



# ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΣΥΜΦΩΝΟ ΓΙΑ ΤΗΝ ΨΥΧΙΚΗ ΥΓΕΙΑ ΚΑΙ ΕΥΕΞΙΑ

ΕΥΡΩΠΑΪΚΗ ΔΙΑΣΚΕΨΗ ΥΨΗΛΟΥ ΕΠΙΠΕΔΟΥ  
ΜΑΖΙ ΓΙΑ ΤΗΝ ΨΥΧΙΚΗ ΥΓΕΙΑ  
ΚΑΙ ΕΥΕΞΙΑ

Βρυξελλες, 12-13 Ιουνίου 2008



Slovensko predsedstvo EU 2008  
Slovenian Presidency of the EU 2008  
La Présidence slovène de l'UE 2008



## ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΣΥΜΦΩΝΟ

### ΓΙΑ ΤΗΝ ΨΥΧΙΚΗ ΥΓΕΙΑ ΚΑΙ ΕΥΕΞΙΑ

Εμείς, οι συμμετέχοντες στην ευρωπαϊκή διάσκεψη υψηλού επιπέδου «Μαζί για την ψυχική υγεία και ευεξία», Βρυξέλλες, 13 Ιουνίου 2008, αναγνωρίζουμε τη σημασία και τη σχέση της ψυχικής υγείας και της ευεξίας με την Ευρωπαϊκή Ένωση, τα Κράτη Μέλη της, τα εμπλεκόμενα μέρη και τους πολίτες της.

#### I - ΑΝΑΓΝΩΡΙΖΟΥΜΕ ΟΤΙ

- Η ψυχική υγεία αποτελεί ανθρώπινο δικαίωμα. Δίνει τη δυνατότητα στους πολίτες να απολαμβάνουν την ευεξία, την ποιότητα της ζωής και της υγείας. Προάγει τη μάθηση, την απασχόληση και τη συμμετοχή στην κοινωνία.
- Το επίπεδο της ψυχικής υγείας και της ευεξίας του πληθυσμού αποτελεί τη βασική πηγή επιτυχίας της Ευρωπαϊκής Ένωσης ως κοινωνία που βασίζεται στη γνώση και την οικονομία. Είναι ένας σημαντικός παράγοντας για την επίτευξη των στόχων της Λισσαβόνας, την ανάπτυξη και την απασχόληση, την κοινωνική συνοχή και την αειφόρο ανάπτυξη.
- Οι ψυχικές διαταραχές σημειώνουν αύξηση στην ΕΕ. Σήμερα, περίπου 50 εκατομμύρια πολίτες (σχεδόν το 11% του πληθυσμού) εκτιμάται ότι πάσχουν από ψυχικές διαταραχές, ενώ γυναίκες και άνδρες αναπτύσσουν και εκδηλώνουν διαφορετικά συμπτώματα. Ήδη η κατάθλιψη αποτελεί το πιο διαδεδομένο ψυχικό νόσημα σε πολλά κράτη της Ευρωπαϊκής Ένωσης.
- Η αυτοκτονία παραμένει μια από τις κυριότερες αιτίες θανάτου. Στην ΕΕ, σημειώνονται περίπου 58.000 αυτοκτονίες ετησίως εκ των οποίων τα ¾ διαπράττονται από άντρες. Οκτώ κράτη μέλη είναι μεταξύ των των δεκαπέντε χωρών με τα υψηλότερα ποσοστά αυτοκτονιών των αντρών παγκοσμίως.
- Οι ψυχικές διαταραχές και η αυτοκτονία προκαλούν αβάσταχτο πόνο στα άτομα, τις οικογένειες τους και τις κοινότητες, ενώ οι ψυχικές διαταραχές αποτελούν βασική αιτία αναπηρίας. Ασκούν πίεση στην υγεία και τα συστήματα υγείας, εκπαίδευσης, οικονομίας, αγοράς εργασίας και κοινωνικής ευημερίας σε ολόκληρη την ΕΕ.
- Συμπληρωματική δράση και μια συνδυασμένη προσπάθεια σε επίπεδο ΕΕ μπορούν να βοηθήσουν τα Κράτη Μέλη να αντιμετωπίσουν αυτές τις προκλήσεις προωθώντας την καλή ψυχική υγεία στον πληθυσμό, ενισχύοντας την προληπτική δράση και την αυτοβοήθεια, και παρέχοντας υποστήριξη σε ανθρώπους που βιώνουν προβλήματα ψυχικής υγείας και τις οικογένειες τους, επιπλέον των μέτρων που εκπονούν τα Κράτη Μέλη μέσω των κοινωνικών υπηρεσιών και των υπηρεσιών υγείας και ιατρικής περίθαλψης.

