



Επικοινωνία και Δημόσιες Σχέσεις

Μέγαρα 12 Απριλίου 2025

Email: pr.megara@gmail.com

ΔΕΛΤΙΟ ΤΥΠΟΥ

Θέμα: Μεγάλη συμμετοχή και ουσιαστικά μηνύματα στην εκδήλωση Περιφέρειας και Δήμου «Σπάμε τα ταμπού – Μιλάμε για την κατάθλιψη»

Με ένα ξεκάθαρο μήνυμα υπέρ της ευαισθητοποίησης, της πρόληψης και της αντιμετώπισης πραγματοποιήθηκε στο Στρατουδάκειο Πολιτιστικό Κέντρο, την Παρασκευή 11 Απριλίου 2025, σε συνεργασία Περιφέρειας Αττικής και Δήμου Μεγαρέων, εκδήλωση για την κατάθλιψη με τη συμμετοχή διακεκριμένων ομιλητών και την παρουσία πλήθους πολιτών και εκπροσώπων της τοπικής κοινωνίας.

Στον χαιρετισμό του, ο δήμαρχος Μεγαρέων Παναγιώτης Μαργέτης υπογράμμισε τη σημασία τέτοιων πρωτοβουλιών, δηλώνοντας: «Η ψυχική υγεία μάς αφορά όλους. Το να μιλάμε γι' αυτήν, να σπάμε τη σιωπή και το στίγμα, είναι το πρώτο και πιο γενναίο βήμα για την πρόληψη και την αντιμετώπιση των ψυχικών διαταραχών. Ο Δήμος μας θα είναι πάντα αρωγός σε δράσεις που στηρίζουν τον άνθρωπο και την αξιοπρέπειά του».

Χαιρετισμούς απηύθυναν, επίσης, ο αντιπεριφερειάρχης Δυτικής Αττικής Κλεάνθης Βαρελάς που εκπροσωπούσε τον περιφερειάρχη Νίκο Χαρδαλιά και ο αντιπεριφερειάρχης Χωρικού Σχεδιασμού, Πολεοδομικών Θεμάτων και Εφαρμογών Λευτέρης Κοσμόπουλος, τονίζοντας αμφότεροι τη σημασία της συνεργασίας όλων των φορέων για την υποστήριξη της ψυχικής υγείας και την ενίσχυση της πρόληψης στις τοπικές κοινωνίες.

Στην εκδήλωση παρέστησαν, μεταξύ άλλων, ο Πρόεδρος του Δημοτικού Συμβουλίου, Δημοτικοί Σύμβουλοι, Τοπικοί Φορείς, Αιρετοί, καθώς και ο πρώην δήμαρχος Χρυσόστομος Σύρκος. Την εκδήλωση και το πάνελ των ομιλητών συντόνισε η δημοσιογράφος Γλυκερία Νικολοπούλου.

Ο διακεκριμένος επιστήμονας και αντιπεριφερειάρχης Υγείας, Δρ. Θάνος Ασκητής, ανέδειξε ότι η κατάθλιψη είναι «μια βιολογική και πολυπαραγοντική διαταραχή», τονίζοντας την ανάγκη συνεργασίας ανάμεσα σε Πολιτεία, επιστημονική κοινότητα και κοινωνία. Ανακοίνωσε, μάλιστα, τη δημιουργία ομάδας παρέμβασης για την καταγραφή περιστατικών ψυχικής υγείας στα σπίτια της Δυτικής Αττικής, σε συνεργασία με τον περιφερειάρχη Νίκο Χαρδαλιά. Όπως χαρακτηριστικά ανέφερε: «Η κατάθλιψη δεν έχει ένα

πρόσωπο. Είναι μια πολυδιάστατη πάθηση που συχνά εκδηλώνεται ακόμη και μέσω σωματικού πόνου, χωρίς εμφανή οργανικά αίτια».

Η ψυχοθεραπεύτρια και ψυχολόγος Έλσα Δημοπούλου στάθηκε ιδιαίτερα στην ανάγκη ενθάρρυνσης της έκφρασης, ειδικά στα παιδιά και στους εφήβους. Επισήμανε ότι η εικαστική ψυχοθεραπεία αποτελεί ένα σημαντικό εργαλείο για τη διαχείριση του άγχους στις νεαρές ηλικίες, λέγοντας: «Δεν είναι αδυναμία να πονάς – είναι ανθρώπινο. Πρέπει να βοηθήσουμε το παιδί να νιώσει ικανό και να εκφράζει ελεύθερα τα συναισθήματά του».

Με προσωπικό και συγκινητικό τόνο, ο δημοσιογράφος Σταμάτης Μαλέλης μοιράστηκε τη δική του εμπειρία με την κατάθλιψη, καταρρίπτοντας μύθους και φόβους γύρω από τη διάγνωση και τη θεραπεία. Τόνισε με έμφαση: «Η κατάθλιψη είναι ένας αντίπαλος που μπορεί να νικηθεί, όχι με ενοχές και απόκρυψη, αλλά με γνώση, αποδοχή και βοήθεια».

Τα βασικά μηνύματα της εκδήλωσης ήταν σαφή και δυνατά:

- **Η ψυχική υγεία δεν είναι στίγμα.**
- **Η κατάθλιψη μπορεί να αντιμετωπιστεί.**
- **Η ενσυναίσθηση, η πρόληψη και η έγκαιρη φροντίδα μπορούν να αλλάξουν ζωές.**

Ο Δήμος Μεγαρέων συνεχίζει να στηρίζει έμπρακτα δράσεις ενημέρωσης και πρόληψης, επενδύοντας στην ευαισθητοποίηση της κοινωνίας και την ενδυνάμωση του κοινωνικού ιστού.

