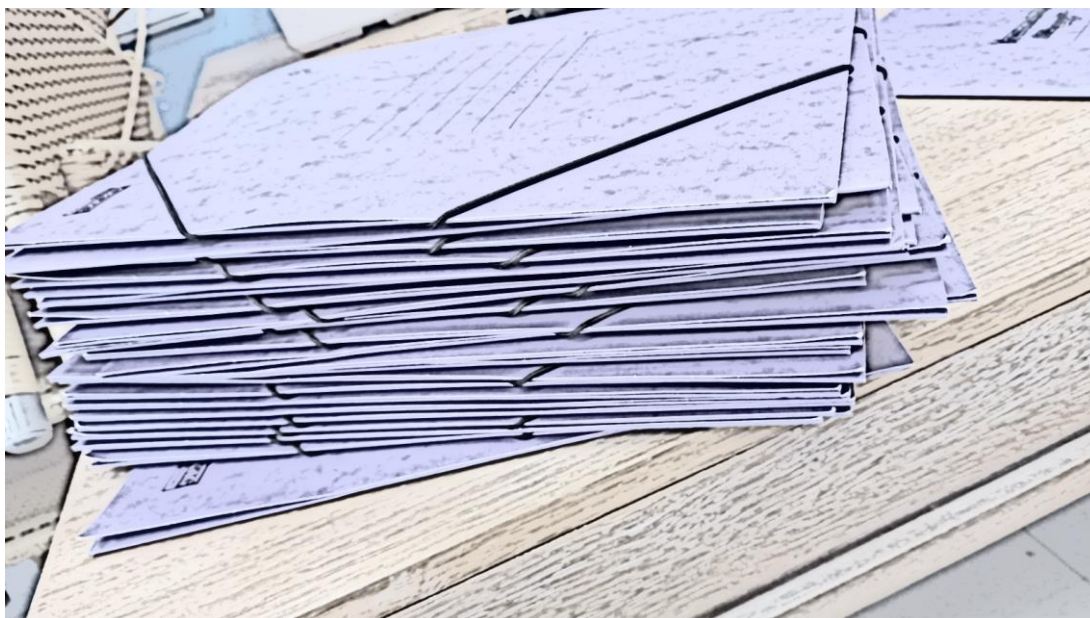




ΥCOVID 17-30: Νέοι και νέες
βγαίνουν από την ευαλωτότητα
με Εργασιακή Εκπαίδευση και
Προσωπική Ανάπτυξη.

ΥΛΙΚΟ ΑΠΟ ΤΗΝ ΕΚΔΗΛΩΣΗ για την ΕΡΓΑΣΙΑΚΗ ΕΝΤΑΞΗ

- Γενικές Πληροφορίες για τον ΟΑΕΔ & το Μητρώο Ανέργων
- ΟΑΕΔ – Επιδόματα, Βοηθήματα και Παροχές Κοινωνικής Προστασίας
- Υπηρεσίες Δωρεάν Ψυχολογικής Υποστήριξης στη Θεσσαλονίκη



Supported by the Council of Europe

ANTIGONN

ΚΕΝΤΡΟ ΠΛΗΡΟΦΟΡΗΣΗΣ ΚΑΙ ΤΕΚΜΗΡΙΩΣΗΣ
για τον Ρατσισμό, την Οικολογία, την Ειρήνη και τη Μη Βία



Through the European Youth Foundation



ΥCOVID 17-30: Νέοι και νέες βγαίνουν από την ευαλωτότητα με Εργασιακή Εκπαίδευση και Προσωπική Ανάπτυξη.

Γενικές Πληροφορίες για τον ΟΑΕΔ & το Μητρώο Ανέργων

Τι είναι ΟΑΕΔ;

ΟΑΕΔ είναι μία κρατική υπηρεσία η οποία ασχολείται με την εργασία και την απασχόληση.

Η λέξη **ΟΑΕΔ** προέρχεται από τα αρχικά των λέξεων Οργανισμός Απασχόλησης Εργατικού Δυναμικού.

Είναι ένας σύνδεσμος μεταξύ των ανθρώπων που ψάχνουν δουλειά και των επιχειρήσεων που αναζητούν υπαλλήλους.

Επίσης ο ΟΑΕΔ βοηθάει άνεργους είτε με επιδόματα, είτε ως διαμεσολαβητής για να βρουν δουλειά και παρέχει διάφορες άλλες υπηρεσίες σχετικά με την εργασία και την απασχόληση.

Παρέχει κάρτα ανεργίας που βοηθάει τους άνεργους να βρουν δουλειά, ταμείο - επίδομα ανεργίας και πολλά άλλα. Μπορείτε να ανατρέξετε στην επίσημη ιστοσελίδα του στο www.oaed.gr για να δείτε αναλυτικές πληροφορίες και τα απαραίτητα δικαιολογητικά για κάρτα ανεργίας.

Τι είναι κάρτα ανεργίας;

Κάρτα ανεργίας είναι μία κάρτα την οποία μπορεί να πάρει κάποιος άνεργος από τον ΟΑΕΔ.

Η **κάρτα ανεργίας** δίνει την ιδιότητα του άνεργου σε κάποιο άτομο και μπορεί να τον βοηθήσει να βρει δουλειά μέσω του ΟΑΕΔ ή και να προσληφθεί από μία επιχείρηση μέσω πχ μίας επιδότησης.

Το άτομο που την έχει, θα πρέπει να την ανανεώνει ανά κάποια χρονικά διαστήματα σε κάποιο επιμέρους υποκατάστημα του ΟΑΕΔ (την περίοδο της πανδημίας είναι κάθε 3 μήνες ηλεκτρονικά), γιατί αλλιώς διαγράφεται αυτόματα.

Τι είναι ταμείο ανεργίας;

Ταμείο ανεργίας είναι κάποια χρήματα που δίνει ο ΟΑΕΔ σαν βοήθημα σε άνεργους, υπό προϋποθέσεις και για κάποιο συγκεκριμένο χρονικό διάστημα.