#### II - ΣΥΜΦΩΝΟΥΜΕ ΟΤΙ

- Υπάρχει ανάγκη για ένα αποφασιστικό πολιτικό βήμα ώστε να καταστούν η ψυχική υγεία και η ευεξία βασική προτεραιότητα..
- Χρειάζεται να αναπτυχθεί δράση για την ψυχική υγεία και την ευημερία σε επίπεδο ΕΕ εμπλέκοντας τους σχετικούς πολιτικούς ιθύνοντες και ενδιαφερόμενους, συμπεριλαμβάνοντας εκείνους από την υγεία, την παιδεία, τους κοινωνικούς φορείς και τη διαकाοσύνη, τους κοινωνικούς εταίρους καθώς και οργανώσεις από την κοινωνία των πολιτών.
- Οι άνθρωποι οι οποίοι έχουν βιώσει προβλήματα ψυχικής υγείας έχουν πολύτιμη εμπειρία και χρειάζεται να παίξουν ενεργό ρόλο στο σχεδιασμό και την υλοποίηση δράσεων.
- Η ψυχική υγεία και η ευημερία πολιτών και ομάδων, συμπεριλαμβανομένων όλων των ηλικιακών ομάδων, των φύλων, των εθνικών προελεύσεων και των κοινωνικοοικονομικών ομάδων, χρειάζεται να προωθηθεί με βάση στοχευμένες παρεμβάσεις που λαμβάνουν υπόψη και είναι ευαισθητοποιημένες ως προς την ποικιλομορφία του ευρωπαϊκού πληθυσμού.
- Υπάρχει ανάγκη να βελτιωθεί η βάση της γνώσης για την ψυχική υγεία: συλλέγοντας στοιχεία σχετικά με την κατάσταση της ψυχικής υγείας του πληθυσμού και οργανώνοντας έρευνα σχετικά με την επιδημιολογία, τις αιτίες, τους καθοριστικούς παράγοντες και τις συνέπειες της ψυχικής υγείας και της κακής υγείας, και δυνατότητες για παρεμβάσεις και βέλτιστες πρακτικές εντός και εκτός του κοινωνικού τομέα και του τομέα της υγείας.

#### III - ΚΑΝΟΥΜΕ ΕΚΚΛΗΣΗ ΓΙΑ ΑΝΑΛΗΨΗ ΔΡΑΣΗΣ ΣΕ ΠΕΝΤΕ ΤΟΜΕΙΣ- ΠΡΟΤΕΡΑΙΟΤΗΤΑΣ

##### I - ΠΡΟΛΗΨΗ ΤΗΣ ΚΑΤΑΘΛΙΨΗΣ ΚΑΙ ΤΩΝ ΑΥΤΟΚΤΟΝΙΩΝ

Η κατάθλιψη είναι μια από τις πιο κοινές και σοβαρές ψυχικές διαταραχές και ένας σημαντικός παράγων κινδύνου για συμπεριφορά με τάσεις αυτοκτονίας. Ένας πολίτης πεθαίνει κάθε εννέα λεπτά λόγω αυτοκτονίας στην Ευρωπαϊκή Ένωση. Ο αριθμός των αποπειρών αυτοκτονίας εκτιμάται ότι είναι δέκα φορές υψηλότερος. Τα αναφερόμενα ποσοστά αυτοκτονίας στα Κράτη Μέλη διαφέρουν βάσει συντελεστή 12.

Οι πολιτικοί ιθύνοντες και οι εμπλεκόμενοι καλούνται να αναλάβουν δράση για την πρόληψη των αυτοκτονιών και της κατάθλιψης συμπεριλαμβάνοντας τα παρακάτω:

- Βελτίωση της εκπαίδευσης των επαγγελματιών του τομέα της υγείας και των βασικών πρωταγωνιστών εντός του κοινωνικού τομέα πάνω στην ψυχική υγεία.
- Περιορισμός της πρόσβασης σε πιθανά μέσα αυτοκτονίας.

- Ανάλυση μέτρων για αύξηση της ενημέρωσης περί ψυχικής υγείας στο ευρύ κοινό, στους υπεύθυνους του τομέα της υγείας και άλλων σχετικών τομέων.
- Ανάλυση μέτρων για μείωση των παραγόντων κινδύνου αυτοκτονίας όπως υπερβολική κατανάλωση αλκοόλ, χρήση ουσιών και κοινωνικός αποκλεισμός, κατάθλιψη και άγχος.
- Παροχή μηχανισμών υποστήριξης μετά από απόπειρες αυτοκτονίας και για όσους έχουν χτυπηθεί από αυτήν χάνοντας κάποιον δικό τους, όπως ψυχολογική υποστήριξη.

