



Βρυξέλλες, 7.6.2023
COM(2023) 298 final

**ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΗ ΤΗΣ ΕΠΙΤΡΟΠΗΣ ΠΡΟΣ ΤΟ ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΚΟΙΝΟΒΟΥΛΙΟ, ΤΟ
ΣΥΜΒΟΥΛΙΟ, ΤΗΝ ΕΥΡΩΠΑΪΚΗ ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΗ ΚΑΙ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΕΠΙΤΡΟΠΗ
ΚΑΙ ΤΗΝ ΕΠΙΤΡΟΠΗ ΤΩΝ ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΩΝ**

σχετικά με μια ολοκληρωμένη προσέγγιση της ψυχικής υγείας

Η ψυχική υγεία αποτελεί αναπόσπαστο μέρος της υγείας. Πρόκειται για μια κατάσταση ευεξίας στην οποία τα άτομα αξιοποιούν τις δυνατότητές τους και είναι σε θέση να αντιμετωπίζουν τα άγχη της ζωής και να συμβάλλουν στην κοινότητά τους. Η ψυχική υγεία αποτελεί προϋπόθεση για μια παραγωγική οικονομία και μια συμπεριληπτική κοινωνία και υπερβαίνει τα ατομικά ή οικογενειακά ζητήματα.

Η καλή ή κακή ψυχική υγεία δεν είναι αυθύπαρκτη, εξαρτάται από προσωπικούς και εξωτερικούς παράγοντες. Αντικατοπτρίζει την κατάσταση της κοινωνίας μας, της οικονομίας μας, του περιβάλλοντός μας, καθώς και την παγκόσμια κατάσταση που επικρατεί γύρω μας, και επηρεάζεται από αυτές. Η Ευρωπαϊκή Ένωση (ΕΕ) και ο κόσμος έχουν αντιμετωπίσει πρωτοφανείς κρίσεις, όπως η πανδημία COVID-19 και ο επιθετικός πόλεμος της Ρωσίας κατά της Ουκρανίας, η ενεργειακή κρίση και ο πληθωρισμός, που διαταράσσουν την καθημερινή πραγματικότητα και κλονίζουν τις προσδοκίες και την εμπιστοσύνη των πολιτών. Η τριπλή κρίση που αντιμετωπίζει ο πλανήτης (κλιματική αλλαγή, απώλεια βιοποικιλότητας και ρύπανση) επιδεινώνεται. Η αύξηση της ψηφιοποίησης, οι δημογραφικές αλλαγές και οι ριζικές αλλαγές στην αγορά εργασίας δημιουργούν προκλήσεις παράλληλα με τις ευκαιρίες. Πέρα από την αντιμετώπιση αυτών των κρίσεων, η αντιμετώπιση των προκλήσεων στον τομέα της ψυχικής υγείας είναι καίριας σημασίας για την ενίσχυση της ανθεκτικότητας των ατόμων και του πληθυσμού.

Η βελτίωση της ψυχικής υγείας αποτελεί τόσο κοινωνική όσο και οικονομική επιταγή. Πριν από την πανδημία COVID-19, περίπου 84 εκατομμύρια άτομα στην ΕΕ (ένα στα έξι άτομα) αντιμετώπιζαν προβλήματα ψυχικής υγείας, κάτι που επέφερε κόστος 600 δισ. EUR ή άνω του 4 % του ΑΕΠ¹ και με σημαντικές αποκλίσεις μεταξύ τους όσον αφορά την περιοχή, το κοινωνικό επίπεδο, το φύλο και την ηλικία. Όσον αφορά τον χώρο εργασίας, το 27 % των εργαζομένων ανέφεραν ότι αντιμετώπισαν εργασιακό στρες, κατάθλιψη ή άγχος τους προηγούμενους δώδεκα μήνες, στοιχείο που αυξάνει τις πιθανότητες συχνών απουσιών με σοβαρό αντίκτυπο στη ζωή των εργαζομένων και στην οργάνωση των επιχειρήσεων. Το **κόστος της μη ανάληψης δράσης** για την ψυχική υγεία είναι ήδη σημαντικό και, δυστυχώς, προβλέπεται να αυξηθεί ακόμα περισσότερο, σύμφωνα με τους παγκόσμιους παράγοντες πίεσης. Ήδη από το 2019 πάνω από το 7 % των ατόμων στην ΕΕ έπασχε από κατάθλιψη² και το 13 % αισθανόταν μοναξιά τον περισσότερο καιρό.

Η πανδημία αποτέλεσε σοβαρή απειλή για την ψυχική υγεία, ιδίως για τους νέους και για τα άτομα με προϋπάρχουσες ψυχικές παθήσεις. Κατά τη διάρκεια της πανδημίας, τα άτομα που πλήττονταν από μοναξιά στην ΕΕ διπλασιάστηκαν σε σύγκριση με τα έτη πριν από την πανδημία, με το ποσοστό τους να ανέρχεται στο 26 % σε ορισμένες περιφέρειες³. Η αυξημένη μοναξιά και η μειωμένη κοινωνική αλληλεπίδραση, η ανησυχία των ατόμων για την υγεία τους και την υγεία των αγαπημένων τους προσώπων, η αβεβαιότητα για το μέλλον,

¹ [Health at a Glance](#): Europe 2018 (Η υγεία με μια ματιά: Ευρώπη 2018).

² [Eurostat News - Eurostat \(europa.eu\)](#).

³ [New report: Loneliness doubles in Europe during the pandemic \(europa.eu\)](#) (Νέα έκθεση: Η μοναξιά διπλασιάζεται στην Ευρώπη κατά τη διάρκεια της πανδημίας).

το άγχος που προκαλούνταν από τον φόβο και την απώλεια⁴, στο σύνολό τους οδήγησαν σε διαταραχές μετατραυματικού στρες.

Η αυτοκτονία είναι η δεύτερη κύρια αιτία θανάτου των νέων (ηλικίας 15-19 ετών)⁵ μετά τα τροχαία ατυχήματα. Στην ΕΕ η ετήσια αξία της απώλειας της ψυχικής υγείας στα παιδιά και στους νέους εκτιμάται σε 50 δισ. EUR⁶.

Πίσω από τις στατιστικές αυτές υπάρχουν εκατομμύρια προσωπικές ιστορίες. Ιστορίες παιδιών και εφήβων για τους οποίους οι ταμπλέτες και τα έξυπνα τηλέφωνα, μαζί με τις πλατφόρμες κοινωνικής δικτύωσης και τις εφαρμογές ανταλλαγής μηνυμάτων, έχουν καταστεί αναπόσπαστο μέρος της ζωής τους, ενίοτε εις βάρος της σωματικής και ψυχικής υγείας. Ιστορίες κοινωνικά αποκλεισμένων ατόμων που αντιμετωπίζουν διακρίσεις. Ιστορίες ηλικιωμένων που αισθάνονται μοναξιά, εργαζομένων που βιώνουν επαγγελματική εξουθένωση· γονέων οι οποίοι δεν είναι πλέον σε θέση να αντεπεξέλθουν και ανθρώπων που αισθάνονται απομονωμένοι, λόγω του ποιοι είναι ή του τόπου στον οποίο ζουν.

Σύμφωνα με τον Χάρτη των Θεμελιωδών Δικαιωμάτων της ΕΕ, κάθε πρόσωπο **δικαιούται να έχει πρόσβαση στην πρόληψη σε θέματα υγείας και να απολαύει ιατρικής περίθαλψης**, σύμφωνα με τις προϋποθέσεις που ορίζονται στις εθνικές νομοθεσίες και πρακτικές. Σύμφωνα με τον ευρωπαϊκό πυλώνα κοινωνικών δικαιωμάτων, κάθε άνθρωπος έχει δικαίωμα έγκαιρης πρόσβασης σε οικονομικά προσιτή, καλής ποιότητας προληπτική και θεραπευτική υγειονομική περίθαλψη.

Μέρος μιας υγιούς κοινωνίας πρέπει να αποτελεί η πεποίθηση των ανθρώπων ότι μπορεί να βρεθεί βοήθεια και ότι είναι δυνατή η πρόσβαση σε υποστήριξη και σε οικονομικά προσιτή, υψηλής ποιότητας θεραπεία. Θα πρέπει να αποτελεί μείζονα **στόχο της δημόσιας πολιτικής** η διασφάλιση ότι κανείς δεν μένει στο περιθώριο, ότι οι πολίτες έχουν ισότιμη πρόσβαση σε υπηρεσίες πρόληψης και ψυχικής υγείας σε ολόκληρη την ΕΕ, καθώς και ότι η συλλογική δράση για την αντιμετώπιση των ψυχικών ασθενειών είναι στραμμένη προς την επανένταξη και την κοινωνική ένταξη. Απαιτείται αποτελεσματική καθοδήγηση, συντονισμός, ενισχυμένη στήριξη και στοχευμένη δράση για να έρθει η Ευρώπη πιο κοντά στην επίτευξη του στόχου αυτού. Η ανάλυση των δημογραφικών αλλαγών μπορεί να τροφοδοτήσει στοχευμένες παρεμβάσεις, καθώς οι δημογραφικοί παράγοντες μπορούν να συμβάλουν στον εντοπισμό ομάδων υψηλού κινδύνου που ενδέχεται να χρειάζονται ειδική στήριξη ή πόρους, καθώς και κατάλληλες πολιτικές, κατά περίπτωση.

Η πρόεδρος von der Leyen, ανταποκρινόμενη στην πραγματικότητα αυτήν και στην έκκληση των πολιτών για δράση στον τομέα της ψυχικής υγείας, στο πλαίσιο της Διάσκεψης για το

⁴ [The consequences of the COVID-19 pandemic on mental health and implications for clinical practice | European Psychiatry | Cambridge Core](#) (Οι συνέπειες της πανδημίας COVID-19 στην ψυχική υγεία και οι επιπτώσεις στην κλινική πρακτική).

⁵ The [State of the World's Children 2021](#): On My Mind – Promoting, protecting and caring for children's mental health, Regional brief: Europe (Η κατάσταση των παιδιών ανά τον κόσμο το 2021: Κατά νου — Προαγωγή, προστασία και φροντίδα της ψυχικής υγείας των παιδιών, Συνοπτική περιφερειακή έκθεση: Ευρώπη), UNICEF, 2021.

⁶ [SOWC-2021-Europe-regional-brief.pdf \(unicef.org\)](#).

Μέλλον της Ευρώπης, ανακοίνωσε μια νέα πρωτοβουλία για την ψυχική υγεία στην ΕΕ. Στο πλαίσιο της προτεραιότητας της Επιτροπής με τίτλο «Προωθούμε τον ευρωπαϊκό τρόπο ζωής μας», η παρούσα πρωτοβουλία σηματοδοτεί ένα σημείο καμπής στον τρόπο με τον οποίο αντιμετωπίζεται η ψυχική υγεία στην ΕΕ. Η Επιτροπή ανταποκρίνεται επίσης στο αίτημα του Ευρωπαϊκού Κοινοβουλίου για ανάληψη δράσης έπειτα από το ψήφισμα του 2022 σχετικά με την ψυχική υγεία στον ψηφιακό κόσμο της εργασίας⁷ που καλεί τα θεσμικά όργανα της ΕΕ και τα κράτη μέλη να αναγνωρίσουν την έκταση των προβλημάτων ψυχικής υγείας που σχετίζονται με την εργασία στην ΕΕ και να πράξουν ανάλογα. Η παρούσα ανακοίνωση σηματοδοτεί την έναρξη μιας νέας στρατηγικής προσέγγισης της ψυχικής υγείας, η οποία έχει διατομεακό χαρακτήρα και υπερβαίνει την πολιτική για την υγεία. Επικεντρώνεται στον τρόπο ανακούφισης των ατόμων που πάσχουν από προβλήματα ψυχικής υγείας και στις πολιτικές πρόληψης. Βασίζεται σε **τρεις κατευθυντήριες αρχές που θα πρέπει να ισχύουν για κάθε πολίτη της ΕΕ**: i) να έχει πρόσβαση σε επαρκή και αποτελεσματική πρόληψη, ii) να έχει πρόσβαση σε υψηλής ποιότητας και οικονομικά προσιτή ψυχική περίθαλψη και θεραπεία και iii) να είναι σε θέση να επανενταχθεί στην κοινωνία μετά την αποκατάσταση.

Οι εν λόγω κατευθυντήριες αρχές εμπνέουν όλες τις πτυχές της παρούσας πρωτοβουλίας και αντικατοπτρίζονται άμεσα στα κεφάλαια της.

Η τρέχουσα ολοκληρωμένη προσέγγιση της ψυχικής υγείας καλεί τους εθνικούς και περιφερειακούς φορείς, τους τομείς πολιτικής για την υγεία και τους τομείς που δεν συνδέονται με την υγεία και τα σχετικά ενδιαφερόμενα μέρη, από οργανώσεις ασθενών και της κοινωνίας των πολιτών έως την ακαδημαϊκή κοινότητα και τη βιομηχανία, να συνεργαστούν μεταξύ τους. Αποσκοπεί στην καθιέρωση εργαλείων για την προώθηση αλλαγών, μεταξύ άλλων σε διεθνές επίπεδο, την ενίσχυση υφιστάμενων δομών και την παρακολούθηση δράσεων.

Μέσω αυτής, θα στηριχθούν τα κράτη μέλη στις προσπάθειές τους να επιτύχουν τους στόχους του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας (ΠΟΥ) για τις μη μεταδοτικές νόσους έως το 2025⁸ και τους στόχους βιώσιμης ανάπτυξης (ΣΒΑ)⁹ έως το 2030, μεταξύ άλλων, στον τομέα της ψυχικής υγείας.

α. Ενσωμάτωση της ψυχικής υγείας στις πολιτικές

Μια **ολοκληρωμένη προσέγγιση** πρέπει να αναγνωρίζει την επιρροή βιολογικών και ψυχολογικών παραγόντων, καθώς και τη σημασία της οικογένειας, της κοινότητας, της οικονομίας, της κοινωνίας, του περιβάλλοντος και της ασφάλειας. Περιλαμβάνεται ο ρόλος του συνδυασμού μεταξύ εργασίας και φροντίδας, του περιβάλλοντος του σχολείου και του χώρου εργασίας, καθώς και του ψηφιακού κόσμου, των κοινωνικών (π.χ. επίπεδα βίας που

⁷ https://www.europarl.europa.eu/doceo/document/TA-9-2022-0279_EL.html

⁸ [On the road to 2025 \(who.int\)](#) (Καθ' οδόν προς το 2025).

⁹ ΣΒΑ 3.4: Μη μεταδοτικές νόσοι και ψυχική υγεία: έως το 2030 μείωση της πρόωρης θνησιμότητας από μη μεταδοτικές νόσους κατά ένα τρίτο, μέσω πρόληψης και θεραπείας, και προαγωγή της ψυχικής υγείας και ευεξίας.

βιώνεται, φύλο, συμπεριφορά, εκπαίδευση¹⁰), των οικονομικών (π.χ. αστάθεια, πληθωρισμός, φτώχεια και ανεργία) και των εμπορικών (π.χ. πίεση που ασκεί το επιθετικό μάρκετινγκ) καθοριστικών παραγόντων για την υγεία.

Κατά συνέπεια, απαιτείται να αναληφθούν πολιτικές σε τομείς όπως η εκπαίδευση, η νεολαία, οι τέχνες και ο πολιτισμός, το περιβάλλον, η απασχόληση, η συνοχή, η έρευνα και η καινοτομία, η κοινωνική προστασία, η βιώσιμη αστική ανάπτυξη και ο ψηφιακός κόσμος για τη βελτίωση της ψυχικής υγείας και τη στήριξη της ανθεκτικότητάς της. Τα εμπόδια για την καλή ψυχική υγεία δεν μπορούν να ξεπεραστούν μόνο στο πλαίσιο του συστήματος υγείας¹¹.

Οι καθοριστικοί παράγοντες για την ψυχική υγεία αλληλεπιδρούν με τις υφιστάμενες κοινωνικές ανισότητες, με αποτέλεσμα ορισμένα άτομα να διατρέχουν υψηλότερο κίνδυνο να έχουν κακή ψυχική υγεία από άλλα. Όταν οι **διακρίσεις** λόγω φύλου, φυλετικής ή εθνοτικής καταγωγής, θρησκείας ή πεποιθήσεων, αναπηρίας, ηλικίας ή γενετήσιου προσανατολισμού, καθώς και **η βία και το μίσος** λειτουργούν ως αιτίες κακής ψυχικής υγείας, η προώθηση της ισότητας στις κοινωνίες μας αποτελεί σημαντικό εργαλείο για την πρόληψη. Η Επιτροπή θέσπισε πέντε στρατηγικές για την ισότητα¹² το 2020 και το 2021 με σκοπό την επίτευξη προόδου προς μια **Ένωση Ισότητας**. Σε όλες τις στρατηγικές τονίζεται ο κίνδυνος επιδείνωσης της ψυχικής υγείας λόγω των διακρίσεων. Η παιδική ηλικία αποτελεί κρίσιμο στάδιο της ζωής ως προς τον καθορισμό της μελλοντικής ψυχικής υγείας, όπως τονίζεται στη **στρατηγική της ΕΕ για τα δικαιώματα του παιδιού**¹³, η οποία απαιτεί μια ολοκληρωμένη προσέγγιση για την πρόληψη και την προστασία των παιδιών από κάθε μορφή βίας.

Το **Ευρωπαϊκό Έτος Νεολαίας 2022** επικεντρώθηκε στην αποκατάσταση μιας θετικής προοπτικής για τους νέους και συμπεριέλαβε δραστηριότητες για τη στήριξη της ψυχικής υγείας και ευεξίας των νέων. Το **Ευρωπαϊκό Έτος Δεξιοτήτων** θα προωθήσει κατά τη διάρκεια του 2023 τις επενδύσεις στην κατάρτιση και την αναβάθμιση των δεξιοτήτων, ώστε να αυξηθούν οι ευκαιρίες για καλύτερη ζωή και να βελτιωθεί η προσαρμοστικότητα των ατόμων και των εργαζομένων στην αλλαγή, κάτι που έχει σημασία για την προώθηση μιας ολοκληρωμένης προσέγγισης της ψυχικής υγείας.

Μια πολιτική στον τομέα της ψυχικής υγείας που αποφέρει αποτελέσματα για όλους πρέπει να λειτουργεί στο πλαίσιο των σχετικών τομέων πολιτικής. Για παράδειγμα, υπάρχουν ολοένα και περισσότερες έρευνες στις οποίες επισημαίνεται ότι η διασύνδεση και η επανασύνδεση με τη φύση έχουν θετικό αντίκτυπο στην ψυχική υγεία. Ταυτόχρονα, αναγνωρίζονται ευρέως οι επιπτώσεις της ρύπανσης στην ψυχική υγεία, μεταξύ άλλων μέσω της ατμοσφαιρικής ρύπανσης ή της έκθεσης των πολιτών σε τοξικές χημικές ουσίες. Οι

¹⁰ [Education: a neglected social determinant of health - The Lancet Public Health](#) (Εκπαίδευση: ένας παραμελημένος κοινωνικός καθοριστικός παράγοντας της υγείας).

¹¹ [Fitter Minds, Fitter Jobs: From Awareness to Change in Integrated Mental Health, Skills and Work Policies | Mental Health and Work | OECD iLibrary \(oecd-ilibrary.org\)](#) (Πιο ικανός νους, πιο ικανοποιητικές θέσεις εργασίας: Από την ευαισθητοποίηση στην αλλαγή σε ολοκληρωμένες πολιτικές για την ψυχική υγεία, τις δεξιότητες και την εργασία | Ψυχική υγεία στην εργασία | βιβλιοθήκη του ΟΟΣΑ).

¹² [Στρατηγική για την ισότητα των φύλων· στρατηγική για την ισότητα των ΛΟΑΤΚΙ· στρατηγικό πλαίσιο για τους Ρομά· στρατηγική για τα δικαιώματα των ατόμων με αναπηρία.](#)

¹³ [Η στρατηγική της ΕΕ για τα δικαιώματα του παιδιού και η ευρωπαϊκή εγγύηση για τα παιδιά \(europa.eu\).](#)

στόχοι και οι δράσεις στο πλαίσιο της **Ευρωπαϊκής Πράσινης Συμφωνίας** για την προώθηση του καθαρού περιβάλλοντος, της φυσικής ανάπλασης και της αποκατάστασης χώρων και του οικολογικού προσανατολισμού των πόλεων επηρεάζουν θετικά τη σωματική και ψυχική μας υγεία.

Για την αντιμετώπιση των κινδύνων που σχετίζονται με τη χρήση ψηφιακών υπηρεσιών, συμπεριλαμβανομένων των κινδύνων που σχετίζονται με την ψυχική υγεία, η **πράξη για τις ψηφιακές υπηρεσίες**¹⁴ δημιουργεί ένα ευρύ σύνολο υποχρεώσεων δέουσας επιμέλειας που ισχύουν για τις ενδιάμεσες επιγραμμικές υπηρεσίες. Για να καταστεί δυνατή η λήψη στοχευμένων διορθωτικών μέτρων και να αντιμετωπιστούν αποτελεσματικά τα ζητήματα δημόσιας πολιτικής, η πράξη για τις ψηφιακές υπηρεσίες αναγνωρίζει τους ειδικούς κινδύνους που σχετίζονται με σοβαρές αρνητικές συνέπειες στη **σωματική και πνευματική ευεξία ενός ατόμου**, καθώς και τις συνέπειες στη **σωματική και ψυχική ανάπτυξη των παιδιών** που ενδέχεται να προκαλούνται από τη χρήση αυτών των πλατφορμών. Οι μεγαλύτερες πλατφόρμες και μηχανές αναζήτησης, δηλ. εκείνες που έχουν πάνω από 45 εκατομμύρια χρήστες στην Ένωση, υποχρεούνται να αξιολογούν τους συστημικούς κινδύνους που παρουσιάζουν οι υπηρεσίες τους για την ψυχική υγεία και να λαμβάνουν μέτρα για τον μετριασμό των εντοπισθέντων κινδύνων¹⁵.