Ταμείο ανεργίας δικαιούνται άτομα τα οποία έχουν απολυθεί από τη δουλειά τους κι έχουν συμπληρώσει έναν ελάχιστο αριθμό ενσήμων από την τρέχουσα χρονιά και από την προηγούμενη.



ΥCOVID 17-30: Νέοι και νέες βγαίνουν από την ευαλωτότητα με Εργασιακή Εκπαίδευση και Προσωπική Ανάπτυξη.

Υπάρχουν δηλαδή συγκεκριμένες προϋποθέσεις και αν τις έχετε, παίρνετε στην ουσία κάποια χρήματα κάθε μήνα για κάποιους μήνες.

Αν θέλετε να μάθετε περισσότερες λεπτομέρειες και να μάθετε αν δικαιούστε ταμείο ανεργίας όπως και το ακριβές ποσό και την ακριβή διάρκεια, μπείτε στην ιστοσελίδα του ΟΑΕΔ, στο επίδομα ανεργίας για να δείτε αν το δικαιούστε και τι προϋποθέσεις χρειάζεται να έχετε.

Αν δεν το δικαιούστε, μην αμελήσετε να βγάλετε κάρτα ανεργίας, είναι πολύ πιθανό να σας βοηθήσει (κυρίως να μπείτε σε κάποια δουλειά μέσω προγράμματος).

Τι είναι άνεργος;

Άνεργος είναι το άτομο το οποίο δεν έχει δουλειά και δεν απασχολείται με κάτι στη ζωή του ώστε να βγάζει κάποιο εισόδημα.

Ο **άνεργος** μπορεί να βγάλει κάρτα ανεργίας ώστε να τον βοηθήσει ο ΟΑΕΔ να βρει κάπου δουλειά.

Αντίστοιχα αν πληροί τα κριτήρια μπορεί να ενταχθεί και στο ταμείο ανεργίας ώστε να έχει κάποιο οικονομικό βοήθημα για ένα χρονικό διάστημα μέχρι να βρει δουλειά.

Όσο χειρότερα πάει η οικονομία και όσο κλείνουν επιχειρήσεις, τόσο μειώνονται οι θέσεις εργασίας και τόσο αυξάνονται οι άνεργοι.

Τι είναι ανεργία;

Ανεργία είναι ένας δείκτης που μετριέται με ποσοστό που δείχνει πόσοι άνθρωποι δεν έχουν δουλειά για να βγάλουν εισόδημα - είναι άνεργοι.

Πολλές φορές ακούμε πχ ότι η **ανεργία** σκαρφάλωσε το 25%. Αυτό σημαίνει με απλά λόγια ότι το 25% των ανθρώπων που θα μπορούσαν να εργάζονται, δεν έχουν δουλειά.

Όταν λέμε ότι θα μπορούσαν να εργάζονται, εννοούμε τους πάντες εκτός από τα παιδιά, τους συνταξιούχους, κ.λπ. που δεν είναι σε θέση να δουλέψουν.

Για να είμαστε ακριβείς, αυτό που προαναφέρουμε (το 25%) είναι το λεγόμενο ποσοστό ανεργίας.

Η "σκέτη λέξη" ανεργία δηλώνει απλά την κατάσταση των ανθρώπων: ότι είναι χωρίς δουλειά (ενώ θα μπορούσαν να δουλέψουν).

Ο ΟΑΕΔ προσπαθώντας να "απαλύνει" την κατάσταση αυτή, προσφέρει το ταμείο ανεργίας και την κάρτα ανεργίας. Παρόλα αυτά, δεν αρκούν για να καταπολεμηθεί μιας και αν δεν δημιουργηθούν θέσεις εργασίας, το πρόβλημα όχι μόνο δε λύνεται αλλά οξύνεται.



ΥCOVID 17-30: Νέοι και νέες βγαίνουν από την ευαλωτότητα με Εργασιακή Εκπαίδευση και Προσωπική Ανάπτυξη.

Τι είναι δικαιολογητικά;

Δικαιολογητικά είναι κάποια χαρτιά τα οποία θα πρέπει να προσκομίσουμε, για παράδειγμα σε κάποια δημόσια υπηρεσία, ώστε να μας εξυπηρετήσουν ή να μας παρέχουν κάτι.

Για παράδειγμα τα δικαιολογητικά για κάρτα ανεργίας είναι κάποια χαρτιά - έγγραφα που θα πρέπει να πάμε στον ΟΑΕΔ, ώστε να του αποδείξουμε ότι είμαστε εμείς και ότι είμαστε πραγματικά άνεργοι.

Αντίστοιχα σε πολλές άλλες τέτοιες περιπτώσεις χρειάζονται **δικαιολογητικά**, όπως για να βγάλουμε ταμείο ανεργίας ΟΑΕΔ, να πάρουμε κάποιο επίδομα, κλπ.

Αυτά τα έγγραφα είναι μεν ταλαιπωρία αλλά είναι και αναγκαίο κακό, οπότε είναι καλό να τα μαζέψουμε και να τα έχουμε τακτοποιημένα. Σε περίπτωση που δυσκολευόμαστε, μπορούμε να ζητήσουμε βοήθεια από διάφορους κοινωνικούς φορείς.

Τι είναι συνταξιοδότηση;

Συνταξιοδότηση είναι το καθεστώς στο οποίο βρίσκεται κάποιος, ο οποίος λαμβάνει σύνταξη (ένα στάνταρ μηνιαίο χρηματικό ποσό).

Για να βρεθεί κάποιος σε καθεστώς συνταξιοδότησης θα πρέπει να έχει δουλέψει κάποια χρόνια και να έχει φτάσει ένα όριο ηλικίας και πάνω, έτσι λοιπόν θα λάβει σύνταξη.

Λέμε π.χ. ότι θα κάνω τα χαρτιά για συνταξιοδότηση. Αυτό σημαίνει πως θα ετοιμάσουμε όλα τα απαραίτητα έγγραφα για να ξεκινήσουμε να παίρνουμε σύνταξη. Έτσι θα σταματήσουμε να δουλεύουμε και κάθε μήνα θα πληρωνόμαστε το ποσό της σύνταξης που μας αναλογεί, αν πάντα πληρούμε τις προϋποθέσεις.

