παρέχεται σε νέους ενήλικες άνω των 18 ετών για έκδοση γνωματεύσεων προς αρμόδιους φορείς (εκπαιδευτικά ιδρύματα, κέντρα πιστοποίησης αναπηρίας)

Διεύθυνση: Κανταντζόγλου 36 & Παπάφη, Θεσσαλονίκη.

Τηλ: 2310845130, 2310845900.

Ωράριο λειτουργίας:

Δευτέρα και Πέμπτη 07:30 - 20:30.

Τρίτη, Τετάρτη και Παρασκευή 07:30. - 15:00.

Μέριμνα - Εταιρεία για τη Φροντίδα παιδιών και Οικογενειών στην αρρώστια και το θάνατο - Συμβουλευτικό Κέντρο Θεσσαλονίκης

Είναι μία μη κερδοσκοπική εταιρία με κύριο σκοπό τη φροντίδα παιδιών και οικογενειών που αντιμετωπίζουν μια σοβαρή αρρώστια, μια απώλεια ή το θάνατο. Ψυχολογική στήριξη των παιδιών, εφήβων και των οικογενειών τους στις δύσκολες στιγμές όπου ένα αγαπημένο τους πρόσωπο νοσεί από μια σοβαρή ασθένεια ή έχει πεθάνει. Η ψυχολογική στήριξη της Μέριμνας, παρέχεται εντελώς δωρεάν, είτε μέσω ατομικών συνεδριών, είτε μέσω συμμετοχής σε ομάδες στήριξης για γονείς και ομάδες στήριξης για παιδιά. Αναλαμβάνει την κατ' οίκον ανακουφιστική φροντίδα σε νεογνά, βρέφη, παιδιά και εφήβους έως 18 ετών, που πάσχουν από μια σοβαρή και απειλητική για τη ζωή ασθένεια. Επιμορφωτικά προγράμματα για επαγγελματίες υγείας, ψυχικής υγείας, εκπαιδευτικούς και εθελοντές για τη στήριξη παιδιών και εφήβων, που αντιμετωπίζουν σοβαρή αρρώστια ή θάνατο αγαπημένου προσώπου.

Διεύθυνση: Φράγκων 13, Θεσσαλονίκη

Τηλ.: 2310510010

E-mail: thessaloniki.support@merimna.org.gr

Ιστοσελίδα: <https://merimna.org.gr/>

Κέντρο Συμβουλευτικής & Προσανατολισμού (ΚΕ.ΣΥ.Π.) Θέρμης

Απευθύνεται σε μαθητές/τριες, σε υποψήφιους για τα ΑΕΙ, ΤΕΙ, ΕΑΠ και οποιαδήποτε άλλη σχολή κατάρτισης, σε εκπαιδευτικούς που εφαρμόζουν Σ.Ε.Π στα σχολεία, σε γονείς, νέους και νέες μέχρι 25 ετών. Συμβουλευτική στήριξη στους μαθητές/τριες σε θέματα επιλογής σπουδών και επαγγελματικής απασχόλησης, εκπαιδευτική και επαγγελματική πληροφόρηση, στήριξη των εκπαιδευτικών που εφαρμόζουν ΣΕΠ στα σχολεία και υλοποιούν Προγράμματα Αγωγής Σταδιοδρομίας, ειδικά ψυχομετρικά εργαλεία (Τεστ Σ.Ε.Π)

Ενημερωτικές συναντήσεις για γονείς και μαθητές/τριες σε θέματα σχετικά με τις σπουδές και τα επαγγέλματα, επιμορφωτικά σεμινάρια και ημερίδες για του καθηγητές που εφαρμόζουν Σ.Ε.Π στα σχολεία. Συνεργάζεται με την τοπική αυτοδιοίκηση, κοινωνικούς, εκπαιδευτικούς και επαγγελματικούς φορείς της περιοχής.

Διεύθυνση: Ταβάκη 28 Θέρμη, Θεσσαλονίκης

Τηλ.: 2310466462

Ωράριο Λειτουργίας: Δευτέρα & Πέμπτη: 08:30-19:00, Τρίτη & Τετάρτη: 08:30-15:30, Παρασκευή:08:30-14:00

E-mail: mail@kesyp-therm.thess.sch.gr

Ιστοσελίδα: <https://kesyp-therm.thess.sch.gr>

- **Είμαι εκπαιδευτικός και θα ήθελα συμβουλευτική υποστήριξη για ζητήματα που αφορούν τους/τις μαθητές/ήτριές μου.**

Εάν στο σχολείο του παιδιού μου λειτουργεί Επιτροπή Διεπιστημονικής Αξιολόγησης (ΕΔΥ), δηλαδή η επιτροπή που αποτελείται από κοινωνικό λειτουργό, ψυχολόγο και εκπαιδευτικό ειδικής αγωγής, τότε απευθύνομαι πρώτα σε αυτή.

Συμβουλευτικός Σταθμός Υποστήριξης Μαθητών & Γονέων Δήμου Θέρμης

Η Διεύθυνση Κοινωνικής και Εκπαιδευτικής Πολιτικής Δήμου Θέρμης και ειδικότερα το Τμήμα Παιδείας και Δια Βίου Μάθησης, Νέας Γενιάς και Εθελοντισμού σε συνεργασία με την ΑΝΑΤΟΛΙΚΗ Α.Ε., Αναπτυξιακό Οργανισμό Τοπικής Αυτοδιοίκησης, συνεχίζουν την πολύτιμη λειτουργία του Συμβουλευτικού Σταθμού στο πλαίσιο της ψυχολογικής υποστήριξης μαθητών (παιδιών και εφήβων), των οικογενειών τους και ενδυνάμωσης των εκπαιδευτικών στο δύσκολο έργο τους. Στόχος του προγράμματος είναι η παροχή υπηρεσιών ενημέρωσης, συμβουλευτικής και ενίσχυσης της σχολικής κοινότητας. Ωφελούμενοι του προγράμματος είναι οι μαθητές, οι εκπαιδευτικοί και οι γονείς.

