

EUNOIA

Α' Βοήθειες ψυχικής Υγείας στον εργασιακό χώρο

KA2 Strategic partnership 2020-1-IE01-KA202-065977



Προγράμματα συνεχιζόμενης επαγγελματικής κατάρτισης και εκπαίδευσης ενηλίκων σε τομείς που συνδέονται με την αγορά εργασίας

Security, (Security Excellence Awards 2019)

Υγιεινή και Ασφάλεια Τροφίμων,

Πληροφορική,

Drones

κ.α.

Αυτοχρηματοδοτούμενα /Επιδοτούμενα από το ΕΣΠΑ.

Πιστοποίηση

Συμμετοχή στο Ευρωπαϊκό Πρόγραμμα Εκπαίδευσης Erasmus+

www.kek-axia.gr

ΣΥΜΠΡΑΞΗ

Ιρλανδία (MEAG)

Ιρλανδία (Good2Talk)

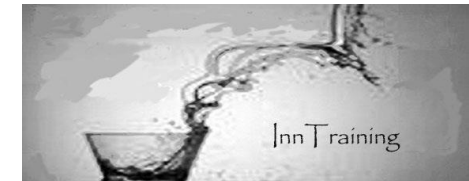
Ισπανία (Dramblys)

Τουρκία (KarabaglarKaymakamligi)

Σλοβενία (Agency for Territorial Marketing)

Ηνωμένο Βασίλειο (Inn Training)

Ελλάδα (Εκπαιδευτήρια Καλοσκάμη Α.Ε. – ΑΞΙΑ)



«Οι Α΄ ΒΨΥ είναι η βοήθεια που προσφέρεται σε ένα άτομο που αναπτύσσει πρόβλημα ψυχικής υγείας ή που βιώνει κρίση ψυχικής υγείας, έως ότου λάβει την κατάλληλη επαγγελματική θεραπεία ή μέχρι να επιλυθεί η κρίση.» ΠΟΥ



«Έχουμε επαγγελματικές Πρώτες Βοήθειες στο χώρο εργασίας αλλά όχι Πρώτες Βοήθειες Ψυχικής Υγείας, παρόλο που λέγεται ότι 1 στους 4 από εμάς θα αντιμετωπίσει ένα πρόβλημα ψυχικής υγείας κάποια στιγμή στη ζωή μας.» (Mind.org.uk, 2020)

Η ψυχική υγεία και ευεξία του ανθρώπινου δυναμικού αναγνωρίζεται ολοένα και περισσότερο ως ζήτημα καθοριστικής σημασίας

- Το 50% των ανθρώπων θα υποφέρουν από ψυχική ασθένεια κάποια στιγμή στη ζωή τους (ΠΟΥ)
- Το 25% του πληθυσμού υποφέρει από κατάθλιψη ή άγχος ανά έτος (ΠΟΥ)
- Περίπου το 50% των μειζόνων καταθλίψεων δεν αντιμετωπίζονται (ΠΟΥ)
- Έως και το 50% της χρόνιας αναρρωτικής άδειας οφείλεται σε κατάθλιψη/άγχος (ΠΟΥ)
- 136 δισ. ευρώ/ετησίως είναι το κόστος της μειωμένης παραγωγικότητας, συμπεριλαμβανομένου του απουσιασμού (ΕΕ - ΥΑΕ)
- Το εργασιακό άγχος προκαλεί ανησυχία σχεδόν στο 80% των ιδρυμάτων (ΕΕ - ΥΑΕ)
- Λιγότερο από το 30% των ευρωπαϊκών χώρων εργασίας έχουν διαδικασίες για την αντιμετώπιση του στρες στο χώρο εργασίας (ΕΕ - ΥΑΕ)

Στην εργασία περνάμε τις περισσότερες ώρες της ημέρας

Είναι σημαντικό να έχουμε επίγνωση του να έχουμε καλή ψυχική υγεία στο χώρο εργασίας.

Ο χώρος εργασίας προσφέρει πολλά πλεονεκτήματα για την προαγωγή της ψυχικής υγείας.

Αν καταφέρουμε να εντοπίσουμε το πρόβλημα εκεί εγκαίρως θα δημιουργήσουμε ένα καλύτερο περιβάλλον για τους συνεργάτες μας και αυτή η ευημερία θα επεκταθεί και στην οικογενειά μας και στους φίλους μας και στην κοινωνία γενικότερα.