Για να περάσουμε στο καθεστώς αυτό, απαιτείται αρκετή γραφειοκρατική δουλειά από διάφορους φορείς (το κράτος, τα ασφαλιστικά ταμεία, κ.λπ.), και χρόνος.

Προϋποθέσεις εγγραφής στο μητρώο ανέργων

Στο μητρώο ανέργων μπορεί να εγγραφεί οποιοδήποτε φυσικό πρόσωπο, ηλικίας 15 – 74 ετών, το οποίο: α) δεν ασκεί ελεύθερο ή άλλο επάγγελμα β) είναι ικανό για εργασία και παράλληλα διαθέσιμο στην αγορά εργασίας και γ) αναζητά ενεργά απασχόληση.

Η εγγραφή στο μητρώο ανέργων πραγματοποιείται ηλεκτρονικά μέσω των e-services ΟΑΕΔ, η πρόσβαση στις οποίες πραγματοποιείται με τη χρήση κωδικών TAXISnet. **Δεν απαιτείται η προσέλευση αυτοπροσώπως στις Υπηρεσίες.**



ΥCOVID 17-30: Νέοι και νέες βγαίνουν από την ευαλωτότητα με Εργασιακή Εκπαίδευση και Προσωπική Ανάπτυξη.

Εάν υπάρχει πρόσφατη εγγραφή στο μητρώο, οι συναλλασσόμενοι/-ες ταυτοποιούνται με τη χρήση των κωδικών TAXISnet και τη συμπλήρωση του ΑΜΚΑ. Διαφορετικά, απαιτείται πρώτα η εγγραφή στο σύστημα και η συμπλήρωση κάποιων βασικών στοιχείων.

Κατά την υποβολή της ηλεκτρονικής αίτησης εγγραφής στο μητρώο ανέργων, οι συναλλασσόμενοι/-ες συμπληρώνουν τα απαραίτητα πεδία εγγραφής ανέργου. Υπάρχει η δυνατότητα επιλογής της Υπηρεσίας (ΚΠΑ2), στην οποία θα υποβάλουν την αίτησή τους. Σύμφωνα με το ισχύον νομικό πλαίσιο, αυτή μπορεί να είναι η Υπηρεσία είτε του τόπου κατοικίας τους είτε της τελευταίας απασχόλησης (εφόσον προέρχονται από λήξη εργασιακής σχέσης). Για το λόγο αυτό, παρέχεται η δυνατότητα καταχώρισης διεύθυνσης κατοικίας και τελευταίας εργασίας.



ΥCOVID 17-30: Νέοι και νέες βγαίνουν από την ευαλωτότητα με Εργασιακή Εκπαίδευση και Προσωπική Ανάπτυξη.

ΟΑΕΔ – Επιδόματα, Βοηθήματα και Παροχές Κοινωνικής Προστασίας

Μια σειρά σημαντικών επιδομάτων, βοηθημάτων και παροχών δίνει ο ΟΑΕΔ για την ενίσχυση και προστασία του εργατικού δυναμικού της χώρας. Αν και οι περισσότεροι γνωρίζουν τον Οργανισμό μόνο για το γνωστό επίδομα ανεργίας, η εργαλειοθήκη του περιλαμβάνει πολλές πολιτικές που έχουν σκοπό την οικονομική στήριξη και κάλυψη ασφαλιστικών αναγκών των πολιτών. Μεταξύ αυτών, οι 16 κυριότερες παροχές:

1) Επίδομα Ανεργίας: Το βασικό μηνιαίο επίδομα ανεργίας ανέρχεται στα 399,25 ευρώ για διάστημα από 80 έως 300 μέρες, συν τις ενισχύσεις εορτών. Για κάθε προστατευόμενο μέλος της οικογένειας προσαυξάνεται κατά 10%. Δικαιούχοι είναι οι εγγεγραμμένοι άνεργοι στο μητρώο του ΟΑΕΔ (αυτοί δηλ που έχουν κάρτα ανεργίας) που είτε 1) έχουν απολυθεί, 2) έχουν λήξει οι συμβάσεις ορισμένου χρόνου, ή 3) βρίσκονται σε επίσχεση εργασίας, και πληρούν τις προϋποθέσεις των ημερών ασφάλισης. Επιδοτούμενοι άνεργοι της ΕΕ μπορούν να μεταφέρουν στην Ελλάδα το επίδομα τους για διάστημα έως 3 μήνες.

2) Επίδομα Μακροχρόνιας Ανεργίας: Όσοι έχουν εξαντλήσει το 12μηνο επίδομα ανεργίας, δικαιούνται για άλλους 12 μήνες το μηνιαίο επίδομα μακροχρόνια ανέργων που ανέρχεται στα 200 ευρώ. Ισχύουν εισοδηματικά κριτήρια. (εξετάζεται το εισόδημα που δηλώνουμε στην φορολογική δήλωση)

3) Βοήθημα Ανεργίας Ελεύθερων Επαγγελματιών Ασφαλισμένων του ΕΦΚΑ (τ. ΟΑΕΕ, τ. ΕΤΑΠ – ΜΜΕ, τ. ΕΤΑΑ): Το βοήθημα είναι 360 ευρώ τον μήνα, για 3 έως 9 μήνες ανάλογα με τα χρόνια ασφάλισης. Ισχύουν εισοδηματικά κριτήρια.

4) Ειδικό Εποχικό Βοήθημα: Το ύψος του ειδικού εποχικού βοηθήματος κυμαίνεται από 508 έως 1.016 ευρώ και πληρώνεται μια φορά στο τρίμηνο Σεπτεμβρίου-Νοεμβρίου κάθε έτους. Δικαιούχοι είναι εργαζόμενοι ασφαλισμένοι στον ΕΦΚΑ που ασκούν ένα από τα 2 επαγγέλματα που συμπεριλαμβάνονται στη σχετική λίστα (βλ. πληροφορίες στον ιστότοπο oaed.gr).

