



Μίνι Φεστιβάλ Ψυχικής Υγείας 10/10/2025
Ομιλία Προέδρου του Συνδέσμου, Μύριας Αντωνιάδου

Μου δίνει μεγάλη χαρά που βρισκόμαστε εδώ μαζί, πολιτεία και ΜΚΟ, για να τιμήσουμε την Παγκοσμια Ημέρα Ψυχικής Υγείας.

Εντιμε **κύριε Υπουργέ** ευχαριστούμε για την παρουσία σας και το ενδιαφέρον σας για την ψυχική υγεία, που μας αφορά όλους. Η γραμμή είναι πολύ λεπτή.

Ευχαριστούμε επίσης τον **κύριο Δήμαρχο** που μας παραχώρησε δωρεάν το κάτω διάζωμα της Πλατείας Ελευθερίας για το πρώτο Μίνι Φεστιβάλ Ψυχικής Υγείας που οργανώνουμε. Να αναφέρω, κύριε Δήμαρχε, πως συμμετέχει το Πολυδύναμο Δημοτικό Κέντρο σας που θα πρέπει, κατά την ταπεινή μας γνώμη, να επεκταθεί και να ενδυναμωθεί γιατί προσφέρει εύκολα προσβάσιμες υπηρεσίες μέσα στην κοινότητα. Κάνει εξαιρετική δουλειά.

Να ευχαριστήσω τις **Υπηρεσίες Ψυχικής Υγείας** – και ιδιαίτερα την κα. Τασούλα Μαραγκού Τυρίμου - με την οποία συνεργαστήκαμε στενά.

Ευχαριστώ το Υπουργείο που μας έδωσε την ευκαιρία να μιλήσουμε, ως μια ΜΚΟ με δράση στον τομέα της ψυχικής υγείας, η οποία λειτουργεί με 9μελές Διοικητικό Συμβούλιο, όλοι εθελοντές.

Ευχαριστούμε τέλος τον Χορηγό Επικοινωνίας μας, το ΚΥΠΕ.

Αρχικά να υπογραμμίσω πώς, όπως η σωματική μας υγεία χρειάζεται φροντίδα και υποστήριξη, έτσι και η ψυχική μας υγεία.

Επίσης, να ξεκαθαρίσουμε ότι τα ψυχικά προβλήματα δεν είναι μόνο οι σοβαρές διαταραχές, όπως η σχιζοφρένεια, μια εντύπωση που επικρατεί, αλλά είναι και τα πιο διαδεδομένα, όπως η κατάθλιψη ή το άγχος, που δυστυχώς σήμερα αντιμετωπίζουν οι νέοι μας.

Κύριε υπουργέ, είναι η ώρα να περάσουμε από τα λόγια στην πράξη: η ψυχική υγεία χρειάζεται συμπερίληψη και ουσιαστική φροντίδα μέσα στην κοινότητα, με δομές και υπηρεσίες που είναι εύκολα προσβάσιμες σε όλους. Και εμείς ως κοινωνία των πολιτών θα είμαστε δίπλα σας, όπως και σήμερα.

Μια από τις σοβαρές προκλήσεις είναι το στίγμα που αποτρέπει άτομα από το να αναζητήσουν βοήθεια. Εμείς, θέλουμε να ενθαρρύνουμε τον κόσμο να μιλά ανοικτά και να αναζητεί βοήθεια. Για αυτό επιβάλλεται η εκπόνηση μιας εκστρατείας...χθες μάλιστα. Προβλέπεται εξάλλου στην εθνική στρατηγική.

Με αυτό το μίνι φεστιβάλ που οργανώνουμε δεν θέλαμε να σταθούμε στα προβλήματα και τις ελλείψεις.

