

Ο Μουσικός και Δραματικός Σύλλογος “Ωδείο Αθηνών – 1871” και ειδικότερα η αναγνωρισμένη από το κράτος Ανώτερη Σχολή Χορού του συλλόγου, συμμετέχει στη Β’ Πιλοτική Φάση του προγράμματος Πολιτιστική Συνταγογράφηση του Υπουργείου Πολιτισμού σε συνεργασία με το Ερευνητικό Πανεπιστημιακό Ινστιτούτο Ψυχικής Υγείας Κώστας Στεφανής προσφέροντας **εργαστήρια χορού και κίνησης σε ανθρώπους άνω των 50 ετών με ελαφριά κατάθλιψη ή συναφείς διαταραχές και σε γυναίκες επιζώσες έμφυλης βίας από 18 έως 65 ετών.**

Αντικείμενο και στόχος του προγράμματος είναι η **εισαγωγή δράσεων τέχνης με θεραπευτική επίδραση στην Ψυχική Υγεία** και η δημιουργία του οργανωτικού πλαισίου για την ένταξη της Πολιτιστικής Συνταγογράφησης ως συμπληρωματικής θεραπευτικής αγωγής σε άτομα που αντιμετωπίζουν προβλήματα ψυχικής υγείας ή είναι επιβαρυνμένα ψυχικά από χρόνιες ασθένειες ή ανήκουν σε ειδικές κατηγορίες, οι οποίες δεν φέρουν κάποια κλινική διάγνωση και δεν αναμειγνύονται με άλλες ομάδες πληθυσμού.

Λίγα λόγια για τα εργαστήρια χορού

Τα εργαστήρια είναι ειδικά σχεδιασμένα από ομάδα έμπειρων και ευαισθητοποιημένων επαγγελματιών τόσο του καλλιτεχνικού χώρου όσο και του χώρου της ψυχικής υγείας και είναι προσανατολισμένα στις ιδιαιτερότητες και τις ανάγκες της κάθε πληθυσμιακής ομάδας, με στόχο την ψυχική και σωματική ενδυνάμωση των συμμετεχουσών και συμμετεχόντων μέσα από την **επαφή με το σώμα**, την **ευεξία** τους μέσα από την κίνηση και την **επαφή με την ομάδα**, τη **σύνδεση σώματος και πνεύματος** μέσα από την **ενεργό δημιουργία** μέσα σε ένα ήρεμο και ασφαλές περιβάλλον.

Δεν είναι λίγες οι μελέτες που έχουν δείξει πως ο χορός επιδρά ολιστικά- και πιο ολοκληρωμένα μάλιστα από ότι αθλητικές δραστηριότητες- ξυπνώντας και ικανοποιώντας την εγγενή ανάγκη του ανθρώπου για αρμονία και δημιουργία, ενώ ταυτόχρονα γυμνάζει το σώμα και ενεργοποιεί μεταξύ άλλων αδένες που είναι υπεύθυνοι για την έκκριση ορμονών που σχετίζονται με την χαρά και το αίσθημα της ευφορίας και ευεξίας.

Κάθε συνάντηση/εργαστήριο πραγματοποιείται **μια φορά την εβδομάδα για 3 μήνες (δηλαδή σύνολο 12 συναντήσεις) στις εγκαταστάσεις του Ωδείου Αθηνών**, διαρκεί συνολικά δύο ώρες εκ των οποίων μια ώρα και ένα τέταρτο αφιερώνονται στο καθαυτό εργαστήρι χορού, ένα τέταρτο διαρκεί το διάλειμμα και τέλος μισή ώρα αφιερώνεται στο μοίρασμα της εμπειρίας με την ομάδα σε κύκλο τον οποίο θα συντονίζει η επαγγελματίας ψυχικής υγείας που θα παρευρίσκεται και θα υποστηρίζει τις συμμετέχουσες και τους συμμετέχοντες και την διαδικασία.

Ο μέγιστος αριθμός συμμετεχουσών και συμμετεχόντων ανά τμήμα είναι δώδεκα (12). Εισηγήτριες του εργαστηρίου είναι συνεργάτιδες και απόφοιτες της Ανώτερης Σχολής Χορού του Ωδείου Αθηνών, ενώ κάθε συνάντηση υποστηρίζεται και παρακολουθείται ενεργά από μια επαγγελματία ψυχικής υγείας με ειδικευση και εμπειρία σε σχέση με την ωφελούμενη πληθυσμιακή ομάδα.