5) Ειδικό Βοήθημα Τρίμηνης Παραμονής στο Μητρώο Ανέργων, Επίσχεσης Εργασίας, και Αποφυλακισμένων: Όσοι συμπληρώσουν 3 μήνες εγγεγραμμένοι στο μητρώο ανέργων του ΟΑΕΔ και έχουν δουλέψει τουλάχιστον 60 μέρες το προηγούμενο έτος δικαιούνται 239,55 ευρώ. Δικαιούχοι είναι επίσης όσοι βρίσκονται σε επίσχεση εργασίας και το βοήθημα ανέρχεται σε 319,40 ευρώ. Για αυτές τις δυο



ΥCOVID 17-30: Νέοι και νέες βγαίνουν από την ευαλωτότητα με Εργασιακή Εκπαίδευση και Προσωπική Ανάπτυξη.

κατηγορίες δικαιούχων το βοήθημα δίνεται 3 φορές στο ίδιο ημερολογιακό έτος ανά τρίμηνο. Οι αποφυλακισμένοι δικαιούνται βοήθημα έως 239,55 ευρώ, αλλά δίνεται 3 φορές στο ίδιο ημερολογιακό έτος ανά μήνα. Για όλους τους παραπάνω δικαιούχους, το βοήθημα προσαυξάνεται κατά 10% για κάθε προστατευόμενο μέλος της οικογένειας (παιδιά, άνεργος/η σύζυγος). Ισχύουν εισοδηματικά κριτήρια.

6) Ειδικό Βοήθημα μετά τη Λήξη του Επιδόματος Ανεργίας: Εάν για ένα μήνα μετά τη λήξη του επιδόματος ανεργίας ο δικαιούχος παραμένει εγγεγραμμένος άνεργος, λαμβάνει μια φορά 207,61 ευρώ, προσαυξανόμενο κατά 10% για κάθε προστατευόμενο μέλος της οικογένειας. Ισχύουν εισοδηματικά κριτήρια. Εξαιρούνται όσοι δικαιούνται το ειδικό εποχικό βοήθημα. (είναι το αρ 4).

7) Παροχή λόγω Αφερεγγυότητας Εργοδότη: Όσοι εργάζονται σε επιχείρηση που πτωχεύει, λαμβάνουν μια φορά παροχή που αντιστοιχεί σε ανεξόφλητες αποδοχές έως 3 μήνες και ασφαρίζονται σε όλους τους κλάδους.

8) Ειδική Παροχή Προστασίας Μητρότητας: Οι εργαζόμενες του ιδιωτικού τομέα μετά τη λήξη της λοχείας δικαιούνται ειδική παροχή για 6 μήνες ίση με το κατώτατο μισθό και ασφαρίζονται στους κλάδους κύριας και επικουρικής ασφάλισης και ασθένειας.

9) Συμπληρωματική Παροχή Μητρότητας: Οι εργαζόμενες με σύμβαση ιδιωτικού δικαίου κατά τη διάρκεια της κυοφορίας και λοχείας δικαιούνται συμπληρωματική παροχή για διάστημα έως 4 μήνες που καλύπτει την διαφορά μεταξύ των αποδοχών που θα λάμβαναν και του επιδόματος μητρότητας του ΕΦΚΑ που λαμβάνουν, και επίσης ασφαρίζονται στον κλάδο κύριας ασφάλισης.

10) Προαιρετική Ασφάλιση Μακροχρόνια Ανέργων για Θεμελίωση Συνταξιοδοτικού

Δικαιώματος: Δικαιούχοι είναι οι μακροχρόνια άνεργοι (εγγεγραμμένοι πάνω από 12 μήνες) που τους υπολείπονται έως 1.500 μέρες ασφάλισης για την συμπλήρωση της ελάχιστης προϋπόθεσης θεμελίωσης πλήρους σύνταξης στον ΕΦΚΑ. Ο ΟΑΕΔ καταβάλλει τις εισφορές κύριας και επικουρικής ασφάλισης.

11) Επίδομα Διαμονής σε Τουριστικά Καταλύματα (κοινωνικός τουρισμός):

Δικαιούχοι είναι εργαζόμενοι, επιδοτούμενοι άνεργοι, και εργαζόμενες που λαμβάνουν την παροχή προστασίας μητρότητας, με τουλάχιστον 50 μέρες εργασίας, επιδόματος, ή παροχής αντίστοιχα κατά το προηγούμενο έτος. Επίσης,



ΥCOVID 17-30: Νέοι και νέες βγαίνουν από την ευαλωτότητα με Εργασιακή Εκπαίδευση και Προσωπική Ανάπτυξη.

εγγεγραμμένοι άνεργοι ΑμεΑ (άτομα με αναπηρία) με ποσοστό αναπηρίας 50% και άνω είναι δικαιούχοι χωρίς άλλες προϋποθέσεις. Η διάρκεια διαμονής είναι έως 5 μέρες, και διπλασιάζεται στην Λέσβο, Χίο, Σάμο, Κω και Λέρο. Ισχύουν εισοδηματικά και κοινωνικά κριτήρια. Ωφελούμενοι είναι και τα προστατευόμενα μέλη των δικαιούχων.

12) Επίδομα Διαμονής σε Παιδικές Κατασκηνώσεις: Δικαιούχοι είναι τα παιδιά ηλικίας 6-12 ετών των εργαζόμενων, των επιδοτούμενων ανέργων, και εργαζόμενες που λαμβάνουν την παροχή προστασίας μητρότητας, με τουλάχιστον 50 μέρες εργασίας, επιδόματος, ή παροχής αντίστοιχα κατά το προηγούμενο έτος. Επίσης, οι άνεργοι που είναι εγγεγραμμένοι για διάστημα τουλάχιστον 4 μηνών στο μητρώο του ΟΑΕΔ είναι δικαιούχοι. Το επίδομα δίνεται για διαμονή κατά την περίοδο 15/6-10/9 και για διάστημα έως 15 μέρες. Ισχύουν εισοδηματικά και κοινωνικά κριτήρια.

