



breath

**ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ
ΨΥΧΟΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ
ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗΣ**

για τον Καρκίνο του Πνεύμονα

**ΣΤΗΡΙΞΗ ΠΑΙΔΙΩΝ, ΕΦΗΒΩΝ
ΚΑΙ ΓΟΝΕΩΝ ΣΤΟ ΠΕΝΘΟΣ**

ΜΕ ΜΙΑ ΜΑΤΙΑ

- Ψυχολογική Στήριξη
- Δημιουργική Απασχόληση
- Ενημέρωση & Καθοδήγηση

ΔΩΡΕΑΝ

ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗ

Στο πλαίσιο του Προγράμματος BREATH, η Μέριμνα παρέχει συμβουλευτική στήριξη σε παιδιά, εφήβους και γονείς που αντιμετωπίζουν την απώλεια ή το ενδεχόμενο της απώλειας ενός αγαπημένου προσώπου λόγω καρκίνου του πνεύμονα. Συγκεκριμένα, παρέχονται δωρεάν οι ακόλουθες υπηρεσίες:

Ατομική και Οικογενειακή Ψυχολογική Στήριξη



Απευθύνεται σε παιδιά και οικογένειες που αντιμετωπίζουν απώλεια ή επικείμενη απώλεια αγαπημένου τους προσώπου λόγω καρκίνου του πνεύμονα. Η στήριξη απευθύνεται:

- ▶ Σε παιδιά και εφήβους έως 18 ετών
- ▶ Σε γονείς και όλους όσους έχουν σημαντικό ρόλο στη ζωή του ανηλίκου

Η ατομική συμβουλευτική στήριξη περιλαμβάνει κατά μέσο όρο 8 συνεδρίες, μίας ώρας, που πραγματοποιούνται σε διάστημα 2-3 μηνών.

Ομάδες Στήριξης για Παιδιά και Εφήβους



Οι ομάδες στήριξης απευθύνονται σε παιδιά διάφορων ηλικιών, που έχουν χάσει κάποιο αγαπημένο τους πρόσωπο. Μέσω της συμμετοχής του στην ομάδα, το παιδί επεξεργάζεται την απώλειά του και βρίσκει κατάλληλη στήριξη στο θρήνο του με αποτέλεσμα να μη νιώθει μόνο του, καθώς έχει την ευκαιρία να μοιράζεται τις εμπειρίες του με συνομήλικα παιδιά που βιώνουν ανάλογες απώλειες.

Στην ομάδα δημιουργείται - χάρη στο συντονισμό των ψυχολόγων - ένα ασφαλές περιβάλλον, όπου τα παιδιά νιώθουν ελεύθερα να μοιραστούν την ιστορία τους, να εκφράσουν απορίες, σκέψεις και οδυνηρά συναισθήματα με δημιουργικούς τρόπους, να διατηρήσουν ζωντανή την ανάμνηση του γονιού που πέθανε, και να ανακαλύψουν επικοινωνιακούς τρόπους για να διαχειρίζονται τις δυσκολίες που προκύπτουν μετά την απώλεια.

Σε κάθε ομάδα συμμετέχουν μέχρι 10 παιδιά. Υλοποιούνται 10 συναντήσεις σε διάστημα περίπου 3 μηνών. Κάθε συνάντηση διαρκεί μιάμιση ώρα και συντονίζεται από δύο ψυχολόγους της Μέριμνας.

Ομάδες Στήριξης για Γονείς



Οι ομάδες στήριξης για γονείς απευθύνονται σε γονείς που θρηνούν την απώλεια συντρόφου, με παιδιά μέχρι 18 ετών. Στις συναντήσεις οι γονείς επεξεργάζονται το πένθος τους και ενδυναμώνονται στο γονικό τους ρόλο, ώστε να στηρίξουν με επάρκεια τα παιδιά τους για να προσαρμοστούν στη νέα πραγματικότητα μετά την απώλεια. Στο ασφαλές κλίμα που δημιουργείται στις ομάδες στήριξης, οι γονείς έχουν τη δυνατότητα να αναγνωρίσουν την απώλεια, να εκφράσουν την οδύνη τους, να στηριχθούν στις συναισθηματικές και πρακτικές δυσκολίες που βιώνουν, και, τέλος, να συν-δημιουργήσουν ένα συνεχιζόμενο δεσμό με το σύντροφο που έχασαν.

Σε κάθε ομάδα συμμετέχουν μέχρι 10 γονείς. Υλοποιούνται 8 συναντήσεις σε διάστημα περίπου 3 μηνών. Κάθε συνάντηση διαρκεί μιάμιση ώρα και συντονίζεται από δύο ψυχολόγους της Μέρμνας.

Μπορείτε να καλείτε στη **Μέρμνα** από Δευτέρα έως Παρασκευή, στις παρακάτω τηλεφωνικές γραμμές:

Τηλεφωνική Γραμμή Στήριξης - Αθήνα: 210 646 3622

Εργάσιμες ημέρες, 10:00πμ - 17:00μμ, για κατοίκους κεντρικής και νότιας Ελλάδας καθώς και Κυκλάδων.

Τηλεφωνική Γραμμή Στήριξης - Θεσσαλονίκη: 2310 510010

Εργάσιμες ημέρες, 10:00πμ - 18:00μμ, για κατοίκους βόρειας Ελλάδας, Ιόνιων νήσων και Δωδεκανήσων.

Πάρε την ΑΝΑΣΑ που χρειάζεσαι!

Κάλεσε μας στη Γραμμή Ενημέρωσης 111 57 για περισσότερες πληροφορίες!



Βρες περισσότερες πληροφορίες στην ιστοσελίδα μας
<https://fairlifelcc.com/breath-programma-psychokoinonikis-ypostirixis/>