

# ΣΧΕΔΙΟ ΔΡΑΣΗΣ

ΕΤΟΣ 2017

Αναλυτική Καταγραφή Δράσεων ανά Τρίμηνο



## Σταθμός Συμβουλευτικής Αποφασίζω

(Κέντρο που ιδρύθηκε και λειτουργεί με σύμπραξη  
της Ιεράς Αρχιεπισκοπής Κύπρου  
και του Κυπριακού Ινστιτούτου Ψυχοθεραπείας)

Ζήνωνος Κιτιέως 19,  
Διαμέρισμα 2, Τ.Κ. 1016

Τηλ. 70005537

[www.psychotherapyprus.com](http://www.psychotherapyprus.com)

# ΠΙΝΑΚΑΣ ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΩΝ

Κατάλογος βασικών δράσεων	3
Α' Τρίμηνο	4
Β' Τρίμηνο	5
Γ' Τρίμηνο	6
Δ' Τρίμηνο	7

## Κατάλογος Βασικών Δράσεων

1. Δωρεάν παροχή υπηρεσιών ψυχολογικής και ψυχοθεραπευτικής **απεξάρτησης σε νεαρούς ενήλικες** εξαρτημένους από ναρκωτικά, αλκοόλ, και άλλες επιβλαβείς εξαρτήσεις, **μέσα από ένα ευέλικτο ωράριο λειτουργίας** (μέχρι αργά το απόγευμα).
2. Δωρεάν παροχή υπηρεσιών **συμβουλευτικής** σε θέματα εξαρτήσεων με δια ζώσης ή τηλεφωνικές συνεδρίες.
3. **Διαφώτιση και κοινωνική ευαισθητοποίηση** για θέματα εξαρτήσεων και προαγωγής της ψυχικής υγείας.
4. Δωρεάν παροχή **εξειδικευμένων υπηρεσιών στήριξης γυναικών** με ιστορικό εξάρτησης καθώς και γυναικών που διαβιούν σε περιβάλλον με προβλήματα εξάρτησης.
5. Δωρεάν παροχή υπηρεσιών **ψυχοκοινωνικής τηλεστήριξης** μέσω της Παγκύπριας γραμμής 70005537.
6. Συμμετοχή στο ηλεκτρονικό πρόγραμμα **e-ask**.
7. Συμμετοχή στο **πρωτόκολλο συνεργασίας με την ΥΚΑΝ και ΑΣΚ** για παροχή θεραπείας με σκοπό τη διασφάλιση **αναστολής ποινικής δίωξης νεαρών εξαρτημένων προσώπων**.
8. Συμμετοχή στο **δίκτυο θεραπείας του ΑΣΚ** και σε άλλες συναφείς δραστηριότητες του ΑΣΚ.
9. Επαφή και **δικτύωση** με άλλες θεραπευτικές δομές για **βελτίωση του συστήματος παραπομπών και για διασφάλιση του θεραπευτικού συνεχούς**.
10. Δημιουργία **παραρτημάτων σε Λεμεσό και Λάρνακα** για τη **μείωση των υπεραστικών μετακινήσεων** των εξυπηρετούμενων που διαμένουν σε άλλες πόλεις.
11. Ενίσχυση των διαδικασιών που ευνοούν την παροχή **εμπειρικά θεμελιωμένης θεραπείας**.
12. Συνεχής **επιμόρφωση των στελεχών μας** με σκοπό τη σταθερή αναβάθμιση των παρεχόμενων υπηρεσιών μας.