Πληροφορίες – Ραντεβού – Δηλώσεις συμμετοχής: Δευτέρα – Παρασκευή και ώρα 8.00-14.00

Αντιδημαρχία Παιδείας Δ. Θέρμης: 2313.300.764

ΑΝΑΤΟΛΙΚΗ Α.Ε.: Ελευθερία Πήτα, Ψυχολόγος, **τηλ:** 2310. 463.930 & **e-mail:** info@anatoliki.gr

Κέντρο Πρόληψης των Εξαρτήσεων και Προαγωγής της Ψυχοκοινωνικής Υγείας Ανατολικής Θεσσαλονίκης «ΕΛΠΙΔΑ».

Πρόληψη της τοξικοεξάρτησης – ιδιαίτερα των νέων – και η προαγωγή της ψυχικής και σωματικής υγείας των κατοίκων της περιοχής. Εφαρμόζει προγράμματα πρόληψης σε γονείς, νέους, εκπαιδευτικούς και άλλες κοινωνικές ομάδες. Συμμετέχει σε δίκτυα και εμπλέκει εθελοντές για να στείλει μηνύματα πρόληψης στην τοπική κοινωνία. Στελεχώνεται από εξειδικευμένους κοινωνικούς επιστήμονες.

Διεύθυνση: Ησιόδου 10, Νέα Κρήνη, Καλαμαριά.

Τηλ.: 2310442044 και 2310442043.

E-mail: kpelpida@gmail.com

Ιστοσελίδα: <https://www.kpelpida.com/>

Μέρες λειτουργίας: Δευτέρα έως Παρασκευή.

Ώρες λειτουργίας: 08:30 - 15:00.

Επιπλέον στοιχεία ωραρίου: Απογεύματα κατόπιν τηλεφωνικής συνεννόησης.

Μέριμνα - Εταιρεία για τη Φροντίδα παιδιών και Οικογενειών στην αρρώστια και το θάνατο - Συμβουλευτικό Κέντρο Θεσσαλονίκης

Είναι μία μη κερδοσκοπική εταιρία με κύριο σκοπό τη φροντίδα παιδιών και οικογενειών που αντιμετωπίζουν μια σοβαρή αρρώστια, μια απώλεια ή το θάνατο. Ψυχολογική στήριξη των παιδιών, εφήβων και των οικογενειών τους στις δύσκολες στιγμές όπου ένα αγαπημένο τους πρόσωπο νοσεί από μια σοβαρή ασθένεια ή έχει πεθάνει. Η ψυχολογική στήριξη της Μέριμνας, παρέχεται εντελώς δωρεάν, είτε μέσω ατομικών συνεδριών, είτε μέσω συμμετοχής σε ομάδες στήριξης για γονείς και ομάδες στήριξης για παιδιά. Αναλαμβάνει την κατ' οίκον ανακουφιστική φροντίδα σε νεογνά, βρέφη, παιδιά και εφήβους έως 18 ετών, που πάσχουν από μια σοβαρή και απειλητική για τη ζωή ασθένεια. Επιμορφωτικά προγράμματα για επαγγελματίες υγείας, ψυχικής υγείας, εκπαιδευτικούς και εθελοντές για τη στήριξη παιδιών και εφήβων, που αντιμετωπίζουν σοβαρή αρρώστια ή θάνατο αγαπημένου προσώπου.

Διεύθυνση: Φράγκων 13, Θεσσαλονίκη

Τηλ.: 2310510010

E-mail: thessaloniki.support@merimna.org.gr

Ιστοσελίδα: <https://merimna.org.gr/>

Κέντρο Συμβουλευτικής & Προσανατολισμού (ΚΕ.ΣΥ.Π.) Θέρμης

Απευθύνεται σε μαθητές/τριες, σε υποψήφιους για τα ΑΕΙ ,ΤΕΙ, ΕΑΠ και οποιαδήποτε άλλη σχολή κατάρτισης, σε εκπαιδευτικούς που εφαρμόζουν Σ.Ε.Π στα σχολεία, σε γονείς, νέους και νέες μέχρι 25 ετών. Συμβουλευτική στήριξη στους μαθητές/τριες σε θέματα επιλογής σπουδών και επαγγελματικής απασχόλησης, εκπαιδευτική και επαγγελματική πληροφόρηση, στήριξη των εκπαιδευτικών που εφαρμόζουν ΣΕΠ στα σχολεία και υλοποιούν Προγράμματα Αγωγής Σταδιοδρομίας, ειδικά ψυχομετρικά εργαλεία (Τεστ Σ.Ε.Π)

Ενημερωτικές συναντήσεις για γονείς και μαθητές/τριες σε θέματα σχετικά με τις σπουδές και τα επαγγέλματα, επιμορφωτικά σεμινάρια και ημερίδες για του καθηγητές που εφαρμόζουν Σ.Ε.Π στα σχολεία. Συνεργάζεται με την τοπική αυτοδιοίκηση, κοινωνικούς, εκπαιδευτικούς και επαγγελματικούς φορείς της περιοχής.