Η Επιτροπή στηρίζει ήδη τη **μεταφορά σχετικών βέλτιστων πρακτικών** από τα κράτη μέλη και τα ενδιαφερόμενα μέρη για την προαγωγή της ψυχικής υγείας σε όλες τις πολιτικές στις κοινότητες¹⁶ μέσω της ομάδας εμπειρογνομόνων για τη δημόσια υγεία¹⁷.

Σε εξέλιξη βρίσκεται μελέτη στην οποία αναλύεται η **αποτελεσματικότητα της αναβάθμισης της πολιτικής για την ψυχική υγεία** και ευεξία στα κράτη μέλη¹⁸ με σκοπό την καλύτερη στήριξη της χάραξης πολιτικής.

ΕΜΒΛΗΜΑΤΙΚΕΣ ΠΡΩΤΟΒΟΥΛΙΕΣ

1. ΕΥΡΩΠΑΪΚΗ ΠΡΩΤΟΒΟΥΛΙΑ ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΙΚΑΝΟΤΗΤΩΝ ΣΤΟΝ ΤΟΜΕΑ ΤΗΣ ΨΥΧΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ

- Το 2023 η Επιτροπή θα διαθέσει 11 εκατ. EUR στο πλαίσιο του προγράμματος «Η ΕΕ

¹⁴ Κανονισμός (ΕΕ) 2022/2065 του Ευρωπαϊκού Κοινοβουλίου και του Συμβουλίου σχετικά με την ενιαία αγορά ψηφιακών υπηρεσιών και την τροποποίηση της οδηγίας 2000/31/ΕΚ (πράξη για τις ψηφιακές υπηρεσίες), <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/EL/TXT/?uri=celex%3A32022R2065>.

¹⁵ Περιλαμβάνεται, για παράδειγμα, ο μετριασμός των αρνητικών επιπτώσεων των εξατομικευμένων συστάσεων και η διόρθωση των κριτηρίων που χρησιμοποιούνται στις συστάσεις τους, η διακοπή των διαφημιστικών εσόδων για συγκεκριμένες πληροφορίες ή η προσαρμογή της προβολής έγκυρων πηγών πληροφοριών.

¹⁶ Όπως το [μοντέλο βέλτιστων πρακτικών της ευρωπαϊκής ημέρας ενημέρωσης για τα αντιβιοτικά \(EAAD\)](#) για τη βελτίωση της περίθαλψης της κατάθλιψης και την πρόληψη της αυτοκτονικής συμπεριφοράς στην Ευρώπη, το οποίο χρηματοδοτείται στο πλαίσιο του 3ου προγράμματος της ΕΕ για την υγεία: 2 εκατ. EUR.

¹⁷ https://health.ec.europa.eu/non-communicable-diseases/expert-group-public-health_el

¹⁸ Χρηματοδοτική στήριξη στο πλαίσιο του [προγράμματος εργασίας «Η ΕΕ για την υγεία» για το 2021](#): DP-g-07.2.1 Συλλογή και στήριξη για την εφαρμογή καινοτόμων βέλτιστων πρακτικών και ερευνητικών αποτελεσμάτων σχετικά με τις μη μεταδοτικές νόσους: ενισχυμένος προϋπολογισμός με την ανακατανομή των κονδυλίων: 1 εκατ. EUR.

για την υγεία» για τη στήριξη των κρατών μελών στην **ανάπτυξη ικανοτήτων για μια προσέγγιση που προάγει την ψυχική υγεία σε όλες τις πολιτικές** από κοινού με τον ΠΟΥ¹⁹.

- Η Επιτροπή θα διαθέσει 10 εκατ. EUR²⁰ για να στηριχθεί ο ρόλος των ενδιαφερόμενων μερών στην **προαγωγή της ψυχικής υγείας στις κοινότητες**, με έμφαση στις ευάλωτες ομάδες, συμπεριλαμβανομένων των παιδιών, των νέων και των πληθυσμών μεταναστών/προσφύγων.
- Το 2024 η Επιτροπή θα δρομολογήσει **σχέδιο στρατηγικής (εργαλειοθήκη) για τη διεπιστημονική προσέγγιση της ανάπτυξης ικανοτήτων στον τομέα της ψυχικής υγείας**²¹.

Τα κράτη μέλη καλούνται να υιοθετήσουν μια προσέγγιση που θα προάγει **την ψυχική υγεία σε όλες τις πολιτικές**. Ιδιαίτερη έμφαση θα πρέπει να δοθεί **στην προώθηση, την πρόληψη**²², **την έγκαιρη παρέμβαση**, την αντιμετώπιση του **στιγματισμού**, με τη διασφάλιση της **κοινωνικής ένταξης** των ατόμων που αντιμετωπίζουν προβλήματα ψυχικής υγείας. Επιπλέον, τα κράτη μέλη θα πρέπει να στηρίζουν προγράμματα για την παροχή βοήθειας σε άτομα να βρουν απασχόληση ή να συμμετάσχουν σε προγράμματα επιστροφής στην εργασία. Ο ψηφιακός τομέας, μεταξύ άλλων στον χώρο εργασίας, ενέχει **ψυχοκοινωνικούς κινδύνους** που επηρεάζουν σημαντικά τα άτομα, τους οργανισμούς και τις οικονομίες²³. Απαιτείται ιδιαίτερη προσοχή ως προς την προώθηση της ισορροπίας μεταξύ επαγγελματικής και ιδιωτικής ζωής.

β. Προαγωγή της καλής ψυχικής υγείας, πρόληψη και έγκαιρη παρέμβαση για την αντιμετώπιση προβλημάτων ψυχικής υγείας

Τα άτομα που αντιμετωπίζουν προβλήματα ψυχικής υγείας πρέπει να γνωρίζουν πού να αναζητήσουν βοήθεια. Σήμερα οι διαθέσιμες υπηρεσίες και τα διαθέσιμα εργαλεία έχουν αποσπασματικό χαρακτήρα και ποικίλλουν σε μεγάλο βαθμό ανά την ΕΕ. Επίσης, δεν προβάλλονται επαρκώς και δεν είναι γνωστά στους πολίτες. Αυτό πρέπει να αλλάξει.

Η προαγωγή της καλής ψυχικής υγείας, η πρόληψη των προβλημάτων ψυχικής υγείας και οι έγκαιρες παρεμβάσεις είναι πιο αποτελεσματικές και οικονομικά αποδοτικές από τη

¹⁹ Μέσω συμφωνίας συνεισφοράς με τον ΠΟΥ (ενισχυμένος προϋπολογισμός με την ανακατανομή των κονδυλίων: 11 εκατ. EUR) στο πλαίσιο του [προγράμματος εργασίας «Η ΕΕ για την υγεία» για το 2022](#): DP-g-22-07.02 Αντιμετώπιση των προκλήσεων στον τομέα της ψυχικής υγείας.

²⁰ Χρηματοδοτική στήριξη στο πλαίσιο του [προγράμματος εργασίας «Η ΕΕ για την υγεία» για το 2022](#): DP-g-22-07.01/03/04 Πρόσκληση υποβολής προτάσεων για την προαγωγή της ψυχικής υγείας: 10 εκατ. EUR.

²¹ [Ανάπτυξη ικανοτήτων για την ψυχική υγεία](#): Πρόγραμμα διεπιστημονικής κατάρτισης και ανταλλαγών για επαγγελματίες στον τομέα της υγείας: 9 εκατ. EUR.

²² [Joint Research Centre's Health Promotion and Disease Prevention Knowledge Gateway \(prevention of depression, work-related stress, and dementia\)](#) [Κοινό Κέντρο Ερευνών, Ενημερωτική πύλη για την προαγωγή της υγείας και την πρόληψη των ασθενειών (πρόληψη της κατάθλιψης, του εργασιακού στρες και της άνοιας)].

²³ Ανακοίνωση με τίτλο [«Στρατηγικό πλαίσιο της ΕΕ για την υγεία και την ασφάλεια στην εργασία κατά την περίοδο 2021-2027»](#), στην οποία αναγνωρίζεται η σημασία της αντιμετώπισης των ψυχοκοινωνικών κινδύνων στην εργασία, μεταξύ άλλων υπό το πρίσμα της μετάβασης στην ψηφιοποίηση.

θεραπεία. Σύμφωνα με την προσέγγιση αυτήν, τα ισχυρότερα **οικονομικά στοιχεία** όσον αφορά την αποτελεσματικότητα των επενδύσεων αφορούν τις **έγκαιρες παρεμβάσεις** που επικεντρώνονται στην υγεία της μητέρας και του βρέφους, στα παιδιά και στους εφήβους, στην ψυχική υγεία στον χώρο εργασίας (βλ. κεφάλαιο ε) και στην πρόληψη των αυτοκτονιών και των αυτοτραυματισμών²⁴. Η έρευνα στον τομέα αυτόν πρέπει να ενισχυθεί, ώστε να εντοπίζονται καλύτερα πρώιμες ανησυχητικές ενδείξεις, και το πρόγραμμα-πλαίσιο «Ορίζων Ευρώπη» διαθέτει ειδικό προϋπολογισμό για τον σκοπό αυτόν²⁵.

Η υγεία των ανθρώπων επηρεάζεται από τις εμπειρίες της ζωής και τα περιβάλλοντα στα οποία περνούν τη ζωή τους. Όλοι οι **καθοριστικοί παράγοντες για την υγεία**, από τη διατροφή και τη σωματική δραστηριότητα, ως την επιβλαβή κατανάλωση αλκοόλ, καπνού και ναρκωτικών, καθώς και οι **περιβαλλοντικοί, κοινωνικοί και εμπορικοί καθοριστικοί παράγοντες**, συμπεριλαμβανομένων των συνθηκών διαβίωσης, της καλύτερης στέγασης, του καθαρού αέρα, της πρόσβασης στον αθλητισμό, τον πολιτισμό και στους χώρους πρασίνου και της καλύτερης ισορροπίας μεταξύ επαγγελματικής και ιδιωτικής ζωής, έχουν σημαντικό αντίκτυπο στην ψυχική υγεία.

Η σωματική δραστηριότητα και ο αθλητισμός διαδραματίζουν σημαντικό ρόλο στην προαγωγή της καλής ψυχικής υγείας. Η ΕΕ θα εξακολουθήσει να προωθεί **τον αθλητισμό και τη σωματική δραστηριότητα που συμβάλλει στη βελτίωση της υγείας**, μέσω του προγράμματος εργασιών της ΕΕ για τον αθλητισμό και της Ευρωπαϊκής Εβδομάδας Αθλητισμού.

Η έγκαιρη παρέμβαση μπορεί να εξασφαλίσει έγκαιρη στήριξη και να αποτρέψει την περαιτέρω επιδείνωση της ευεξίας και της ψυχικής υγείας, ιδίως στους νέους²⁶. Για παράδειγμα, η έγκαιρη παρέμβαση μπορεί να είναι καίριας σημασίας για την αναγνώριση και την αντιμετώπιση των παραγόντων κινδύνου και των ενδείξεων διαφόρων μορφών δυσφορίας που ενδέχεται να αντιμετωπίζουν άτομα. Επίσης, διάφορα περιβάλλοντα, όπως σχολεία, χώροι εργασίας, οίκοι ευγηρίας και φυλακές, αποτελούν κομβικά σημεία για την προαγωγή της ψυχικής υγείας, την πρόληψη και τον έγκαιρο εντοπισμό και την παρέμβαση. Μέσω **σχολικών προγραμμάτων** για την προαγωγή της ψυχικής υγείας και ευεξίας, στα οποία συμμετέχουν διάφοροι φορείς και υπηρεσίες²⁷ στην κοινότητα, για παράδειγμα, μπορούν να ανιχνεύονται και να αντιμετωπίζονται προβλήματα σε πρώιμο στάδιο.

Η Επιτροπή θα δρομολογήσει το 2023 πρόσκληση προς τα κράτη μέλη και τα ενδιαφερόμενα μέρη να υποβάλουν **βέλτιστες πρακτικές** σχετικά με την προαγωγή της ψυχικής υγείας, την πρόληψη, την έγκαιρη ανίχνευση και την έγκαιρη παρέμβαση, μέσω της δικτυακής πύλης βέλτιστων πρακτικών της ΕΕ²⁸. Θα αναπτύξει, από κοινού με τα κράτη μέλη, πρωτοβουλίες

²⁴ <https://www.annualreviews.org/doi/full/10.1146/annurev-publhealth-040617-013629>.

²⁵ [Horizon Europe Health Calls 2023 - The Silver Deal - Person-centred health and care in European regions \(Destination 1\) \(europa.eu\)](#) [Πρόσκληση υποβολής προτάσεων για την υγεία στο πλαίσιο του προγράμματος «Ορίζων Ευρώπη» 2023 — Η συμφωνία για την τρίτη ηλικία — Υγεία και φροντίδα με επίκεντρο τον άνθρωπο στις ευρωπαϊκές περιφέρειες (Προορισμός 1)].

²⁶ [Preventive psychiatry: a blueprint for improving the mental health of young people \(nih.gov\)](#) (Προληπτική ψυχιατρική: σχέδιο στρατηγικής για τη βελτίωση της ψυχικής υγείας των νέων).

²⁷ Σύμφωνα με τη σύσταση του Συμβουλίου σχετικά με [δρόμους προς τη σχολική επιτυχία](#).

²⁸ [Πύλη βέλτιστων πρακτικών \(europa.eu\)](#).

για την αντιμετώπιση των βασικών συμπεριφορικών, οικονομικών, κοινωνικών, περιβαλλοντικών (συμπεριλαμβανομένης της ρύπανσης), διαγενεακών και εμπορικών καθοριστικών παραγόντων της ψυχικής υγείας μέσω της συνεργασίας, στο πλαίσιο της πρωτοβουλίας με τίτλο «Healthier Together» (Υγιέστεροι μαζί)²⁹. Θα στηρίξει την ανάπτυξη **κατευθυντήριων γραμμών για την έγκαιρη ανίχνευση και παρέμβαση** και τον προσυμπτωματικό έλεγχο ευάλωτων ομάδων σε βασικά περιβάλλοντα, οι οποίες θα τεθούν σε πιλοτική εφαρμογή από τα κράτη μέλη³⁰. Η Επιτροπή θα εντείνει το έργο της στην **έρευνα για τον εγκέφαλο** με την έναρξη νέων έργων, μεταξύ άλλων, μέσω της χρήσης ψηφιακών δεδομένων για την υγεία³¹, καθώς και υποδομών υπολογιστικής και προσομοίωσης³².

ΕΜΒΛΗΜΑΤΙΚΕΣ ΠΡΩΤΟΒΟΥΛΙΕΣ

2. ΕΥΡΩΠΑΪΚΗ ΠΡΩΤΟΒΟΥΛΙΑ ΓΙΑ ΤΗΝ ΠΡΟΛΗΨΗ ΤΗΣ ΚΑΤΑΘΛΙΨΗΣ ΚΑΙ ΤΩΝ ΑΥΤΟΚΤΟΝΙΩΝ

- Η Επιτροπή θα διαθέσει 6 εκατ. EUR για τη μείωση του κινδύνου να βιώσουν τα άτομα σοβαρά προβλήματα ψυχικής υγείας, στηρίζοντας την ανάπτυξη και την εφαρμογή **πολιτικών πρόληψης της κατάθλιψης και των αυτοκτονιών** στα κράτη μέλη, με βάση την ανταλλαγή βέλτιστων πρακτικών (2023).

3. ΠΡΩΤΟΒΟΥΛΙΑ «ΥΓΙΕΣΤΕΡΟΙ ΜΑΖΙ» — ΨΥΧΙΚΗ ΥΓΕΙΑ

- Η Επιτροπή θα διαθέσει 8,3 εκατ. EUR για την **ενίσχυση του σκέλους ψυχικής υγείας της ενωσιακής πρωτοβουλίας «Υγιέστεροι μαζί» για τις μη μεταδοτικές νόσους**, με στόχο τη στήριξη των δράσεων των κρατών μελών για την προαγωγή της ψυχικής υγείας, τη δημιουργία υποστηρικτικών περιβαλλόντων και πολιτικών, την ενίσχυση της κοινωνικής ένταξης και την αντιμετώπιση του στιγματισμού και των διακρίσεων που συνδέονται με τα προβλήματα ψυχικής υγείας³³.

4. ΠΥΛΗ ΠΡΟΣΒΑΣΗΣ ΓΙΑ ΑΤΟΜΑ ΠΟΥ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΖΟΥΝ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΑ ΨΥΧΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ

- Η Επιτροπή θα δημιουργήσει ένα αποθετήριο της ΕΕ στο πλαίσιο της δικτυακής πύλης βέλτιστων πρακτικών της ΕΕ³⁴, στο οποίο θα συγκεντρώνονται οι **βέλτιστες πρακτικές** των κρατών μελών με σκοπό την αμοιβαία άντληση διδαγμάτων και την καθοδήγηση των πολιτών προς αποτελεσματική φροντίδα (ανοικτές γραμμές

²⁹ Μέσω δράσεων που χρηματοδοτούνται στο πλαίσιο του [προγράμματος «Η ΕΕ για την υγεία» \(2021-2027\)](#).

³⁰ Μέσω χρηματοδότησης στο πλαίσιο του [προγράμματος εργασίας «Η ΕΕ για την υγεία» για το 2022](#) (τεχνική υποστήριξη για ομάδες εμπειρογνομώνων).

³¹ Η [πρόταση κανονισμού σχετικά με τον ευρωπαϊκό χώρο δεδομένων για την υγεία](#) αποσκοπεί στη διευκόλυνση της καλύτερης πρόσβασης σε δεδομένα υγείας για την έρευνα και την καινοτομία, μεταξύ άλλων στον τομέα της έρευνας για τον εγκέφαλο.

³² [European Research Infrastructures \(europa.eu\)](#) (Ευρωπαϊκές ερευνητικές υποδομές).

³³ [Ομάδα εμπειρογνομώνων για τη δημόσια υγεία](#).

³⁴ EU Best Practice Portal: [BP Portal \(europa.eu\)](#) (Πύλη βέλτιστων πρακτικών της ΕΕ)

επικοινωνίας, σημεία παροχής βοήθειας κ.λπ.).

- Για να βοηθήσουν τα άτομα να κατατοπίζονται όσον αφορά τις διαθέσιμες υπηρεσίες υποστήριξης, τα κράτη μέλη θα κληθούν³⁵ να δημιουργήσουν εθνικούς δικτυακούς τόπους ώστε να υπάρχει ένα σημείο αναφοράς, προκειμένου να **βελτιωθεί η πρόσβαση σε θεραπεία, υποστήριξη και φροντίδα.**

5. ΕΥΡΩΠΑΪΚΟΣ ΚΩΔΙΚΑΣ ΨΥΧΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ

- Η Επιτροπή θα διαθέσει 2 εκατ. EUR³⁶ για την **ενδυνάμωση των ατόμων** που βιώνουν προβλήματα ψυχικής υγείας ώστε να φροντίζουν καλύτερα τόσο τη δική τους ψυχική υγεία όσο και αυτήν της οικογένειάς τους και των φροντιστών τους, παρέχοντας ένα σύνολο τεκμηριωμένων συστάσεων οι οποίες θα προωθηθούν ενεργά και θα είναι διαθέσιμες στο διαδίκτυο.

6. ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΚΟΙΝΟΥ ΟΙΚΟΣΥΣΤΗΜΑΤΟΣ ΕΡΕΥΝΑΣ ΓΙΑ ΤΟΝ ΕΓΚΕΦΑΛΟ

- Η Επιτροπή θα ενισχύσει την έρευνα στον τομέα της υγείας του εγκεφάλου, συμπεριλαμβανομένης της ψυχικής υγείας, σε στενή συνεργασία με τα κράτη μέλη για τη δημιουργία ενός οικοσυστήματος. Το οικοσύστημα αυτό θα φέρει σε επαφή ερευνητές και ενδιαφερόμενα μέρη με σκοπό τη διευκόλυνση και τον συντονισμό των δραστηριοτήτων, προκειμένου να μεγιστοποιηθούν οι επενδύσεις της ΕΕ και των κρατών μελών στον τομέα της έρευνας.