# ΣΤΑΘΜΟΣ ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗΣ ΑΠΟΦΑΣΙΣΤΩ

## Α΄ Τρίμηνο

1. Συνέχιση της δωρεάν παροχής ψυχολογικών και ψυχοθεραπευτικών **υπηρεσιών απεξάρτησης** σε νεαρούς ενήλικες με προβλήματα απεξάρτησης καθώς και στους οικείους τους με **ευέλικτο απογευματινό ωράριο** (μέχρι 7:00 μμ).
2. Συνέχιση της δωρεάν παροχής **συμβουλευτικής σε θέματα εξαρτήσεων** με διαζώσης ή τηλεφωνικές συνεδρίες.
3. Συνέχιση της δωρεάν παροχής εξειδικευμένων υπηρεσιών στήριξης **γυναικών με ιστορικό εξάρτησης καθώς και γυναικών που διαβιούν σε περιβάλλον με προβλήματα εξάρτησης.**
4. Συνέχιση της δωρεάν παροχής υπηρεσιών **ψυχοκοινωνικής τηλεστήριξης** μέσω της Παγκύπριας γραμμής **70005537**.
5. Συνέχιση της συμμετοχής στο **ηλεκτρονικό πρόγραμμα e-ask**.
6. Συνέχιση της συμμετοχής **στο πρωτόκολλο συνεργασίας με την ΥΚΑΝ** για παραπομπή περιστατικών και επιδίωξη της σύναψης επίσημης συμφωνίας για συμμετοχή στο πρωτόκολλο συνεργασίας.
7. Συνέχιση της συμμετοχής στο **δίκτυο θεραπείας του ΑΣΚ** και σε άλλες συναφείς δραστηριότητες του ΑΣΚ.
8. Συνέχιση της επαφής και της **δικτύωσης με άλλες θεραπευτικές δομές** για αύξηση των παραπομπών και διασφάλιση του θεραπευτικού συνεχούς.
9. Διοργάνωση εκδήλωσης διαφώτισης και οικονομικής ενίσχυσης του Κέντρου, στο πλαίσιο της **παγκόσμιας ημέρας της γυναίκας** στις 8 Μαρτίου.
10. **Δημιουργία παραρτημάτων** σε Λεμεσό και Λάρνακα για τη **μείωση των υπεραστικών μετακινήσεων** των εξυπηρετούμενων που διαμένουν σε άλλες πόλεις.
11. Ενίσχυση των διαδικασιών που ευνοούν την παροχή **εμπειρικά θεμελιωμένης θεραπείας: Αναζήτηση χορηγών για την αγορά αλκοολόμετρου.**
13. Ενίσχυση των διαδικασιών που ευνοούν την παροχή **εμπειρικά θεμελιωμένης θεραπείας: Περιοδική χορήγηση ψυχομετρικών εργαλείων** και κατά τη διάρκεια της φάσης της αλλαγής.

1. Ενίσχυση των διαδικασιών που ευνοούν την παροχή **εμπειρικά θεμελιωμένης θεραπείας: Καθιέρωση χρήσης αλκοολόμετρου.**
2. Συνέχιση της δωρεάν παροχής ψυχολογικών και ψυχοθεραπευτικών **υπηρεσιών απεξάρτησης** σε νεαρούς ενήλικες με προβλήματα απεξάρτησης καθώς και στους οικείους τους με **ευέλικτο απογευματινό ωράριο** (μέχρι 7:00 μμ).
3. Συνέχιση της δωρεάν παροχής **συμβουλευτικής σε θέματα εξαρτήσεων** με διαζώσης ή τηλεφωνικές συνεδρίες.
4. Συνέχιση της δωρεάν παροχής εξειδικευμένων υπηρεσιών στήριξης **γυναικών με ιστορικό εξάρτησης καθώς και γυναικών που διαβιούν σε περιβάλλον με προβλήματα εξάρτησης.**
5. Συνέχιση της δωρεάν παροχής υπηρεσιών **ψυχοκοινωνικής τηλεστήριξης** μέσω της Παγκύπριας γραμμής **70005537**.
6. Συνέχιση της συμμετοχής στο **ηλεκτρονικό πρόγραμμα e-ask**.
7. Συνέχιση της συμμετοχής **στο πρωτόκολλο συνεργασίας με την ΥΚΑΝ** για παραπομπή περιστατικών και επιδίωξη της σύναψης επίσημης συμφωνίας για συμμετοχή στο πρωτόκολλο συνεργασίας.
8. Συνέχιση της συμμετοχής στο **δίκτυο θεραπείας του ΑΣΚ** και σε άλλες συναφείς δραστηριότητες του ΑΣΚ.
9. Συνέχιση της επαφής και της **δικτύωσης με άλλες θεραπευτικές δομές** για αύξηση των παραπομπών και διασφάλιση του θεραπευτικού συνεχούς.
10. Διοργάνωση **εκδήλωσης διαφώτισης και κοινωνικής ευαισθητοποίησης** στο πλαίσιο της **Παγκόσμιας ημέρας κατά των ναρκωτικών** στις 26 Ιουνίου.
11. **Δημιουργία παραρτημάτων** σε Λεμεσό και Λάρνακα για τη **μείωση των υπεραστικών μετακινήσεων** των εξυπηρετούμενων που διαμένουν σε άλλες πόλεις.
12. Ενίσχυση των διαδικασιών που ευνοούν την παροχή **εμπειρικά θεμελιωμένης θεραπείας: Κατάρτιση προσωπικού για περιοδική χορήγηση ψυχομετρικών εργαλείων** και κατά τη διάρκεια της φάσης της αλλαγής.