Τα ερευνητικά δεδομένα που θα συλλέγονται μέσω των ερωτηματολογίων θα καταχωρούνται στην ειδικά διαμορφωμένη πλατφόρμα του Υπουργείου Πολιτισμού στην οποία έχει πρόσβαση η Ερευνητική Ομάδα του Ερευνητικού Πανεπιστημιακού Ινστιτούτου Ψυχικής Υγείας (Ε.Π.Ι.Ψ.Υ), η οποία έχει αναλάβει την επεξεργασία των δεδομένων και την εξαγωγή των αποτελεσμάτων με Επιστημονικό Υπεύθυνο τον Καθηγητή Ψυχιατρικής στην Ιατρική Σχολή του Εθνικού Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών Νικόλαο Στεφανή.

Κόστος συμμετοχής – Διαδικασία Παραπομπής ασθενών

Η συμμετοχή στα εργαστήρια χορού και κίνησης **δεν έχει καμία οικονομική επιβάρυνση** για τις συμμετέχουσες και τους συμμετέχοντες. Προϋπόθεση είναι η/ο κάθε συμμετέχουσα/ων να είναι συνδεδεμένη/ος με κάποια θεραπευτική δομή ή με κάποιον ανεξάρτητη/ο επαγγελματία

ψυχικής υγείας (ψυχίατροι, ψυχολόγοι, εργοθεραπευτές, κοινωνικοί λειτουργοί), η οποία/ο οποίος θα μπορεί να την/τον παραπέμψει μέσω των ειδικών δηλώσεων που επισυνάπτονται, χρησιμοποιώντας την φόρμα που αντιστοιχεί στην ειδικότητά της/του.

Σημαντική σημείωση: Η δράση πραγματοποιείται σε δύο τρίμηνα με ομοειδής ομάδες. Το πρώτο τρίμηνο ξεκινά στις **αρχές Μαρτίου 2025** και ολοκληρώνεται εντός του **Ιουνίου 2025**. Το δεύτερο τρίμηνο θα πραγματοποιηθεί εν συνεχεία κατά τους μήνες **Ιούνιο – Σεπτέμβριο 2025**.

Για ερευνητικούς λόγους η **κατανομή των συμμετεχουσών/συμμετεχόντων στο πρώτο και στο δεύτερο τρίμηνο γίνεται με τη διαδικασία της τυχαιοποίησης** από το Ερευνητικό Πανεπιστημιακό Ινστιτούτο Ψυχικής Υγείας Κώστας Στεφανής, διαδικασία η οποία λαμβάνει χώρα εφόσον ο φορέας μας έχει ολοκληρώσει την λήψη των παραπεμπτικών δηλώσεων στην δράση. Εφόσον συμπληρωθεί ο αριθμός ωφελούμενων, θα τηρηθεί λίστα αναμονής.

Ημέρες και ώρες εργαστηρίων

Τρίτη, Τετάρτη, Πέμπτη πρωί 10:30-12:30

Τρίτη απόγευμα 19:00-21:00

**Δηλώσεις συμμετοχής έως 10.02.2025 με αποστολή των
παραπεμπτικών/δηλώσεων στο e-mail
polsyn@athensconservatoire.gr**

ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΕΣ ΠΑΡΑΠΟΜΠΗΣ- ΚΡΙΤΗΡΙΑ ΕΠΙΛΟΓΗΣ

ΕΠΙΛΟΓΗ ΚΑΙ ΕΝΗΜΕΡΩΣΗ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΝΤΑ – ΕΚΔΟΣΗ ΠΑΡΑΠΕΜΠΤΙΚΟΥ

Οι Φορείς Τέχνης, οι οποίοι επιθυμούν την ένταξή τους στο πρόγραμμα της ΠΟΛΣΥΝ ή έχουν ήδη ενταχθεί και επιθυμούν την παραπομπή συμμετεχόντων, απευθύνονται σε :