Τα κράτη μέλη παροτρύνονται να αξιοποιήσουν τις ευκαιρίες χρηματοδότησης της ΕΕ και να συνεργαστούν για την **υλοποίηση πρωτοβουλιών και βέλτιστων πρακτικών** σχετικά με την προαγωγή της ψυχικής υγείας και την πρόληψη προβλημάτων ψυχικής υγείας, να αντιμετωπίσουν τη σύνδεση μεταξύ **ανισοτήτων και ψυχικής υγείας**, αυξάνοντας τις προσπάθειες για την καταπολέμηση του στιγματισμού, των διακρίσεων, της ρητορικής μίσους και της βίας, και να παράσχουν επαρκή κατάρτιση, αναβάθμιση των δεξιοτήτων και επανεπίδευση στο εργατικό δυναμικό του τομέα της υγείας και των κοινωνικών υπηρεσιών όσον αφορά την προαγωγή της ψυχικής υγείας και της ευεξίας. Οι χώρες θα πρέπει επίσης να αντιμετωπίσουν τις προκλήσεις που σχετίζονται με την πρόληψη των προβλημάτων ψυχικής υγείας ευάλωτων κοινοτήτων, να ενισχύσουν την έγκαιρη αναγνώριση προβλημάτων ψυχικής υγείας, να προβούν σε έγκαιρες παρεμβάσεις και στήριξη και να αντιμετωπίσουν τη σύνδεση μεταξύ **αποκλεισμού, ανισοτήτων και ψυχικής υγείας**, αυξάνοντας τις προσπάθειες για την καταπολέμηση των διακρίσεων, της ρητορικής μίσους και της βίας.

γ. Ενίσχυση της ψυχικής υγείας των παιδιών και των νέων

Στην Ευρώπη παρατηρείται **επιδείνωση της ψυχικής υγείας των νεότερων γενεών μας**. Κατά τη διάρκεια της πανδημίας COVID-19, τα περισσότερα παιδιά παρέμειναν εκτός των αιθουσών διδασκαλίας και στερήθηκαν την κοινωνική αλληλεπίδραση και τη σωματική

³⁵ Στο πλαίσιο της υποομάδας για την ψυχική υγεία της ομάδας εμπειρογνομόνων για τη δημόσια υγεία.

³⁶ [2023 EU4Health Work Programme \(europa.eu\)](https://europa.eu) (Πρόγραμμα εργασίας EU4Health για το 2023).

δραστηριότητα, ενώ η κατάθλιψη μεταξύ των νέων υπερδιπλασιάστηκε³⁷. Η μοναξιά, σημαντική συνιστώσα της ευεξίας και της ψυχικής υγείας, έχει φθάσει σε ανησυχητικά επίπεδα. Το 2022 ένα στα πέντε άτομα ηλικίας μεταξύ 16 και 25 ετών ανέφερε ότι αισθανόταν μοναξιά τον περισσότερο καιρό³⁸.

Η παιδική φτώχεια μπορεί να έχει επιβλαβείς επιπτώσεις στην ψυχική υγεία. Με τη σύσταση του Συμβουλίου για τη θέσπιση **ευρωπαϊκής εγγύησης για τα παιδιά**³⁹ αντιμετωπίζονται ορισμένες από αυτές τις προκλήσεις. Τα προγράμματα πρόληψης του εκφοβισμού στα σχολεία⁴⁰ αποτελούν έναν αποτελεσματικό τρόπο για την υποστήριξη της ψυχολογικής ευεξίας των παιδιών και των νέων.

Ολοένα και συχνότερα, οι νέοι αντιμετωπίζουν άγχος, θλίψη ή φόβο, πράξεις αυτοτραυματισμού, χαμηλή αυτοεκτίμηση, εκφοβισμό και διατροφικές διαταραχές. Τα βιαίως εκτοπισθέντα παιδιά και τα παιδιά-μετανάστες, συμπεριλαμβανομένων εκείνων που έχουν αναγκαστεί να διαφύγουν από τον επιθετικό πόλεμο της Ρωσίας κατά της Ουκρανίας, καθώς και τα παιδιά που είναι θύματα σεξουαλικής εκμετάλλευσης, άλλων εγκληματικών πράξεων και κακοποίησης, διατρέχουν ιδιαίτερο κίνδυνο.

Τα παιδιά επηρεάζονται από διαφορετικούς, αλληλένδετους υγειονομικούς, περιβαλλοντικούς, κοινωνικούς και εμπορικούς καθοριστικούς παράγοντες, καθώς και από τις συνέπειες ηλεκτρονικών εγκλημάτων, όπως η σεξουαλική κακοποίηση παιδιών στο διαδίκτυο. Υπάρχουν περιπτώσεις κατά τις οποίες τα παιδιά και οι νέοι αντιμετωπίζουν αντιξοότητες σε **μια περίοδο της ζωής τους που είναι πολύ ευάλωτα και συντελείται η διάπλασή τους και στη διάρκεια αυτής της περιόδου μπορεί να διαμορφωθεί τόσο η σωματική όσο και η ψυχική τους υγεία για ολόκληρη τη ζωή τους.**

Οι νέοι ανησυχούν επίσης έντονα για την κλιματική αλλαγή και την απώλεια βιοποικιλότητας. Πρόσφατη έρευνα⁴¹ κατέληξε στο συμπέρασμα ότι το 75 % των παιδιών και των νέων που απάντησαν αντιλαμβάνονταν το μέλλον τους ως «τρομακτικό». Ταυτόχρονα, η μελέτη κατέδειξε ότι η κλιματική ανησυχία και το άγχος συνδεόταν με την αντίληψη περί ανεπαρκούς αντίδρασης της κυβέρνησης και τα συνακόλουθα αισθήματα δυσπιστίας. Ως εκ τούτου, οι δεσμεύσεις της ΕΕ για την επίτευξη κλιματικής ουδετερότητας έως το 2050 και το παγκόσμιο πλαίσιο βιοποικιλότητας Kunming-Montreal είναι επίσης σημαντικά για την ψυχική υγεία των παιδιών μας.

Τα **ψηφιακά εργαλεία** μπορούν να έχουν θετικό αντίκτυπο στην ψυχική υγεία (π.χ. παρέχοντας πρόσβαση σε πληροφορίες, ομάδες υποστήριξης και υπηρεσίες θεραπείας), αλλά μπορούν επίσης να επηρεάσουν αρνητικά την ψυχική υγεία. Απαιτείται η μετάβαση προς

³⁷ Από τα προ της πανδημίας επίπεδα (2019 ή πλησιέστερο έτος) στα επίπεδα της πανδημίας (Απρίλιος 2020 — Αύγουστος 2021): [Health at a Glance: Europe report, 2022](#) (Η υγεία με μια ματιά: Έκθεση για την Ευρώπη, 2022).

³⁸ [Loneliness publications \(europa.eu\)](#) (Εκδόσεις σχετικά με τη μοναξιά).

³⁹ [Σύσταση του Συμβουλίου για τη θέσπιση ευρωπαϊκής εγγύησης για τα παιδιά.](#)

⁴⁰ [Well-being at school | Ευρωπαϊκός Χώρος Εκπαίδευσης \(europa.eu\)](#) (Ευεξία στο σχολείο).

⁴¹ <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2542519621002783>.

έναν ασφαλέστερο και πιο υγιή ψηφιακό χώρο για τα παιδιά⁴². Η μετάβαση αυτή περιλαμβάνει: την προστασία τους από ακατάλληλο περιεχόμενο, την παρεμβατική συλλογή πληροφοριών και το επιθετικό διαδικτυακό μάρκετινγκ ανθυγιεινών τροφίμων, ποτών, προτύπων ομορφιάς και αλκοόλ και καπνού, τη συνετή χρήση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης, την αντιμετώπιση της σεξουαλικής κακοποίησης παιδιών στο διαδίκτυο, την πρόσβαση σε παράνομα ναρκωτικά και νέες ψυχοδραστικές ουσίες, με διασφαλίσεις κατά του κυβερνοεκφοβισμού, της ρητορικής μίσους, της υπερβολικής χρήσης ηλεκτρονικών συσκευών και της ψηφιακής επεξεργασίας εικόνων· την ισορροπημένη χρήση των διαδικτυακών παιχνιδιών, η οποία συμβάλλει στην πρόληψη της καταναγκαστικής χρήσης και των αρνητικών επιπτώσεων στην καθημερινή ζωή.

Όσον αφορά τη σωματική και πνευματική ανάπτυξη των παιδιών⁴³, η **πράξη για τις ψηφιακές υπηρεσίες**⁴⁴ αναγνωρίζει ορισμένους συστημικούς κινδύνους που απορρέουν από τον σχεδιασμό ή τη λειτουργία της υπηρεσίας και των συστημάτων, συμπεριλαμβανομένων των αλγοριθμικών συστημάτων, των εν λόγω υπηρεσιών που χαρακτηρίζονται ως «πολύ μεγάλες επιγραμμικές πλατφόρμες» ή «πολύ μεγάλες επιγραμμικές μηχανές αναζήτησης». Τέτοιου είδους κίνδυνοι μπορεί να προκύψουν, για παράδειγμα, σε σχέση με τον σχεδιασμό επιγραμμικών διεπαφών οι οποίες, εσκεμμένα ή ακούσια, εκμεταλλεύονται τις αδυναμίες και την απειρία των ανηλίκων ή μπορεί να προκαλέσουν εθιστική συμπεριφορά.

Για τις πλατφόρμες που δεν χαρακτηρίζονται ως «πολύ μεγάλες», η πράξη για τις ψηφιακές υπηρεσίες επιβάλλει επίσης στοχευμένα μέτρα για την καλύτερη **προστασία των ανηλίκων στο διαδίκτυο**, για παράδειγμα, μέσω σχεδιασμού της διεπαφής τους ή μερών αυτής με το υψηλότερο δυνατό επίπεδο ιδιωτικότητας, ασφάλειας και προστασίας των ανηλίκων ως προεπιλεγμένη ρύθμιση, θέσπισης προτύπων προστασίας ή συμμετοχής σε σχετικούς κώδικες δεοντολογίας. Επιπλέον, η πράξη για τις ψηφιακές υπηρεσίες απαγορεύει στους παρόχους επιγραμμικών πλατφορμών να προβάλλουν επιγραμμικές διαφημίσεις στη διεπαφή τους, όταν γνωρίζουν με εύλογη βεβαιότητα ότι ο αποδέκτης της υπηρεσίας είναι ανήλικος.

Η στρατηγική για ένα καλύτερο διαδίκτυο για τα παιδιά (BIK+)⁴⁵, που συμπληρώνει την πράξη για τις ψηφιακές υπηρεσίες, παρέχει στήριξη για την ψυχική υγεία των παιδιών στο διαδίκτυο μέσω των **Κέντρων Ασφαλούς Διαδικτύου (Safer Internet Centres)** και της πύλης BIK, η οποία προσφέρει πληθώρα ηλικιακά κατάλληλων πόρων για παιδιά, οικογένειες και εκπαιδευτικούς. Οι εν λόγω γραμμές υποστήριξης των Κέντρων Ασφαλούς Διαδικτύου παρέχουν πρακτική υποστήριξη και συμβουλές σε παιδιά που αντιμετωπίζουν προβλήματα στο διαδίκτυο, όπως κυβερνοεκφοβισμός, αθέμιτη προσέγγιση μέσω διαδικτύου και ενοχλητικό περιεχόμενο, καθώς και στους γονείς ή κηδεμόνες τους.

⁴² [Creating a better Internet for kids | Shaping Europe's digital future \(europa.eu\)](#) (Δημιουργία ενός καλύτερου διαδικτύου για τα παιδιά | Διαμόρφωση του ψηφιακού μέλλοντος της Ευρώπης).

⁴³ Άρθρο 34 παράγραφος 2 στοιχεία β) και δ).

⁴⁴ [Πράξη για τις ψηφιακές υπηρεσίες](#).

⁴⁵ Μια ψηφιακή δεκαετία για τα παιδιά και τις νέες/τους νέους: η νέα ευρωπαϊκή στρατηγική για ένα καλύτερο διαδίκτυο για τα παιδιά (BIK+) [COM(2022) 212 final].

Τα παιδιά βρίσκονται σε πιο ευάλωτη κατάσταση από τους ενήλικες όσον αφορά την έκφραση των ανησυχιών τους. Σύμφωνα με τη στρατηγική της ΕΕ για τα δικαιώματα του παιδιού, η Επιτροπή θα παρουσιάσει το 2024 μια πρωτοβουλία για ολοκληρωμένα συστήματα προστασίας του παιδιού, η οποία θα ενθαρρύνει όλες τις αρμόδιες αρχές και υπηρεσίες να συνεργαστούν καλύτερα σε ένα σύστημα που θέτει το παιδί στο επίκεντρο. Θα ζητηθεί η γνώμη των παιδιών κατά την προετοιμασία της, μεταξύ άλλων όσον αφορά τη διάσταση της ψυχικής υγείας, στο πλαίσιο της νεοσυσταθείσας πλατφόρμας της ΕΕ για τη συμμετοχή των παιδιών. **Οι απόψεις των παιδιών θα πρέπει να ακούγονται** και, για τον σκοπό αυτόν, απαιτούνται στοχευμένα εργαλεία και πρωτοβουλίες. Η Επιτροπή θα στηρίζει την εφαρμογή της **στρατηγικής της ΕΕ για αποτελεσματικότερη καταπολέμηση της σεξουαλικής εκμετάλλευσης και κακοποίησης παιδιών**⁴⁶ μέσω των προσπαθειών για τη βελτίωση της πρόληψης, την παροχή βοήθειας στα θύματα και για έρευνα και δίωξη. Για την αντιμετώπιση των ειδικών **προκλήσεων οι οποίες αφορούν τα παιδιά και τους νέους** που ζουν σε αγροτικές ή απομακρυσμένες περιοχές και πλήττονται ιδιαίτερα από τις ανεπαρκείς υπηρεσίες υποστήριξης της ψυχικής υγείας, η Επιτροπή θα συμπεριλάβει ειδικές δράσεις στο πλαίσιο του αγροτικού σχεδίου δράσης της ΕΕ. Θα διασφαλίσει ότι το **Ευρωπαϊκό Σώμα Αλληλεγγύης** θα εξακολουθήσει να υποστηρίζει δραστηριότητες που σχετίζονται με την πρόληψη, την προαγωγή και τη στήριξη του τομέα της υγείας, σύμφωνα με την πρωτοβουλία **HealthyLifeStyle4All**⁴⁷, με ιδιαίτερη έμφαση στη στήριξη ευάλωτων ή μειονεκτουσών πληθυσμιακών ομάδων.

Με την πρόληψη και με έγκαιρες παρεμβάσεις από επαγγελματίες που έρχονται σε επαφή με τα παιδιά, όπως οι εκπαιδευτικοί, μπορεί να δοθεί ώθηση στην ανθεκτικότητα του τομέα της ψυχικής υγείας των παιδιών και των νέων και να μετριαστούν οι πιθανές αρνητικές επιπτώσεις, ιδίως εάν τους δοθεί η ευκαιρία να εκφραστούν. Οι παιδικοί σταθμοί και τα σχολεία αποτελούν το ιδανικό περιβάλλον για τον εφοδιασμό των μικρών παιδιών με τις δεξιότητες που απαιτούνται για τη συναισθηματική τους ρύθμιση και για την ανάπτυξη της αντίληψής τους για την ψυχική υγεία, μέσω της ανάπτυξης δεξιοτήτων, όπως η ενσυναίσθηση, και της οικοδόμησης αυτεπίγνωσης και αυτοπεποίθησης. Για τον σκοπό αυτόν, απαιτείται κατάλληλα καταρτισμένο προσωπικό, καθώς και μια αξιολογη επένδυση που μπορεί να συμβάλει στη μείωση του στιγματισμού όσον αφορά τα προβλήματα ψυχικής υγείας και στην οικοδόμηση μιας πιο ανθεκτικής και συνεκτικής κοινωνίας. Οι πρωτοβουλίες στο πλαίσιο του σχολείου, συμπεριλαμβανομένων ολιστικών προσεγγίσεων της ψυχικής υγείας, έχει αποδειχθεί ότι βελτιώνουν την ψυχική υγεία των μαθητών, τις γνωστικές τους δεξιότητες, τη διάρκεια της συγκέντρωσης, τα ακαδημαϊκά αποτελέσματα και την ανθεκτικότητά τους σε παράγοντες πίεσης⁴⁸. Το δίκτυο **Child Helpline International**⁴⁹ παρέχει υποστήριξη ψυχικής υγείας σε παιδιά, η οποία μπορεί να περιλαμβάνει

⁴⁶ [EU Strategy for a more effective fight against child sexual abuse\(europa.eu\)](#) (Στρατηγική της ΕΕ για αποτελεσματικότερη καταπολέμηση της σεξουαλικής κακοποίησης παιδιών).

⁴⁷ [The HealthyLifestyle4All Initiative | Sport \(europa.eu\)](#) (Πρωτοβουλία HealthyLifestyle4All | Αθλητισμός).

⁴⁸ [How school systems can improve health and well-being: topic brief:Mental health \(who.int\)](#) (Πώς τα σχολικά συστήματα μπορούν να βελτιώσουν την υγεία και την ευεξία: συνοπτική έκθεση με θέμα: Ψυχική υγεία).

⁴⁹ [Home - Child Helpline International: με χρηματοδότηση από το πρόγραμμα «Πολίτες, ισότητα, δικαιώματα και αξίες».](#)

συναισθηματική, ψυχολογική και ενίοτε νομική υποστήριξη στα παιδιά που επικοινωνούν μέσω της τηλεφωνικής γραμμής βοήθειας.

Η Επιτροπή θα στηρίζει τα κράτη μέλη στην εφαρμογή της **ευρωπαϊκής εγγύησης για τα παιδιά**, σύμφωνα με τα εθνικά σχέδια δράσης τους και μέσω κονδυλίων της ΕΕ, ιδίως του Ευρωπαϊκού Κοινωνικού Ταμείου+, και διευκολύνοντας την ανταλλαγή ορθών πρακτικών μεταξύ των συντονιστών της εγγύησης για τα παιδιά. Οι χώρες θα υποστηριχθούν επίσης στην προσπάθειά τους να ενισχύσουν την ανάπτυξη εθνικών ικανοτήτων για τους επαγγελματίες του τομέα της υγείας και άλλους επαγγελματίες, και θα κληθούν να αξιοποιήσουν τις οικονομικές δυνατότητες που παρέχει ο προϋπολογισμός της ΕΕ για να αυξήσουν τη δράση για την πρόληψη και τις έγκαιρες παρεμβάσεις εκτός του τομέα της υγείας, ιδίως στο εκπαιδευτικό περιβάλλον. Επίσης, η Επιτροπή θα **παρακολουθεί την πρόοδο** μέσω του Ευρωπαϊκού Εξαμήνου.

Η Επιτροπή θα εξακολουθήσει να εφαρμόζει τη **στρατηγική της ΕΕ για τη νεολαία (2019-2027)**⁵⁰ για την επίτευξη καλύτερης ψυχικής υγείας και ευεξίας και την εξάλειψη του στιγματισμού.

Η Επιτροπή θα ενισχύσει την προαγωγή της ψυχικής υγείας σε εκπαιδευτικά περιβάλλοντα στηρίζοντας την εφαρμογή της πρωτοβουλίας «**Δρόμοι προς τη σχολική επιτυχία**»⁵¹. Η ομάδα εμπειρογνομόνων της Επιτροπής για υποστηρικτικά μαθησιακά περιβάλλοντα για ομάδες που διατρέχουν κίνδυνο να παρουσιάσουν χαμηλές επιδόσεις και για τη στήριξη της ευημερίας στο σχολείο θα αναπτύξει το 2024 κατευθυντήριες γραμμές σχετικά με μια συστηματική, **ολιστική σχολική προσέγγιση για την ευημερία** για τους υπεύθυνους χάραξης πολιτικής σε τοπικό, περιφερειακό και εθνικό επίπεδο και σε επίπεδο σχολείων⁵². Η Επιτροπή θα προτείνει **εργαλειοθήκη** αυτοαξιολόγησης και αυτοβελτίωσης **σχετικά με την ευημερία στο σχολείο** και θα διατυπώσει συστάσεις για δραστηριότητες ευαισθητοποίησης σε εθνικό και ενωσιακό επίπεδο. Μέσω του Erasmus+ και του Ευρωπαϊκού Σώματος Αλληλεγγύης, θα υπάρξουν ευκαιρίες χρηματοδότησης έργων με σκοπό την προαγωγή της ψυχικής υγείας και ευεξίας των νέων, ενώ με τη μακροπρόθεσμη δραστηριότητα κατάρτισης και συνεργασίας του Erasmus+ με θέμα «**Ψυχική υγεία στις δραστηριότητες των νέων**» θα εξακολουθήσει να αυξάνεται η ευαισθητοποίηση και να αναπτύσσονται οι γνώσεις σχετικά με την ψυχική υγεία.

⁵⁰ [EUR-Lex - 42018Y1218\(01\) - EL - EUR-Lex \(europa.eu\)](#).

⁵¹ [EUR-Lex - 32022H1209\(01\) - EL - EUR-Lex \(europa.eu\)](#).

⁵² Οι εν λόγω κατευθυντήριες γραμμές θα πρέπει να περιλαμβάνουν την ψυχική ευεξία και την πρόληψη του εκφοβισμού, καθώς και να αντιμετωπίζουν το εργασιακό στρες των εκπαιδευτικών, τη βία και τον εκφοβισμό τους που ασκούνται εις βάρος τους, στο πλαίσιο μιας συνολικής σχολικής προσέγγισης. Σύνδεσμος: <https://osha.europa.eu/el/publications/occupational-safety-and-health-and-education-whole-school-approach>

ΕΜΒΛΗΜΑΤΙΚΕΣ ΠΡΩΤΟΒΟΥΛΙΕΣ

7. ΔΙΚΤΥΟ ΨΥΧΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ ΓΙΑ ΤΑ ΠΑΙΔΙΑ ΚΑΙ ΤΟΥΣ ΝΕΟΥΣ

- Το 2024 η Επιτροπή θα στηρίξει τη δημιουργία ενός δικτύου ψυχικής υγείας για τα παιδιά και τους νέους με σκοπό την ανταλλαγή πληροφοριών, την αμοιβαία υποστήριξη και την προβολή μέσω πρεσβευτών των νέων⁵³.