Διεύθυνση: Ταβάκη 28 Θέρμη, Θεσσαλονίκης

Τηλ.: 2310466462

Ωράριο Λειτουργίας: Δευτέρα & Πέμπτη: 08:30-19:00, Τρίτη & Τετάρτη: 08:30-15:30, Παρασκευή:08:30-14:00

E-mail: mail@kesyp-therm.thess.sch.gr

Ιστοσελίδα: <https://kesyp-therm.thess.sch.gr>

- **Είμαι μαθητής/ήτρια και θα ήθελα συμβουλευτική υποστήριξη για προσωπικά μου ζητήματα (όπως άγχος, επιλογή σπουδών, οικογενειακές/προσωπικές δυσκολίες κ.α.)**

Εάν στο σχολείο του παιδιού μου λειτουργεί Επιτροπή Διεπιστημονικής Αξιολόγησης (ΕΔΥ), δηλαδή η επιτροπή που αποτελείται από κοινωνικό λειτουργό, ψυχολόγο και εκπαιδευτικό ειδικής αγωγής, τότε απευθύνομαι πρώτα σε αυτή.

Συμβουλευτικός Σταθμός Υποστήριξης Μαθητών & Γονέων Δήμου Θέρμης

Η Διεύθυνση Κοινωνικής και Εκπαιδευτικής Πολιτικής Δήμου Θέρμης και ειδικότερα το Τμήμα Παιδείας και Δια Βίου Μάθησης, Νέας Γενιάς και Εθελοντισμού σε συνεργασία με την ΑΝΑΤΟΛΙΚΗ Α.Ε., Αναπτυξιακό Οργανισμό Τοπικής Αυτοδιοίκησης, συνεχίζουν την πολύτιμη λειτουργία του Συμβουλευτικού Σταθμού στο πλαίσιο της ψυχολογικής υποστήριξης μαθητών (παιδιών και εφήβων), των οικογενειών τους και ενδυνάμωσης των εκπαιδευτικών στο δύσκολο έργο τους. Στόχος του προγράμματος είναι η παροχή υπηρεσιών ενημέρωσης, συμβουλευτικής και ενίσχυσης της σχολικής κοινότητας. Ωφελούμενοι του προγράμματος είναι οι μαθητές, οι εκπαιδευτικοί και οι γονείς.

Πληροφορίες – Ραντεβού – Δηλώσεις συμμετοχής: Δευτέρα – Παρασκευή και ώρα 8.00-14.00

Αντιδημαρχία Παιδείας Δ. Θέρμης: 2313.300.764

ΑΝΑΤΟΛΙΚΗ Α.Ε.: Ελευθερία Πήτα, Ψυχολόγος, **τηλ:** 2310. 463.930 & **e-mail:** info@anatoliki.gr

Κέντρο Πρόληψης των Εξαρτήσεων και Προαγωγής της Ψυχοκοινωνικής Υγείας Ανατολικής Θεσσαλονίκης «ΕΛΠΙΔΑ».

Πρόληψη της τοξικοεξάρτησης – ιδιαίτερα των νέων – και η προαγωγή της ψυχικής και σωματικής υγείας των κατοίκων της περιοχής. Εφαρμόζει προγράμματα πρόληψης σε γονείς, νέους, εκπαιδευτικούς και άλλες κοινωνικές ομάδες. Συμμετέχει σε δίκτυα και εμπλέκει εθελοντές -----για να στείλει μηνύματα πρόληψης στην τοπική κοινωνία. Στελεχώνεται από εξειδικευμένους κοινωνικούς επιστήμονες.

Διεύθυνση: Ησιόδου 10, Νέα Κρήνη, Καλαμαριά.

Τηλ.: 2310442044 και 2310442043.

E-mail: kpelpida@gmail.com

Ιστοσελίδα: <https://www.kpelpida.com/>

Μέρες λειτουργίας: Δευτέρα έως Παρασκευή.

Ώρες λειτουργίας: 08:30 - 15:00.

Επιπλέον στοιχεία ωραρίου: Απογεύματα κατόπιν τηλεφωνικής συνεννόησης.

Μέριμνα - Εταιρεία για τη Φροντίδα παιδιών και Οικογενειών στην αρρώστια και το θάνατο - Συμβουλευτικό Κέντρο Θεσσαλονίκης

Είναι μία μη κερδοσκοπική εταιρία με κύριο σκοπό τη φροντίδα παιδιών και οικογενειών που αντιμετωπίζουν μια σοβαρή αρρώστια, μια απώλεια ή το θάνατο. Ψυχολογική στήριξη των παιδιών, εφήβων και των οικογενειών τους στις δύσκολες στιγμές όπου ένα αγαπημένο τους πρόσωπο νοσεί από μια σοβαρή ασθένεια ή έχει πεθάνει. Η ψυχολογική στήριξη της Μέριμνας, παρέχεται εντελώς δωρεάν, είτε μέσω ατομικών συνεδριών, είτε μέσω συμμετοχής σε ομάδες στήριξης για γονείς και ομάδες στήριξης για παιδιά. Αναλαμβάνει την κατ' οίκον ανακουφιστική φροντίδα σε νεογνά, βρέφη, παιδιά και εφήβους έως 18 ετών, που πάσχουν από μια σοβαρή και απειλητική για τη ζωή ασθένεια. Επιμορφωτικά προγράμματα για επαγγελματίες υγείας, ψυχικής υγείας, εκπαιδευτικούς και εθελοντές για τη στήριξη παιδιών και εφήβων, που αντιμετωπίζουν σοβαρή αρρώστια ή θάνατο αγαπημένου προσώπου.