A. Ιδιώτες Ψυχίατρους, Παιδοψυχίατρους,

B. Επαγγελματίες Ψυχικής Υγείας: Ψυχολόγους, Κοινωνικούς Λειτουργούς και Εργοθεραπευτές.

Γ. Δομές/μονάδες ψυχικής υγείας

Ο Φορέας Πολιτισμού ενημερώνει τον Φορέα Ψυχικής Υγείας ή τον επαγγελματία Ψυχικής Υγείας **για τη δράση** και επιπλέον αναφέρει:

- Τις προϋποθέσεις και τα κριτήρια επιλογής συμμετεχόντων
- Τα χαρακτηριστικά που πρέπει να «φέρουν» οι ωφελούμενοι για να ενταχθούν στη δράση (ηλικία, νόσος, ειδική κατηγορία)
- Τις ημέρες κ ώρες εκτέλεσης της δράσης (Ημερολόγιο)
- Τη διαδικασία ένταξης (περιληπτικά) κ εκτέλεσης της δράσης (α κ β τρίμηνο/τρίμηνο ενεργητικής συμμετοχής στη δράση και συμπλήρωσης ερωτηματολογίων της έρευνας/τρίμηνο μόνο για τη συμπλήρωση των ερωτηματολογίων της έρευνας)
- Τις υποχρεώσεις των συμμετεχόντων, ως προς την παρουσία τους και την απάντηση των ερωτηματολογίων.

Ο Ιατρός ή Επαγγελματίας Ψυχικής Υγείας (λειτουργών αυτόνομα ή στο πλαίσιο μονάδας ψυχικής υγείας) **συμπληρώνει και υπογράφει το σχετικό παραπεμπτικό σημείωμα** και το παραδίδει στον

συμμετέχοντα, ο οποίος οφείλει να το προσκομίσει άμεσα (εντός 2-3 ημερών) στο Φορέα Πολιτισμού, που θέλει να ενταχθεί. Το παραπεμπτικό σημείωμα υποχρεωτικά εμφανίζει:

1. τα στοιχεία του συμμετέχοντος
 2. τα στοιχεία επικοινωνίας του παραπέμποντος
 3. το Φορέα και τη δράση που προορίζεται και καταχωρείται από τον Επαγγελματία Ψ. στην Πλατφόρμα της Πολιτιστικής Συνταγογράφησης.
- Ανάλογα με την κατηγορία επαγγελματία Ψυχικής Υγείας και τον Φορέα, διαμορφώνεται το παραπεμπτικό και ο τρόπος υπογραφής (*απλή υπογραφή ή μέσω gov.gr*)

Στο πλαίσιο αυτής της διαδικασίας, υπάρχει το ενδεχόμενο ο Φορέας Ψυχικής Υγείας ή ο Ιδιώτης Επαγγελματίας Ψυχικής Υγείας να έχει ενημερωθεί για τις δράσεις Πολιτιστικής Συνταγογράφησης (ΠΟΛΣΥΝ), από άλλα μέσα και όχι από το Φορέα Πολιτισμού (site, συλλογικό όργανο, συνάδελφο). Σε αυτή την περίπτωση μπορεί να κάνει επισκόπηση των δράσεων ΠΟΛΣΥΝ μέσω του site και αφού εντοπίσει τις δράσεις που ο συμμετέχων μπορεί να ενταχθεί (δλδ διαθέτει τα χαρακτηριστικά ηλικίας, νόσου, ειδικής κατηγορίας και υπάρχουν κενές θέσεις) να ενημερώσει σχετικά τον ασθενή του. Αφού ο ασθενής επιλέξει την επιθυμητή δράση, ο Παραπέμπων εκδίδει το σχετικό παραπεμπτικό σημείωμα και το παραδίδει στον ίδιο, για να το υποβάλλει στον Φορέα Πολιτισμού.

Για το σκοπό αυτό, αμέσως με την ένταξη της δράσης σε χρηματοδότηση, η δράση καταχωρείται στην κεντρική πλατφόρμα και εμφανίζεται στο site της Πολιτιστικής Συνταγογράφησης (ανά φορέα και ανά δράση):

- στοιχεία φορέα, διεύθυνση (τόπος εκτέλεσης της δράσης),
- κενές θέσεις,
- κατηγορία ηλικίας – νόσου – ειδική κατηγορία συμμετεχόντων,
- περίοδος υποβολής παραπεμπτικών συμμετοχών,
- ημερολόγιο δράσης,
- Help Desk AoP Φορέα Πολιτισμού.