8. ΥΓΕΙΑ ΤΩΝ ΠΑΙΔΙΩΝ 360

- Το 2023 η Επιτροπή θα αναπτύξει μια **εργαλειοθήκη πρόληψης** η οποία θα επικεντρώνεται στην πρόληψη και την έγκαιρη παρέμβαση σε παιδιά που διατρέχουν κίνδυνο και θα εξετάζει τις διασυνδέσεις μεταξύ ψυχικής και σωματικής υγείας και βασικών καθοριστικών παραγόντων για την υγεία⁵⁴. Θα δοθεί ιδιαίτερη προσοχή στους κινδύνους εκφοβισμού σε εκπαιδευτικά περιβάλλοντα.

9. ΕΜΒΛΗΜΑΤΙΚΗ ΠΡΩΤΟΒΟΥΛΙΑ ΜΕ ΤΙΤΛΟ «YOUTH FIRST» (ΠΡΩΤΑ ΟΙ ΝΕΟΙ) (ΕΜΒΛΗΜΑΤΙΚΗ ΠΡΩΤΟΒΟΥΛΙΑ ΤΟΥ ΜΕΣΟΥ ΤΕΧΝΙΚΗΣ ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗΣ ΓΙΑ ΤΟ 2023⁵⁵)

- Το 2023 η Επιτροπή θα αναπτύξει **εργαλεία για τα παιδιά και τους νέους** με σκοπό την ενεργό εξέταση ζητημάτων όπως, για παράδειγμα, ο υγιεινός τρόπος ζωής και η πρόληψη των προβλημάτων ψυχικής υγείας, σε στενή συνεργασία με τα παιδιά και τους νέους⁵⁶ (2 εκατ. EUR).

10. ΥΓΙΗΣ ΧΡΗΣΗ ΟΘΟΝΩΝ, ΥΓΙΕΙΣ ΝΕΟΙ

Η Επιτροπή θα στηρίζει τις εξής δραστηριότητες:

- συνέχιση της εφαρμογής της στρατηγικής για ένα καλύτερο διαδίκτυο για τα παιδιά (BIK+)⁵⁷.
- πρακτική καθοδήγηση των αρχών σχετικά με τη βελτίωση της **προστασίας των ανηλίκων στον ψηφιακό κόσμο**, η οποία θα συμπληρώνεται από την παρακολούθηση του αντικτύπου του ψηφιακού μετασχηματισμού στην ευημερία των παιδιών μέσω της διαδικτυακής πύλης «Better Internet for Kids» (Καλύτερο Διαδίκτυο για τα παιδιά).
- κώδικα δεοντολογίας για τον ηλικιακά κατάλληλο σχεδιασμό**⁵⁸ που θα διευκολυνθεί από την Επιτροπή με βάση τους νέους κανόνες της πράξης για τις ψηφιακές υπηρεσίες.
- διευκόλυνση της συνέχισης και ενίσχυσης των εργασιών στο πλαίσιο του **κώδικα δεοντολογίας για την καταπολέμηση της παράνομης ρητορικής μίσους στο διαδίκτυο**, βάσει της πράξης για τις ψηφιακές υπηρεσίες⁵⁹.

⁵³ Στο πλαίσιο της πρωτοβουλίας «Υγιέστεροι μαζί» και με χρηματοδότηση από το [πρόγραμμα «Η ΕΕ για την υγεία»](#).

⁵⁴ Στο πλαίσιο της πρωτοβουλίας «Υγιέστεροι μαζί» και με χρηματοδότηση από το [πρόγραμμα «Η ΕΕ για την υγεία»](#).

⁵⁵ 2 εκατ. EUR στο πλαίσιο του [προγράμματος εργασίας του TSI 2023](#): το έργο θα ξεκινήσει το φθινόπωρο του 2023.

⁵⁶ Η Επιτροπή θα παράσχει [τεχνική υποστήριξη](#), από κοινού με τη UNICEF, στην Ανδαλουσία, την Ιταλία, την Κύπρο και τη Σλοβενία, για την ενίσχυση της συνεργασίας μεταξύ διαφόρων τομέων: της υγείας, της εκπαίδευσης, των κοινωνικών υπηρεσιών και των συστημάτων προστασίας των παιδιών. .

⁵⁷ [Στρατηγική για ένα καλύτερο διαδίκτυο για τα παιδιά](#).

⁵⁸ Ο κώδικας δεοντολογίας σχετικά με τον ηλικιακά κατάλληλο σχεδιασμό θα στηρίξει την εφαρμογή του άρθρου 28 της πράξης για τις ψηφιακές υπηρεσίες και θα αναγνωριστεί ως κώδικας σύμφωνα με το άρθρο 45 της πράξης για τις ψηφιακές υπηρεσίες.

⁵⁹ Προβλέπεται η συμμετοχή του ευρωπαϊκού συμβουλίου ψηφιακών υπηρεσιών κατά τη θέσπιση οποιουδήποτε κώδικα δεοντολογίας βάσει της πράξης για τις ψηφιακές υπηρεσίες.

Η Επιτροπή ενθαρρύνει τα κράτη μέλη να συνεργαστούν σε πολιτικές και πρωτοβουλίες που στοχεύουν στις ειδικές προκλήσεις που σχετίζονται με την **ψυχική υγεία των παιδιών και των νέων** και να εξετάσουν τη σχέση μεταξύ των προβλημάτων ψυχικής υγείας, των καθοριστικών παραγόντων για την υγεία και της χρήσης ψηφιακών εργαλείων. Η Επιτροπή καλεί τα κράτη μέλη να εντοπίσουν τα παιδιά ως ομάδα-στόχο προτεραιότητας στις εθνικές στρατηγικές τους για την ψυχική υγεία και να δημιουργήσουν δίκτυα με οικογένειες, σχολεία, νέους και άλλα ενδιαφερόμενα μέρη και ιδρύματα που ασχολούνται με την ψυχική υγεία των παιδιών. Τα κράτη μέλη παροτρύνονται να διασφαλίσουν ότι τα **παιδιά** έχουν καλύτερη πρόσβαση σε υπηρεσίες ψυχικής υγείας, καθώς και ισότιμη και εύκολη πρόσβαση σε υγιεινή διατροφή και τακτική σωματική δραστηριότητα, ζουν σε ασφαλή και υποστηρικτικά περιβάλλοντα και προστατεύονται από προβλήματα που οφείλονται στην κατανάλωση αλκοόλ και καπνού και στη χρήση ναρκωτικών και από τις αρνητικές επιπτώσεις της χρήσης ψηφιακών τεχνολογιών. Τα κράτη μέλη καλούνται να **εφαρμόσουν τις καινοτόμες προσεγγίσεις και τις βέλτιστες πρακτικές** που προσδιορίζονται στην πρωτοβουλία «Υγιέστεροι μαζί» για την ψυχική υγεία των παιδιών και των νέων και να συμμετάσχουν στο συνεργατικό έργο στο πλαίσιο της πρωτοβουλίας με σκοπό την **αντιμετώπιση των επιπτώσεων των καθοριστικών παραγόντων για την υγεία**, συμπεριλαμβανομένων των οικονομικών, εμπορικών, κοινωνικών και περιβαλλοντικών καθοριστικών παραγόντων, και του αντικτύπου του ψηφιακού μετασχηματισμού στην ψυχική υγεία και ευεξία των παιδιών και των νέων.

δ. Βοήθεια σε όσους έχουν μεγαλύτερη ανάγκη

Οι ψυχικές ασθένειες συνδέονται με πολλές μορφές ανισοτήτων και πρέπει να δοθεί ιδιαίτερη προσοχή στα άτομα που βρίσκονται σε **ευάλωτη κατάσταση**. Τα άτομα μπορεί να ανήκουν ταυτόχρονα σε μία ή περισσότερες ευάλωτες ομάδες, όπως για παράδειγμα οι μόνες μητέρες που βρίσκονται σε κατάσταση φτώχειας ή τα άτομα με αναπηρία που αναρρώνουν από σοβαρή ασθένεια.

Στο πλαίσιο των δύσκολων δημογραφικών αλλαγών, **οι υπηρεσίες ψυχικής υγείας, οι κοινωνικές υπηρεσίες και οι υπηρεσίες μακροχρόνιας φροντίδας** πρέπει να είναι προσβάσιμες, οικονομικά προσιτές, ολοκληρωμένες⁶⁰, να παρέχονται σε επίπεδο κοινότητας και να είναι φιλικές προς τους χρήστες τους. Θα πρέπει να δίνεται η δυνατότητα στους **ηλικιωμένους**⁶¹ να ακολουθούν έναν υγιεινό και δραστήριο τρόπο ζωής, να διαχειρίζονται οι ίδιοι την ψυχική τους υγεία, να αυξάνουν τις κοινωνικές αλληλεπιδράσεις τους⁶², καθώς και

⁶⁰ Ένα ολοκληρωμένο σύστημα φροντίδας για τους ηλικιωμένους συνεπάγεται ότι τα άτομα της τρίτης ηλικίας λαμβάνουν την υγειονομική περίθαλψη που χρειάζονται, όπου και όταν την χρειάζονται: [Ageing and Health unit \(who.int\)](#) (Μονάδα γήρανσης και υγείας).

⁶¹ Το 2021 περισσότερο από το 20,8 % του πληθυσμού της ΕΕ ήταν άνω των 65 ετών, ποσοστό που προβλέπεται να αυξηθεί στο 30,3 % έως το 2058: [Συμπεράσματα του Συμβουλίου για την ενσωμάτωση της διάστασης της γήρανσης στις δημόσιες πολιτικές](#).

⁶² [Συμπεράσματα του Συμβουλίου με θέμα «Ανθρώπινα δικαιώματα, συμμετοχή και ευημερία των ηλικιωμένων στην εποχή της ψηφιοποίησης»](#).

να περιορίζουν τη μοναξιά. Πρέπει να προωθούνται δημιουργικές λύσεις, όπως η διαγενεακή στέγαση.

Η Επιτροπή προωθεί την ευαισθητοποίηση σχετικά με την ανάγκη αντιμετώπισης της **μοναξιάς και της κοινωνικής απομόνωσης** για την προαγωγή της καλής ψυχικής υγείας⁶³, και θα στηρίξει τα κράτη μέλη με τη συλλογή και μεταφορά βέλτιστων πρακτικών μέσω της δικτυακής πύλης βέλτιστων πρακτικών της ΕΕ.

Οι **γυναίκες** έχουν σχεδόν διπλάσιες πιθανότητες από τους άνδρες να βιώσουν κατάθλιψη. Αυτό οφείλεται σε πληθώρα παραγόντων, όπως η βιολογική παράμετρος, οι συνθήκες ζωής και οι πολιτιστικοί παράγοντες πίεσης⁶⁴.

Τα θύματα της **έμφυλης βίας** είναι ιδιαίτερα ευάλωτα. Η Επιτροπή θα ενισχύσει την προστασία και τη στήριξη των **θυμάτων έμφυλης βίας**, συμπεριλαμβανομένης της κυβερνοβίας, μέσω της εφαρμογής των επικείμενων υποχρεώσεων της ΕΕ στο πλαίσιο της **Σύμβασης της Κωνσταντινούπολης**⁶⁵ και της μελλοντικής οδηγίας της ΕΕ σχετικά με τη **βία κατά των γυναικών και την ενδοοικογενειακή βία**⁶⁶. Η Επιτροπή θα ασχοληθεί με την πρόληψη και την καταπολέμηση **επιβλαβών πρακτικών κατά των γυναικών και των κοριτσιών**⁶⁷ και θα δημιουργήσει ένα δίκτυο της ΕΕ για την πρόληψη της **έμφυλης βίας** και της ενδοοικογενειακής βίας. Πρέπει να αντιμετωπιστούν η **επιλόχειος κατάθλιψη** και άλλα προβλήματα ψυχικής υγείας που μπορεί να προκύψουν κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης και μετά τον τοκετό, για την προστασία της ψυχικής υγείας τόσο των παιδιών όσο και των γυναικών⁶⁸. Το χρηματοδοτούμενο από την ΕΕ έργο «HappyMums» (Ευτυχισμένες Μαμάδες)⁶⁹ θα διερευνήσει τους φυσιολογικούς μηχανισμούς που θα δώσουν τη δυνατότητα αποτελεσματικών, επιστημονικά τεκμηριωμένων κλινικών παρεμβάσεων. Πρέπει επίσης να αντιμετωπιστούν προκλήσεις, όπως η άνιση πρόσβαση στην απασχόληση, συμπεριλαμβανομένων των μη μόνιμων συμβάσεων και/ή της ίσης αμοιβής, η άνιση κατανομή της ευθύνης όσον αφορά τις οικιακές εργασίες και τη φροντίδα της οικογένειας, καθώς και οι οικονομικές πιέσεις και εξαρτήσεις, με τις οποίες βρίσκονται αντιμέτωπες οι γυναίκες. Η Επιτροπή θα συμβάλει στη βελτίωση της κατάστασης διασφαλίζοντας ότι τα κράτη μέλη μεταφέρουν πλήρως και με ορθό τρόπο στο εθνικό τους δίκαιο και εφαρμόζουν τη νομοθεσία της ΕΕ σχετικά με τις ίσες ευκαιρίες και την ίση μεταχείριση γυναικών και ανδρών σε θέματα εργασίας και απασχόλησης, σχετικά με την ισορροπία μεταξύ επαγγελματικής και ιδιωτικής ζωής για τους γονείς και τους φροντιστές, καθώς και σχετικά με τη διαφάνεια των αμοιβών.

Οι διακρίσεις λόγω γενετήσιου προσανατολισμού, ταυτότητας φύλου, έκφρασης φύλου ή χαρακτηριστικών φύλου μπορούν επίσης να έχουν επιπτώσεις στην ψυχική υγεία, ιδίως

⁶³ [Loneliness \(europa.eu\)](#) (Μοναξιά).

⁶⁴ [WMH REVIEW FINAL \(who.int\)](#) (Ψυχική υγεία των γυναικών: Τελική έκθεση).

⁶⁵ Istanbul Convention: [Action against violence against women and domestic violence](#) (Σύμβαση της Κωνσταντινούπολης: Δράση κατά της βίας εναντίον των γυναικών και της ενδοοικογενειακής βίας).

⁶⁶ [EUR-Lex - 52022PC0105 - EL - EUR-Lex \(europa.eu\)](#)

⁶⁷ [Πρόγραμμα εργασίας της Επιτροπής για το 2023](#).

⁶⁸ <https://cordis.europa.eu/project/id/101057390>

⁶⁹ [Έργο HappyMums](#) (Ευτυχισμένες Μαμάδες).

των νέων. Η ψυχολογική δυσφορία που προέρχεται από εμπειρίες περιθωριοποίησης, διακρίσεων και στιγματισμού («μειονοτικό στρες») αυξάνει τον κίνδυνο αυτοκτονικής συμπεριφοράς, αυτοτραυματισμού ή κατάθλιψης και θα αντιμετωπιστεί σύμφωνα με τη στρατηγική για την ισότητα των ΛΟΑΤΚΙ 2020-2025⁷⁰.

Η σωματική και σεξουαλική βία και οι απειλές που αντιμετωπίζουν τα **θύματα εμπορίας ανθρώπων** έχουν μακροπρόθεσμες επιπτώσεις στην ψυχική υγεία⁷¹. Με την οδηγία για την πρόληψη και την καταπολέμηση της εμπορίας ανθρώπων αναγνωρίζονται οι ειδικές ανάγκες των θυμάτων που αντιμετωπίζουν προβλήματα ψυχικής υγείας και παρέχονται εξειδικευμένες υπηρεσίες υγείας, καθώς και μακροπρόθεσμη υποστήριξη ανάκαμψης και αποκατάστασης. Η Επιτροπή διευκολύνει και προωθεί προγράμματα για τη στήριξη των θυμάτων κατά την αποκατάσταση και την επανένταξή τους⁷², όπως υπηρεσίες υγείας και ψυχολογικής υποστήριξης, μέσω του Ταμείου Ασύλου, Μετανάστευσης και Ένταξης⁷³.

Πολλά προβλήματα υγείας μπορούν να οδηγήσουν σε προβλήματα ψυχικής υγείας ή να τα επιδεινώσουν, για παράδειγμα, στους **ασθενείς με καρκίνο**, δεδομένου ότι πρόκειται για τη δεύτερη κύρια αιτία θανάτου. Ο καρκίνος δεν επηρεάζει μόνο το σώμα σας, αλλά επηρεάζει επίσης τον νου και τα συναισθήματά σας και συχνά οδηγεί σε κατάθλιψη, άγχος και φόβο.

Οι αναπηρίες μπορούν συχνά να εκθέσουν τα άτομα σε υψηλότερο κίνδυνο εμφάνισης προβλημάτων ψυχικής υγείας και, για τον λόγο αυτόν, μπορεί να απαιτηθεί προσαρμογή των προσεγγίσεων σύμφωνα με τη στρατηγική για τα δικαιώματα των **ατόμων με αναπηρία**⁷⁴, στην οποία αναφέρονται δράσεις που αφορούν ιδιαίτερα τα άτομα που αντιμετωπίζουν ψυχική και νοητική αναπηρία, για παράδειγμα, ενθαρρύνονται τα κράτη μέλη να εφαρμόζουν ορθές πρακτικές αποϊδρυματοποίησης στον τομέα της ψυχικής υγείας.

Η αυτονομία, η ανεξαρτησία και η συμμετοχή στην κοινωνία σχετίζονται με την ψυχική υγεία, η οποία είναι ιδιαίτερα σημαντική για τους ηλικιωμένους και τα άτομα με αναπηρία. Ως εκ τούτου, είναι ζωτικής σημασίας να διασφαλιστεί η σωματική, κοινωνική και οικονομική προσβασιμότητα, μεταξύ άλλων, με τη βελτίωση της πρόσβασης στην αγορά εργασίας και τη διευκόλυνση της επιστροφής τους στην εργασία. Δύο από τις κατευθυντήριες γραμμές της δέσμης μέτρων για την απασχόληση των ατόμων με αναπηρία είναι αφιερωμένες στην εργασία των ατόμων που πάσχουν από χρόνιες ασθένειες και στην επιστροφή στην εργασία⁷⁵. Η Επιτροπή θα εκδώσει επίσης κατευθυντήριες γραμμές προς τα κράτη μέλη όσον αφορά την **ανεξάρτητη διαβίωση και την ένταξη** στην κοινότητα πριν από το τέλος του

⁷⁰ [Ένωση ισότητας: Στρατηγική για την ισότητα των ΛΟΑΤΚΙ 2020-2025](#).

⁷¹ [Study on the economic, social and human costs of trafficking in human beings within the EU](#) (Μελέτη σχετικά με το οικονομικό, κοινωνικό και ανθρώπινο κόστος της εμπορίας ανθρώπων εντός της ΕΕ) — Υπηρεσία Εκδόσεων της ΕΕ (europa.eu).

⁷² [Σύμφωνα με τη στρατηγική της ΕΕ για την καταπολέμηση της εμπορίας ανθρώπων 2021 - 2025](#).

⁷³ [Ταμείο Ασύλου, Μετανάστευσης και Ένταξης \(2021-2027\) \(europa.eu\)](#).

⁷⁴ Το 2021 η Ευρωπαϊκή Επιτροπή ενέκρινε τη [στρατηγική για τα δικαιώματα των ατόμων με αναπηρία 2021-2030](#) σύμφωνα με τη Σύμβαση των Ηνωμένων Εθνών για τα δικαιώματα των ατόμων με αναπηρία, στην οποία η ΕΕ και τα κράτη μέλη της είναι συμβαλλόμενα μέρη.

⁷⁵ [Λέση μέτρων για την απασχόληση των ατόμων με αναπηρία](#).

2023 και το 2024 θα παρουσιάσει ένα πλαίσιο για κοινωνικές υπηρεσίες αριστείας για τα άτομα με αναπηρία, συμπεριλαμβανομένης της ψυχικής υγείας.

Τα συμπτώματα της **μετα-COVID πάθησης**, κοινώς γνωστής ως μακρά COVID, έχει αναφερθεί ότι έχουν αρνητικές επιπτώσεις στην ψυχική υγεία⁷⁶ ενώ η κακή ψυχική υγεία μπορεί να αυξήσει τον κίνδυνο εμφάνισης μακράς COVID. Η επιτροπή θα συστήσει **δίκτυο για τη μακρά COVID με εμπειρογνώμονες των κρατών μελών** το 2023.

Πρόσφυγες και εκτοπισθέντα άτομα, ιδίως εκείνα που προσπαθούν να διαφύγουν από πολέμους· εκδιώξεις ή συγκρούσεις (όπως οι εκτοπισθέντες από την Ουκρανία) είναι πιο επιρρεπείς στην εμφάνιση προβλημάτων ψυχικής υγείας⁷⁷, και απαιτούνται έγκαιρες αντιδράσεις για τη μείωση της δυσφορίας. Στο πλαίσιο αυτό, η Επιτροπή θα συνεχίσει να συμβάλει στην ενίσχυση της ψυχοκοινωνικής υποστήριξης των εκτοπισθέντων και ιδίως στην παροχή ψυχολογικών πρώτων βοηθειών σε άτομα που πλήττονται από τον επιθετικό πόλεμο της Ρωσίας κατά της Ουκρανίας⁷⁸.