## II - ΨΥΧΙΚΗ ΥΓΕΙΑ ΣΤΟΥΣ ΝΕΟΥΣ ΚΑΙ ΠΑΙΔΕΙΑ

Η θεμελίωση της δια βίου ψυχικής υγείας γίνεται σε νεαρή ηλικία. Έως και το 50% των ψυχικών διαταραχών ξεκινούν κατά την εφηβεία. Τα προβλήματα ψυχικής υγείας μπορούν να εντοπιστούν σε 10% ως και 20% των νεαρών ατόμων, με υψηλότερα ποσοστά μεταξύ των δυσπραγούσων ομάδων του πληθυσμού.

Οι πολιτικοί ιθύνοντες και οι εμπλεκόμενοι καλούνται να αναλάβουν δράση όσον αφορά την ψυχική υγεία των νέων και την παιδεία συμπεριλαμβάνοντας τα παρακάτω:

- Διασφάλιση σχημάτων για έγκαιρη παρέμβαση σε ολόκληρο το εκπαιδευτικό σύστημα.
- Προγράμματα για την προώθηση των γονεϊκών δεξιοτήτων
- Παροχή εκπαίδευσης των των επαγγελματιών του τομέα της υγείας, εκπαίδευσης, νεολαίας και άλλων σχετικών κλάδων με την ψυχική υγεία και ευεξία.
- Προώθηση της ενσωμάτωσης της κοινωνικοσυναισθηματικής εκμάθησης σε σχολικές και εξωσχολικές δραστηριότητες και στην προσχολική και σχολική κουλτούρα.
- Προγράμματα πρόληψης της κακοποίησης, του εκφοβισμού, της βίας κατά των νέων και της έκθεσής τους στον κοινωνικό αποκλεισμό.
- Προώθηση της συμμετοχής των νεαρών ατόμων στην εκπαίδευση, τον πολιτισμό, τον αθλητισμό και την απασχόληση.

## III - ΨΥΧΙΚΗ ΥΓΕΙΑ ΣΤΟΥΣ ΧΩΡΟΥΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

Η απασχόληση είναι ευεργετική για την φυσική και ψυχική υγεία. Η ψυχική υγεία και η ευεξία του εργατικού δυναμικού είναι μια βασική πηγή παραγωγικότητας και καινοτομίας στην ΕΕ. Ο ρυθμός και η φύση της εργασίας αλλάζει, οδηγώντας σε μεγαλύτερη πίεση της ψυχικής υγείας και της ευημερίας. Χρειάζεται δράση για την αντιμετώπιση της σταθερής αύξησης της απουσίας από την εργασία και την αδυναμία, και πρέπει να χρησιμοποιηθεί κάθε δυνατότητα για τη βελτίωση της παραγωγικότητας που σχετίζεται με το άγχος και τις ψυχικές διαταραχές. Ο χώρος εργασίας παίζει πολύ σημαντικό ρόλο στην κοινωνική ένταξη των ανθρώπων με προβλήματα ψυχικής υγείας.

Οι υπεύθυνοι πολιτικής, οι κοινωνικοί εταίροι και οι λοιποί ενδιαφερόμενοι καλούνται να αναλάβουν δράση για την ψυχική υγεία στο χώρο εργασίας συμπεριλαμβάνοντας τα παρακάτω:

- Βελτίωση της οργάνωσης της εργασίας, της οργανωτικής κουλτούρας και των ηγετικών πρακτικών προκειμένου να προωθηθεί η ψυχική υγεία και η ευεξία στο χώρο εργασίας, συμπεριλαμβάνοντας τη συμφιλίωση της επαγγελματικής και της προσωπικής ζωής.
- Υλοποίηση προγραμμάτων ψυχικής υγείας και ευεξίας με αξιολόγηση του κινδύνου και προγράμματα πρόληψης για καταστάσεις που μπορεί να προκαλέσουν αντίθετα αποτελέσματα στην ψυχική υγεία των εργαζομένων (άγχος, βίαιη συμπεριφορά όπως βία και παρενόχληση στην εργασία, αλκοόλ, ναρκωτικά) και σχήματα έγκαιρης παρέμβασης στο χώρο εργασίας.
- Παροχή μέτρων για υποστήριξη των προσλήψεων, της διατήρησης ή της αποκατάστασης και επιστροφής στην εργασία ανθρώπων με προβλήματα ψυχικής υγείας ή διαταραχές.