Διεύθυνση: Φράγκων 13, Θεσσαλονίκη

Τηλ.: 2310510010

E-mail: thessaloniki.support@merimna.org.gr

Ιστοσελίδα: <https://merimna.org.gr/>

Κέντρο Συμβουλευτικής & Προσανατολισμού (ΚΕ.ΣΥ.Π.) Θέρμης

Απευθύνεται σε μαθητές/τριες, σε υποψήφιους για τα ΑΕΙ, ΤΕΙ, ΕΑΠ και οποιαδήποτε άλλη σχολή κατάρτισης, σε εκπαιδευτικούς που εφαρμόζουν Σ.Ε.Π στα σχολεία, σε γονείς, νέους και νέες μέχρι

25 ετών. Συμβουλευτική στήριξη στους μαθητές/τριες σε θέματα επιλογής σπουδών και επαγγελματικής απασχόλησης, εκπαιδευτική και επαγγελματική πληροφόρηση, στήριξη των εκπαιδευτικών που εφαρμόζουν ΣΕΠ στα σχολεία και υλοποιούν Προγράμματα Αγωγής Σταδιοδρομίας, ειδικά ψυχομετρικά εργαλεία (Τεστ Σ.Ε.Π)

Ενημερωτικές συναντήσεις για γονείς και μαθητές/τριες σε θέματα σχετικά με τις σπουδές και τα επαγγέλματα, επιμορφωτικά σεμινάρια και ημερίδες για του καθηγητές που εφαρμόζουν Σ.Ε.Π στα σχολεία. Συνεργάζεται με την τοπική αυτοδιοίκηση, κοινωνικούς, εκπαιδευτικούς και επαγγελματικούς φορείς της περιοχής.

Διεύθυνση: Ταβάκη 28 Θέρμη, Θεσσαλονίκης

Τηλ.: 2310466462

Ωράριο Λειτουργίας: Δευτέρα & Πέμπτη: 08:30-19:00, Τρίτη & Τετάρτη: 08:30-15:30, Παρασκευή:08:30-14:00

E-mail: mail@kesyp-therm.thess.sch.gr

Ιστοσελίδα: <https://kesyp-therm.thess.sch.gr>

- **Είμαι φοιτητής/ήτρια και θα ήθελα συμβουλευτική υποστήριξη για προσωπικά μου ζητήματα.**

Κέντρο Συμβουλευτικής και Ψυχολογικής Υποστήριξης του ΑΠΘ

Παρέχει στους φοιτητές/τριες του Α.Π.Θ. δωρεάν υπηρεσίες συμβουλευτικής και ψυχολογικής υποστήριξης σε θέματα που τους απασχολούν, όπως είναι: το άγχος, το στρες, οι δυσκολίες προσαρμογής σε νέο περιβάλλον ή σε σπουδές, οι οικογενειακές/προσωπικές δυσκολίες, τα σεξουαλικά θέματα, τα ψυχοσωματικά προβλήματα, κ.ά., αλλά και ενημερωτικές δράσεις σε θέματα που αφορούν στην ακαδημαϊκή και καθημερινή ζωή τους.

Διεύθυνση: Κάτω Φοιτητική Λέσχη-Υγειονομική Υπηρεσία του Α.Π.Θ.

Τηλ. (για ραντεβού): 2310999888. 8:00-18:00.

Τηλ. (ψυχολόγων): 2310992621 & 2310992643 Δευτέρα έως Παρασκευή 8:30-15:00.

Κέντρο Συμβουλευτικής και Στήριξης Φοιτητών (ΚΣΣΦ) του Πανεπιστημίου Μακεδονίας

Ενημέρωση, ψυχολογική υποστήριξη και συμβουλευτική σε όλους τους φοιτητές/τριες του πανεπιστημίου.

Τηλ.: 2310891406

E-mail: symbouli@uom.edu.gr

- **Τηλεφωνικές γραμμές υποστήριξης**

«800 11 32000» Τηλεφωνική γραμμή χωρίς χρέωση για ανηλίκους - Κύκλος των Δικαιωμάτων του Παιδιού - Συνήγορος του Πολίτη

Ώρες λειτουργίας: Δευτέρα – Παρασκευή, 09.00-15.30

«116 111» Ευρωπαϊκή Γραμμή στήριξης παιδιών και εφήβων (Συμβουλευτική Τηλεφωνική Γραμμή για την Ψυχική Υγεία Παιδιών & Εφήβων)

Είναι μία υπηρεσία της Εταιρείας Ψυχοκοινωνικής Υγείας του Παιδιού και του Εφήβου (Ε.Ψ.Υ.Π.Ε.) για παιδιά και εφήβους, που έχουν ανάγκη να μιλήσουν σε κάποιον. Παρέχει ψυχολογική υποστήριξη. Κάθε παιδί και έφηβος μπορεί να τηλεφωνήσει στη χώρα του στον ίδιο αριθμό.

Στελεχώνεται από Παιδοψυχίατρο, Επισκέπτη Υγείας, Κοινωνικό Λειτουργό. Χρηματοδοτείται από το Υπουργείο Υγείας. Οι κλήσεις είναι δωρεάν. Μπορείτε να καλέσετε και από το κινητό τηλέφωνο.