13) Επιταγή Αγοράς Βιβλίων: Δικαιούχοι είναι εργαζόμενοι, επιδοτούμενοι άνεργοι, και εργαζόμενες που λαμβάνουν την παροχή προστασίας μητρότητας, με τουλάχιστον 50 μέρες εργασίας, επιδόματος, ή παροχής αντίστοιχα κατά το προηγούμενο έτος. Επίσης, οι άνεργοι που είναι εγγεγραμμένοι για διάστημα τουλάχιστον 4 μηνών στο μητρώο του ΟΑΕΔ είναι δικαιούχοι. Η επιταγή είναι αξίας 20 ευρώ και εξαιρούνται τα σχολικά βιβλία. Ισχύουν εισοδηματικά και κοινωνικά κριτήρια. Ωφελούμενοι είναι και τα προστατευόμενα μέλη των δικαιούχων. (κάνουμε αίτηση στον ΟΑΕΔ και αν μας εγκρίνουν πηγαίνουμε σε αντίστοιχα βιβλιοπωλεία και παίρνουμε βιβλία. Δεν παίρνουμε χρήματα).

14) Επιταγή Θεάματος: Δικαιούχοι είναι εργαζόμενοι, επιδοτούμενοι άνεργοι, και εργαζόμενες που λαμβάνουν την παροχή προστασίας μητρότητας, με τουλάχιστον 50 μέρες εργασίας, επιδόματος, ή παροχής αντίστοιχα κατά το προηγούμενο έτος. Επίσης, οι άνεργοι που είναι εγγεγραμμένοι για διάστημα τουλάχιστον 4 μηνών στο μητρώο του ΟΑΕΔ είναι δικαιούχοι. Η επιταγή είναι αξίας 15 ευρώ για θέση πλατείας για την παρακολούθηση θεατρικών παραστάσεων και παιδικής σκηνής κατά την χειμερινή θεατρική περίοδο (Οκτώβριος-Μάιος). Ισχύουν εισοδηματικά και κοινωνικά κριτήρια. Ωφελούμενοι είναι και τα προστατευόμενα μέλη των δικαιούχων. (είναι εισιτήρια κυρίως για θέατρα).

15) Δωρεάν Φιλοξενία Βρεφών και Νηπίων:

Δικαιούχοι είναι τα βρέφη από οκτώ μηνών έως 2,5 ετών και νήπια από 2,5 ετών έως την εγγραφή τους στο νηπιαγωγείο των εργαζόμενων, επιδοτούμενων ανέργων, και εργαζόμενων που λαμβάνουν την παροχή προστασίας μητρότητας, με τουλάχιστον 50 μέρες εργασίας, επιδόματος, ή παροχής αντίστοιχα κατά το προηγούμενο έτος.



ΥCOVID 17-30: Νέοι και νέες βγαίνουν από την ευαλωτότητα με Εργασιακή Εκπαίδευση και Προσωπική Ανάπτυξη.

Η φιλοξενία ισχύει στους 25 Βρεφονηπιακούς Σταθμούς του ΟΑΕΔ. Ισχύουν εισοδηματικά και κοινωνικά κριτήρια.

16) Παροχή Ιατροφαρμακευτικής Περίθαλψης για Ανέργους: Δικαιούχοι είναι 1) Άνεργοι νέοι έως 29 ετών που είναι γραμμένοι στο μητρώο του ΟΑΕΔ για διάστημα τουλάχιστον 2 μηνών(έχουν κάρτα ανεργίας), 2) Μακροχρόνια άνεργοι 30-54 ετών με 600-3000 ημέρες ασφάλισης, και 3) Μακροχρόνια άνεργοι 55 ετών και άνω με 3000-4500 ημέρες ασφάλισης.



ΥCOVID 17-30: Νέοι και νέες βγαίνουν από την ευαλωτότητα με Εργασιακή Εκπαίδευση και Προσωπική Ανάπτυξη.

Υπηρεσίες Δωρεάν Ψυχολογικής Υποστήριξης στη Θεσσαλονίκη

Συμβουλευτική Υποστήριξη Δήμου Θεσσαλονίκης

Ψυχολογική Υποστήριξη | Σχολές Γονέων | Κοινωνικό Πνευματικό Κέντρο | Κέντρα Πρόληψης

Υπεύθυνη Προγράμματος: Καλογεροπούλου Μαρία-Άννα

Διεύθυνση: Μοναστηρίου 53-55, 4ος όροφος

Η κοινωνικο-οικονομική κρίση που επικρατεί στη χώρα μας έχει επιπτώσεις σε πολλούς τομείς και πιο πολύ στη ψυχική υγεία όλων μας. Μέσα σε αυτό το πλαίσιο, η αναγκαιότητα της ύπαρξης δωρεάν ψυχολογικής υποστήριξης θεωρείται απαραίτητη. Το Τμήμα Κοινωνικής Πολιτικής & Ισότητας των Φύλων του Δήμου Θεσσαλονίκης, θέλοντας να συνεισφέρει στην βελτίωση της ποιότητας ζωής των κατοίκων, υλοποιεί Πρόγραμμα Παροχής Δωρεάν Ψυχολογικής Υποστήριξης.

Στόχος του προγράμματος είναι η παροχή βραχύχρονης ψυχολογικής στήριξης στα πλαίσια συμβουλευτικής σε κατοίκους του Δήμου. Το πρόγραμμα αποβλέπει στην αντιμετώπιση ήπιων ψυχολογικών προβλημάτων, όπως η διαχείριση συναισθηματικών δυσκολιών (άγχος, κατάθλιψη, θυμός), διαταραχές συμπεριφοράς, (έλλειψη ενδιαφέροντος, χαμηλή αυτοεκτίμηση), δυσκολίες στις διαπροσωπικές και οικογενειακές σχέσεις, (έλλειψη επικοινωνίας, διαζύγιο, διαπαιδαγώγηση παιδιών), ψυχοσωματικά προβλήματα (αϋπνία, πονοκέφαλοι).

Ο αριθμός των συνεδριών που παρέχονται στους κατοίκους του Δήμου Θεσσαλονίκης είναι 3-5 κατά περίπτωση. Επίσης, στα πλαίσια του προγράμματος παρέχεται ενημέρωση και δικτύωση των κατοίκων με τις υπόλοιπες δομές της πόλης μας.

