



Ευρωπαϊκή  
Επιτροπή

# ΝΕΑ ΕΝΩΣΙΑΚΗ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗ ΓΙΑ ΤΗΝ ΨΥΧΙΚΗ ΥΓΕΙΑ

ΙΟΥΝΙΟΣ 2023



Η Ευρωπαϊκή Ένωση βρίσκεται αντιμέτωπη με **πρωτοφανείς κρίσεις, οι οποίες έχουν επηρεάσει σημαντικά την ικανότητα των ανθρώπων να αντιμετωπίζουν τις αυξανόμενες προκλήσεις σε ταχέως μεταβαλλόμενα περιβάλλοντα**. Με ενωσιακή χρηματοδότηση ύψους 1,23 δισ. ευρώ από διαφορετικά χρηματοδοτικά μέσα και 20 εμβληματικές πρωτοβουλίες, η νέα ολοκληρωμένη προσέγγιση για την ψυχική υγεία **εξομοιώνει την ψυχική με τη σωματική υγεία**, στο πλαίσιο μιας ισχυρής Ευρωπαϊκής Ένωσης Υγείας.

## 3 ΚΑΤΕΥΘΥΝΤΗΡΙΕΣ ΑΡΧΕΣ:



ΠΡΟΣΒΑΣΗ ΣΕ ΕΠΑΡΚΗ  
ΚΑΙ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΙΚΗ  
ΠΡΟΛΗΨΗ



ΥΨΗΛΗΣ ΠΟΙΟΤΗΤΑΣ  
ΚΑΙ ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΑ  
ΠΡΟΣΙΤΗ ΘΕΡΑΠΕΙΑ  
ΚΑΙ ΠΕΡΙΘΑΛΨΗ



ΕΠΑΝΕΝΤΑΞΗ ΣΤΗΝ  
ΚΟΙΝΩΝΙΑ ΜΕΤΑ ΤΗΝ  
ΑΝΑΡΡΩΣΗ

## ΠΡΩΘΗΣΗ ΤΗΣ ΚΑΛΗΣ ΨΥΧΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ ΜΕΣΩ ΤΗΣ ΠΡΟΛΗΨΗΣ ΚΑΙ ΤΗΣ ΠΡΟΣΤΑΣΙΑΣ

Η ψυχική υγεία επηρεάζεται από την κατάσταση της κοινωνίας, της οικονομίας και του περιβάλλοντος στα οποία ζουν οι άνθρωποι, και από τις εμπειρίες τους. Η νέα μας προσέγγιση έχει ως στόχο:

- ▶ Την **προώθηση πιο υγιεινών επιλογών** όσον αφορά τη διατροφή, τη σωματική άσκηση, την κατανάλωση αλκοόλ, το κάπνισμα και τη χρήση ουσιών.
- ▶ Την **αναγνώριση περιβαλλοντικών, κοινωνικών και εμπορικών παραγόντων καθοριστικών για την υγεία**: συνθήκες διαβίωσης (στέγαση, ποιότητα του αέρα, πρόσβαση στον αθλητισμό, τον πολιτισμό, τη φύση και σε χώρους πρασίνου), κίνδυνος βίας, ψυχοκοινωνικοί κίνδυνοι στην εργασία και ισορροπία μεταξύ επαγγελματικής και προσωπικής ζωής.

**1 ΣΤΑ 6 ΑΤΟΜΑ ΣΤΗΝ  
ΕΕ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΖΟΥΝ  
ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΑ ΨΥΧΙΚΗΣ  
ΥΓΕΙΑΣ**

## ΔΡΑΣΕΙΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΠΡΟΑΣΠΙΣΗ ΤΗΣ ΨΥΧΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ ΣΕ ΟΛΕΣ ΤΙΣ ΠΟΛΙΤΙΚΕΣ



