



**Π.Ε.Ψ.Α.Ε.Ε.**

Πανελλαδική Ένωση για την  
Ψυχοκοινωνική Αποκατάσταση  
και την Επαγγελματική Επανάταξη



**Κέντρο Ημέρας Υποστήριξης  
Εργαζομένων  
Πειραιά**



**Κέντρο Ημέρας  
Υποστήριξης  
Εργαζομένων  
Πειραιά**



Συνεργαζόμενος φορέας:

iasis



**Κέντρο Ημέρας Υποστήριξης  
Εργαζομένων Πειραιά**  
Δραγατσανίου 74,  
18545 Πειραιάς  
Τηλ: 2160703455, -56, -57

**WEBSITE**

[www.pepsaee.gr](http://www.pepsaee.gr)  
[www.mentalhealthatwork.gr](http://www.mentalhealthatwork.gr)

**FACEBOOK**

Κέντρο Ημέρας Υποστήριξης Εργαζομένων Πειραιά

**INSTAGRAM**

workersupportdaycenter

**E-MAIL**

daycenterpeiraias@pepsaee.gr



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ

**Ελλάδα 2.0**  
ΕΘΝΙΚΟ ΣΧΕΔΙΟ ΑΝΑΚΑΜΨΗΣ  
ΚΑΙ ΑΝΘΕΚΤΟΤΗΤΑΣ



Με τη χρηματοδότηση  
της Ευρωπαϊκής Ένωσης  
NextGenerationEU



**Π.Ε.Ψ.Α.Ε.Ε.**

Πανελλαδική Ένωση για την  
Ψυχοκοινωνική Αποκατάσταση  
και την Επαγγελματική Επανάταξη

## Γιατί Ψυχοκοινωνική υποστήριξη

Για να μπορεί κάποιος να διαχειριστεί την αβεβαιότητα σε ένα διαρκώς και ραγδαία μεταβαλλόμενο περιβάλλον με:

- Νέες συνθήκες εργασίας
- Νέες ανάγκες ανάπτυξης δεξιοτήτων
- Εργασιακή επισφάλεια

### Ποιοί μπορούν να απευθυνθούν στο κέντρο

- Εργαζόμενοι στο Δημόσιο Τομέα, με έμφαση στους εργαζομένους σε μονάδες υγείας
- Εργαζόμενοι στον ιδιωτικό τομέα
- Εργαζόμενοι σε Μη Κερδοσκοπικούς Οργανισμούς και σε Κοινωνικές Επιχειρήσεις και συνεταιρισμούς
- Εργαζόμενοι σε επισφαλείς θέσεις εργασίας
- Εργαζόμενοι σε ευέλικτες μορφές απασχόλησης
- Εργαζόμενοι με αναπηρίες ή από ευάλωτες ομάδες
- Εργοδότες, αυτοαπασχολούμενοι και ελεύθεροι επαγγελματίες
- Εργαζόμενοι στη ναυτιλία
- Εργαζόμενοι στον τουριστικό τομέα

### Ποιοί παρέχουν τις εξειδικευμένες υπηρεσίες

Η διεπιστημονική ομάδα αποτελείται από:

- Ψυχολόγους
- Κοινωνικούς Λειτουργούς
- Συμβούλους Απασχόλησης
- Ψυχίατρο
- Επισκέπτη Υγείας

### Ποιές υπηρεσίες παρέχονται

- Πρόληψη αγχωδών διαταραχών
- Βραχεία ψυχοθεραπευτική παρέμβαση
- Επαγγελματική συμβουλευτική
- Ομαδική και ατομική συμβουλευτική
- Κοινωνική υποστήριξη και πληροφόρηση
- Ομιλίες ευαισθητοποίησης
- Επιμόρφωση διευθυντικών στελεχών για θέματα ψυχικής υγείας των εργαζομένων
- Ομιλίες / αγωγή κοινότητας



### Κύρια πεδία υποστήριξης

- Προαγωγή ψυχικής υγείας και ευεξίας
- Επαγγελματική εξουθένωση και εργασιακό στρες
- Επαγγελματική προσαρμοστικότητα και ανθεκτικότητα
- Εργασιακός εκφοβισμός
- Ισορροπία επαγγελματικής και προσωπικής ζωής
- Εργασιακή ανασφάλεια και επανένταξη στην εργασία
- Επαγγελματική ανάπτυξη και αλλαγές σταδιοδρομίας
- Σεξουαλική παρενόχληση στην εργασία
- Επαγγελματική ένταξη ατόμων με αναπηρία ή ευάλωτες ομάδες

### Επίπεδα παρέμβασης επαγγελματιών ψυχικής υγείας

- Σεμινάρια ενημέρωσης
- Ομαδικές συνεδρίες
- Ατομικές συνεδρίες (διά ζώσης ή διαδικτυακά)
- Δράσεις αγωγής κοινότητας