

ΔΙΗΜΕΡΟ ΕΚΔΗΛΩΣΕΩΝ 16 ΚΑΙ 17 ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΥ 2011

## **ΑΦΟΥΓΚΡΑΖΟΜΑΣΤΕ ΤΗΝ ΤΡΕΛΑ ΟΡΑΜΑΤΙΖΟΜΑΣΤΕ ΝΕΕΣ ΟΨΕΙΣ ΤΗΣ ΨΥΧΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ**

με τον **Will Hall**,  
M.A. dipl. Process Work, Portland, OR

**ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ, 16 ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΥ, 18:30**  
Ομιλία - ανοιχτή συζήτηση

**ΣΑΒΒΑΤΟ, 17 ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΥ, 11:00**  
Εργαστήριο με θέμα "Κατανοώντας τις ψυχιατρικές  
ουσίες: Μια προσέγγιση Μείωσης της Βλάβης"

Πολιτιστικό Κέντρο Δήμου Αθηναίων «Μελίνα Μερκούρη»,  
Ηρακλειδών 66 και Θεσσαλονίκης, Θησείο

**Είσοδος Δωρεάν**

Hearing Voices Network Αθήνα,  
Κέντρο Ψυχικής Υγείας Αγίων Αναργύρων



Μια εκδήλωση του Hearing Voices Network Αθήνας και του Κέντρου Ψυχικής Υγείας Αγίων Αναργύρων με στόχο την ανάδειξη μιας κουλτούρας που

- προσεγγίζει τον ψυχικό πόνο δίχως προκατάληψη ή φόβο,
- υποστηρίζει το δικαίωμα ανθρώπων με ψυχιατρική διάγνωση στην ενημέρωση, στον αυτοπροσδιορισμό και στην επιλογή δρόμων ανάρρωσης που ανταποκρίνονται στις προσωπικές τους ανάγκες και ιδιοσυγκρασίες
- προωθεί πρωτοβουλίες αυτοβοήθειας και αλληλοϋποστήριξης όσων έρχονται με οποιοδήποτε τρόπο σε επαφή με το ψυχιατρικό σύστημα.

Ο ομιλητής της εκδήλωσης Will Hall είναι μεταξύ άλλων και συντονιστής του Δικτύου Hearing Voices στις ΗΠΑ και έχει συγγράψει τον "Οδηγό Μείωσης της Βλάβης για τη Διακοπή των Ψυχιατρικών Φαρμάκων" (Harm Reduction Guide to Coming Off Psychiatric Drugs), ο οποίος πρόσφατα μεταφράστηκε και στα ελληνικά και είναι διαθέσιμος στις ακόλουθες ιστοσελίδες:

[http://www.hearingvoices.gr/index.php?option=com\\_content&view=article&id=78&Itemid=63&lang=el](http://www.hearingvoices.gr/index.php?option=com_content&view=article&id=78&Itemid=63&lang=el) και

<http://theicarusproject.net/HarmReductionGuideComingOffPsychDrugs>

## **ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ**

### **ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ, 16 ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΥ, 18:30**

**ΑΦΟΥΓΚΡΑΖΟΜΑΣΤΕ ΤΗΝ ΤΡΕΛΑ: ΟΡΑΜΑΤΙΖΟΜΑΣΤΕ ΝΕΕΣ ΟΨΕΙΣ ΤΗΣ ΨΥΧΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ (ΟΜΙΛΙΑ)**

Ακουστικές και οπτικές εμπειρίες, παράνοια, άγρια ενέργεια, αυτοκτονικά συναισθήματα... Πρόκειται για ενδείξεις ενός προβληματικού εγκεφάλου και ελαττωματικών γονιδίων ή μήπως υπάρχει ένα βαθύτερο νόημα στην τρέλα; Τι ρόλο παίζει το ψυχικό τραύμα, οι οικογένειες και η πνευματικότητα; Οι γιατροί, οι διαγνωστικές ταμπέλες και τα ψυχιατρικά φάρμακα αποτελούν τη μόνη απάντηση, ή θα έπρεπε η κοινωνία να ανταποκριθεί διαφορετικά σε ανθρώπους που βιώνουν ακραίες συνειδησιακές καταστάσεις; Σε αυτή την ομιλία ο Will Hall θα περιγράψει τις δικές του εμπειρίες από την τρέλα και τη διάγνωση της σχιζοφρένειας και την εμπειρία του μέσα και έξω από τα ψυχιατρεία καθώς ανακάλυψε μια μοναδική διαδρομή προς την ίαση και την ανανέωση.