## IV - ΨΥΧΙΚΗ ΥΓΕΙΑ ΤΩΝ ΗΛΙΚΙΩΜΕΝΩΝ

Ο πληθυσμός της Ευρωπαϊκής Ένωσης γηράσκει. Η προχωρημένη ηλικία μπορεί να φέρει μαζί της κάποιους παράγοντες κινδύνου για την ψυχική υγεία και την ευεξία, όπως απώλεια της κοινωνικής υποστήριξης από την οικογένεια και τους φίλους και την εμφάνιση κάποιας φυσικής ή νευροεκφυλιστικής ασθένειας, όπως η νόσος Alzheimer και άλλες μορφές άνοιας. Τα ποσοστά αυτοκτονίας είναι υψηλά μεταξύ των ηλικιωμένων. Η προώθηση της υγιούς και ενεργής γήρανσης είναι ένας από τους σημαντικούς πολιτικούς στόχους της ΕΕ.

Οι πολιτικοί ιθύνοντες και οι εμπλεκόμενοι καλούνται να αναλάβουν δράση για την ψυχική υγεία των ηλικιωμένων συμπεριλαμβάνοντας τα παρακάτω:

- Προώθηση της ενεργούς συμμετοχής των ηλικιωμένων στη ζωή της κοινότητας, περιλαμβάνοντας την προώθηση της φυσικής τους δραστηριότητας και των εκπαιδευτικών ευκαιριών.
- Ανάπτυξη ευέλικτων σχημάτων συνταξιοδότησης που επιτρέπουν στους ηλικιωμένους να παραμένουν στην εργασία για μεγαλύτερο χρονικό διάστημα είτε σε βάση πλήρους είτε μερικής απασχόλησης.
- Παροχή μέτρων για την προώθηση της ψυχικής υγείας και της ευεξίας μεταξύ των ηλικιωμένων που δέχονται φροντίδα (ιατρική και/ή κοινωνική) τόσο στην κοινότητα όσο και στα ιδρύματα.
- Ανάλυση μέτρων για την υποστήριξη όσων φροντίζουν τους ηλικιωμένους.

## V - ΚΑΤΑΠΟΛΕΜΗΣΗ ΤΟΥ ΣΤΙΓΜΑΤΙΣΜΟΥ ΚΑΙ ΤΟΥ ΚΟΙΝΩΝΙΚΟΥ ΑΠΟΚΛΕΙΣΜΟΥ

Ο στιγματισμός και ο κοινωνικός αποκλεισμός αποτελούν τόσο παράγοντες κινδύνου όσο και συνέπειες των ψυχικών διαταραχών, που μπορεί να δημιουργήσουν σοβαρότατα προσκόμματα στην αναζήτηση βοήθειας και ανάρρωσης.

Οι πολιτικοί ιθύνοντες και οι εμπλεκόμενοι καλούνται να αναλάβουν δράση για την καταπολέμηση του Στιγματισμού και του Κοινωνικού Αποκλεισμού συμπεριλαμβάνοντας τα παρακάτω:

- Υποστήριξη εκστρατειών κατά του στιγματισμού και δραστηριοτήτων όπως στα μέσα ενημέρωσης, τα σχολεία και το χώρο εργασίας για την προώθηση της ενσωμάτωσης των ανθρώπων με ψυχικές διαταραχές.
- Ανάπτυξη υπηρεσιών ψυχικής υγείας που είναι καλά ενταγμένες στην κοινωνία, θέτουν το άτομο στο επίκεντρο και λειτουργούν με τρόπο που αποφεύγει το στιγματισμό και τον αποκλεισμό.
- Προώθηση της ενεργής ένταξης στην κοινωνία των ανθρώπων με προβλήματα ψυχικής υγείας, συμπεριλαμβάνοντας τη βελτίωση της πρόσβασης τους σε αξιοπρεπή εργασία, κατάρτιση και εκπαιδευτικές ευκαιρίες.
- Ανάμιξη ανθρώπων με προβλήματα ψυχικής υγείας, των οικογενειών τους και των θεραπόντων σε σχετικές πολιτικές διαδικασίες και διαδικασίες λήψης αποφάσεων.