1. Κινητοποίηση θεραπευομένων με καλή θεραπευτική πορεία να συνεισφέρουν σε **δράσεις κοινωνικής αλληλεγγύης**: Εθελοντική προσφορά στο εαρινό Σχέδιο Δέλτα του Κούρη.
2. Συνέχιση της δωρεάν παροχής ψυχολογικών και ψυχοθεραπευτικών **υπηρεσιών απεξάρτησης** σε νεαρούς ενήλικες με προβλήματα απεξάρτησης καθώς και στους οικείους τους με **ευέλικτο απογευματινό ωράριο** (μέχρι 7:00 μμ).
3. Συνέχιση της δωρεάν παροχής **συμβουλευτικής σε θέματα εξαρτήσεων** με διαζώσης ή τηλεφωνικές συνεδρίες.
4. Συνέχιση της δωρεάν παροχής εξειδικευμένων υπηρεσιών στήριξης **γυναικών με ιστορικό εξάρτησης καθώς και γυναικών που διαβιούν σε περιβάλλον με προβλήματα εξάρτησης**.
5. Συνέχιση της δωρεάν παροχής υπηρεσιών **ψυχοκοινωνικής τηλεστήριξης** μέσω της Παγκύπριας γραμμής **70005537**.
6. Συνέχιση της συμμετοχής στο **ηλεκτρονικό πρόγραμμα e-ask**.
7. Συνέχιση της συμμετοχής **στο πρωτόκολλο συνεργασίας με την ΥΚΑΝ** για παραπομπή περιστατικών και επιδίωξη της σύναψης επίσημης συμφωνίας για συμμετοχή στο πρωτόκολλο συνεργασίας.
8. Συνέχιση της συμμετοχής στο **δίκτυο θεραπείας του ΑΣΚ** και σε άλλες συναφείς δραστηριότητες του ΑΣΚ.
9. Συνέχιση της επαφής και της **δικτύωσης με άλλες θεραπευτικές δομές** για αύξηση των παραπομπών και διασφάλιση του θεραπευτικού συνεχούς.
10. **Δημιουργία παραρτημάτων** σε Λεμεσό και Λάρνακα για τη **μείωση των υπεραστικών μετακινήσεων** των εξυπηρετούμενων που διαμένουν σε άλλες πόλεις.
11. Ενίσχυση των διαδικασιών που ευνοούν την παροχή **εμπειρικά θεμελιωμένης θεραπειών: Καθιέρωση χρήσης αλκοολόμετρου**.
12. Ενίσχυση των διαδικασιών που ευνοούν την παροχή **εμπειρικά θεμελιωμένης θεραπείας: Περιοδική χορήγηση ψυχομετρικών εργαλείων** και κατά τη διάρκεια της φάσης της αλλαγής.

## Δ' Τρίμηνο

1. Διοργάνωση διαφωτιστικής εκδήλωσης στο πλαίσιο της **Παγκόσμιας ημέρας ψυχικής υγείας** στις 10 Οκτωβρίου με θέμα την **αξία των ανοικτών θεραπευτικών και συμβουλευτικών δομών απεξάρτησης**.
2. Συνέχιση της δωρεάν παροχής ψυχολογικών και ψυχοθεραπευτικών **υπηρεσιών απεξάρτησης** σε νεαρούς ενήλικες με προβλήματα απεξάρτησης καθώς και στους οικείους τους με **ευέλικτο απογευματινό ωράριο** (μέχρι 7:00 μμ).
3. Συνέχιση της δωρεάν παροχής **συμβουλευτικής σε θέματα εξαρτήσεων** με διαζώσης ή τηλεφωνικές συνεδρίες.
4. Συνέχιση της δωρεάν παροχής εξειδικευμένων υπηρεσιών στήριξης **γυναικών με ιστορικό εξάρτησης** καθώς και **γυναικών που διαβιούν σε περιβάλλον με προβλήματα εξάρτησης**.
5. Συνέχιση της δωρεάν παροχής υπηρεσιών **ψυχοκοινωνικής τηλεστήριξης** μέσω της Παγκύπριας γραμμής **70005537**.
6. Συνέχιση της συμμετοχής στο **ηλεκτρονικό πρόγραμμα e-ask**.
7. Συνέχιση της συμμετοχής **στο πρωτόκολλο συνεργασίας με την ΥΚΑΝ** για παραπομπή περιστατικών και επιδίωξη της σύναψης επίσημης συμφωνίας για συμμετοχή στο πρωτόκολλο συνεργασίας.
8. Συνέχιση της συμμετοχής στο **δίκτυο θεραπείας του ΑΣΚ** και σε άλλες συναφείς δραστηριότητες του ΑΣΚ.
9. Συνέχιση της επαφής και της **δικτύωσης με άλλες θεραπευτικές δομές** για αύξηση των παραπομπών και διασφάλιση του θεραπευτικού συνεχούς.
10. **Δημιουργία παραρτημάτων** σε Λεμεσό και Λάρνακα για τη **μείωση των υπεραστικών μετακινήσεων** των εξυπηρετούμενων που διαμένουν σε άλλες πόλεις.
11. Ενίσχυση των διαδικασιών που ευνοούν την παροχή **εμπειρικά θεμελιωμένης θεραπειών: Καθιέρωση χρήσης αλκοολόμετρου**.
12. Ενίσχυση των διαδικασιών που ευνοούν την παροχή **εμπειρικά θεμελιωμένης θεραπείας: Περιοδική χορήγηση ψυχομετρικών εργαλείων** και κατά τη διάρκεια της φάσης της αλλαγής.