Ώρες λειτουργίας: Δευτέρα – Παρασκευή, 14:00- 20:30

801 801 1177 «Γραμμή-Σύνδεσμος»

Απευθύνεται σε γονείς, εκπαιδευτικούς και οποιονδήποτε ενήλικα θέλει να μιλήσει για κάποιο θέμα που τον απασχολεί σε σχέση με ένα παιδί ή έναν έφηβο.

Μπορείτε να καλέσετε αν έχετε την ανάγκη βοήθειας, υποστήριξης ή συμβουλής σε θέματα που αφορούν την ψυχική υγεία παιδιών κάθε ηλικίας και εφήβων.

Δευτέρα έως Παρασκευή από τις 9:30 έως τις 20:30. Αστική χρέωση.

«197» Τηλεφωνική Γραμμή Άμεσης Κοινωνικής Βοήθειας του Εθνικού Κέντρου Κοινωνικής Αλληλεγγύης (Ε.Κ.Κ.Α.)

Η Γραμμή Άμεσης Κοινωνικής Βοήθειας «197» είναι δωρεάν (χωρίς χρέωση από σταθερό ή κινητό τηλέφωνο) για τους πολίτες και λειτουργεί όλο το 24ωρο, ως γραμμή έκτακτης ανάγκης για την παροχή ψυχοκοινωνικής υποστήριξης σε ενήλικα άτομα.

Είναι στελεχωμένη με εξειδικευμένους Κοινωνικούς Λειτουργούς και Ψυχολόγους και απευθύνεται σε όσους αντιμετωπίζουν δυσκολίες ή προβλήματα ψυχοκοινωνικής φύσης, αλλά κυρίως απευθύνεται σε άτομα, οικογένειες και ευάλωτες πληθυσμιακές ομάδες, που διέρχονται κάποιες μορφής κρίση ή περιέρχονται σε κατάσταση έκτακτης ανάγκης, όπως για παράδειγμα τα θύματα οικογενειακής βίας, οι ενήλικοι και οι ηλικιωμένοι που χρήζουν άμεσης ψυχολογικής υποστήριξης και κοινωνικής βοήθειας, τα άτομα που βρίσκονται σε κρίση ή/και σε κίνδυνο βλάβης, τα θύματα παράνομης διακίνησης με σκοπό την σεξουαλική ή οικονομική εκμετάλλευση, τα θύματα φυσικών και άλλων καταστροφών, κτλ.

Παρέχει επείγουσα συμβουλευτική και ψυχολογική στήριξη σε ενήλικα άτομα και άμεση πληροφόρηση για θέματα κοινωνικής πρόνοιας και ψυχικής υγείας, κινητοποιεί τους μηχανισμούς επείγουσας επιτόπιας κοινωνικής παρέμβασης, παραπέμπει στις υπόλοιπες Υπηρεσίες και Δομές του Ε.Κ.Κ.Α. και διασυνδέει όλους όσους χρειάζονται περαιτέρω βοήθεια με άλλες αρμόδιες Υπηρεσίες, Οργανισμούς και Δομές Κοινωνικής Φροντίδας, δέχεται και διαβιβάζει στις αρμόδιες Εισαγγελικές Αρχές της χώρας καταγγελίες οι οποίες αφορούν στην παραμέληση ή/και κακοποίηση ενηλίκων, κατά κύριο λόγο ηλικιωμένων ή ατόμων με ειδικές ανάγκες.

«1107» Εθνική Γραμμή Παιδικής Προστασίας του Εθνικού Κέντρου Κοινωνικής Αλληλεγγύης (Ε.Κ.Κ.Α.)

Είναι στελεχωμένη με εξειδικευμένους Κοινωνικούς Λειτουργούς και Ψυχολόγους και απευθύνεται σε παιδιά και εφήβους, αλλά και σε όσους έχουν να αναφέρουν κάποια δυσκολία ή πρόβλημα ψυχοκοινωνικής φύσης, το οποίο αφορά ανήλικο.

Παρέχει τηλεφωνική συμβουλευτική, ψυχολογική και κοινωνική υποστήριξη σε ανηλίκους, γονείς, εκπαιδευτικούς, κ.α., ενημερώνει και πληροφορεί τους ανηλίκους για ψυχοκοινωνικά θέματα που τους απασχολούν, καθώς και τους ενήλικες για θέματα ανατροφής και παιδικής προστασίας, διασυνδέει και παραπέμπει στις αρμόδιες Υπηρεσίες Κοινωνικής Προστασίας για περαιτέρω συνεργασία προκειμένου να αντιμετωπιστεί αποτελεσματικά το κάθε πρόβλημα, υποδέχεται αιτήματα και αναφορές για ανήλικους που βρίσκονται σε κίνδυνο (λόγω κακοποίησης, παραμέλησης, εμπορίας, εκμετάλλευσης ή θυματοποίησης) και διαβιβάζει τις καταγγελίες παραμέλησης-κακοποίησης παιδιών στις αρμόδιες κατά τόπους Εισαγγελικές Αρχές, συνεργάζεται με τις Εισαγγελικές και άλλες αρμόδιες Αρχές για την άμεση κοινωνική προστασία των ανηλίκων σε κίνδυνο, κινητοποιεί τους μηχανισμούς κοινωνικής παρέμβασης του Ε.Κ.Κ.Α. ή/και άλλων Υπηρεσιών για την παροχή ψυχοκοινωνικής βοήθειας και υποστήριξης σε ανηλίκους, συνεργάζεται με δημόσιους και ιδιωτικούς φορείς παιδικής προστασίας για την άμεση εξυπηρέτηση επειγόντων αιτημάτων κοινωνικής φροντίδας και προστασίας ανηλίκων, αλλά και στήριξης των οικογενειών τους, πληροφορεί πολίτες και υπαλλήλους φορέων σχετικά με την αναδοχή και την υιοθεσία παιδιών, τη λειτουργία της νέας ηλεκτρονικής πλατφόρμα ANYNET, στο πλαίσιο της υλοποίησης του Ν. 4538/2018 «περί αναδοχής και υιοθεσίας»