ΩΡΑΡΙΟ ΕΞΥΠΗΡΕΤΗΣΗΣ ΠΟΛΙΤΩΝ

8:00-14:00

ΤΗΛΕΦΩΝΑ ΕΞΥΠΗΡΕΤΗΣΗΣ

231331-8938

Ψυχιατρικό Νοσοκομείο Θεσσαλονίκης ΨΝΘ

Η Διοίκηση του Γ.Ν.Θ. «Γ. Παπανικολάου» – Ψ.Ν.Θ., Οργανική Μονάδα Ψυχιατρικό Νοσοκομείο Θεσσαλονίκης με γνώμονα το υψηλό αίσθημα κοινωνικής ευθύνης και



ΥCOVID 17-30: Νέοι και νέες βγαίνουν από την ευαλωτότητα με Εργασιακή Εκπαίδευση και Προσωπική Ανάπτυξη.

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
- 09:00πμ -14:00μμ: Δευτέρα έως Παρασκευή 2310-518350 / 2310-501284

Επίσης, εάν αισθάνεστε ότι έχετε ανάγκη ψυχολογικής υποστήριξης μπορείτε να καλέσετε τις ακόλουθες υπηρεσίες του Ψυχιατρικού Νοσοκομείου Θεσσαλονίκης, από Δευτέρα έως Παρασκευή και ώρες 09:00πμ. -14:00μμ.:

- Κέντρο Ημέρας: 2310-554030
- Κ.Κ.Ψ.Υ. κεντρικού τομέα 2313-310700
- Κ.Κ.Ψ.Υ. βορειοδυτικού τομέα 2313-310100
- Κ.Κ.Ψ.Υ. δυτικού τομέα 2313-310600

Ειδικά για θέματα παιδιών και εφήβων μπορείτε να καλείτε:

- Κινητή Μονάδα Παιδιών Εφήβων 2310-744017
- Κέντρο Ψυχικής Υγείας Παιδιών Εφήβων (Ιατροπαιδαγωγικό) 2310-554031
- Παιδοψυχιατρική υπηρεσία του Κ.Κ.Ψ.Υ. κεντρικού τομέα 2313-310700
- Παιδοψυχιατρική υπηρεσία του Κ.Κ.Ψ.Υ. δυτικού τομέα 2313-310600



ΥCOVID 17-30: Νέοι και νέες βγαίνουν από την ευαλωτότητα με Εργασιακή Εκπαίδευση και Προσωπική Ανάπτυξη.

< ΠΥΞΙΔΑ >

Δυτική Θεσσαλονίκη Συκιές, με αξιόλογους ψυχολόγους

Για την ενημέρωση των γονέων για τα στάδια ανάπτυξης του παιδιού και τις ψυχικές και συναισθηματικές ανάγκες κάθε ηλικίας, καθώς και για τους παράγοντες που επηρεάζουν τη χρήση ουσιών και άλλες επικίνδυνες συμπεριφορές. Συναντήσεις συμβουλευτικής καθοδήγησης στο άτομο ή την οικογένεια .

Κέντρο Πρόληψης Ν. Θεσσαλονίκης <<Πυξίδα>> (Δήμος Νεάπολης- Συκεών)
Τηλ.231202015, 204453 Fax 2310202015, 204453

E-mail. info@pyxida.org.gr

ΚΕΣΥΨΥ κέντρο συμβουλευτικής του ΑΠΘ

Επικοινωνία

Κέντρο Συμβουλευτικής και Ψυχολογικής Υποστήριξης του ΑΠΘ Κάτω Φοιτητική
Λέσχη-Υγειονομική Υπηρεσία του Α.Π.Θ.

Επικοινωνήστε μαζί μας,

είτε τηλεφωνικά Δευτέρα έως Παρασκευή 8:30πμ έως 3μμ στα τηλέφωνα:

2310 992643 (Ελισάβετ Νεοφυτίδου)

2310 992621 (Άλτα Πανέρα)

και

2310 992643 (Δήμητρα Συμεωνίδου) : Δευτέρα και Πέμπτη 15.00-21.00 και Τρίτη-
Τετάρτη – Παρασκευή 9.00-15.00.

Πηγή: <http://kesypsy.web.auth.gr/el>

Κέντρα Ψυχικής Υγείας Θεσσαλονίκη

Κέντρο Ψυχικής Υγείας Κεντρικού τομέα, στην Πλατεία Δημοκρατίας – Δημητρίου και
Καραολή 1 – 1ος και 2ος όροφος,

τηλ. 2313 310700 και email : psychothes.gr

Υπάρχει επίσης το ΚΨΥ Βορειοδυτικού τομέα στις Συκιές τηλ.2313 310100



ΥCOVID 17-30: Νέοι και νέες βγαίνουν από την ευαλωτότητα με Εργασιακή Εκπαίδευση και Προσωπική Ανάπτυξη.

Τηλεφωνικές Γραμμές Ψυχολογικής Υποστήριξης:

Οι τηλεφωνικές γραμμές συμβουλευτικής υποστήριξης παρέχουν άμεση υποστήριξη σε όσους έχουν ανάγκη να ακούσουν μία βοηθητική φωνή τη στιγμή που τη θέλουν. Μη διστάζεις να καλέσεις, είναι το πρώτο βήμα για να νιώσεις καλύτερα!

Γραμμή Βοήθειας για την Κατάθλιψη: 1034 Προβλήματα ψυχικής υγείας, εξειδίκευση στο θέμα της κατάθλιψης. -Δευτέρα έως Παρασκευή -Πανελλαδική εμβέλεια -Κόστος αστικής κλήσης.

