



Χρήσιμα τηλέφωνα Ψυχοκοινωνικής Υποστήριξης για τον κορωνοϊό - COVID-19

1. Γραμμή **24ωρης** λειτουργίας για τον κορωνοϊό Covid-19: **1135**
2. Ελληνική Ψυχιατρική Εταιρεία – Ψυχιατρική κάλυψη και υποστήριξη μέσω δωρεάν διαδικτυακών συνεδριών λόγω της πανδημίας του Covid-19 – email: psych@psych.gr
τηλεσυνεδρίες: <https://sessions.melampus.com/en>
3. Ιατρικός Σύλλογος Αθηνών (ΙΣΑ) – Τηλεφωνικό Κέντρο Βοήθειας και Πληροφόρησης για τον κορωνοϊό με συμμετοχή ψυχολόγων, ιατρών, κοινωνικών λειτουργών – τηλ. **2142 142000**
4. Α΄ Ψυχιατρική Κλινική Αιγινήτειου Νοσοκομείου, Γραμμή βοήθειας για όσους δυσκολεύονται από την απομόνωση λόγω της πανδημίας – τηλ. **210 7297 957**
Email: kalesemas19@gmail.com
5. Έκτακτη δράση του Ελληνικού Ερυθρού Σταυρού για την υποστήριξη ατόμων, οικογενειών και ευάλωτων ομάδων από τις επιπτώσεις της πανδημίας του COVID-19. Οι ενδιαφερόμενοι μπορούν να απευθύνονται για παροχή ψυχοκοινωνικής – ψυχολογικής υποστήριξης από εκπαιδευμένα στελέχη του Ελληνικού Ερυθρού Σταυρού, στην τηλεφωνική γραμμή υποστήριξης:- **210 3613574** από Δευτέρα έως Παρασκευή και ώρες **9.00 έως 15.00**.
6. Τηλεφωνική γραμμή Ψυχοκοινωνικής Υποστήριξης για τον κορωνοϊό από το ΕΚΠΑ την Α΄ Πανεπιστημιακή Ψυχιατρική Κλινική του ΕΚΠΑ ,και το Αιγινήτειο Νοσοκομείο. Ωρες λειτουργίας: Δευτέρα έως Παρασκευή στο τηλέφωνο **210 7297 957** από **10.00 π.μ έως 04.00 μ.μ** (μπορεί να επεκταθεί ανάλογα με τις ανάγκες) - Σάββατο και Κυριακή στο τηλέφωνο **210 7289 240** από **10.00 π.μ έως 04.00 μ.μ**
7. Υπηρεσία Παιδιών και Εφήβων της Α΄ Πανεπιστημιακής Ψυχιατρικής Κλινικής του ΕΚΠΑ, απαντάει τηλεφωνικά, καθημερινά τις εργάσιμες μέρες, από τις 9 έως τις 2, στα τηλέφωνα **210 7600100** και **210 7669584**, στις οικογένειες που χρειάζονται συμβουλές για τα παιδιά ή υποστήριξη.

8. Η Διοίκηση του Γ.Ν.Θ. «Γ. Παπανικολάου» – Ψ.Ν.Θ., Οργανική Μονάδα Ψυχιατρικό Νοσοκομείο Θεσσαλονίκης με γνώμονα το υψηλό αίσθημα κοινωνικής ευθύνης και αλληλεγγύης προς όλους τους πολίτες της τοπικής και ευρύτερης κοινωνίας της χώρας μας και λαμβάνοντας υπόψη το νέο και εξελισσόμενο περιβάλλον που έχει διαμορφωθεί υπό το πρίσμα της εμφάνισης του κορόνα ιού (Covid-19), ανακοινώνει τη λειτουργία Τηλεφωνικής Γραμμής Βοήθειας & Συμβουλευτικής & Ψυχολογικής Στήριξης, που θα παρέχεται από το άρτια καταρτισμένο και επιστημονικά έμπειρο προσωπικό του (Ψυχολόγοι) στους ενδιαφερόμενους Πολίτες-Λήπτες Υπηρεσιών Υγείας.

Η υπηρεσία είναι διαθέσιμη από την 1η Απριλίου 2020 και οι ενδιαφερόμενοι πολίτες μπορούν να απευθύνονται:

- **09:00πμ -21:00μμ: όλες τις ημέρες τις εβδομάδος: 2313-324144 /2313-324351**

- **15:00μμ-21:00μμ: Δευτέρα έως Παρασκευή: 2313-310749**

- **09:00πμ -21:00μμ: Σαββατοκύριακα & Αργίες: 2313-310749**

- **09:00πμ -14:00μμ: Δευτέρα έως Παρασκευή: 2310-518350 /2310-502284**

9.Γραμμή ψυχολογικής στήριξης από την Περιφέρεια Κεντρικής Μακεδονίας - Η Γραμμή Ψυχολογικής Στήριξης της Περιφέρειας Κεντρικής Μακεδονίας παρέχει δωρεάν ατομική συμβουλευτική, ψυχοκοινωνική στήριξη και ενδυνάμωση από ειδικούς επιστήμονες, για όποιον πολίτη το έχει ανάγκη. Καλέστε ανώνυμα, από την ασφάλεια του σπιτιού σας, ζητήστε βοήθεια, συζητήστε τους φόβους και τις ανησυχίες σας, σε σχέση με τον κορωνοϊό και όλες τις προεκτάσεις της πανδημίας και της έκτακτης κατάστασης. Η τηλεφωνική γραμμή **2313004800** είναι στη διάθεση των πολιτών, δωρεάν, **καθημερινά από τις ώρες 07:00 μέχρι 23:00.**

10. Οι επαγγελματίες υγείας της *ΜΚΟ ΚΛΙΜΑΚΑ* παρέχουν τηλεφωνική υποστήριξη και εξειδικευμένη ιατρική συμβουλευτική σε άτομα με προβλήματα ψυχικής υγείας σχετικά με τον νέο κορωνοϊό Covid-19 στα τηλέφωνα:

I. **210 3417162**

II. **210 3417163**

10.Η *Ελληνική Ψυχιατρική Εταιρεία* με αίσθημα ευθύνης σε μια τόσο κρίσιμη περίοδο όπως η πανδημία του COVID-19, προσφέρει για τους επόμενους 3 μήνες, δωρεάν στους πολίτες της χώρας μας, Ψυχιατρική κάλυψη για θέματα που αφορούν την επιδημία και τις ψυχιατρικές επιπλοκές της, με τη χρήση του λογισμικού τηλειατρικής της Melapus, της αναγνωρισμένης πλατφόρμας τηλεψυχιατρικής στην Ευρώπη.

Η πλατφόρμα έχει σχεδιαστεί με πολύ απλουστευμένη λογική ώστε να χρησιμοποιηθεί από τον οποιονδήποτε με ένα κλικ. Η online (διαδικτυακή) συνεδρία με την ειδική εφαρμογή βιντεοκλήσης της Melapus δεν χρειάζεται εγκατάσταση επιπλέον προγράμματος για τη συνεδρία. Αρκεί ένα laptop και μια σύνδεση στο ίντερνετ. Για περισσότερες πληροφορίες στο www.psych.gr

Πατήστε εδώ <https://sessions.melapus.com/en> για να συνδεθείτε με διαθέσιμο ψυχίατρο ή ψυχολόγο.