Ανεξάρτητα από την ενημέρωση που λαμβάνει ένας Φορέας Ψυχικής Υγείας ή Επαγγελματίας Ψυχικής Υγείας για μια δράση Πολιτιστικής Συνταγογράφησης (ΠΟΛΣΥΝ), ο συμμετέχων έχει δικαίωμα επιλογής ανάμεσα σε όλες τις διαθέσιμες δράσεις που μπορεί να ενταχθεί υπό την προϋπόθεση ότι πληροί τα κριτήρια και τα χαρακτηριστικά. Επισημαίνεται, όμως, ότι ο συμμετέχων εντάσσεται αποκλειστικά σε μία δράση καθ'όλη τη διάρκεια της παρούσας πιλοτικής φάσης και όχι σε περισσότερες.

Στο πλαίσιο της διαδικασίας παραπομπής ο επαγγελματίας Ψυχικής Υγείας θα μπορεί να επικοινωνήσει με το Φορέα Πολιτισμού για να λάβει συμπληρωματικές πληροφορίες και να επιβεβαιώσει τη διαθεσιμότητα θέσεων σε περίπτωση περιορισμένου αριθμού.

ΚΡΙΤΗΡΙΑ ΕΠΙΛΟΓΗΣ – ΛΟΓΟΙ ΕΞΑΙΡΕΣΗΣ - ΥΠΟΧΡΕΩΣΕΙΣ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΝΤΩΝ

Ο Ιατρός ή Επαγγελματίας Ψυχικής Υγείας, μπορεί να επιλέξει, να ενημερώσει και να παραπέμψει συμμετέχοντες σε δράσεις Πολιτιστικής Συνταγογράφησης (ΠΟΛΣΥΝ) που πληρούν τα κάτωθι κριτήρια:

ΚΡΙΤΗΡΙΑ ΕΠΙΛΟΓΗΣ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΝΤΩΝ:

- Η ψυχική νόσος δεν είναι σε ενεργή φάση, ο παραπεμπόμενος δεν βρίσκεται σε ενεργή εξάρτηση και είναι συνεπής στην τήρηση της φαρμακευτικής αγωγής (εφόσον λαμβάνει φαρμακευτική αγωγή).

- Η φυσική κατάσταση του συμμετέχοντος επιτρέπει την συμμετοχή του στο πρόγραμμα της Πολιτιστικής Συνταγογράφησης.
- Ο συμμετέχων δεν τελεί σε καθεστώς πλήρους ή μερικής στερητικής δικαστικής συμπαράστασης, επιτρεπόμενης της επικουρικής δικαστικής συμπαράστασης (και υπό την προϋπόθεση ότι συναινεί τόσο ο ίδιος όσο και διορισθείς δικαστικός συμπαραστάτης)
- Ο συμμετέχων είναι άνω των 8 ετών (υπό την προϋπόθεση ότι συναινούν οι νόμιμοι αντιπρόσωποί του).
- Ο συμμετέχων μπορεί να δεσμευτεί στην παρακολούθηση της δράσης (να επιθυμεί να συμμετάσχει, να «αγαπά» την τέχνη που επιλέγει).
- Ο συμμετέχων είναι σε θέση να συμμετέχει στις βιωματικές ομάδες χωρίς συνοδό ή φροντιστή (*η παρουσία φροντιστή σε αναμονή, αλλά όχι εντός αίθουσας επιτρέπεται και μπορεί να διευκολύνει την παρακολούθηση του συμμετέχοντος)
- Ο συμμετέχων είναι ικανός να απαντήσει στα ερωτηματολόγια γραπτά (ανάλογα με την ηλικία του ή σε περίπτωση που είναι ανήλικο άτομο να μπορούν να συμπληρωθούν τα αντίστοιχα ερωτηματολόγια από γονέα ή κηδεμόνα).
- Ο συμμετέχων ομιλεί την ελληνική γλώσσα.