Εθνική Τηλεφωνική Γραμμή για τα Παιδιά SOS «1056» του Χαμόγελου του Παιδιού

Είναι στελεχωμένη αποκλειστικά από εξειδικευμένους Κοινωνικούς Λειτουργούς και Ψυχολόγους και διαθέσιμη πανελλαδικά όλο το 24ωρο. Οι κλήσεις είναι δωρεάν από σταθερό και κινητό

τηλέφωνο, για κλήση από καρτοτηλέφωνο δεν απαιτείται τηλεκάρτα, ενώ η κλήση από καρτοκινητά δεν απαιτεί διαθέσιμες μονάδες.

Παροχή υπηρεσιών: η λήψη ανώνυμων και επώνυμων αναφορών για παιδιά σε κίνδυνο (κακοποίηση, trafficking, ασυνόδευτα παιδιά, η ενεργοποίηση διαδικασιών για την άμεση παροχή προστασίας παιδιών σε κίνδυνο (επιτόπια παρέμβαση), η ενεργοποίηση διαδικασιών για τη φροντίδα παιδιών που έχουν κακοποιηθεί και βρίσκονται στα νοσοκομεία (μεταβατικό στάδιο), η διαχείριση αιτημάτων φιλοξενίας κακοποιημένων παιδιών στα 14 Σπίτια του Οργανισμού, η παροχή κατευθύνσεων για κάθε θέμα και τη διασύνδεση με άλλες υπηρεσίες, η κινητοποίηση εθελοντών δοτών αίματος και αιμοπεταλίων

Εφαρμογή Chat «1056» μόνο για τα Παιδιά

Η εφαρμογή Chat 1056 αποτελεί την επέκταση της Εθνικής Γραμμής SOS 1056 για τα Παιδιά. Είναι ένας καινοτόμος τρόπος άμεσης επικοινωνίας για παιδιά, που νιώθουν μεγαλύτερη ασφάλεια να συνομιλήσουν μέσω γραπτού κειμένου. Μέσω της εφαρμογής Chat 1056 τα παιδιά λαμβάνουν συμβουλευτικές υπηρεσίες για οποιοδήποτε πρόβλημα τα απασχολεί.

Απευθύνεται αποκλειστικά σε παιδιά. Λειτουργεί 7 ημέρες την εβδομάδα, 24 ώρες τη μέρα. Στελεχώνεται από εξειδικευμένους ψυχολόγους και κοινωνικούς λειτουργούς. Είναι δωρεάν. Είναι ανώνυμη. Παρέχει απόλυτη ασφάλεια στην συνομιλία. Παρέχει συμβουλευτικές υπηρεσίες. Είναι προσβάσιμη από οποιοδήποτε ηλεκτρονικό μέσο και λειτουργικό

Προσοχή! Αν ένα παιδί έχει άμεση ανάγκη ή βρίσκεται σε κίνδυνο παιδιού πρέπει να γίνεται χρήση της τηλεφωνικής Γραμμής SOS 1056 (δωρεάν, 24 ώρες καθημερινά, ανώνυμα) και όχι της Chat 1056 εφαρμογής

«210 6007686» Γραμμή Βοήθειας του Ελληνικού Κέντρου Ασφαλούς Διαδικτύου Help-Line

Απευθύνεται σε παιδιά & εφήβους και τις οικογένειές τους, παρέχοντας υποστήριξη και συμβουλές για θέματα που σχετίζονται με τη χρήση του Διαδικτύου, του κινητού τηλεφώνου και των ηλεκτρονικών παιχνιδιών (παρενόχληση, εξάρτηση, επιβλαβές περιεχόμενο, παιδοφιλία κ.λπ).

Τα στελέχη της Γραμμής Βοήθειας είναι γιατροί και ψυχολόγοι.

Ώρες Λειτουργίας: Δευτέρα - Παρασκευή: 9.00-17.00

Live chat: Δευτέρα - Παρασκευή: 14.00-17.00

Ιστοσελίδα: <https://www.help-line.gr/>

E-mail: info@help-line.gr

«11528 - ΔΠΛΑ ΣΟΥ»: Μια γραμμή ψυχολογικής στήριξης για τα ΛΟΑΤΚΙ άτομα και τις οικογένειές τους

Δευτέρα - Παρασκευή: 10:00-18:00

Γραμμή SOS «15900»

Υπηρεσία εθνικής εμβέλειας που δίνει τη δυνατότητα στις γυναίκες θύματα βίας ή σε τρίτα πρόσωπα να επικοινωνήσουν άμεσα με ένα φορέα αντιμετώπισης της έμφυλης βίας. Στόχος είναι η αντιμετώπιση και η καταπολέμηση της βίας κατά των γυναικών, καθώς και η πολλαπλή υποστήριξη των θυμάτων. Λειτουργεί όλο το 24ωρο

E-mail: sos15900@isotita.gr

Γραμμή SOS "Δίπλα σου" «2109700814» του Ελληνικού Δικτύου Ευρώπης

Οι σύμβουλοι της τηλεφωνικής στήριξης της Γραμμής SOS «Δίπλα σου» στην προσπάθειά τους να συμβάλλουν στο να «σπάσει η σιωπή» σχετικά με τη βία δίνουν την δυνατότητα στις γυναίκες θύματα βίας ή σε τρίτα πρόσωπα να επικοινωνήσουν άμεσα και ανώνυμα εάν το επιθυμούν με ένα φορέα αντιμετώπισης και πρόληψης της έμφυλης βίας.

