

	Μένουμε σπίτι! ενημέρωση + ψυχραιμία + συνεργασία + υπευθυνότητα...
συμβουλευτική – ψυχολογική υποστήριξη	

Αναγνωρίζουμε ότι όλοι αισθανόμαστε ευάλωτοι έναντι του κορονοϊού. Παράλληλα ο περιορισμός στο σπίτι – ο οποίος είναι επιβεβλημένος - δημιουργεί ανατροπές στον τρόπο ζωής μας. Ο συνδυασμός κοινωνικής απομόνωσης και αποδιοργάνωσης του καθημερινού προγράμματος ζωής μας, αυξάνουν τα αισθήματα φόβου, μοναξιάς και άγχους.

Το **Συμβουλευτικό Κέντρο** και η **Ψυχιατρική Υπηρεσία** του **Πανεπιστημίου Πειραιώς**, παρέχουν συμβουλευτική και ψυχολογική υποστήριξη σε καταστάσεις όπως π.χ. κρίσεις πανικού, άγχους, φόβους για πιθανή μόλυνση, αισθήματα ματαιώσης, ανίας, σύγχυσης, θυμού, στιγματισμού κ.α.

Τηλέφωνα επικοινωνίας:

➤ **Συμβουλευτικό Κέντρο**

Κοινωνική Λειτουργός: Μάρθα Κατσούλη

- 210 - 4142042 (8.00-14.00)
- www.sykep@unipi.gr

➤ **Ιατρείο**

Ψυχίατρος-Ψυχοθεραπευτής: Νίκος Δέγλερης

- 210 - 4142162 (Τρίτη 14.30 -17.30 και Πέμπτη 10.30 – 13.30)
- **SKYPE** deglerispsy (κατόπιν ραντεβού)