Για την ένταξη των συμμετεχόντων σε δράσεις Πολιτιστικής Συνταγογράφησης (ΠΟΛΣΥΝ) **δεν απαιτούνται συγκεκριμένες δεξιότητες ή γνώσεις τέχνης.**

ΛΟΓΟΙ ΕΞΑΙΡΕΣΗΣ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΝΤΩΝ:

- Το άτομο δεν προσκομίζει παραπεμπτικό από Επαγγελματία Ψυχικής Υγείας ή προσκομίζει διαφορετικό παραπεμπτικό από το προβλεπόμενο στην παρούσα πρόσκληση (template ανάλογα με την ειδικότητα Επαγγελματία Ψυχικής Υγείας).
- Το άτομο εμφανίζει συμπεριφορά που παρακωλύει τη λειτουργία της ομάδας.
- Η ψυχική διαταραχή του ατόμου είναι σε ενεργή φάση.
- Το άτομο είναι σε ενεργή χρήση ουσιών.
- Το άτομο είναι ασυνεπές στην τήρηση φαρμακευτικής αγωγής.
- Το άτομο έχει τεθεί σε στερητική δικαστική συμπαράσταση (πλήρη ή μερικής).
- Το άτομο χρειάζεται να συνοδεύεται διαρκώς και δεν μπορεί να παρακολουθεί τη δράση χωρίς συνεχή αρωγή από το άτομο που το συνοδεύει,.
- Το άτομο έχει σχέση θεραπευτική ή προσωπική, με άτομο που συντονίζει τη δραστηριότητα.
- Σε περίπτωση που το άτομο είναι φροντιστής/στρια όπως σε δράσεις για την εργασιακή επιβάρυνση (burn out), δεν μπορεί να ενταχθεί στην ίδια ομάδα με ωφελούμενα άτομα που φροντίζει (mixed groups).
- Εξαιρούνται συμμετέχοντες της Α πιλοτικής φάσης, καθώς είναι σε εξέλιξη.

Δικαίωμα **αιτιολογημένης απένταξης συμμετέχοντος από την ομάδα** έχει μόνο ο επαγγελματίας Ψυχικής Υγείας της Ομάδας Δράσης Τέχνης εάν διαπιστωθεί ότι συντρέχουν οι παραπάνω λόγοι ή άλλος σοβαρός λόγος. Σε αυτή την περίπτωση ενημερώνονται τόσο ο Φορέας Πολιτισμού όσο και ο παραπέμπων επαγγελματίας Ψυχικής Υγείας.

ΥΠΟΧΡΕΩΣΕΙΣ & ΔΙΚΑΙΩΜΑΤΑ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΝΤΩΝ:

- Ο συμμετέχων έχει δικαίωμα να επιλέξει δράση προτίμησής του, υπό την προϋπόθεση ότι πληροί τις προϋποθέσεις ένταξης
- Ο συμμετέχων έχει δικαίωμα να αποχωρήσει από τη δράση, εάν δεν επιθυμεί να ολοκληρώσει το πρόγραμμα. Ο Υπεύθυνος επαγγελματίας Ψυχικής Υγείας καταγράφει την

αποχώρηση των συμμετεχόντων σε περίπτωση διακοπής παρακολούθησης του προγράμματος.

- Ο συμμετέχων έχει δικαίωμα να επιλέξει τη συμμετοχή σε focus groups. Τα focus groups είναι μικρές ομάδες εστιασμένης συζήτησης σχετικά με την εμπειρία της δράσης 8-12 ατόμων διάρκειας περίπου 2 ωρών, που θα διενεργηθούν από τα μέλη της Ερευνητικής Επιτροπής, αφότου ολοκληρώνεται κάθε τρίμηνο.
- Ο συμμετέχων οφείλει να είναι συνεπής στην παρακολούθηση της δράσης. Απαιτείται η φυσική παρουσία του. Ο Υπεύθυνος επαγγελματίας Ψυχικής Υγείας καταγράφει τις παρουσίες των συμμετεχόντων σε κάθε συνεδρία / παράσταση.
- Ο συμμετέχων οφείλει να συμπληρώνει τα προβλεπόμενα ερωτηματολόγια. Όλοι οι συμμετέχοντες (α & β τριμήνου), προσέρχονται για την απάντηση των ερωτηματολογίων, στις ημερομηνίες ορόσημο. Ο συμμετέχων θα κληθεί να συμπληρώσει πέντε (5) φορές τα ερευνητικά ερωτηματολόγια κατά τη διάρκεια του εξαμήνου.