## IV - ΞΕΚΙΝΑΜΕ ΤΟ ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΣΥΜΦΩΝΟ ΓΙΑ ΤΗΝ ΨΥΧΙΚΗ ΥΓΕΙΑ ΚΑΙ ΤΗΝ ΕΥΗΜΕΡΙΑ

Το Σύμφωνο αναγνωρίζει ότι η κύρια ευθύνη για την ανάληψη δράσης στον συγκεκριμένο τομέα ανήκει στα Κράτη Μέλη. Ωστόσο, το Σύμφωνο βασίζεται στη δυνατότητα της Ευρωπαϊκής Ένωσης να ενημερώνει, να προάγει τις καλύτερες πρακτικές και να ενθαρρύνει τις δράσεις των κρατών μελών και των εμπλεκόμενων καθώς και να βοηθά στην αντιμετώπιση κοινών προκλήσεων και την επίλυση προβλημάτων ανισότητας στο χώρο της υγείας.

Το πλαίσιο αναφοράς για το Σύμφωνο είναι το ευρωπαϊκό πολιτικό κερτημένο για την ψυχική υγεία και την ευεξία το οποίο προέκυψε μέσα από πρωτοβουλίες των Κοινοτικών πολιτικών τα προηγούμενα χρόνια, μαζί με τις δεσμεύσεις που ανέλαβαν οι Υπουργοί Υγείας των κρατών μελών στη Διακήρυξη περί Ψυχικής Υγείας για την Ευρώπη του 2005 του ΠΟΥ καθώς και σε σχετικές διεθνείς Πράξεις όπως η Συνθήκη των Ηνωμένων Εθνών για τα Δικαιώματα των Ατόμων με Αναπηρία.

Το Σύμφωνο φέρνει κοντά τους Ευρωπαϊκούς Θεσμούς, τα Κράτη Μέλη, τους εμπλεκόμενους από διάφορους τομείς, συμπεριλαμβάνοντας ανθρώπους που κινδυνεύουν να αποκλειστούν εξαιτίας προβλημάτων ψυχικής υγείας, αλλά και την ερευνητική κοινότητα προκειμένου να υποστηρίξουν και να προωθήσουν την ψυχική υγεία και την ευεξία. Είναι μια αντανάκλαση της δέσμευσης τους για μια μακροπρόθεσμη διαδικασία ανταλλαγής, συνεργασίας και συντονισμού όσον αφορά τις σημαντικότερες προκλήσεις.

Το Σύμφωνο θα πρέπει να διευκολύνει τον έλεγχο των τάσεων και των δραστηριοτήτων στα κράτη μέλη και μεταξύ των εμπλεκόμενων. Βασικό είναι την βέλτιστη Ευρωπαϊκή πρακτική, πρέπει να βοηθά στην εκπόνηση συστάσεων για δράση και πρόοδο επεξεργαζόμενο τα θέματα προτεραιότητας.

## V - ΣΥΝΕΠΩΣ ΚΑΛΟΥΜΕ

- Τα Κράτη Μέλη από κοινού με άλλους εμπλεκόμενους φορείς από όλους τους τομείς και την Κοινωνία των Πολιτών στην ΕΕ και τους διεθνείς οργανισμούς να δεσμευτούν ως προς το Σύμφωνο για την Ψυχική Υγεία και Ευεξία και να συμβάλουν στην εφαρμογή του:
- Η Ευρωπαϊκή Επιτροπή και τα Κράτη Μέλη, μαζί με τους σχετικούς διεθνείς οργανισμούς και ενδιαφερόμενους:
  - Να δημιουργήσουν ένα μηχανισμό για την ανταλλαγή πληροφοριών.
  - Να συνεργαστούν ώστε να εντοπίσουν καλές πρακτικές και παράγοντες επιτυχίας της πολιτικής δράσης και της δράσης των εμπλεκόμενων για την αντιμετώπιση των ζητημάτων προτεραιότητας του Συμφώνου, και να αναπτύξουν κατάλληλες συστάσεις και σχέδια δράσης.
  - Να ανακοινώνουν τα αποτελέσματα τέτοιων εργασιών μέσα από μια σειρά διασκέψεων σχετικά με τα θέματα προτεραιότητας του Συμφώνου κατά τα επόμενα χρόνια;
- Η Ευρωπαϊκή Επιτροπή να εκδώσει μια πρόταση για Σύσταση του Συμβουλίου πάνω στην Ψυχική Υγεία και Ευεξία εντός του 2009.
- Η Προεδρία να ενημερώσει το Ευρωπαϊκό Κοινοβούλιο και το Συμβούλιο Υπουργών καθώς και την Κοινωνική και Οικονομική Επιτροπή και την Επιτροπή Περιφερειών για τις διαδικασίες και αποτελέσματα της συγκεκριμένης διάσκεψης.