ΕΥΡΩΠΑΪΚΟΣ ΚΩΔΙΚΑΣ  
ΨΥΧΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ



ΠΡΩΤΟΒΟΥΛΙΑ «ΥΓΙΕΣΤΕΡΟΙ  
ΜΑΖΙ» ΓΙΑ ΤΙΣ ΜΗ  
ΜΕΤΑΔΟΤΙΚΕΣ ΝΟΣΟΥΣ



ΕΥΡΩΠΑΪΚΗ ΠΡΩΤΟΒΟΥΛΙΑ  
ΓΙΑ ΤΗΝ ΠΡΟΛΗΨΗ ΤΗΣ  
ΚΑΤΑΘΛΙΨΗΣ ΚΑΙ ΤΩΝ  
ΑΥΤΟΚΤΟΝΙΩΝ



ΑΣΦΑΛΕΣΤΕΡΟΙ ΨΗΦΙΑΚΟΙ  
ΧΩΡΟΙ ΓΙΑ ΠΑΙΔΙΑ ΚΑΙ  
ΝΕΟΥΣ



ΟΡΘΗ ΕΦΑΡΜΟΓΗ ΤΩΝ  
ΚΑΝΟΝΩΝ ΤΗΣ ΕΕ ΓΙΑ ΤΗΝ  
ΑΣΦΑΛΕΙΑ ΚΑΙ ΤΗΝ ΥΓΕΙΑ ΣΤΗΝ  
ΕΡΓΑΣΙΑ



ΕΚΣΤΡΑΤΕΙΕΣ ΤΟΥ ΕΥΡΩΠΑΪΚΟΥ  
ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΥ ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΣΦΑΛΕΙΑ  
ΚΑΙ ΤΗΝ ΥΓΕΙΑ ΣΤΗΝ ΕΡΓΑΣΙΑ (ΕΥ-  
ΟΣΗΑ) ΓΙΑ ΤΟΥΣ ΧΩΡΟΥΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

## ΜΕΓΑΛΥΤΕΡΗ ΒΟΗΘΕΙΑ ΣΕ ΟΣΟΥΣ ΕΧΟΥΝ ΑΝΑΓΚΗ

Οι έγκαιρες παρεμβάσεις είναι αποτελεσματικές, αλλά απαιτούν **κατάρτιση και ικανότητα**. Παρά την πρόοδο που έχει σημειωθεί σε πολλές χώρες, τα άτομα με προβλήματα ψυχικής υγείας συχνά υφίστανται διακρίσεις και στιγματισμό, γεγονός που καθυστερεί την παροχή βοήθειας και στήριξης



ΑΠΟΘΕΤΗΡΙΟ ΒΕΛΤΙΣΤΩΝ ΠΡΑΚΤΙΚΩΝ ΓΙΑ ΤΗΝ ΚΑΘΟΔΗΓΗΣΗ ΤΩΝ ΑΤΟΜΩΝ ΠΡΟΣ ΤΗΝ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΙΚΗ ΠΡΟΛΗΨΗ ΚΑΙ ΦΡΟΝΤΙΔΑ



2.000 ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΕΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΟΝΤΑΙ ΣΕ ΟΛΟΚΛΗΡΗ ΤΗΝ ΕΕ ΕΩΣ ΤΟ 2026, ΕΝΩ ΠΡΑΓΜΑΤΟΠΟΙΟΥΝΤΑΙ 100 ΑΝΤΑΛΛΑΓΕΣ ΕΤΗΣΙΩΣ



ΤΕΧΝΙΚΗ ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗ ΓΙΑ ΜΕΤΑΡΡΥΘΜΙΣΕΙΣ ΣΤΟΝ ΤΟΜΕΑ ΤΗΣ ΨΥΧΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ



ΜΕΤΡΑ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΕΝΤΑΣΗΣ ΚΑΙ ΕΠΑΝΕΝΤΑΣΗΣ