Η Επιτροπή θα δημοσιεύσει πρόσκληση υποβολής προτάσεων στο πλαίσιο του Ταμείου Ασύλου, Μετανάστευσης και Ένταξης⁷⁹ με στόχο τη μείωση των εμποδίων για την πρόσβαση των μεταναστών σε υπηρεσίες υγείας, συμπεριλαμβανομένων των υπηρεσιών ψυχικής υγείας και ψυχολογικής υποστήριξης.

Τα **άτομα χωρίς στέγη**⁸⁰ παρουσιάζουν συχνά κακή ψυχική υγεία και η μακροχρόνια και επαναλαμβανόμενη αστεγία ενισχύει την κακή ψυχική υγεία και την αναπηρία. Στο πλαίσιο της **ευρωπαϊκής πλατφόρμας για την καταπολέμηση της αστεγίας** αντιμετωπίζονται οι προκλήσεις στον τομέα της ψυχικής υγείας.

Οι **Ρομά** ενδέχεται να διατρέχουν υψηλότερο κίνδυνο εμφάνισης προβλημάτων ψυχικής υγείας, δεδομένης της συχνά δυσχερούς κατάστασής τους που προκύπτει από το χαμηλό κοινωνικοοικονομικό επίπεδο εισοδήματος και συνθηκών, καθώς και από τον αποκλεισμό, την έλλειψη πρόσβασης στην εκπαίδευση και την απασχόληση, την ανεπαρκή στέγαση, τον διαχωρισμό, τον αποκλεισμό και τις διακρίσεις, μεταξύ άλλων όσον αφορά πτυχές που σχετίζονται με την υγεία. Το στρατηγικό πλαίσιο της ΕΕ για την ισότητα, την ένταξη και τη συμμετοχή των Ρομά περιλαμβάνει τον τομεακό στόχο της βελτίωσης της υγείας των Ρομά

⁷⁶ [Long COVID and mental health correlates: a new chronic condition fits existing patterns - PubMed \(nih.gov\)](#)
(Η μακρά COVID και η ψυχική υγεία συσχετίζονται: μια νέα χρόνια πάθηση προσιδιάζει στα υφιστάμενα πρότυπα).

⁷⁷ Σύμφωνα με τον ΠΟΥ, εκτιμάται ότι 1 στα 5 άτομα που βιώνουν σήμερα την καταστροφή του πολέμου θα αντιμετωπίσει μια ψυχική πάθηση εντός των επόμενων 10 ετών, ενώ 1 στα 10 θα εμφανίσει σοβαρή πάθηση, όπως διαταραχή μετατραυματικού στρες ή ψύχωση.

⁷⁸ Βλ. εμβληματική δράση για την υποστήριξη της ψυχικής υγείας των εκτοπισθέντων και πληγέντων από την Ουκρανία.

⁷⁹ [Ταμείο Ασύλου, Μετανάστευσης και Ένταξης \(2021-2027\) \(europa.eu\)](#).

⁸⁰ Nicholas Pleace (2023) Social and healthcare services for homeless people: a discussion paper forthcoming in European Platform on Combatting Homelessness (Κοινωνικές και υγειονομικές υπηρεσίες για τους αστέγους: έγγραφο προβληματισμού υπό έκδοση στην ευρωπαϊκή πλατφόρμα για την καταπολέμηση της αστεγίας).

και της αύξησης της πραγματικής ισότιμης πρόσβασης σε ποιοτικές υγειονομικές και κοινωνικές υπηρεσίες⁸¹.

Τα θύματα εγκληματικών πράξεων, ιδίως εκείνα που έχουν υποστεί σημαντική βλάβη λόγω της σοβαρότητας της εγκληματικής πράξης ή λόγω των προσωπικών χαρακτηριστικών τους, όπως τα θύματα της τρομοκρατίας, τα θύματα εμπορίας ανθρώπων, τα θύματα εγκλημάτων μίσους, τα παιδιά-θύματα ή οποιοδήποτε άλλο θύμα που χρήζει ψυχολογικής βοήθειας, θα πρέπει να έχουν πρόσβαση στην εν λόγω βοήθεια δωρεάν και για όσο διάστημα είναι αναγκαίο. Στο πλαίσιο της επικείμενης **αναθεώρησης της οδηγίας για τα δικαιώματα των θυμάτων**⁸², η Επιτροπή εργάζεται για την ενίσχυση της πρόσβασης των θυμάτων σε ψυχολογική βοήθεια, ιδίως καθιστώντας τη βοήθεια αυτή διαθέσιμη δωρεάν για όσο διάστημα είναι αναγκαίο για όλα τα θύματα που τη χρειάζονται.

Οι κάτοικοι των αγροτικών ή απομακρυσμένων περιοχών, όπως οι γεωργοί, αντιμετωπίζουν ιδιαίτερες προκλήσεις όσον αφορά την ψυχική τους υγεία, που σχετίζονται με τον κίνδυνο ελλιπούς σύνδεσης και την έλλειψη πρόσβασης σε υπηρεσίες ψυχικής υγείας. Τα ποσοστά αυτοκτονιών στους γεωργούς είναι κατά 20 % υψηλότερα από τον εθνικό μέσο όρο σε ορισμένα κράτη μέλη⁸³, και αυτός είναι ο λόγος για τον οποίο θα παρασχεθεί στήριξη για την ενίσχυση της ανθεκτικότητάς τους. Μέσω των κονδυλίων της ΚΓΠ μπορούν να στηριχθούν δραστηριότητες ευαισθητοποίησης, μεταξύ άλλων στον τομέα της ψυχικής υγείας, για παράδειγμα, μέσω υπηρεσιών παροχής συμβουλών σε γεωργικές εκμεταλλεύσεις. Επιπλέον, θα μπορούσαν να κινητοποιηθούν και άλλα κονδύλια, όπως από το Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο+ ή το Ευρωπαϊκό Ταμείο Περιφερειακής Ανάπτυξης, για να ενισχυθούν οι επενδύσεις στις υπηρεσίες κοινωνικής στήριξης σε αγροτικές και απομακρυσμένες περιοχές και, ως εκ τούτου, να διασφαλιστεί ότι οι υπηρεσίες αυτές είναι προσβάσιμες σε γεωργούς και εργαζομένους του γεωργικού τομέα που τις χρειάζονται, ανεξάρτητα από τον τόπο κατοικίας τους.

⁸¹ https://commission.europa.eu/system/files/2021-01/eu_roma_strategic_framework_for_equality_inclusion_and_participation_for_2020_-_2030_0.pdf.

⁸² Οδηγία 2012/29/ΕΕ του Ευρωπαϊκού Κοινοβουλίου και του Συμβουλίου, της 25ης Οκτωβρίου 2012, για τη θέσπιση ελάχιστων προτύπων σχετικά με τα δικαιώματα, την υποστήριξη και την προστασία θυμάτων της εγκληματικότητας και για την αντικατάσταση της απόφασης-πλαίσιου 2001/220/ΔΕΥ του Συμβουλίου (ΕΕ L 315 της 14.11.2012, σ. 57).

⁸³ Έκθεση του 2018 της υπηρεσίας Public Health France.

ΕΜΒΛΗΜΑΤΙΚΕΣ ΠΡΩΤΟΒΟΥΛΙΕΣ

11. ΠΡΟΣΤΑΣΙΑ ΤΩΝ ΘΥΜΑΤΩΝ ΕΓΚΛΗΜΑΤΙΚΩΝ ΠΡΑΞΕΩΝ

- Έως το δεύτερο τρίμηνο του 2023 η Επιτροπή θα επιδιώξει να βελτιώσει την πρόσβαση των θυμάτων εγκληματικών πράξεων σε ψυχολογική υποστήριξη και υποστήριξη της ψυχικής υγείας, αναθεωρώντας την οδηγία για τη θέσπιση ελάχιστων προτύπων σχετικά με **τα δικαιώματα, την υποστήριξη και την προστασία θυμάτων της εγκληματικότητας**.

12. ΑΠΟΣΤΟΛΗ ΓΙΑ ΤΟΝ ΚΑΡΚΙΝΟ: ΠΛΑΤΦΟΡΜΑ ΓΙΑ ΝΕΑΡΟΥΣ ΕΠΙΖΩΝΤΕΣ ΑΠΟ ΚΑΡΚΙΝΟ

- Η Επιτροπή θα παράσχει στους **νεαρούς επιζώντες από καρκίνο** μια πλατφόρμα που θα τους βοηθήσει να ενισχύσουν την ψυχική τους υγεία, μέσω της αποστολής για τον καρκίνο του προγράμματος-πλαίσιου «Ορίζων Ευρώπη»⁸⁴.
- Η Επιτροπή θα στηρίζει τη συνεργασία μεταξύ των κρατών μελών για την παροχή ψυχολογικής υποστήριξης σε καρκινοπαθείς, στους φροντιστές τους και στις οικογένειές τους (8 εκατ. EUR)⁸⁵.

Η Επιτροπή ενθαρρύνει τα κράτη μέλη να βελτιώσουν την πρόσβαση σε ψηφιακά εργαλεία με αποδεδειγμένη χρηστικότητα για τους ηλικιωμένους ώστε να συμβάλλουν στη βελτίωση της ψυχικής τους υγείας και να τους βοηθήσουν να συμμετέχουν στην κοινωνική ζωή. Τα κράτη μέλη ενθαρρύνονται να συλλέξουν στοιχεία σχετικά με την κατάσταση της ψυχικής υγείας των ατόμων που βρίσκονται σε ευάλωτη κατάσταση, συμπεριλαμβανομένων των αστέγων, και σχετικά με την προσβασιμότητα των υπηρεσιών σε περιθωριοποιημένες, απομακρυσμένες και μειονεκτούσες περιοχές. Η Επιτροπή παροτρύνει τα κράτη μέλη να διασφαλίσουν ισότιμη πρόσβαση χωρίς φραγμούς σε ποιοτικές και οικονομικά προσιτές υγειονομικές και κοινωνικές υπηρεσίες, ιδίως για τις ομάδες που διατρέχουν μεγαλύτερο κίνδυνο ή για όσα άτομα ζουν σε περιθωριοποιημένες ή απομακρυσμένες περιοχές⁸⁶ και να αντιμετωπίσουν την ειδική κατάσταση των Ρομά, βελτιώνοντας την πρόσβαση σε υπηρεσίες ψυχικής υγείας και τα μέτρα πρωτογενούς πρόληψης, για παράδειγμα, μέσω εκστρατειών ευαισθητοποίησης. Επιπλέον, η Επιτροπή παροτρύνει τα κράτη μέλη να εφαρμόσουν ορθές πρακτικές για την αποϊδρυματοποίηση, μεταξύ άλλων για τα παιδιά, και να ενισχύσουν τη μετάβαση σε υπηρεσίες σε επίπεδο κοινότητας.

⁸⁴ [EU Mission: Cancer \(europa.eu\)](#) (Αποστολή της ΕΕ: Καρκίνος).

⁸⁵ Χρηματοδοτική στήριξη στο πλαίσιο του προγράμματος εργασίας «Η ΕΕ για την υγεία» για το 2023: CR-g-23-19.01 επιχορηγήσεις δράσης για την αντιμετώπιση των προκλήσεων που αντιμετωπίζουν καρκινοπαθείς και επιζώντες στον τομέα της ψυχικής υγείας.

⁸⁶ Για παράδειγμα, όπως ορίζεται στη [σύσταση του Συμβουλίου για την ισότητα, την ένταξη και τη συμμετοχή των Ρομά](#).

ε. Αντιμετώπιση των ψυχοκοινωνικών κινδύνων στην εργασία

Οι άνθρωποι περνούν σημαντικό μέρος του χρόνου τους στην εργασία και ένα καλό εργασιακό περιβάλλον είναι ζωτικής σημασίας για την υγεία. Το άγχος και οι ψυχοκοινωνικοί κίνδυνοι στην εργασία μπορούν να επηρεάσουν την ψυχική υγεία και να οδηγήσουν σε μείωση της ικανοποίησης από την εργασία, συγκρούσεις, χαμηλότερη παραγωγικότητα, επαγγελματική εξουθένωση, συχνές απουσίες και εναλλαγές του προσωπικού. Η ψυχική υγεία αποτελεί προϋπόθεση για τη δυνατότητα και την ικανότητα για εργασία, καθώς και για την παραγωγικότητα. Ωστόσο, περίπου οι μισοί Ευρωπαίοι εργαζόμενοι θεωρούν το άγχος σύνηθες φαινόμενο στον χώρο εργασίας τους και εκτιμούν ότι ευθύνεται για το ήμισυ περίπου του συνόλου των χαμένων εργάσιμων ημερών. Ταυτόχρονα, οι ψυχοκοινωνικοί κίνδυνοι και το εργασιακό στρες συγκαταλέγονται στα πλέον δύσκολα ζητήματα στον τομέα της επαγγελματικής ασφάλειας και υγείας.

Οι νέες μορφές εργασίας που προέκυψαν με την **ψηφιοποίηση** και επιταχύνθηκαν από την **πανδημία COVID-19** (όπως η εργασία σε πλατφόρμες και η εξ αποστάσεως εργασία) έχουν επηρεάσει την ψυχική υγεία των εργαζομένων, ακόμα και αν η ευελιξία των εν λόγω μορφών εργασίας μπορεί επίσης να αποδειχθεί επωφελής. Οι εργαζόμενοι σε θέσεις κρίσιμης σημασίας, και ιδίως οι εργαζόμενοι στον τομέα της υγείας και των κοινωνικών υπηρεσιών, φάνηκε ότι διατρέχουν τον μεγαλύτερο κίνδυνο να εκτεθούν σε ψυχοκοινωνικούς κινδύνους που σχετίζονται με την εργασία στο μεταπανδημικό πλαίσιο⁸⁷.

Οι εργοδότες διαδραματίζουν καίριο ρόλο στη διασφάλιση της ασφάλειας και της υγείας των εργαζομένων, όπως ορίζεται στη νομοθεσία της ΕΕ για την **επαγγελματική ασφάλεια και υγεία (EAY)**⁸⁸. Η Επιτροπή έχει ασχοληθεί με τους ψυχοκοινωνικούς κινδύνους και την ψυχική υγεία στην εργασία κατά τα προηγούμενα έτη στα στρατηγικά της πλαίσια για την επαγγελματική ασφάλεια και υγεία στην εργασία⁸⁹. Στην ανακοίνωση με τίτλο «Στρατηγικό πλαίσιο της ΕΕ για την υγεία και την ασφάλεια στην εργασία κατά την περίοδο 2021-2027»⁹⁰ δίνεται ιδιαίτερη έμφαση στην ψυχική υγεία και στους ψυχοκοινωνικούς κινδύνους.

Επιπλέον, η ανάγκη αναστοχασμού σχετικά με τη μελλοντική πορεία όσον αφορά το **δικαίωμα στην αποσύνδεση**, ως αναπόσπαστο μέρος της μείωσης του εργασιακού στρες και της προώθησης καλύτερης ισορροπίας μεταξύ επαγγελματικής και ιδιωτικής ζωής, το **δικαίωμα επιστροφής στην εργασία** μετά από ψυχικές ασθένειες, καθώς και ένα εργασιακό

⁸⁷ Βλ. <https://osha.europa.eu/el/publications/osh-pulse-occupational-safety-and-health-post-pandemic-workplaces>.

⁸⁸ [Νομοθεσία για την ασφάλεια και την υγεία στον χώρο εργασίας | Ασφάλεια και υγεία στην εργασία, EU-OSHA \(europa.eu\)](#). Στην οδηγία-πλαίσιο για την ασφάλεια και την υγεία στην εργασία (89/391/ΕΟΚ) θεσπίζεται η υποχρέωση του εργοδότη να εκτιμά τους κινδύνους για την ασφάλεια και την υγεία των εργαζομένων, συμπεριλαμβανομένων των ψυχοκοινωνικών κινδύνων, και να εφαρμόζει μέτρα προστασίας. Η οδηγία για την εργασία σε εξοπλισμό με οθόνη οπτικής απεικόνισης (90/270/ΕΟΚ), η οδηγία για τους χώρους εργασίας (89/654/ΕΟΚ) και η οδηγία σχετικά με την πρόληψη των τραυματισμών που προκαλούνται από αιχμηρά αντικείμενα στο νοσοκομειακό και υγειονομικό τομέα (2010/32/ΕΕ) καλύπτουν επίσης πτυχές της εργασίας που σχετίζονται με τους ψυχοκοινωνικούς κινδύνους.

⁸⁹ Για παράδειγμα, COM(2002) 118· COM(2007) 62· COM(2014) 0332.

⁹⁰ COM(2021) 323 final.

περιβάλλον ασφαλές από ψυχολογική άποψη, είναι ζωτικής σημασίας τόσο για την προαγωγή της ψυχικής υγείας όσο και για τη δημιουργία μιας πιο συμπεριληπτικής κοινωνίας.

Η Επιτροπή εκφράζει την ικανοποίησή της για το πρόγραμμα εργασίας των Ευρωπαίων διακλαδικών κοινωνικών εταίρων για την περίοδο 2022-2024 και τις υπό εξέλιξη διαπραγματεύσεις για νέα συμφωνία σχετικά με την τηλεργασία και το δικαίωμα στην αποσύνδεση, που πρόκειται να υποβληθεί προς έγκριση με τη μορφή νομικά δεσμευτικής συμφωνίας η οποία θα εφαρμοστεί μέσω οδηγίας. Η Επιτροπή θα εξακολουθήσει να **στηρίζει τους κοινωνικούς εταίρους** στην προσπάθειά τους να διαπραγματευτούν μια νέα συμφωνία σχετικά με την τηλεργασία και το δικαίωμα στην αποσύνδεση, διευκολύνοντας τις συζητήσεις και τον εντοπισμό βέλτιστων πρακτικών, και αξιολογώντας τις υφιστάμενες πρακτικές και τους κανόνες που σχετίζονται με το δικαίωμα στην αποσύνδεση. Οι υπό εξέλιξη διαπραγματεύσεις των κοινωνικών εταίρων συνδέονται με το ψήφισμα του Ευρωπαϊκού Κοινοβουλίου του Ιανουαρίου του 2021 σχετικά με το δικαίωμα στην αποσύνδεση, στο οποίο η Επιτροπή δεσμεύεται να δώσει συνέχεια.

Η Επιτροπή θα διασφαλίσει ότι ο EU-OSHA⁹¹ θα ολοκληρώσει την επισκόπηση σχετικά με την επαγγελματική ασφάλεια και υγεία (EAY) και την **ψηφιοποίηση**, η οποία καλύπτει την ψυχική υγεία στην εργασία, και θα υλοποιήσει επισκόπηση της EAY για την ψυχοκοινωνική και ψυχική υγεία στην εργασία, συμπεριλαμβανομένων πληροφοριών σχετικά με ορθές πρακτικές για την επιστροφή στην εργασία και την εργασία των πασχόντων από ψυχικές παθήσεις, καθώς και επισκόπησης της EAY στους τομείς της υγείας και της περιθάλψης. Η Επιτροπή θα διασφαλίσει ότι ο EU-OSHA θα παράσχει επικαιροποιημένες κατευθυντήριες γραμμές σε συνέχεια της έκδοσης του 2018 με τίτλο «Υγιείς εργαζόμενοι, ευημερούσες εταιρείες — ένας πρακτικός οδηγός για την ευεξία στην εργασία»⁹² και ότι θα υλοποιήσει ένα έργο σχετικά με τις ορθές πρακτικές για τη στήριξη των εργαζομένων που πάσχουν από ψυχική πάθηση, είτε αυτή σχετίζεται είτε δεν σχετίζεται με την εργασία, ώστε να παραμείνουν στην εργασία ή να επιστρέψουν επιτυχώς σ' αυτήν έπειτα από απουσία λόγω ασθενείας, με έκθεση έως το 2024.

Στη σύνοδο κορυφής για την επαγγελματική ασφάλεια και υγεία (EAY), που πραγματοποιήθηκε στις 15-16 Μαΐου 2023 από τη σουηδική προεδρία και την Ευρωπαϊκή Επιτροπή, προσδιορίστηκαν οι ψυχοκοινωνικοί κίνδυνοι και η ψυχική υγεία στην εργασία ως διογκούμενα προβλήματα στον τομέα της EAY που χρήζουν εντατικότερης εξέτασης⁹³. Η Επιτροπή θα δώσει συνέχεια στα εν λόγω συμπεράσματα της συνόδου κορυφής για τη βελτίωση της ψυχικής υγείας στην εργασία, με πλήρη σεβασμό της αρχής της τριμερούς συμμετοχής. Επίσης, θα συνεχίσει τις **εργασίες επανεξέτασης** της οδηγίας σχετικά με τους χώρους εργασίας (89/654/ΕΟΚ)⁹⁴ και της οδηγίας σχετικά με την εργασία σε εξοπλισμό με οθόνη οπτικής απεικόνισης (90/270/ΕΟΚ)⁹⁵. Τέλος, η Επιτροπή θα στηρίζει την εφαρμογή

⁹¹ [Ευρωπαϊκός οργανισμός για την ασφάλεια και την υγεία στην εργασία \(europa.eu\)](https://europa.eu).