Τηλεφωνική Γραμμή Άμεσης Κοινωνικής Βοήθειας: 210197 Εξειδικευμένες υπηρεσίες ψυχοκοινωνικής στήριξης και κοινωνικής αλληλεγγύης. -Κάθε ημέρα, όλο το 24ωρο -Όλη η Ελλάδα εκτός Αττικής -Δωρεάν κλήση

Γραμμή παρέμβασης για την αυτοκτονία: 1018. Καθημερινή 24ωρη με αστική χρέωση

Γραμμή ψυχολογικής στήριξης ΛΟΑΤΚΙ+ ατόμων: «11528 – ΔΙΠΛΑ ΣΟΥ».
Δευτέρα – Παρασκευή 11.00 – 20.00

Γραμμή SOS της Γενικής Γραμματείας Ισότητας: 15900 Τηλεφωνική βοήθεια και συμβουλές σε γυναίκες θύματα βίας. -Κάθε ημέρα, όλο το 24ωρο -Πανελλαδική εμβέλεια -Κόστος αστικής κλήσης

Συμβουλευτική Γραμμή 115 25 «Μαζί για το Παιδί». Δευτέρα – Παρασκευή 9.00 – 21.00

Εθνική Γραμμή Παιδικής Προστασίας 1107

Δωρεάν, 24 ώρες, κάθε μέρα. Άμεση ενημέρωση και επείγουσα συμβουλευτική, ψυχολογική και κοινωνική στήριξη για θέματα που σε απασχολούν ή αν βρίσκεσαι σε κίνδυνο. Διασύνδεση με τις κατάλληλες υπηρεσίες, κινητοποίηση μηχανισμών επείγουσας παρέμβασης. Επίσης, ενημέρωση και συμβουλευτική σε γονείς για θέματα που αφορούν τα παιδιά τους και τον γονικό ρόλο τους.

Γραμμή για εφήβους: 116111

Η ευρωπαϊκή «Γραμμή στήριξης παιδιών και εφήβων 116 111» είναι μια νέα συμβουλευτική τηλεφωνική γραμμή αποκλειστικά για παιδιά και εφήβους. Αν είσαι παιδί ή έφηβος μέχρι 18 ετών μπορείς να τηλεφωνήσεις δωρεάν από σταθερό ή κινητό τηλέφωνο από οποιοδήποτε μέρος της Ελλάδας. Οι μέρες και ώρες που μπορείς να καλέσεις είναι από Δευτέρα έως και Παρασκευή από τις 14:00 το μεσημέρι ως τις 20:30 το βράδυ και κάθε Σάββατο από τις 9:30 το πρωί ως τις 14:00 το μεσημέρι.



ΥCOVID 17-30: Νέοι και νέες βγαίνουν από την ευαλωτότητα με Εργασιακή Εκπαίδευση και Προσωπική Ανάπτυξη.

Στη «Γραμμή στήριξης παιδιών και εφήβων 116 111» μπορείς να μιλήσεις για οτιδήποτε σε απασχολεί. Όλα τα προβλήματα, μικρά και μεγάλα, είναι το ίδιο σημαντικά. Μη διστάσεις λοιπόν να τηλεφωνήσεις αν έχεις ανησυχίες για το μέλλον σου, αν βρίσκεις δυσκολίες στη σχέση με τους γονείς ή τους φίλους σου, αν αντιμετωπίζεις προβλήματα στην οικογένεια, όπως χωρισμό των γονιών, θάνατο ενός αγαπημένου προσώπου ή αν απλά νιώθεις φοβισμένος.

Δίκτυο κοινωνικής αλληλεγγύης και υποστήριξης: 1037

Στο πλαίσιο αυτό το Δίκτυο Κοινωνικής Αλληλεγγύης και Υποστήριξης – τηλεφωνική γραμμή 1037 είναι το Δίκτυο προστασίας το οποίο βασίζεται στην αρχή της κοινωνικής αλληλεγγύης.

Στόχοι του δικτύου 1037 είναι να βοηθήσει μη οργανωμένες ομάδες πληθυσμού (είτε πρόκειται για ευπαθή άτομα είτε όχι) έτσι ώστε η Μακεδονία και η Θράκη να αναδειχθούν κοινωνικοί χώροι – χώροι με ανθρώπινο πρόσωπο.

Κάθε πολίτης μπορεί να καλέσει τον τετραψήφιο αριθμό 1037 για να ζητήσει βοήθεια.

Πρόκειται για μια πρωτοβουλία του Υπουργείου Μακεδονίας – Θράκης, η οποία υλοποιείται σε συνεργασία με το Μακεδονικό Ινστιτούτο Εργασίας του Εργατικού Κέντρου Θεσσαλονίκης.

Γραμμή για τη σεξουαλική διαφορετικότητα και την ταυτότητα του φύλου: 11528

Καλώντας το 11528, οι νέοι και οι νέες με διαφορετικό σεξουαλικό προσανατολισμό ή/και ταυτότητα φύλου, οι οικογένειές τους, αλλά και οι εκπαιδευτικοί όλων των βαθμίδων, λαμβάνουν ολοκληρωμένη ειδική συμβουλευτική ενημέρωση και ψυχολογική υποστήριξη αναφορικά με την αποδοχή της σεξουαλικής διαφορετικότητας και την ορθή διαχείριση περιστατικών αρνητικής διάκρισης σε σχέση με τον διαφορετικό σεξουαλικό προσανατολισμό και την ταυτότητα, στην οικογένεια, στο σχολείο, στο πανεπιστήμιο και στον εργασιακό χώρο.

Ψυχολογική υποστήριξη για άτομα που πάσχουν από καρκίνο: 1069

Μέσω της εθνικής γραμμής υποστήριξης των ανθρώπων που εμπλέκονται με τον καρκίνο 1069, όλοι οι πολίτες μπορούν να έρθουν σε επικοινωνία με τους 5 ειδικούς ψυχικής υγείας, 5 ημέρες την εβδομάδα, 12 ώρες το 24ωρο, ώστε να πάρουν τις πληροφορίες και την υποστήριξη που χρειάζονται.



ΥCOVID 17-30: Νέοι και νέες βγαίνουν από την ευαλωτότητα με Εργασιακή Εκπαίδευση και Προσωπική Ανάπτυξη.

ΟΚΑΝΑ: 1031

Βασικοί στόχοι της γραμμής 1031 είναι η άμεση πρόσβαση σε πληροφορίες σχετικά με τις ψυχοτρόπες ουσίες και τη χρήση τους, την πρόληψη και τη λειτουργία των Κέντρων Πρόληψης, τη θεραπεία και τις υπάρχουσες υπηρεσίες, τον ΟΚΑΝΑ και τα προγράμματά του, η εξατομικευμένη συμβουλευτική υποστήριξη βραχείας διάρκειας και η άμεση βοήθεια και ψυχολογική υποστήριξη σε καταστάσεις κρίσης, οι οποίες σχετίζονται με τη χρήση ουσιών (σύνδρομο στέρησης, αυτοκτονική συμπεριφορά, πρόληψη υποτροπής).