Γραμμή SOS «1031» του OKANA

Απευθύνεται σε όλους ανεξαιρέτως όσοι ενδιαφέρονται να ενημερωθούν για θέματα εξαρτήσεων, αντιμετώπισης των προβλημάτων που απορρέουν από την εξάρτηση και/ή έχουν ανάγκη συμβουλευτικής και ψυχολογικής υποστήριξης από εξειδικευμένους συμβούλους.

Δευτέρα έως Παρασκευή 08:00-16.00 (εκτός επισήμων αργιών) και δέχεται κλήσεις (8:30-15:30) από όλη την Ελλάδα με αστική χρέωση.

E-mail: sosline@okana.gr

«1145» Γραμμή Βοήθειας του ΚΕΘΕΑ

Απευθύνεται σε χρήστες ναρκωτικών και αλκοόλ καθώς και σε ανθρώπους με ασχολούνται παθολογικά με το διαδίκτυο, τους συγγενείς και τους φίλους τους.

Παρέχει ενημέρωση για θέματα που αφορούν τις ναρκωτικές ουσίες και πληροφόρηση για υπηρεσίες αντιμετώπισης των παραπάνω μορφών εξάρτησης σε όλη τη χώρα.

Προσφέρει ψυχολογική υποστήριξη μέσα από τη διαδικασία της ενεργητικής ακρόασης και της συζήτησης σε κλίμα σεβασμού και εμπιστοσύνης.

Λειτουργεί Δευτέρα έως Παρασκευή 9:00-17:00. Πληροφορίες και στήριξη προσφέρονται επίσης μέσω email στο helpline@kethea-ithaki.gr

Η γραμμή προσφέρει τις υπηρεσίες της δωρεάν.

Η χρέωση της κλήσης διαμορφώνεται από τον πάροχο κινητής ή σταθερής τηλεφωνίας. Ισχύουν οι παρακάτω χρεώσεις:

ΟΤΕ: 0,18 €/λεπτό (με ΦΠΑ)

COSMOTE κινητή: 0,1711 €/λεπτό (με ΦΠΑ)

VODAFONE: Δωρεάν

WIND: 0,155 €/λεπτό (με ΦΠΑ)

«1114» Γραμμή Ψυχολογικής Υποστήριξης και Τηλεσυμβουλευτικής για τον Τζόγο

Λειτουργεί στο πλαίσιο του προγράμματος ΚΕΘΕΑ ΑΛΦΑ και έχει στόχο την παροχή ενημέρωσης και βοήθειας για τα ζητήματα που δημιουργεί η προβληματική ενασχόληση με τον τζόγο στους ίδιους τους παίκτες, τα μέλη της οικογένειάς τους και τα φιλικά τους πρόσωπα.

Η Γραμμή 1114 λειτουργεί Δευτέρα έως Παρασκευή, 9.00 το πρωί με 9 το βράδυ.. Υπηρεσίες ενημέρωσης και υποστήριξης παρέχονται και μέσω e-mail (τηλεσυμβουλευτική) στο

1114a@kethea-alfa.gr

Η χρέωση της κλήσης διαμορφώνεται από τον πάροχο κινητής ή σταθερής τηλεφωνίας.

Ισχύουν οι παρακάτω χρεώσεις:

ΟΤΕ: Δωρεάν

COSMOTE κινητή: 0,1711 €/λεπτό (με ΦΠΑ)

VODAFONE: Δωρεάν

WIND 0,155 €/λεπτό (με ΦΠΑ)

«Γραμμή 115 25» της Ένωσης «Μαζί για το Παιδί»

Παρέχει δωρεάν συμβουλευτική υποστήριξη σε παιδιά, εφήβους και γονείς και δέχεται επώνυμες ή ανώνυμες καταγγελίες. Στελεχώνεται από έμπειρη επιστημονική ομάδα και εκπαιδευμένους εθελοντές με συνεχή κλινική εποπτεία.

Λειτουργεί, από Δευτέρα έως Παρασκευή 9:00-21:00

E-mail: 11525@mazigiatopaidi.gr

Ιστοσελίδα: <https://mazigiatopaidi.gr/>

«1018» 24ωρη Γραμμή Παρέμβασης για την Αυτοκτονία από την Κλίμακα

Στόχος της Γραμμής είναι η διαχείριση της αυτοκαταστροφικής κρίσης, έτσι ώστε να αποφευχθεί ο βραχυπρόθεσμος κίνδυνος αλλά και να διασφαλιστεί όσο το δυνατόν πιο άμεσα και αποτελεσματικά η παροχή ψυχιατρικής και ψυχολογικής στήριξης στον καλούντα και στην οικογένειά του.