ΣΤΟΧΟΙ

- Να ενημερωθούν οι εργοδότες σχετικά με το προσωπικό και οικονομικό κόστος της Ψυχικής Ασθένειας και τα οφέλη από την αντιμετώπιση αυτού του ζητήματος.
- Να παρέχει στους εργοδότες μια αποδοτική λύση για την αντιμετώπιση του ζητήματος της ψυχικής υγείας στο χώρο εργασίας.
- Να εξαλειφθεί το στίγμα και να αντιμετωπιστούν οι διακρίσεις στον χώρο εργασίας, με το να αποτελούν οι Α΄ ΒΨΥ θεμελιώδες μέρος των συστημάτων διαχείρισης H&S σε κάθε χώρο εργασίας στην Ευρώπη.
- Να δημιουργηθεί ένας εργασιακός χώρος χωρίς αποκλεισμούς, βοηθώντας τους ανθρώπους να βοηθήσουν ο ένας τον άλλον.
- Να αντιμετωπιστεί το ζήτημα σε επίπεδο πολιτικής της ΕΕ για την επίτευξη αυτού του στόχου, οι Α΄ ΒΨΥ στο χώρο εργασίας να είναι η συνιστώμενη λύση βέλτιστης πρακτικής.



Eunoia Report

- A. Λεπτομερής ανασκόπηση των υπαρχουσών ερευνών και εγγράφων πολιτικής σε εθνικό και ευρωπαϊκό επίπεδο για την ΥΑΕ.
- B. Πρωτογενής έρευνα στις χώρες εταίρους με τη μορφή συνεντεύξεων με εργαζόμενους και εργοδότες στις χώρες εταίρους με στόχο την καταγραφή των αναγκών τους.

Εκπαίδευση στις Α΄ ΒΨΥ από τον οργανισμό Inn Training και **πιστοποίηση** από τον FAA

Καμπάνια ενημέρωσης του κοινού

Πιλοτική εφαρμογή του μοντέλου ενσωμάτωσης της Εργασιακής Ψυχικής Υγείας σε οργανισμούς και επιχειρήσεις



EUNOIA

Σύστημα διαχείρισης της Εργασιακής
Ψυχικής Υγείας που ενσωματώνει τις Α'
ΒΨΥ στον πυρήνα του.



IO1 Διαδικτυακή
πλατφόρμα
www.bewell-eunoia.eu

102 Εγχειρίδιο για τους Εργοδότες σχετικά με τον τρόπο εισαγωγής της «Εργασιακής Ψυχικής Υγείας» στο χώρο εργασίας

1. Επιχειρήματα για ανάληψη πρωτοβουλίας για τη διαχείριση της υγείας και της ασφάλειας των εργαζομένων

- **Είναι το σωστό** – οι εργοδότες έχουν κοινωνική και εταιρική ευθύνη.
- **Είναι νόμος** – οδηγία πλαίσιο (89/391/ΕΟΚ)¹ οι εργοδότες είναι νομικά υποχρεωμένοι να εφαρμόζουν προληπτικά και προστατευτικά μέτρα και όσον αφορά τους κινδύνους για την ψυχική υγεία.
- **Είναι το έξυπνο πράγμα που πρέπει να κάνετε** – η προαγωγή της ψυχικής υγείας και η πρόληψη της βλάβης ενισχύει τις υψηλές επιδόσεις, την παραγωγικότητα, τη φήμη κ.λπ.

102 Εγχειρίδιο για Εργοδότες σχετικά με τον τρόπο εισαγωγής της «Εργασιακής Ψυχικής Υγείας» στο χώρο εργασίας

2. Τα βασικά στοιχεία μιας στρατηγικής ψυχικής υγείας στο χώρο εργασίας
3. Οδηγός εφαρμογής για την ενσωμάτωση της Ψυχικής Υγείας στις υπάρχουσες δομές υγείας και ασφάλειας στο χώρο εργασίας.
4. Λεπτομέρειες σχετικά με την Εκτίμηση Κινδύνου Ψυχικής Υγείας.
5. Επισκόπηση των Πρώτων Βοηθειών για την Ψυχική Υγεία.

103 Ένας οδηγός για τον εργασιακό χώρο

Το εγχειρίδιο για τις Α΄ΒΨΧ για τους εργαζομένους και το ευρύτερο κοινό περιλαμβάνει

- Τι σημαίνει ψυχική υγεία
- Πρώτες Βοήθειες για την Ψυχική Υγεία ως μεθοδολογία
- Προειδοποιητικά σημάδια στο χώρο εργασίας
- Καταστάσεις ψυχικής υγείας
- Στρατηγικές αυτοβοήθειας

ΕΥΧΑΡΙΣΤΟΥΜΕ ΠΟΛΥ!!