Θέλαμε να μιλήσουμε ανοικτά για την ψυχική υγείας που μας αφορά όλους και να αναδείξουμε το γεγονός ότι υπάρχουν και δημιουργικές θεραπείες. Για αυτό καλέσαμε τους συνδέσμους των θεραπειών μέσω τεχνών και εργοθεραπευτές των Υπηρεσιών Ψυχικής Υγείας. Οι οργανώσεις είναι αυτές των χοροθεραπευτών, εικαστικών θεραπειών, δραματοθεραπευτών και μουσικοθεραπευτών. Μόνο οι τελευταίοι είναι κατοχυρωμένοι νομοθετικά, κάτω από το Υπουργείο Υγείας, και μάλιστα έχουν ενταχθεί στην ειδική εκπαίδευση του Υπουργείου Παιδείας εδώ και 25 χρόνια.

Οι θεραπευτές μέσω τεχνών χρησιμοποιούν δημιουργικές διαδικασίες ως μέσο έκφρασης, αυτογνωσίας και ψυχοθεραπείας και βοηθούν τα άτομα να εκφράσουν συναισθήματα και εμπειρίες που συχνά είναι δύσκολο να εκφράσουν με λόγια. Αυτού του είδους θεραπειών θα πρέπει να είναι συμπληρωματικές, και να ενταχθούν στις υπηρεσίες δημόσιας υγείας/νοσηλευτήρια, κέντρα ημέρας και άλλες δομές.

Να σημειώσω πως στο παρελθόν οι Υπηρεσίες Ψυχικής Υγείας αγόραζαν υπηρεσίες από θεραπευτές μέσω τεχνών και εκεί φαινόταν το πολυσήμαντο όφελος αυτών των θεραπευτικών παρεμβάσεων. Σταμάτησαν για κάποια χρόνια και τώρα προκηρύχθηκαν ξανά ανοικτές προσφορές για αγορά υπηρεσιών. Εμείς το χαιρετίζουμε. Ομως φαίνεται πως κάπου το θέμα έχει σταλώσει. Δεν γνωρίζουμε γιατί.

Πρόταση μας εμάς είναι να αναζητηθούν τρόποι να ενταχθούν οι θεραπείες μέσω τεχνών μέσα στην κοινότητα, για παράδειγμα στα κέντρα νεότητας και στις στέγες/λέσχες ηλικιωμένων. Είναι εφικτό. Θέληση χρειάζεται. Και λεφτά.

Να κλείσω μεταφέροντας ένα σύντομο μήνυμα από τους θεραπευτές μέσω τεχνών που συμμετέχουν στο φεστιβάλ μας -

«Οι θεραπευτικές παρεμβάσεις μέσω των τεχνών είναι ωφέλιμες και θα ήταν καλό να προστατεύονται και να προωθούνται από το κράτος με νομική κατοχύρωση, έτσι ώστε να γίνεται η σωστή εφαρμογή τους, από καταρτισμένους επαγγελματίες, και όσοι θα λαμβάνουν αυτές τις θεραπείες να είναι ασφαλής και προστατευμένοι.

Η διεθνής επιστημονική κοινότητα έχει ήδη τεκμηριώσει την αποτελεσματικότητα αυτών των παρεμβάσεων, οπότε η Κύπρος μπορεί να αξιοποιήσει αυτή τη γνώση. Θεωρούνται μάλιστα οι θεραπείες του μέλλοντος.»

Και πάλι σας ευχαριστώ και σας προσκαλώ μετά την φωταγώγηση να πάμε μαζί στο κάτω διάζωμα για να γνωρίσετε και να μιλήσετε με τους θεραπευτές μέσω τεχνών, τους εργοθεραπευτές και τους λειτουργούς του Πολυδύναμου Κέντρου του Δήμου Λευκωσίας.

Σύνδεσμος Προστασίας της Ψυχικής Υγείας

Κινητό: 97952510 / 99678484 Ηλ.Ταχ.: sppigias@gmail.com

Ιστοσελίδα <https://mentalhealth-cyprus.com/>

Facebook: <https://www.facebook.com/mentalhealthcy>