Απευθύνεται σε: ανθρώπους που σκέφτονται να αυτοκτονήσουν, που έχουν αποπειραθεί να αυτοκτονήσουν στο παρελθόν, με αυτοκαταστροφική συμπεριφορά, που βιώνουν την απώλεια ή ανησυχούν για κάποιο δικό τους άνθρωπο.

Στελεχώνεται από ειδικά εκπαιδευμένους επαγγελματίες της ψυχικής υγείας

E-mail: help@suicide-help.gr

Ιστοσελίδα: <http://suicide-help.gr/>

«1034» Γραμμή Βοήθειας για την Κατάθλιψη

Λειτουργεί από Δευτέρα έως Παρασκευή, 9:00 - 21:00, και στελεχώνεται από ειδικά εκπαιδευμένους ψυχολόγους και άλλους επαγγελματίες ψυχικής υγείας, υπό την εποπτεία ομάδας ψυχιάτρων. Οποιοσδήποτε νιώθει την ανάγκη να μιλήσει και να ζητήσει υποστήριξη για ζητήματα σχετικά με την κατάθλιψη ή γενικότερα θέματα ψυχικής υγείας που απασχολούν τον ίδιο ή πρόσωπα του περιβάλλοντός του, μπορεί να τηλεφωνήσει στη Γραμμή Βοήθειας.

Εθνική Τηλεφωνική Γραμμή SOS «1065» για Ηλικιωμένους

Η γραμμή λειτουργεί όλο το 24ωρο. Στελεχώνεται από κοινωνικούς λειτουργούς, ψυχολόγους, καθώς και ειδικά εκπαιδευμένους εθελοντές. Σκοπός της Γραμμής είναι:

Η παροχή φροντίδας, προστασίας και ψυχολογικής στήριξης στους ηλικιωμένους ηλικίας άνω των 65 ετών και η προώθηση των δικαιωμάτων τους αφού οι ίδιοι δεν έχουν τη δυνατότητα ή τα μέσα να αυτοπροστατευθούν.

Συμβουλευτική σε Ηλικιωμένους, στα παιδιά τους ή/και το συγγενικό τους περιβάλλον.

Συμβουλευτική σε Ηλικιωμένους για νομικά θέματα

Μέσω της γραμμής γίνονται δεκτές ανώνυμες και επώνυμες καταγγελίες που αφορούν περιστατικά κακοποίησης / κακομεταχείρισης Ηλικιωμένων, ενώ παράλληλα λειτουργεί και ως εργαλείο συμβουλευτικής ηλικιωμένων, των παιδιών τους και των φροντιστών τους.

«210-7797979» Δωρεάν Συμβουλευτική Γραμμή Σεξουαλικής Υγείας.

Δευτέρα-Παρασκευή: 12.00-16.00.

Η Συμβουλευτική Γραμμή έχει ως στόχο να επικοινωνήσει με ανθρώπους που αντιμετωπίζουν ψυχολογικά και σεξουαλικά προβλήματα, αλλά με τρόπο που διατηρείται η ανωνυμία και δίνεται η δυνατότητα σε αυτόν που τηλεφωνεί να μιλήσει για αυτό που τον απασχολεί χωρίς να ενοχοποιείται, να στιγματίζεται και κυρίως να αισθάνεται ότι καταγράφεται ο εαυτός του.

Είναι καθαρά συμβουλευτική, χωρίς θεραπευτικό χαρακτήρα, με διάρκεια περίπου δέκα λεπτά, ενώ υποστηρίζεται από ψυχολόγους ψυχικής υγείας. Απευθύνεται μόνο σε ενήλικες άνδρες και γυναίκες άνω των 18 ετών.

«210 6401200» Ανοικτή Τηλεφωνική Γραμμή Ελπίδας της Ελληνικής Αντικαρκινικής Εταιρείας

Λειτουργεί καθημερινά. Δευτέρα, Τετάρτη: 7.30 πμ έως 20.00 μμ Τρίτη, Πέμπτη, Παρασκευή: 7.30 πμ έως 14.30 μμ

Στις τηλεφωνικές κλήσεις απαντούν, μία Κλινική Ψυχολόγος και τρεις Κοινωνικοί Λειτουργοί.

Δίνει πληροφορίες για την κέντρα διακοπής καπνίσματος. Ενημερώνει για ιδρύματα, νοσοκομεία και άλλους φορείς, που έχουν την δυνατότητα να υποστηρίξουν το άτομο, που πάσχει από καρκίνο, τόσο

στη φάση που νοσηλεύεται, όσο και στο στάδιο της προετοιμασίας, που απαιτείται, για την κοινωνική του επανένταξη και αποκατάσταση.

Παρέχει την δυνατότητα ψυχολογικής υποστήριξης σε άτομα που πάσχουν από καρκίνο και θέλουν να μιλήσουν για το πρόβλημα της υγείας τους, τις προσωπικές τους αγωνίες και ανασφάλειες, επιμένοντας στο δικαίωμα της ανωνυμίας.

Παρέχει υπηρεσίες συμβουλευτικής συμβουλευτικής και υποστήριξης σε άτομα του οικογενειακού ή φιλικού περιβάλλοντος ασθενών με καρκίνο.

«1069» Εθνική γραμμή υποστήριξης για καρκινοπαθείς

Λειτουργεί καθημερινά 12 ώρες, από τις 9 π.μ. έως τις 21.00 μ.μ., με ειδικούς της ψυχικής υγείας.

Αστική χρέωση.

Ιστοσελίδα: <http://www.bestrong.org.gr>