ΚΑΤΑΠΟΛΕΜΗΣΗ ΤΟΥ ΣΤΙΓΜΑΤΙΣΜΟΥ ΚΑΙ ΤΩΝ ΔΙΑΚΡΙΣΕΩΝ

**ΤΑ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΑ ΨΥΧΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ ΚΟΣΤΙΖΟΥΝ 600 ΔΙΣ. ΕΥΡΩ ΚΑΘΕ ΧΡΟΝΟ: ΤΟ ΚΟΣΤΟΣ ΤΗΣ ΜΗ ΑΝΑΛΗΨΗΣ ΔΡΑΣΗΣ ΕΙΝΑΙ ΣΗΜΑΝΤΙΚΟ**



## ΣΤΗΡΙΞΗ ΤΩΝ ΠΛΕΟΝ ΕΥΑΛΩΤΩΝ ΑΤΟΜΩΝ, ΣΥΜΠΕΡΙΛΑΜΒΑΝΟΜΕΝΩΝ ΤΩΝ ΠΑΙΔΙΩΝ ΚΑΙ ΤΩΝ ΝΕΩΝ

Η ψυχική υγεία των νεότερων γενεών μας επιδεινώνεται.

Το γεγονός αυτό μπορεί να επηρεάσει σημαντικά την ψυχική υγεία της κοινωνίας μας μακροπρόθεσμα.



ΔΙΚΤΥΟ ΨΥΧΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ ΠΑΙΔΙΩΝ ΚΑΙ ΝΕΩΝ



ΕΡΓΑΛΕΙΟΘΗΚΗ ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ ΤΩΝ ΒΑΣΙΚΩΝ ΚΑΘΟΡΙΣΤΙΚΩΝ ΓΙΑ ΤΗΝ ΥΓΕΙΑ ΠΑΡΑΓΟΝΤΩΝ ΤΗΣ ΨΥΧΙΚΗΣ ΚΑΙ ΣΩΜΑΤΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ



ΠΡΩΤΟΒΟΥΛΙΑ «ΥΓΙΗΣ ΧΡΗΣΗ ΟΘΟΝΩΝ, ΥΓΙΕΙΣ ΝΕΟΙ»



ΠΡΟΣΤΑΣΙΑ ΘΥΜΑΤΩΝ ΕΓΚΛΗΜΑΤΩΝ



ΠΛΑΤΦΟΡΜΑ ΓΙΑ ΝΕΟΥΣ ΕΠΙΖΩΝΤΕΣ ΚΑΡΚΙΝΟΥ



ΣΤΗΡΙΞΗ ΤΩΝ ΠΑΙΔΙΩΝ ΑΠΟ ΤΗΝ ΟΥΚΡΑΝΙΑ: ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗΣ ΜΑΘΗΣΗΣ ΓΙΑ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΕΣ ΤΟΥ ΤΟΜΕΑ ΤΗΣ ΥΓΕΙΑΣ



ΣΤΗΡΙΞΗ ΤΗΣ ΨΥΧΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ ΤΩΝ ΕΚΤΟΠΙΣΘΕΤΩΝ ΚΑΙ ΠΛΗΓΕΝΤΩΝ ΑΤΟΜΩΝ ΤΗΣ ΟΥΚΡΑΝΙΑΣ

Η νέα προσέγγιση, ανταποκρινόμενη στις συστάσεις της Διάσκεψης για το Μέλλον της Ευρώπης, ενσωματώνει την ψυχική υγεία σε όλες τις πολιτικές.



#HealthUnion

© Ευρωπαϊκή Ένωση, 2023

Επιτρέπεται η περαιτέρω χρήση του παρόντος εγγράφου, υπό τον όρο ότι αναφέρεται η πηγή και επισημαίνονται οι τυχόν αλλαγές (Διεθνής άδεια: Creative Commons Attribution 4.0). Για οποιαδήποτε χρήση ή αναπαραγωγή στοιχείων που δεν ανήκουν στην ΕΕ, ενδέχεται να απαιτείται άδεια απευθείας από τους οικείους δικαιούχους. Τα δικαιώματα πνευματικής ιδιοκτησίας όλων των εικόνων ανήκουν στην © Ευρωπαϊκή Ένωση, εκτός εάν ορίζεται διαφορετικά.