⁹² [Υγιείς εργαζόμενοι, ευημερούσες εταιρείες — ένας πρακτικός οδηγός για την ευεξία στην εργασία.](#)

⁹³ <https://ec.europa.eu/social/main.jsp?langId=el&catId=89&furtherNews=yes&newsId=10582>

⁹⁴ [Οδηγία του Συμβουλίου σχετικά με τις ελάχιστες προδιαγραφές ασφάλειας και υγείας στους χώρους εργασίας.](#)

⁹⁵ [Οδηγία του Συμβουλίου σχετικά με την εργασία σε εξοπλισμό με οθόνη οπτικής απεικόνισης.](#)

της ευρωπαϊκής στρατηγικής για τη φροντίδα⁹⁶ με δράσεις που συμβάλλουν στην ψυχική ευεξία των φροντιστών και των ατόμων που λαμβάνουν φροντίδα.

ΕΜΒΛΗΜΑΤΙΚΕΣ ΠΡΩΤΟΒΟΥΛΙΕΣ⁹⁷

13. ΠΡΩΤΟΒΟΥΛΙΑ ΣΕ ΕΠΙΠΕΔΟ ΕΕ ΓΙΑ ΤΟΥΣ ΨΥΧΟΚΟΙΝΩΝΙΚΟΥΣ ΚΙΝΔΥΝΟΥΣ

- Η Επιτροπή θα διενεργήσει αξιολόγηση από ομοτίμους σχετικά με τις νομοθετικές προσεγγίσεις και τις προσεγγίσεις επιβολής των κρατών μελών για την αντιμετώπιση των **ψυχοκοινωνικών κινδύνων στην εργασία** με σκοπό, και με την επιφύλαξη των αποτελεσμάτων της και της συμβολής των κοινωνικών εταίρων, να παρουσιάσει μια πρωτοβουλία σε επίπεδο ΕΕ για τους ψυχοκοινωνικούς κινδύνους μεσοπρόθεσμα.

14. ΕΚΣΤΡΑΤΕΙΕΣ ΤΗΣ ΕΕ ΣΤΟΥΣ ΧΩΡΟΥΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

- **Πανευρωπαϊκή εκστρατεία του EU-OSHA «Ασφαλείς και Υγιείς Χώροι Εργασίας» — Επαγγελματική ασφάλεια και υγεία στην ψηφιακή εποχή**, με έμφαση, μεταξύ άλλων, στην ψυχική υγεία στην εργασία (2023-2025).
- **Πανευρωπαϊκή εκστρατεία «Ασφαλείς και Υγιείς Χώροι Εργασίας» του EU-OSHA σχετικά με τους ψυχοκοινωνικούς κινδύνους και την ψυχική υγεία στην εργασία**, με έμφαση σε νέους και παραμελημένους επαγγελματικούς τομείς, συμπεριλαμβανομένων της γεωργίας και των κατασκευών, και σε ομάδες που περιλαμβάνουν εργαζομένους χαμηλής ειδίκευσης, μετανάστες ή νεαρούς εργαζομένους (2026-2027/28).

Τα κράτη μέλη ενθαρρύνονται να αυξήσουν την ευαισθητοποίηση σχετικά με τα προβλήματα ψυχικής υγείας των γεωργών και των πληθυσμών στις αγροτικές περιοχές με τη στήριξη της κοινής γεωργικής πολιτικής, καθώς και να αναπτύξουν και να εφαρμόσουν πολιτικές και βέλτιστες πρακτικές που θα συμβάλουν στην εστίαση στην πρόληψη και στην **ενίσχυση της ανθεκτικότητας των εργαζομένων σε θέσεις κρίσιμης σημασίας, συμπεριλαμβανομένων των επαγγελματιών του τομέα της υγείας, των εκπαιδευτικών και των γεωργών. Για να βοηθήσει τα κράτη μέλη, η Επιτροπή θα διασφαλίσει ότι ο EU-OSHA θα συντάξει έκθεση για **την αντιμετώπιση των ψυχοκοινωνικών κινδύνων στον γεωργικό τομέα**.**

Τα κράτη μέλη ενθαρρύνονται επίσης να προωθήσουν περαιτέρω τη χρήση του οδηγού της Επιτροπής Ανωτέρων Επιθεωρητών Εργασίας (SLIC)⁹⁸ όσον αφορά την πρόληψη των ψυχοκοινωνικών κινδύνων για την αύξηση της αποτελεσματικής παρακολούθησης και των επιθεωρήσεων των σχετικών υποχρεώσεων ΕΑΥ, καθώς και να συμμετάσχουν σε εκδηλώσεις κατάρτισης της SLIC για επιθεωρητές εργασίας.

⁹⁶ [Ευρωπαϊκή στρατηγική για τη φροντίδα](#).

⁹⁷ Χρηματοδοτική στήριξη από τον προϋπολογισμό του EU-OSHA.

⁹⁸ <https://osha.europa.eu/el/legislation/guidelines/labour-inspectors-guide-assessing-quality-risk-assessments-and-risk-management-measures-regard-prevention-msds>

στ. Ενίσχυση των συστημάτων ψυχικής υγείας και βελτίωση της πρόσβασης σε θεραπεία και φροντίδα

Απαιτείται να ενισχυθεί η ικανότητα των συστημάτων υγείας να ηγούνται της δράσης για την ψυχική υγεία, από την πρόληψη έως την έγκαιρη παρέμβαση, τη διάγνωση, τη θεραπεία, τη διαχείριση της φροντίδας και της υποστήριξης και την επανένταξη των ασθενών. Ως εκ τούτου, η ενίσχυση των συστημάτων ψυχικής υγείας και η βελτίωση της πρόσβασης σε θεραπεία και φροντίδα αποτελούν βασικούς στόχους.

Το δικαίωμα όλων σε έγκαιρη πρόσβαση σε οικονομικά προσιτή, προληπτική και θεραπευτική φροντίδα καλής ποιότητας είναι μία από τις βασικές αρχές του ευρωπαϊκού πυλώνα κοινωνικών δικαιωμάτων. Συχνά τα άτομα που πάσχουν από προβλήματα ψυχικής υγείας στην ΕΕ δεν έχουν εύκολη και ισότιμη πρόσβαση σε υποστήριξη και αυτό αρκετές φορές συνεπάγεται δαπάνες τις οποίες πολλοί δεν είναι σε θέση να αντεπεξέλθουν. Υπάρχουν διαφορές μεταξύ και εντός των κρατών μελών όσον αφορά την ικανότητα των συστημάτων υγείας να καλύπτουν τις ανάγκες των ατόμων με κακή ψυχική υγεία⁹⁹. Οι ανισότητες που σχετίζονται με το φύλο, την εθνοτική καταγωγή, τη γεωγραφική θέση, συμπεριλαμβανομένου του χάσματος μεταξύ αστικών και αγροτικών περιοχών, την εκπαίδευση, την ηλικία και τον γενετήσιο προσανατολισμό, την ταυτότητα ή την έκφραση φύλου και τα χαρακτηριστικά φύλου έχουν σημαντικό αντίκτυπο στην ψυχική υγεία του πληθυσμού και στην πρόσβασή του σε επαρκή περίθαλψη.

Είναι σημαντικό να **εντοπιστούν βέλτιστες πρακτικές και καινοτόμες λύσεις** για τη βελτίωση της διαθεσιμότητας, της ποιότητας, της προσβασιμότητας και της οικονομικής προσιτότητας της φροντίδας όσον αφορά την ψυχική υγεία. Για την αντιμετώπιση των **ανισοτήτων**, θα πρέπει να παρέχεται ειδικά προσαρμοσμένη φροντίδα σε άτομα που βρίσκονται σε ευάλωτη κατάσταση, συμπεριλαμβανομένων των εκτοπισθέντων, των προσφύγων, των μεταναστών, των ατόμων με αναπηρία και των ΛΟΑΤΚΙ ατόμων. Θα πρέπει να εξεταστούν επίσης οι ειδικές ανάγκες φροντίδας των ατόμων με συννοσηρότητες με σκοπό να διευκολυνθεί η πρόσβαση σε αποτελεσματικές θεραπείες, ιδίως για τα άτομα με διαταραχές οφειλόμενες στη χρήση ναρκωτικών, σύμφωνα με τη στρατηγική της ΕΕ για τα ναρκωτικά 2021-2025 και το σχετικό σχέδιο δράσης.

Η ενίσχυση της **κατάρτισης του εργατικού δυναμικού του τομέα της υγείας** θα είναι ουσιαστικής σημασίας για τη συνέχιση της βελτίωσης των δεξιοτήτων και της ποιότητας της φροντίδας, αλλά και για τη μείωση του στιγματισμού και των διακρίσεων και για την αύξηση της ανθεκτικότητας ενός από τα μέρη του εργαζόμενου πληθυσμού που υφίσταται τις μεγαλύτερες πιέσεις. Το Ευρωπαϊκό Έτος Δεξιοτήτων προσφέρει μια μοναδική ευκαιρία στα ενδιαφερόμενα μέρη να ενισχύσουν την κατάρτιση των επαγγελματιών του τομέα της ψυχικής υγείας.

⁹⁹ Health at a Glance: Europe 2022 (Η υγεία με μια ματιά: Έκθεση για την Ευρώπη, 2022) (βλ. υποσημείωση 37, σ. 8).

Θα πρέπει να διερευνηθεί **η χρήση ψηφιακών εργαλείων** (π.χ. τηλεϊατρική, ανοικτές τηλεφωνικές γραμμές παροχής συμβουλών) για τα άτομα που χρειάζονται καλύτερη ενημέρωση και φροντίδα, μεταξύ άλλων και στις αγροτικές περιοχές.

Οι κοινωνικές θεραπευτικές παρεμβάσεις αποτελούν καινοτόμο προσέγγιση για τη βελτίωση της ευεξίας και της υγείας, συμπεριλαμβανομένης της ψυχικής υγείας. Σε ατομικό επίπεδο, η κοινωνική θεραπευτική παρέμβαση παρέχει στο άτομο τις γνώσεις, τα κίνητρα και την εμπιστοσύνη για την καλύτερη διαχείριση και βελτίωση της υγείας και της ευεξίας του¹⁰⁰. Η προσέγγιση αυτή μπορεί να εφαρμοστεί στο πλαίσιο της πρωτοβάθμιας περίθαλψης, στο οποίο οι γιατροί ή άλλοι επαγγελματίες του τομέα της υγείας μπορούν να συνιστούν δραστηριότητες που ανταποκρίνονται στις ανάγκες και στα ενδιαφέροντα του ατόμου, όπως η επαφή με τη φύση, ο αθλητισμός, η γιόγκα ή οι κοινωνικές και πολιτιστικές δραστηριότητες¹⁰¹.

Η Επιτροπή θα συνεχίσει να αναπτύσσει δράσεις για τη στήριξη των κρατών μελών ως προς την αντιμετώπιση **μη καλυπτόμενων αναγκών για φάρμακα** και θα επανεξετάσει τις **δυνατότητες της τηλεϊατρικής** για τη βελτίωση της πρόσβασης σε υπηρεσίες ψυχικής υγείας¹⁰². Θα συμπεριληφθεί μια **ενότητα για την ψυχική υγεία στα προφίλ υγείας ανά χώρα του 2023**, στο πλαίσιο του έργου «State of Health in the EU» (Η κατάσταση της υγείας στην ΕΕ). Επιπλέον, η Επιτροπή θα δρομολογήσει διαδικασία εθελοντικής συνεργασίας με τα κράτη μέλη (μέσω της **ανοικτής μεθόδου συντονισμού**), για την ενίσχυση της διασύνδεσης μεταξύ πολιτισμού και ψυχικής υγείας. Τέλος, θα διερευνηθούν οι **δυνατότητες των νέων τεχνολογιών** για την πρόληψη και τη θεραπεία της κακής ψυχικής υγείας μέσω της **ομάδας εμπειρογνομών για την αξιολόγηση των επιδόσεων των συστημάτων υγείας**¹⁰³.

Η συλλογή δεδομένων και η παρακολούθηση πρέπει να ενισχυθούν προκειμένου να διευκολυνθεί η λήψη τεκμηριωμένων αποφάσεων. Θα πρέπει να αναπτυχθούν νέες στατιστικές και δείκτες και να ενσωματωθούν σταδιακά στη χάραξη πολιτικής, ώστε να αντικατοπτρίζονται ζητήματα όπως οι ανισότητες, η σωματική και ψυχική υγεία και η αξία της φύσης για τους ανθρώπους, καθώς και να αξιολογείται ο αντίκτυπος των δράσεων και της χρηματοδότησης. Αυτό θα συμβάλει στην παρακολούθηση της προόδου προς την ευημερία και θα διευκολύνει την επικοινωνία σχετικά με τις πολιτικές προκλήσεις και τις επιλογές για

¹⁰⁰ [Global developments in social prescribing - PubMed \(nih.gov\)](#) (Παγκόσμιες εξελίξεις στις κοινωνικές θεραπευτικές παρεμβάσεις).

¹⁰¹ [Systematic review of social prescribing and older adults: where to from here? - PubMed \(nih.gov\)](#) (Συστηματική ανάλυση των κοινωνικών θεραπευτικών παρεμβάσεων για τα άτομα τρίτης ηλικίας: πώς συνεχίζουμε).

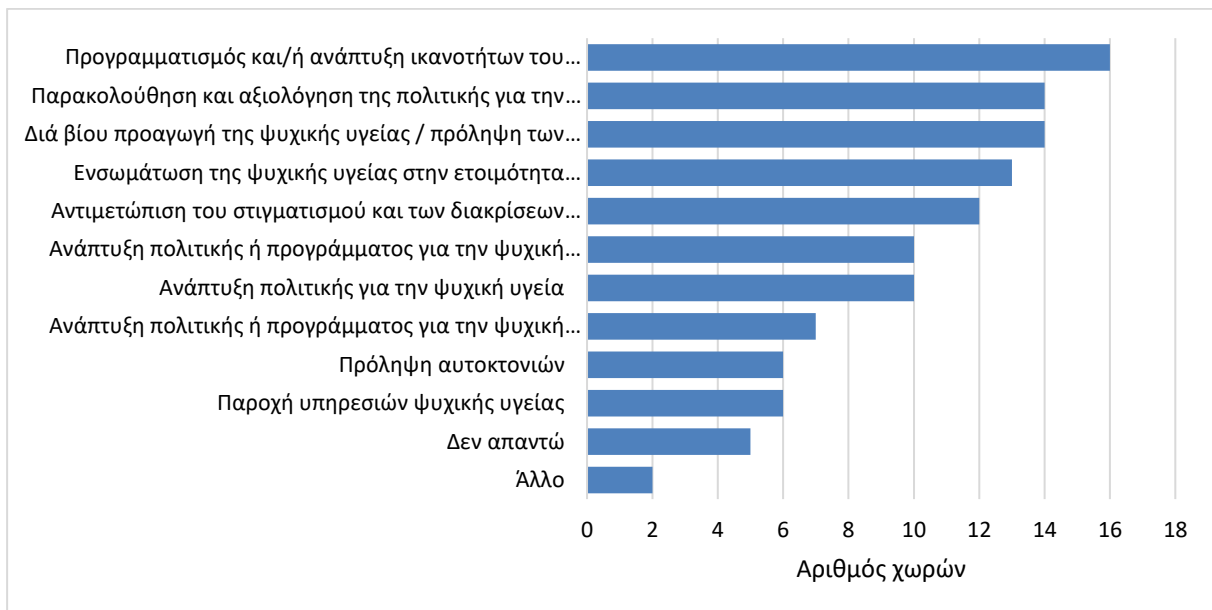
¹⁰² [EUR-Lex - 52012SC0414 - EL - EUR-Lex \(europa.eu\)](#).

¹⁰³ Η έκθεση της ομάδας εμπειρογνομών με τίτλο «Mapping metrics of health promotion and disease prevention for health system performance assessment» (Αντιστοίχιση δεικτών μέτρησης της προαγωγής της υγείας και της πρόληψης νόσων για την αξιολόγηση των επιδόσεων του συστήματος υγείας) περιλαμβάνει περιπτώσιολογική μελέτη σχετικά με την ψυχική υγεία και τις βέλτιστες πρακτικές για τις κοινωνικές θεραπευτικές παρεμβάσεις.

την αντιμετώπισή τους, κατά τρόπο που θα θέτει στο επίκεντρο τον άνθρωπο και τον πλανήτη¹⁰⁴.

Τα **κράτη μέλη** έχουν ήδη επισημάνει την επιτακτική ανάγκη για στήριξη στους τομείς του σχεδιασμού και/ή της ανάπτυξης ικανοτήτων του εργατικού δυναμικού του τομέα της ψυχικής υγείας, της παρακολούθησης και της αξιολόγησης της πολιτικής για την ψυχική υγεία, καθώς και της προαγωγής της ψυχικής υγείας και της πρόληψης των προβλημάτων ψυχικής υγείας (διάγραμμα 1)¹⁰⁵.

Διάγραμμα 1 — Ανάγκες προτεραιότητας των κρατών μελών για την ανάπτυξη ικανοτήτων (27 κράτη μέλη της ΕΕ, Νορβηγία και Ισλανδία)



¹⁰⁴ [Στρατηγική ανάλυση προοπτικών \(europa.eu\)](https://europa.eu).

¹⁰⁵ Για τη στήριξη των επενδύσεων και των μεταρρυθμίσεων στα κράτη μέλη μέσω στοχευμένης ανάπτυξης ικανοτήτων, πραγματοποιήθηκε έρευνα τον Απρίλιο του 2023, με συνεργασία μεταξύ της Επιτροπής, του ΠΟΥ και του Οργανισμού Οικονομικής Συνεργασίας και Ανάπτυξης (ΟΟΣΑ), προκειμένου να δοθεί μια συνοπτική εικόνα όσον αφορά τις πολιτικές για την ψυχική υγεία στα κράτη μέλη.

Για την αντιμετώπιση αυτών των αναγκών, θα κινητοποιηθεί χρηματοδοτική στήριξη σε επίπεδο ΕΕ ώστε να μπορέσει να ενισχυθεί η ικανότητά ανάληψης δράσης των κρατών μελών. Αυτό θα περιλαμβάνει περισσότερους και καλύτερα καταρτισμένους επαγγελματίες για την αντιμετώπιση των προβλημάτων ψυχικής υγείας. Θα συνεπάγεται επίσης τη μετάβαση από την ιδρυματική φροντίδα στη φροντίδα σε επίπεδο κοινότητας.

Αρκετά κράτη μέλη έχουν συμπεριλάβει στα οικεία **σχέδια ανάκαμψης και ανθεκτικότητας** μέτρα για την ενίσχυση της ψυχικής περίθαλψης για τον πληθυσμό τους. Αυτό συνάδει με τις **ειδικές ανά χώρα συστάσεις** που εγκρίθηκαν στο πλαίσιο του **Ευρωπαϊκού Εξαμήνου του 2020**, στο πλαίσιο των οποίων καλούνται όλα τα κράτη μέλη να ενισχύσουν την ανθεκτικότητα των συστημάτων υγείας τους. Την άνοιξη του 2023 η Επιτροπή πρότεινε ειδικές ανά χώρα συστάσεις για τη μεταρρύθμιση της υγειονομικής περίθαλψης για έξι κράτη μέλη. Στις εκθέσεις ανά χώρα για έξι επιπλέον κράτη μέλη αναγνωρίστηκε η ανάγκη για περαιτέρω βελτίωση του συστήματος υγείας, ώστε να συμπληρωθούν τα σχέδια ανάκαμψης και ανθεκτικότητας. Επιπλέον, σε όλες τις ανά χώρα εκθέσεις που εγκρίθηκαν στο πλαίσιο του Ευρωπαϊκού Εξαμήνου περιλαμβάνεται μια θεματική ενότητα που καλύπτει την υγεία του πληθυσμού και τα συστήματα υγείας στα κράτη μέλη και, σε επιλεγμένες περιπτώσεις, επισημαίνονται οι προκλήσεις στον τομέα της ψυχικής υγείας και οι προγραμματισμένες μεταρρυθμίσεις. Το Ευρωπαϊκό Εξάμηνο θα εξακολουθήσει να παρακολουθεί τις εξελίξεις στον τομέα της περίθαλψης σε εθνικό επίπεδο.

ΕΜΒΛΗΜΑΤΙΚΕΣ ΠΡΩΤΟΒΟΥΛΙΕΣ

15. ΠΡΩΤΟΒΟΥΛΙΑ ΓΙΑ ΠΕΡΙΣΣΟΤΕΡΟΥΣ ΚΑΙ ΚΑΛΥΤΕΡΑ ΚΑΤΑΡΤΙΣΜΕΝΟΥΣ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΕΣ ΣΤΗΝ ΕΕ

- Από το 2023 η Επιτροπή θα ενισχύσει την **κατάρτιση** για τους επαγγελματίες του τομέα της υγείας και άλλους επαγγελματίες, όπως οι εκπαιδευτικοί και οι κοινωνικοί λειτουργοί. Επίσης, θα δρομολογηθεί ένα νέο πρόγραμμα διασυνοριακών ανταλλαγών για επαγγελματίες του τομέα της ψυχικής υγείας, μέσω ειδικής χρηματοδοτικής στήριξης στο πλαίσιο του προγράμματος «Η ΕΕ για την υγεία» (9 εκατ. EUR). Κατ' αυτόν τον τρόπο, θα υπάρξει δυνατότητα κατάρτισης περίπου 2 000 επαγγελματιών σε ολόκληρη την ΕΕ έως το 2026 και 100 ανταλλαγών ετησίως κατά μέσο όρο.