Γραμμή για τις εξαρτήσεις: 1145

Εθνικό κέντρο άμεσης κοινωνικής βοήθειας: 197

Τα άτομα και οι πληθυσμιακές ομάδες, στις οποίες κατά προτεραιότητα απευθύνονται και στοχεύουν οι υπηρεσίες του Δικτύου των Μονάδων του Ε.Κ.Κ.Α. είναι:

- πολίτες που χρήζουν ενημέρωσης για θέματα κοινωνικής φροντίδας και διασύνδεσης με το Δίκτυο των Υπηρεσιών του Εθνικού Συστήματος Κοινωνικής Αλληλεγγύης
- παιδιά και έφηβοι/έφηβες που κακοποιούνται
- παιδιά και έφηβοι/έφηβες που παραμελούνται ή εγκαταλείπονται
- έφηβοι και έφηβες που εγκαταλείπουν το σπίτι τους
- θύματα οικογενειακής βίας
- ενήλικοι και ηλικιωμένοι που χρήζουν άμεσης ψυχολογικής και κοινωνικής βοήθειας
- άτομα που βρίσκονται σε κρίση και κίνδυνο βλάβης
- θύματα παράνομης διακίνησης με σκοπό την σεξουαλική ή οικονομική εκμετάλλευση
- θύματα έκτακτων φυσικών και μαζικών καταστροφών



ΥCOVID 17-30: Νέοι και νέες βγαίνουν από την ευαλωτότητα με Εργασιακή Εκπαίδευση και Προσωπική Ανάπτυξη.

Γραμμή ψυχολογικής υποστήριξης “ΙΘΑΚΗ”: 1145

Παρεχόμενες υπηρεσίες: Ενημέρωση για θέματα εξαρτησιογόνων ουσιών.
Πληροφόρηση για υπηρεσίες αντιμετώπισης του προβλήματος σε όλη την Ελλάδα.
Ψυχολογική υποστήριξη μέσα από τη διαδικασία της ενεργητικής ακρόασης και της συζήτησης μέσω τηλεφώνου σε κλίμα εμπιστοσύνης και σεβασμού.

Γραμμή για τον τζόγο: 1114

Η τηλεφωνική Γραμμή Ψυχολογικής Υποστήριξης και Τηλεσυμβουλευτικής 1114 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.

Δημιουργήθηκε το 2011 με τη συνεργασία του Ομίλου ΟΠΑΠ, καθώς διαπιστώθηκε η ανάγκη σύστασης μιας γραμμής βοήθειας για άτομα που πιθανόν αντιμετωπίζουν προβλήματα εξάρτησης από την ενασχόληση τους με τα τυχερά παιχνίδια.

ΤΟ ΧΑΜΟΓΕΛΟ ΤΟΥ ΠΑΙΔΙΟΥ: 1056

«Το Χαμόγελο του Παιδιού» με βάση την μακρόχρονη εμπειρία του σε ένα ευρύ φάσμα προβλημάτων αλλά και γενικότερων θεμάτων που αφορούν στο παιδί και στην οικογένεια, του δίνει τη δυνατότητα παροχής συμβουλευτικής υποστήριξης μέσα από όλα τα τμήματα του και τις υπηρεσίες του.

Η Τηλεφωνική Γραμμή Υποστήριξης λειτουργεί χωρίς χρέωση, 24 ώρες τη μέρα και 7 ημέρες την εβδομάδα.

Τηλεφωνική γραμμή για το κάπνισμα : 1142

Από την 1η Σεπτεμβρίου 2010 λειτουργεί καθημερινά 7.00 με 24.00 η γραμμή Ενημέρωσης και Υποστήριξης 1142 για την διακοπή του καπνίσματος. Στόχος της λειτουργίας της είναι πρωτίστως η ενημέρωση πολιτών και επαγγελματιών για τον ισχύοντα αντικαπνιστικό νόμο και η παροχή υποστήριξης και χρήσιμων πληροφοριών για όσους θέλουν να σταματήσουν το κάπνισμα.

Η γραμμή έχει γίνει δεκτή από το κοινό με ιδιαίτερη «θέρμη», από την πρώτη μέρα λειτουργίας της. Συνεχίζει να καταγράφει προβλήματα σχετικά με την εφαρμογή του νόμου, καθώς και τις καταγγελίες για παραβάσεις στα καταστήματα υγειονομικού



ΥCOVID 17-30: Νέοι και νέες βγαίνουν από την ευαλωτότητα με Εργασιακή Εκπαίδευση και Προσωπική Ανάπτυξη.

ενδιαφέροντος και τους εργασιακούς χώρους δημοσίου και ιδιωτικού τομέα. Όλες οι καταγγελίες διαβιβάζονται στις αρμόδιες υπηρεσίες, οι οποίες πραγματοποιούν τους ελέγχους.

Παράλληλα, παρέχονται συμβουλευτικές πληροφορίες για τη διακοπή του καπνίσματος και δίνεται λεπτομερής ενημέρωση για τα δημόσια και ιδιωτικά “Κέντρα Διακοπής Καπνίσματος” για όλη την ελληνική επικράτεια.

Το τεύχος δημιουργήθηκε στο πλαίσιο του έργου
YCOVID 17-30: Youth Comes Out of Vulnerability through professional
Interaction and self Development

ΑΝΤΙΓΟΝΗ-Κέντρο Πληροφόρησης και Τεκμηρίωσης για το Ρατσισμό, την Οικολογία, την
Ειρήνη και τη Μη Βία

ΑΝΤΙΓΟΝΗ

ΚΕΝΤΡΟ ΠΛΗΡΟΦΟΡΗΣΗΣ ΚΑΙ ΤΕΚΜΗΡΙΩΣΗΣ
για τον Ρατσισμό, την Οικολογία, την Ειρήνη και τη Μη Βία



Supported by the Council of Europe

Through the European Youth Foundation