### **ΣΑΒΒΑΤΟ, 17 ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΥ, 11:00**

**ΚΑΤΑΝΟΩΝΤΑΣ ΤΙΣ ΨΥΧΙΑΤΡΙΚΕΣ ΟΥΣΙΕΣ: ΜΙΑ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗ ΜΕΙΩΣΗΣ ΤΗΣ ΒΛΑΒΗΣ (ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ)**

Φάρμακα όπως τα αντικαταθλιπτικά, τα σταθεροποιητικά της διάθεσης και τα αντι-ψυχωτικά έχουν αναδειχθεί σε πρότυπη αγωγή για την αντιμετώπιση των ψυχικών διαταραχών. Πως λειτουργούν αυτές οι ουσίες; Είναι ανάγκη όσοι τις παίρνουν να συνεχίζουν με αυτές για όλη την υπόλοιπη ζωή τους; Υπάρχουν κίνδυνοι που σχετίζονται με τα ψυχιατρικά φάρμακα και ποιες είναι οι εναλλακτικές; Πρέπει να αφήνουμε αυτά τα ζητήματα στα χέρια των γιατρών ή υπάρχει ανάγκη μεγαλύτερης ενδυνάμωσης της κοινότητας; Στο εργαστήριο

αυτό θα παρουσιαστεί μια προσέγγιση μείωσης της βλάβης, η οποία δεν είναι ούτε υπέρ ούτε κατά των ψυχιατρικών φαρμάκων, αλλά υποστηρίζει το νόημα και τη χρησιμότητα που έχουν αυτές οι ουσίες για κάθε άτομο ξεχωριστά, συμπεριλαμβανομένων εργαλείων για τη μείωση ή τη διακοπή μιας φαρμακευτικής αγωγής.

#### ΣΕ ΠΟΙΟΥΣ ΑΠΕΥΘΥΝΕΤΑΙ ΑΥΤΗ Η ΔΙΗΜΕΡΙΔΑ

Το διήμερο δεν παρέχει ιατρικές συμβουλές, αλλά είναι χρήσιμο σε οποιονδήποτε έχει έρθει σε επαφή με ζητήματα ψυχικής υγείας, σε ανθρώπους που τους έχει δοθεί μια ψυχιατρική διάγνωση και χρήστες των σχετικών υπηρεσιών, θεραπευτές, επαγγελματίες, συγγενείς, φίλους και όσους χαράζουν πολιτικές στο χώρο της ψυχικής υγείας. Η εκδήλωση απευθύνεται σε οποιονδήποτε ενδιαφέρεται για την ψυχική ποικιλομορφία και για καινοτόμες προσεγγίσεις ακραίων συνειδησιακών καταστάσεων μέσα στην κοινωνία, καθώς θα διερευνήσουμε τρόπους προσέγγισης της τρέλας που βρίσκεται μέσα μας ή μέσα στους άλλους.

#### ΚΑΤΑ ΤΗ ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΤΗΣ ΔΙΗΜΕΡΙΔΑΣ

Οι συμμετέχοντες θα έχουν την ευκαιρία να μάθουν περισσότερα για τις προσωπικές εμπειρίες του Will που σχετίζονται με την τρέλα και τη διάγνωση της σχιζοφρένειας, καθώς και με την πλέον των 10 χρόνων πείρα του ως ομότιμος συνήγορος, ψυχοθεραπευτής και εκπαιδευτής σχετικά με θέματα ακραίων ψυχικών καταστάσεων. Θα εξερευνήσουμε μαζί νέες ιδέες, θα κάνουμε βιωματικές ασκήσεις και θα διδαχτούμε νέες πρακτικές δεξιότητες. Επίσης, θα δημιουργήσουμε ομαδικό διάλογο σχετικά με θέματα που πολύ συχνά εγκαταλείπονται ως ταμπού και κρατούνται στη σιωπή. Η ομιλία και το εργαστήριο δεν περιλαμβάνουν ιατρικές συμβουλές, αλλά έχουν ως στόχο την επιμόρφωση της κοινότητας έτσι ώστε να κάνουμε καλύτερες επιλογές σε συνεργασία με τους ιατρικούς επαγγελματίες, μέσα στις οικογένειές μας και ως κοινωνία.

#### ΛΙΓΑ ΛΟΓΙΑ ΓΙΑ ΤΟΝ WILL HALL

Ο Will Hall πήρε τη διάγνωση της σχιζοφρένειας και προχώρησε στην ανάρρωση μέσα από το κίνημα αυτοβοήθειας, την πνευματική ενασχόληση και την ολιστική προσέγγιση της υγείας. Σήμερα είναι διεθνώς αναγνωρισμένος πρωτοπόρος σε θέματα που αφορούν στην ψυχική ποικιλομορφία και διαφορετικότητα, καθώς και εναλλακτικές προσεγγίσεις της τρέλας. Έχει διδάξει σε περισσότερες από οχτώ χώρες και έχει προσφέρει εκπαίδευση σε μια μεγάλη ποικιλία ομάδων που συμπεριλαμβάνει επαγγελματίες, φοιτητές, άμεσα ενδιαφερόμενους, μέλη οικογενειών και φορείς χάραξης πολιτικής. Η δουλειά του έχει προβληθεί από διάφορα ΜΜΕ όπως οι New York Times, το Newsweek, το National Public Radio και είναι παραγωγός του Madness Radio. Κατέχει μεταπτυχιακό τίτλο στην ψυχοθεραπευτική προσέγγιση process work και ασκεί ψυχοθεραπεία στο Portland, Oregon, ΗΠΑ. Για περισσότερες πληροφορίες επισκεφτείτε τις ιστοσελίδες [www.willhall.net](http://www.willhall.net), [www.madnessradio.net](http://www.madnessradio.net) και <http://theicarusproject.net>.