16. ΤΕΧΝΙΚΗ ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗ ΓΙΑ ΜΕΤΑΡΡΥΘΜΙΣΕΙΣ ΠΟΥ ΑΦΟΡΟΥΝ ΤΗΝ ΨΥΧΙΚΗ ΥΓΕΙΑ ΣΕ ΔΙΑΦΟΡΟΥΣ ΤΟΜΕΙΣ

Η Επιτροπή:

- το 2024 θα αυξήσει τη διαθεσιμότητα και την οικονομική προσιτότητα των υπηρεσιών ψυχικής υγείας για τους πολίτες, προσφέροντας, κατόπιν αιτήματος, **τεχνική υποστήριξη** στα κράτη μέλη για τον σχεδιασμό και την εφαρμογή μεταρρυθμίσεων για τη βελτίωση της διαθεσιμότητας ολοκληρωμένων, διατομεακών υπηρεσιών ψυχικής υγείας μέσω του Μέσου Τεχνικής Υποστήριξης¹⁰⁶.

¹⁰⁶ [TSI 2024 Flagship - Mental health: Fostering well-being and mental health \(europa.eu\)](#) (Εμβληματική πρωτοβουλία του TSI, 2024 — Ψυχική υγεία: Προώθηση της ευεξίας και της ψυχικής υγείας).

17. ΣΥΛΛΟΓΗ ΔΕΔΟΜΕΝΩΝ ΣΧΕΤΙΚΑ ΜΕ ΤΗΝ ΨΥΧΙΚΗ ΥΓΕΙΑ

- Από το 2025 η Επιτροπή θα εξασφαλίσει ότι η ευρωπαϊκή έρευνα για την υγεία βάσει ερωτηματολογίου (EHIS) θα περιλαμβάνει πρόσθετα δεδομένα σχετικά με την ψυχική υγεία, ώστε να διασφαλιστεί η αυστηρή παρακολούθηση και η αξιολόγηση της προόδου όσον αφορά την ψυχική υγεία σε ολόκληρη την ΕΕ.

Η Επιτροπή ενθαρρύνει τα κράτη μέλη να διασφαλίσουν την πρόσβαση σε οικονομικά προσιτή ψυχική περίθαλψη, μεταξύ άλλων, μέσω της τηλεϊατρικής, και σε διασυννοριακά περιβάλλοντα. Οι εθνικές αρχές θα πρέπει να συνεργαστούν για την ανάπτυξη και την υλοποίηση έργων για τη βελτίωση των υπηρεσιών ψυχικής υγείας και της **περίθαλψης σε επίπεδο κοινότητας και αποϊδρυματοποίησης**¹⁰⁷ και καλούνται να αναπτύξουν οδούς παραπομπής σε επαγγελματίες ψυχικής υγείας, λαμβάνοντας επίσης υπόψη το έργο άλλων παρόχων υπηρεσιών.

ζ. Εξάλειψη του στιγματισμού

Ο στιγματισμός και οι διακρίσεις επιδεινώνουν τις προσωπικές και οικονομικές επιπτώσεις της κακής ψυχικής υγείας. Οι διακρίσεις σε βάρος ατόμων που αντιμετωπίζουν προβλήματα ψυχικής υγείας είναι σύννητες φαινόμενο, ιδίως στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης αλλά και στους χώρους εργασίας, ενώ το 50 % των εργαζομένων θεωρεί ότι η αποκάλυψη μιας ψυχικής πάθησης θα είχε αρνητικό αντίκτυπο στη σταδιοδρομία τους¹⁰⁸.

Οι αρχές της επανένταξης και της κοινωνικής ένταξης των ατόμων που πάσχουν από προβλήματα ψυχικής υγείας πρέπει να καθοδηγούν τη δράση μας. Η επένδυση στη **βελτίωση της ευαισθητοποίησης και της κατανόησης της ψυχικής υγείας**, συμπεριλαμβανομένης της κατάρτισης σχετικά με την ψυχική υγεία και την ενσυναίσθηση στα σχολικά προγράμματα σπουδών, είναι καίριας σημασίας για τη βελτίωση της κατάστασης, με τη συμμετοχή όλων των ενδιαφερόμενων μερών.

Η ετήσια Ευρωπαϊκή Εβδομάδα Ψυχικής Υγείας (η οποία πραγματοποιείται τον Μάιο) και η Παγκόσμια Ημέρα Ψυχικής Υγείας¹⁰⁹ (10 Οκτωβρίου) αποτελούν ευκαιρίες για ειδική αντιμετώπιση του στιγματισμού σε επίπεδο ΕΕ.

Οι τέχνες και ο πολιτισμός είναι σημαντικές για την προαγωγή της καλής ψυχικής υγείας και της ευεξίας των ατόμων και της κοινωνίας γενικότερα, καθώς συμβάλλουν στην υποστήριξη της κοινωνικής ένταξης και τη μείωση του στιγματισμού σχετικά με την ψυχική

¹⁰⁷ Σύμφωνα με τη [Σύμβαση των Ηνωμένων Εθνών για τα δικαιώματα των ατόμων με αναπηρία](#) (ΣΗΕΔΑΑ).

¹⁰⁸ Σφουγμομέτρηση ΕΑΥ (έρευνα του Έκτακτου Ευρωβαρόμετρου, 2022): [«Η επαγγελματική ασφάλεια και υγεία στους χώρους εργασίας μετά την πανδημία»](#). Η έκθεση περιλαμβάνει τα αποτελέσματα ερωτήσεων σχετικά με τους ψυχοκοινωνικούς κινδύνους και ενημερωτικά δελτία ανά χώρα, καθώς και ειδικό άρθρο εμπειρογνομόνων παρακολούθησης σχετικά με την ψυχική υγεία και τον αντίκτυπο της πανδημίας COVID-19.

¹⁰⁹ [World Mental Health Day \(who.int\)](#) (Παγκόσμια Ημέρα Ψυχικής Υγείας).

υγεία¹¹⁰. Οι ενασχολήσεις αυτές μπορούν να συμπληρώσουν την πιο παραδοσιακή υποστήριξη των πασχόντων από προβλήματα ψυχικής υγείας και να συμβάλουν στην πρόληψη των προβλημάτων ψυχικής υγείας και στην αντιμετώπιση του στιγματισμού σχετικά με την ψυχική υγεία. Η Επιτροπή θα στηρίζει τα κράτη μέλη στην αύξηση της ευαισθητοποίησης σχετικά με τον θετικό ρόλο των πολιτιστικών και καλλιτεχνικών δραστηριοτήτων για τη βελτίωση της ψυχικής υγείας και της συνολικής ευεξίας, για παράδειγμα, μέσω ειδικής εκδήλωσης για την ανάδειξη **των τεχνών και του πολιτισμού** ως νέων μέσων για την επίτευξη ευεξίας και ψυχικής υγείας.

ΕΜΒΛΗΜΑΤΙΚΕΣ ΠΡΩΤΟΒΟΥΛΙΕΣ

18. ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ ΤΟΥ ΣΤΙΓΜΑΤΙΣΜΟΥ ΚΑΙ ΤΩΝ ΔΙΑΚΡΙΣΕΩΝ

Η Επιτροπή θα διαθέσει 18 εκατ. EUR για¹¹¹:

- τη βελτίωση της ποιότητας ζωής των ασθενών, συμπεριλαμβανομένων των καρκινοπαθών, των οικογενειών τους και των (αν)επίσημων φροντιστών, με ιδιαίτερη **έμφαση στην αντιμετώπιση του στιγματισμού και των διακρίσεων** μέσω της στήριξης των κρατών μελών στον **εντοπισμό και στην εφαρμογή βέλτιστων πρακτικών**
- με τον ίδιο στόχο, θα στηρίζει τα ενδιαφερόμενα μέρη στην υλοποίηση έργων, όπως **δραστηριότητες ευαισθητοποίησης** για την εξάλειψη του στιγματισμού και την αντιμετώπιση των διακρίσεων, τη διασφάλιση της **κοινωνικής ένταξης** και **την προστασία των δικαιωμάτων των ασθενών**, με έμφαση στις ευάλωτες ομάδες
- την ανάπτυξη **κατευθυντηρίων γραμμών της ΕΕ** για την **εξάλειψη του στιγματισμού** και την αντιμετώπιση των **διακρίσεων**, από κοινού με τα κράτη μέλη, στο πλαίσιο της ομάδας εμπειρογνομόνων για τη δημόσια υγεία και ομάδων των ενδιαφερομένων μερών
- την εισαγωγή επικοινωνιακών δραστηριοτήτων για την **προώθηση της ευαισθητοποίησης** σχετικά με την καταπολέμηση του στιγματισμού.

Η Επιτροπή ενθαρρύνει τα κράτη μέλη να δρομολογήσουν **εκστρατείες επικοινωνίας** για τη βελτίωση της κατανόησης και την εξάλειψη του στιγματισμού και να **αναπτύξουν μέτρα κατά του στιγματισμού και των διακρίσεων**, βοηθώντας παράλληλα τα άτομα να επανενταχθούν στην απασχόληση, παρέχοντας στους ασθενείς τη δυνατότητα πρόσβασης σε υπηρεσίες που ανταποκρίνονται καλύτερα στις ανάγκες τους και διαδίδοντας πληροφορίες σχετικά με τη χρήση νομικών μέσων για την αντιμετώπιση των διακρίσεων. **Θα πρέπει να αυξηθεί η ευαισθητοποίηση** (των φορέων λήψης αποφάσεων, των εργοδοτών, των επαγγελματιών του τομέα της υγείας, άλλων επαγγελματιών και του ευρέος κοινού, σχετικά με την ψυχική υγεία και τον στιγματισμό, ιδίως των ατόμων που βρίσκονται σε ευάλωτη

¹¹⁰ [C4H_SummaryReport_V11LP_shortsmall.pdf \(cultureforhealth.eu\)](#) (Πολιτισμός για την υγεία — Συνοπτική έκθεση).

¹¹¹ Χρηματοδότηση από το [πρόγραμμα «Η ΕΕ για την υγεία»](#) (18,36 εκατ. EUR: προϋπολογισμός στο πλαίσιο του προγράμματος εργασίας για το 2023 για δραστηριότητες στον τομέα της ψυχικής υγείας).

κατάσταση) και να υποστηριχθούν οι **δραστηριότητες σε επίπεδο κοινότητας** (αθλητισμός, τέχνες, φύση) που συμβάλλουν στην εξάλειψη του στιγματισμού και στην υποστήριξη της αποκατάστασης της ψυχικής υγείας. Τα κράτη μέλη θα πρέπει να στηρίζουν πολιτικές που ενθαρρύνουν την ένταξη των ατόμων που αντιμετωπίζουν προβλήματα ψυχικής υγείας στην κοινότητα και στην αγορά εργασίας, μεταξύ άλλων, μέσω δραστηριοτήτων της κοινωνικής οικονομίας.

η. Προαγωγή της ψυχικής υγείας παγκοσμίως

Η διαφύλαξη και η προαγωγή της ψυχικής υγείας δεν αποτελεί μόνο προτεραιότητα για την ΕΕ, αλλά και **παγκόσμιο ζήτημα**, στο οποίο η ΕΕ μπορεί να αποτελέσει παράδειγμα, συνεισφέροντας στοχευμένα σε διεθνές επίπεδο και προωθώντας τη σύγκλιση, κατά περίπτωση.

Στο **Συμβούλιο Εμπορίου και Τεχνολογίας ΕΕ-ΗΠΑ** της 30ής και 31ης Μαΐου 2023, η ΕΕ και οι Ηνωμένες Πολιτείες εξέφρασαν την κοινή άποψη ότι οι επιγραμμικές πλατφόρμες θα πρέπει να επιδείξουν μεγαλύτερη ευθύνη προκειμένου να διασφαλίσουν ότι οι υπηρεσίες τους συμβάλλουν στη δημιουργία επιγραμμικού περιβάλλοντος που προστατεύει, ενδυναμώνει και σέβεται τα παιδιά και τους νέους, και να λάβουν υπεύθυνα μέτρα για την αντιμετώπιση του αντικτύπου των υπηρεσιών τους στην ψυχική υγεία και ανάπτυξη των παιδιών και των νέων¹¹².

Η **στρατηγική της ΕΕ για την παγκόσμια υγεία**¹¹³ προβλέπει παγκόσμιες, εθνικές και περιφερειακές δράσεις που αποσκοπούν στη διευκόλυνση της επίτευξης των ΣΒΑ των Ηνωμένων Εθνών που σχετίζονται με την υγεία, με έμφαση σε τρεις αλληλένδετες προτεραιότητες: 1) βελτίωση της υγείας και της ευημερίας των ανθρώπων σε όλη τη διάρκεια της ζωής τους· 2) ενίσχυση των συστημάτων υγείας και προώθηση της καθολικής κάλυψης υγείας· και 3) διασφάλιση της ασφάλειας της δημόσιας υγείας, συμπεριλαμβανομένης της ψυχικής υγείας και της ψυχοκοινωνικής υποστήριξης. Θα πρέπει να δοθεί έμφαση στην ενίσχυση της πρωτοβάθμιας υγειονομικής περίθαλψης, όπου η διαθεσιμότητα υπηρεσιών ψυχικής υγείας είναι απαραίτητη.

Το **σχέδιο δράσης για τη νεολαία στο πλαίσιο της εξωτερικής δράσης της ΕΕ (2022-2027)**¹¹⁴ αναγνωρίζει την υγεία και την ευημερία ως προϋποθέσεις για την πλήρη αξιοποίηση του δυναμικού των νέων και τη συμμετοχή τους στην κοινωνία. Τοποθετεί την υγεία, την ψυχική και τη σωματική ευεξία στο επίκεντρο του «πυλώνα ενδυνάμωσής» τους. Παράλληλα, η **ψυχική υγεία και ψυχοκοινωνική υποστήριξη (ΨΥΨΚΥ)** θα πρέπει να αποτελεί αναπόσπαστο μέρος των μέτρων για την ενίσχυση των εθνικών συστημάτων υγείας στις χώρες-εταίρους, κατά περίπτωση, με τη στήριξη παγκόσμιων παρεμβάσεων στον τομέα της δημόσιας υγείας, π.χ. του Παγκόσμιου Ταμείου για την καταπολέμηση του AIDS, της

¹¹² Κοινή δήλωση στο πλαίσιο του Συμβουλίου Εμπορίου και Τεχνολογίας ΕΕ-ΗΠΑ της 30ής και 31ης Μαΐου 2023.

¹¹³ [EU Global Health Strategy to improve global health security and deliver better health for all \(europa.eu\)](#) (Στρατηγική της ΕΕ για την παγκόσμια υγεία με σκοπό τη βελτίωση της παγκόσμιας υγειονομικής ασφάλειας και την εξασφάλιση καλύτερης υγείας για όλους).

¹¹⁴ [Σχέδιο δράσης για τη νεολαία \(europa.eu\)](#).

Φυματίωσης και της Ελονοσίας¹¹⁵, της πρωτοβουλίας Spotlight σχετικά με την έμφυλη βία¹¹⁶ ή στο πλαίσιο της ανθρωπιστικής βοήθειας της ΕΕ. Σύμφωνα με τον ΠΟΥ, περισσότερα από ένα στα πέντε άτομα σε μετασυγκρουσιακά περιβάλλοντα υποφέρουν από κατάθλιψη, άγχος ή διαταραχή μετατραυματικού στρες¹¹⁷. Ανάγκες όσον αφορά την ψυχική υγεία προκύπτουν επίσης σε καταστάσεις εκτοπισμού και φυσικών καταστροφών. Ως εκ τούτου, η ΨΥΨΚΥ αποτελεί ουσιώδες στοιχείο της ολοκληρωμένης αντιμετώπισης κρίσεων, ενσωματωμένο στις χρηματοδοτούμενες από την ΕΕ επιχειρήσεις ανθρωπιστικής βοήθειας και από το 2019 έχουν διατεθεί **111 εκατ. EUR** για την προτεραιότητα αυτήν.

Η ΕΕ ενθαρρύνει επίσης και άλλους να αναλάβουν δράση, με κινητοποίηση και **ευαισθητοποίηση των χορηγών και των εταίρων** σχετικά με τη σημασία της παροχής ποιοτικής ΨΥΨΚΥ σε καταστάσεις έκτακτης ανθρωπιστικής ανάγκης. Μετά την επιτυχή δραστηριότητα στην περιοχή της Μέσης Ανατολής και της Βόρειας Αφρικής, θα διοργανωθούν **συνεδρίες προβολής και ανάπτυξης ικανοτήτων** σε άλλες περιοχές, αρχής γενομένης από τη Λατινική Αμερική και την Καραϊβική, πριν από το τέλος του 2023.

Επιπλέον, η Επιτροπή αναπτύσσει την ικανότητα των ενδιαφερόμενων μερών μέσω της κατάρτισης και της διάδοσης της δέσμης ελάχιστων υπηρεσιών της Διυπηρεσιακής Μόνιμης Επιτροπής (IASC) για την ΨΥΨΚΥ¹¹⁸. Αυτό το βασικό εργαλείο αναφοράς αναπτύχθηκε από την ανθρωπιστική κοινότητα προκειμένου να καθοριστεί η ελάχιστη ποιότητα και να διευκολυνθεί η ανάπτυξη αποτελεσματικών και έγκαιρων παρεμβάσεων σχετικά με την ψυχική υγεία σε καταστάσεις κρίσης.

Στην **Ουκρανία**¹¹⁹, η Επιτροπή στηρίζει ήδη τα κοινοτικά κέντρα για εκτοπισθέντα παιδιά και τους φροντιστές τους, καθώς και παιδιά που βρίσκονται σε ιδρύματα, προκειμένου να τα βοηθήσει να αποκαταστήσουν κάποιο επίπεδο κανονικότητας και προγράμματος. Ωστόσο, η μεγάλη διάρκεια της επίθεσης και οι καταστροφικές συνέπειές της εντείνουν τις επιπτώσεις στην ψυχική υγεία των ανθρώπων που προσπαθούν να ξεφύγουν από τον πόλεμο μεταβαίνοντας στην ΕΕ και των εκτοπισθέντων εντός της Ουκρανίας, κάτι που απαιτεί αποφασιστική και φιλόδοξη στήριξη.

Τα παιδιά της Ουκρανίας αντιμετωπίζουν τώρα το τραύμα του πολέμου, που συχνά τους αφήνει βαθιές ψυχολογικές πληγές. Η Επιτροπή, σε συνεργασία με την Ουκρανία, θα θεσπίσει ειδικό πρόγραμμα ηλεκτρονικής μάθησης για παιδιάτρους και ιατρικό προσωπικό πρωτοβάθμιας περίθαλψης. Μέσω αυτής της πρωτοβουλίας, οι επαγγελματίες του τομέα της υγείας θα αποκτήσουν τις απαραίτητες δεξιότητες για την παροχή φροντίδας για ψυχικά

¹¹⁵ [Αρχική — Παγκόσμιο Ταμείο για την καταπολέμηση του AIDS, της Φυματίωσης και της Ελονοσίας.](#)

¹¹⁶ [The Spotlight Initiative | What we do: Ending violence against women and girls | UN Women – Headquarters](#) (Πρωτοβουλία Spotlight | Η δράση μας: Εξάλειψη της βίας κατά των γυναικών και των κοριτσιών | ΟΗΕ Γυναίκες — Κεντρική διοίκηση).

¹¹⁷ [New WHO prevalence estimates of mental disorders in conflict settings: a systematic review and meta-analysis - The Lancet](#) (Νέες εκτιμήσεις του ΠΟΥ για τον επιπολασμό των ψυχικών διαταραχών σε περιβάλλοντα συγκρούσεων: συστηματική εξέταση και μεταανάλυση).

¹¹⁸ [IASC Minimum Service Package: Mental Health and Psychosocial Support](#) (Δέσμη ελάχιστων υπηρεσιών της IASC: Ψυχική υγεία και ψυχοκοινωνική υποστήριξη).

¹¹⁹ Χρηματοδοτική στήριξη που παρέχεται στο πλαίσιο του [περιφερειακού προγράμματος Ανατολικής Εταιρικής Σχέσης του ΜΓΑΔΣ](#) για την παροχή ψυχολογικής υποστήριξης στην Ουκρανία.

τραύματα και τη βελτίωση της ψυχικής υγείας των παιδιών. Ειδικές υπηρεσίες αποκατάστασης θα παρέχονται επίσης σε παιδιά που βρίσκονται σε δυσχερή κατάσταση τόσο στην Ουκρανία όσο και στην ΕΕ.

Η Επιτροπή στηρίζει επίσης τους εταίρους στον τομέα της ανθρωπιστικής βοήθειας ώστε να αυξήσουν την **ικανότητά τους για την αντιμετώπιση των αναγκών όσον αφορά την ψυχική υγεία των πληθυσμών που πλήττονται από συγκρούσεις**, μεταξύ άλλων, στις περιφέρειες Zaporizhzhia, Kharkiv, Dnipro και Mykolaiv. Στο πλαίσιο του προγράμματος «Η ΕΕ για την υγεία» και μέσω συμφωνίας συνεισφοράς με τη Διεθνή Ομοσπονδία Ενώσεων του Ερυθρού Σταυρού, το 2022 διατέθηκαν 28,4 εκατ. EUR για την παροχή ψυχολογικών πρώτων βοηθειών, ενώ τέσσερα έργα¹²⁰ (συνολικού ύψους 3 εκατ. EUR) υλοποιούνται από ενδιαφερόμενα μέρη που εφαρμόζουν βέλτιστες πρακτικές για τη βελτίωση της ψυχικής υγείας και της ψυχοκοινωνικής ευεξίας στους πληθυσμούς μεταναστών και προσφύγων. Για το 2023 έχει προγραμματιστεί να δοθούν πάνω από 10,6 εκατ. EUR στο πλαίσιο του προγράμματος «Η ΕΕ για την υγεία» με σκοπό τη βελτίωση της πρόσβασης σε υγειονομική περίθαλψη και την πρόληψη των μη μεταδοτικών νόσων, ιδίως των προβλημάτων ψυχικής υγείας. Η Επιτροπή θα στηρίζει επίσης τα κράτη μέλη και τα ενδιαφερόμενα μέρη στην εφαρμογή της βέλτιστης πρακτικής **iFightDepression**¹²¹, η οποία περιλαμβάνει ένα διαδικτυακό πρόγραμμα αυτοδιαχείρισης που μπορεί να βοηθήσει τους εκτοπισθέντες, συμπεριλαμβανομένων όσων προέρχονται από την Ουκρανία, να διαχειρίζονται οι ίδιοι τα συμπτώματα τους.

Δεδομένου ότι η ανθρωπιστική βοήθεια από μόνη της δεν μπορεί να καλύψει τις δυνητικές μακροπρόθεσμες ανάγκες των βίαια εκτοπισθέντων, συμπεριλαμβανομένης της υγειονομικής περίθαλψης, η Επιτροπή στηρίζει τις χώρες εταίρους της στην **ενσωμάτωση των κοινοτήτων των βίαια εκτοπισθέντων** στις υφιστάμενες εθνικές δομές παροχής υπηρεσιών. Η ενσωμάτωση αυτή πραγματοποιείται κατά τρόπο που διασφαλίζει την ισότιμη και δίκαιη πρόσβαση των προσφύγων στις υπηρεσίες οι οποίες ανταποκρίνονται στις ανάγκες τους, μεταξύ άλλων, όσον αφορά την ψυχική υγεία, το μετατραυματικό στρες και την έμφυλη βία. Η ουσιαστική συνδρομή της ΕΕ για την αντιμετώπιση των αναγκών των μεταναστών περιλαμβάνει επίσης ψυχοκοινωνική υποστήριξη, ιδίως για τους πλέον ευάλωτους, συμπεριλαμβανομένων των παιδιών, των θυμάτων πολέμου και εμπορίας ανθρώπων, των εγκλωβισμένων μεταναστών και των επαναπατριζομένων.

Η Επιτροπή υποστηρίζει μια ολοκληρωμένη προσέγγιση για την προαγωγή και την προστασία της ψυχικής υγείας και της ψυχοκοινωνικής ευεξίας των εκπαιδευόμενων, των διδασκόντων και των φροντιστών τους μέσω εκπαιδευτικών δράσεων. Η Επιτροπή είναι βασικός χορηγός της πρωτοβουλίας «**Η εκπαίδευση δεν μπορεί να περιμένει**», βασική προτεραιότητα του έργου της οποίας θεωρείται η ΨΥΨΚΥ, και της πρωτοβουλίας «**Παγκόσμια εταιρική σχέση για την εκπαίδευση**», που επενδύει στην ενίσχυση των δεσμών μεταξύ των τομέων της υγείας και της εκπαίδευσης.

¹²⁰ [Έργα στο πλαίσιο του προγράμματος «Η ΕΕ για την υγεία»](#) για την παροχή υποστήριξης της ψυχικής υγείας σε Ουκρανούς πρόσφυγες.

¹²¹ <https://ifightdepression.com/en/>: διατίθεται στην ουκρανική γλώσσα, πολιτισμικά προσαρμοσμένο αναλόγως.

Η Επιτροπή θα συνεχίσει να **ενσωματώνει την ψυχική υγεία** στα μέτρα για την ενίσχυση των συστημάτων υγείας σε περιφερειακό, εθνικό και παγκόσμιο επίπεδο, σύμφωνα με τις προσπάθειες για τοπικοποίηση και την τριπλή σχέση ανθρωπιστικής βοήθειας, ανάπτυξης και ειρήνης, και να διασφαλίζει ότι οι πρόσφυγες, τα μετακινούμενα άτομα και οι εκτοπισθέντες που βρίσκονται μετά το στάδιο της έκτακτης ανάγκης σε χώρες-εταίρους έχουν πρόσβαση σε ΨΥΨΚΥ στο ίδιο επίπεδο με τα μέλη των κοινοτήτων υποδοχής.

ΕΜΒΛΗΜΑΤΙΚΕΣ ΠΡΩΤΟΒΟΥΛΙΕΣ

19. ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗ ΤΗΣ ΨΥΧΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ ΤΩΝ ΕΚΤΟΠΙΣΘΕΝΤΩΝ ΚΑΙ ΠΛΗΓΕΝΤΩΝ ΑΠΟ ΤΗΝ ΟΥΚΡΑΝΙΑ

- Η Επιτροπή θα συμβάλει στην παροχή **ψυχολογικών πρώτων βοηθειών** σε άτομα που πλήττονται από τον επιθετικό πόλεμο της Ρωσίας κατά της **Ουκρανίας**, εμβαθύνοντας τη συνεργασία με τη Διεθνή Ομοσπονδία Ενώσεων του Ερυθρού Σταυρού και της Ερυθράς Ημισελήνου¹²² (28 εκατ. EUR). Η Επιτροπή θα επιδιώξει να αυξήσει τη χρηματοδοτική της στήριξη για την ενίσχυση της ψυχοκοινωνικής υποστήριξης των εκτοπισθέντων από τον πόλεμο. Θα διερευνηθούν επίσης επιλογές για την κατάρτιση (διαδικτυακά) των ατόμων που προσφέρουν πρώτες βοήθειες, των εκπαιδευτικών και των κοινωνικών λειτουργών σε ψυχολογικές πρώτες βοήθειες και ψυχοκοινωνική υποστήριξη, ώστε να βοηθούν αποτελεσματικότερα όσους έχουν ανάγκη. Ένα πρόσθετο ποσό 0,5 εκατ. EUR θα διατεθεί για την ενίσχυση της ψυχοκοινωνικής υποστήριξης των πληγέντων σε περιβάλλοντα έκτακτης ανάγκης.
- Η Επιτροπή, σε συνεργασία με την Ουκρανία, θα θεσπίσει ειδικό πρόγραμμα ηλεκτρονικής μάθησης για παιδιάτρους και ιατρικό προσωπικό πρωτοβάθμιας περίθαλψης με σκοπό τη στήριξη των **παιδιών από την Ουκρανία** που υποφέρουν από άγχος λόγω του πολέμου. Μέσω αυτής της πρωτοβουλίας, οι επαγγελματίες του τομέα της υγείας θα αποκτήσουν τις απαραίτητες δεξιότητες για την παροχή φροντίδας για ψυχικά τραύματα και τη βελτίωση της ψυχικής υγείας των παιδιών.
- Η Επιτροπή θα συνεργαστεί με τα κράτη μέλη για την παροχή οικονομικά προσιτής ψυχοκοινωνικής υποστήριξης στα άτομα που διέφυγαν από τον πόλεμο, ώστε να συμπληρωθεί η υγειονομική περίθαλψη που παρέχεται ήδη στο πλαίσιο της οδηγίας για την προσωρινή προστασία.

20. ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗ ΤΗΣ ΔΙΑΔΟΣΗΣ ΤΗΣ ΔΕΣΜΗΣ ΕΛΑΧΙΣΤΩΝ ΥΠΗΡΕΣΙΩΝ ΨΥΨΚΥ ΤΗΣ ΜΟΝΙΜΗΣ ΔΙΥΠΗΡΕΣΙΑΚΗΣ ΕΠΙΤΡΟΠΗΣ¹²³¹²⁴:

- Η Επιτροπή θα εξακολουθήσει να στηρίζει τη διάδοση **μιας δέσμης ελάχιστων υπηρεσιών** με σκοπό την υποστήριξη των ανθρωπιστικών φορέων στην παροχή ποιοτικής φροντίδας σε καταστάσεις έκτακτης ανθρωπιστικής ανάγκης. Παρέχει κατευθυντήριες γραμμές σχετικά με τον τρόπο ενσωμάτωσης έγκαιρων, συντονισμένων και τεκμηριωμένων υπηρεσιών ψυχικής υγείας στη συνολική ανθρωπιστική αντίδραση.

¹²² Προϋπολογισμός: 28,4 εκατ. EUR κινητοποιούνται στο πλαίσιο του [προγράμματος εργασίας «Η ΕΕ για την υγεία» για το 2022](#).

¹²³ Προϋπολογισμός: Χρηματοδότηση ύψους 750 000 EUR στο πλαίσιο του [προγράμματος ενισχυμένης ικανότητας απόκρισης](#).

¹²⁴ ΠΟΥ, UNICEF, UNHCR και UNFPA <https://mhpsm.org/en>.

Χρηματοδότηση της ΕΕ για την ψυχική υγεία

Ο προϋπολογισμός για τη στήριξη της ψυχικής υγείας θα πρέπει να αντιστοιχεί στο μέγεθος της πρόκλησης. Η ΕΕ και τα κράτη μέλη πρέπει να αφιερώσουν επαρκείς πόρους για να εξασφαλίσουν ότι οι άνθρωποι που έχουν ανάγκη λαμβάνουν βοήθεια, σύμφωνα με τις κοινωνικές και οικονομικές επιταγές.

Η Επιτροπή κινητοποιεί όλα τα σχετικά χρηματοδοτικά μέσα του προϋπολογισμού της ΕΕ στο πλαίσιο του πολυετούς δημοσιονομικού πλαισίου (ΠΔΠ) 2021-2027 για την αντιμετώπιση βασικών προκλήσεων στον τομέα της ψυχικής υγείας και για τη στήριξη των εμβληματικών πρωτοβουλιών και των δράσεων που προσδιορίζονται στην παρούσα ανακοίνωση. Επιπλέον, τα κράτη μέλη μπορούν να επωφεληθούν από τα κονδύλια που διατίθενται μέσω του μηχανισμού ανάκαμψης και ανθεκτικότητας¹²⁵ για τη χρηματοδότηση μεταρρυθμίσεων και επενδύσεων στον τομέα της υγείας, συμπεριλαμβανομένης της ψυχικής υγείας.

Συνολικά, έχει προσδιοριστεί στήριξη της ΕΕ για δραστηριότητες στον τομέα της ψυχικής υγείας ύψους **1,23 δισ. EUR**, τα οποία διατίθενται για τη χρηματοδότηση δραστηριοτήτων που προάγουν **άμεσα ή έμμεσα** την ψυχική υγεία, από την έρευνα έως τις εκστρατείες ευαισθητοποίησης, από την ανάπτυξη ικανοτήτων και τη μεταφορά βέλτιστων πρακτικών στον τομέα της υγείας έως την ψυχολογική υποστήριξη καρκινοπαθών και Ουκρανών προσφύγων. Ο αντίκτυπος των εν λόγω έργων και προγραμμάτων θα παρακολουθείται τακτικά. Αυτό απαιτεί την ύπαρξη όχι μόνο αξιόπιστων, συγκρίσιμων και πρόσφατων δεδομένων, αλλά και δεικτών, καθώς και συστημάτων παρακολούθησης και αξιολόγησης, ώστε να διασφαλίζεται η συνέχεια και η λογοδοσία.

Για το 2022 και το 2023 έχουν διατεθεί 69,7 εκατ. EUR μέσω του προγράμματος «Η ΕΕ για την υγεία»¹²⁶ για δράσεις που προάγουν την καλή ψυχική υγεία. Στο ποσό αυτό περιλαμβάνονται 51,4 εκατ. EUR στο πλαίσιο του προγράμματος εργασίας για το 2022¹²⁷, με σκοπό τη στήριξη πρωτοβουλιών ανάπτυξης ικανοτήτων στα κράτη μέλη και την αντιμετώπιση ζητημάτων ψυχικής υγείας ευάλωτων ομάδων, καθώς και 18,3 εκατ. EUR στο πλαίσιο του προγράμματος εργασίας «Η ΕΕ για την υγεία» 2023, με σκοπό τη στήριξη της συνεργασίας μεταξύ των κρατών μελών και την παροχή ψυχολογικής υποστήριξης σε καρκινοπαθείς, στους φροντιστές τους και στις οικογένειές τους¹²⁸.

Χρηματοδότηση ύψους 765 εκατ. EUR κινητοποιείται μέσω των προγραμμάτων-πλαίσιου «Ορίζων 2020» και «Ορίζων Ευρώπη»¹²⁹ για τη στήριξη έργων έρευνας και καινοτομίας στον τομέα της ψυχικής υγείας.

¹²⁵ [Μηχανισμός ανάκαμψης και ανθεκτικότητας \(europa.eu\)](https://europa.eu).

¹²⁶ [Κανονισμός \(ΕΕ\) 2021/522 σχετικά με το πρόγραμμα «Η ΕΕ για την υγεία» \(EU4Health\)](https://europa.eu).

¹²⁷ [com_2022-5436_annex2_en.pdf \(europa.eu\)](https://europa.eu)

¹²⁸ [wp2023_annex_en.pdf \(europa.eu\)](https://europa.eu).

¹²⁹ [Πρόγραμμα «Ορίζων Ευρώπη» \(europa.eu\)](https://europa.eu).

Οι εθνικές, περιφερειακές και τοπικές αρχές μπορούν επίσης να κάνουν χρήση της χρηματοδότησης της πολιτικής συνοχής, ιδίως του Ευρωπαϊκού Κοινωνικού Ταμείου+ (ΕΚΤ+) και του Ευρωπαϊκού Ταμείου Περιφερειακής Ανάπτυξης (ΕΤΠΑ), με σκοπό την ενίσχυση της ισότιμης πρόσβασης στην υγειονομική περίθαλψη, επενδύοντας, για παράδειγμα, σε σχετικές υποδομές και εξοπλισμό, προσωπικούς βοηθούς, κινητές ομάδες, τηλεφωνικές γραμμές βοήθειας και κοινωνικούς λειτουργούς¹³⁰. Το Μέσο Τεχνικής Υποστήριξης (TSI) είναι διαθέσιμο για την παροχή τεχνικής υποστήριξης στα κράτη μέλη για έργα στον τομέα της ψυχικής υγείας (2 εκατ. EUR το 2023). Το 2024 η Επιτροπή προτίθεται να κινητοποιήσει περαιτέρω πόρους από το Μέσο Τεχνικής Υποστήριξης για τη στήριξη της ανάπτυξης ικανοτήτων για την ψυχική υγεία με γνώμονα τη ζήτηση στα κράτη μέλη.

Έχει διατεθεί χρηματοδότηση (3,3 εκατ. EUR) στο πλαίσιο του προγράμματος «Δημιουργική Ευρώπη» της ΕΕ για έργα στους τομείς του πολιτισμού, της ευεξίας και της ψυχικής υγείας, ενώ έχουν κινητοποιηθεί 28 εκατ. EUR για τη στήριξη δραστηριοτήτων στον τομέα της ψυχικής υγείας και της ψυχοκοινωνικής υποστήριξης σε καταστάσεις έκτακτης ανάγκης και ανθρωπιστικής κρίσης (Ευρωπαϊκή Πολιτική Προστασία και Επιχειρήσεις Ανθρωπιστικής Βοήθειας). Το πρόγραμμα «Πολίτες, ισότητα, δικαιώματα και αξίες»¹³¹ (2023-2024) παρέχει επίσης ευκαιρίες χρηματοδότησης¹³² για δράσεις σχετικά με την ψυχική υγεία των παιδιών και των θυμάτων έμφυλης βίας¹³³. Για την αντιμετώπιση ζητημάτων ψυχικής υγείας στον χώρο εργασίας, θα διατεθεί χρηματοδότηση στο πλαίσιο του EU-OSHA.

Συμπέρασμα και επόμενα βήματα

Οι σημερινές προκλήσεις στον τομέα της ψυχικής υγείας μπορούν να επηρεάσουν τους πάντες και απαιτούνται συντονισμένες δράσεις και η πλήρης δέσμευση όλων των εμπλεκόμενων φορέων. Η ψυχική υγεία αποτελεί **αναπόσπαστο μέρος της υγείας**. Παρέχει στα άτομα τη δυνατότητα να αξιοποιούν τις ικανότητές τους, να αντιμετωπίζουν τα άγχη της ζωής, να κοινωνικοποιούνται, να εργάζονται και να συνεισφέρουν στη ζωή της κοινότητάς τους.

Όλα τα θεσμικά όργανα και τα επίπεδα διακυβέρνησης μπορούν, και θα πρέπει, να διαδραματίσουν τον ρόλο τους όσον αφορά την υπέρβαση των εμποδίων για την καλή ψυχική υγεία. Απαιτούνται συντονισμένες προσπάθειες, εντός του συστήματος υγείας και πέρα από αυτό, για την κινητοποίηση της κοινωνίας στο σύνολό της και την υιοθέτηση μιας διά βίου προσέγγισης με έμφαση στην ισότητα και την απαγόρευση των διακρίσεων.

¹³⁰ Στο πλαίσιο του ΕΤΠΑ διατίθεται συνολικός προϋπολογισμός ύψους 7,2 δισ. EUR για υποδομές και εξοπλισμό υγείας, στα οποία μπορεί να περιλαμβάνονται μέτρα για την ψυχική υγεία και την κοινωνική ένταξη.

¹³¹ [Πρόγραμμα «Πολίτες, ισότητα, δικαιώματα και αξίες» \(CERV\).](#)

¹³² Πρόγραμμα Δάφνη και δικαιώματα του παιδιού: [c_2022_8588_1_en_annexe_acte_autonome_cp_part1_v2.pdf \(europa.eu\).](#)

¹³³ 22,9 εκατ. EUR στο πλαίσιο της πρόσκλησης υποβολής προτάσεων για το πρόγραμμα Δάφνη του 2024 για την πρόληψη και την καταπολέμηση της έμφυλης βίας και της βίας εις βάρος παιδιών με σκοπό τη χρηματοδότηση δράσεων που στηρίζουν ειδικά τα θύματα και τους επιζώντες και την περαιτέρω ανάπτυξη ολοκληρωμένων συστημάτων προστασίας των παιδιών.

Η Επιτροπή καλεί το Ευρωπαϊκό Κοινοβούλιο και τα κράτη μέλη να συνεργαστούν για την προώθηση των πρωτοβουλιών που προτείνονται στην παρούσα στρατηγική ανακοίνωση, οι οποίες θέτουν τα θεμέλια για διαρκή δράση σε εθνικό και ενωσιακό επίπεδο με στόχο μια ολοκληρωμένη, προσανατολισμένη στην πρόληψη και πολυσυμμετοχική προσέγγιση της ψυχικής υγείας. Προάγουν την οικουμενικότητα της υγειονομικής περίθαλψης για τα άτομα που πάσχουν από προβλήματα ψυχικής υγείας εντός και εκτός της ΕΕ.

Η πρόληψη των προβλημάτων ψυχικής υγείας, η πρόσβαση σε βοήθεια και η επανένταξη στην κοινωνία αποτελούν αναπόσπαστο μέρος του δικαιώματος στην προστασία της υγείας και, μέσω αυτής της πρωτοβουλίας, η ΕΕ θέτει την υψηλή φιλοδοξία να βοηθήσει τους πλέον ευπαθείς και ευάλωτους στις κοινωνίες μας, σύμφωνα με τον ευρωπαϊκό τρόπο ζωής σύμφωνα με τον οποίο κάθε άτομο μετράει και θα πρέπει να έχει προοπτικές ευημερίας.

Η παρούσα ανακοίνωση αποτελεί την έναρξη μιας νέας στρατηγικής προσέγγισης για την τοποθέτηση της ψυχικής υγείας στο ίδιο επίπεδο με τη σωματική υγεία. Προσθέτει έναν ακόμα πυλώνα στην αρχιτεκτονική της Ευρωπαϊκής Ένωσης Υγείας, τόσο με την ενίσχυση των υπό εξέλιξη εργασιών όσο και με τη δρομολόγηση νέων αξόνων εργασίας, οι οποίοι αναπτύσσονται από κοινού με όλους τους εταίρους και περιλαμβάνουν την υλοποίηση δράσεων. Οι δράσεις αυτές θα παρακολουθούνται στενά, από κοινού με τα κράτη μέλη, στο πλαίσιο της ομάδας εμπειρογνομόνων για τη δημόσια υγεία και ειδικότερα με την υποομάδα της για την ψυχική υγεία. Τα ενδιαφερόμενα μέρη θα έχουν την ευκαιρία να συνεργάζονται και να συντονίζουν την κοινή συμβολή τους για την ανάπτυξη και την υλοποίηση των δράσεων που καθορίζονται μέσω της πλατφόρμας για την πολιτική υγείας της ΕΕ. Αυτές οι συντονισμένες προσπάθειες θα αποτελέσουν τον δρόμο για την ανάπτυξη και την εφαρμογή μιας νέας φιλόδοξης προσέγγισης στον τομέα της ψυχικής υγείας για μια πιο ανθεκτική κοινωνία που δίνει προτεραιότητα στους ανθρώπους.