

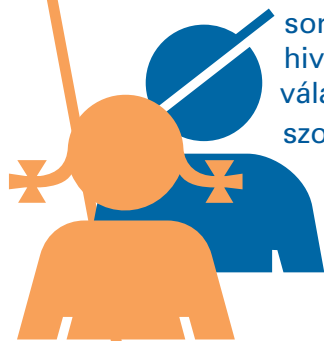
PÁR KATTINTÁS A SEGÍTSÉG!

Nehezen beszélsz magánéleti gondjaidról? Nincs kivel megosztanod ezeket? Még nem állsz készen egy szakemberrel folytatott személyes találkozásra? Nem ismered a lakóhelyeden könnyen elérhető lelki egészség tanácsadást? Ha nem vagy még 18 éves, és lelki gondjaidra választ keresel, vagy úgy érzed, könnyebben fejezed ki magad írásban, írd nekünk a <https://olet.aEEK.hu> portálra!



Az OLET e-mail alapú, **ingyenesen igénybe vehető** konzultáció, amelynek során akár névtelenül is, online kérhetsz segítséget. Leveledet 3 napon belül segítő hivatású, online tanácsadásra is felkészített mentálhigiénés szakemberek válaszolják meg, és segítenek neked kezelni problémádat vagy megfelelő szolgálathoz, **szakemberhez irányítanak**.

Olyan **szülők, tanárok, segítők** leveleit is várjuk, akik az érintett 18 év alatti fiatalok életvezetési, tanulási, viselkedési, függőségi, vagy egyéb lelki problémáival kapcsolatban szeretnének kérdéseikre választ és támogatást kapni.



Az OLET az EFOP-2.2.0-16-2016-00002 Gyermekek és ifjúságpszichiátriai, addiktológiai és mentálhigiénés ellátórendszer infrastrukturális feltételeinek fejlesztése című projekt támogatásával valósul meg

AEEK

Állami Egészségügyi Ellátó Központ

SZÉCHENYI 2020



MAGYARORSZÁG
KORMÁNYA

Európai Unió
Európai Regionális
Fejlesztési Alap



BEFEKTETÉS A JÖVŐBE

PÁR KATTINTÁS A SEGÍTSÉG!

MI AZ A LELKI TANÁCSADÁS?

Tanácsadó lelki szolgáltatásunk célja a lelki egészség megtartása, illetve támogatása. Munkatársaink segítő hivatású, online tanácsadásra is felkészített mentálhigiénés szakemberek, akik a tanácsadást szakmai szabályok és Etika Kódex alapján, önkéntesként végzik. Azonnali beavatkozást igénylő krízisállapot esetén a segítséget kérőt megfelelő szolgálathoz, szakemberhez irányítják. Pszichiátriai betegségek kezelésével és gyógyításával nem foglalkoznak, de ha lelki, életvezetési problémákra utaló jeleket észlelnek, képesek arra (egyben kötelességük), hogy az adott személyt megfelelő szakemberhez irányítsák.



KIKNEK, HOGYAN SEGÍTÜNK?

Olyan 18 év alatti fiatalok, illetve szüleik, tanáraik, segítők leveleit várjuk, akik életvezetési és lelki problémákkal kapcsolatban szeretnének kérdéseikre választ és támogatást kapni. Szolgáltatunknak lelki, életvezetési problémákkal kapcsolatban írhat. Mindenki életében lehetnek olyan helyzetek pl.: családi konfliktusok, párkapcsolati, önértékelési, döntési, tanulási nehézségek, függőségekkel (alkohol-, gyógyszer-, kábítószer, vagy internet használat) kapcsolatos gondok, különböző veszteségek, mint a gyász, vagy munkahely elvesztése), amikor a családtagok, a barátok és ismerősök támogatása mellett fontossá válhat egy szakemberrel folytatott konzultáció. A tanácsadó dönti el, hogy milyen módon nyújt segítséget az adott helyzetben. Ha pedig szükséges, segíteni fog a megfelelő szakember megtalálásában is.



MIÉRT ONLINE?

Sok ember számára nehezen elérhető a szóbeli mentálhigiénés tanácsadás és olyanok is vannak, akik tartanak egy személyes találkozástól. Számukra kínál jó lehetőséget az online, e-mail alapú konzultáció, amelynek során névtelenül kérhetnek segítséget. Az OLET portálra érkező levelet kizárólag a szolgálat munkatársa olvassa, aki az első levelet 3 napon belül, a továbbiakat 3 munkanapon belül megválaszolja. Az első levélváltáskor a tanácsadó ismerteti a levélíró számára a levelezés kereteit, célját és menetét.

SZERETETTEL VÁRJUK LEVELÉT!

ÍRJON NEKÜNK: <https://olet.aEEK.hu>

SZOLGÁLTATÁSUNK INGYENES ÉS NÉVTELEN!



Az OLET az EFOP-2.2.0-16-2016-00002 **Gyermek és ifjúságpszichiátriai, addiktológiai és mentálhigiénés ellátórendszer infrastrukturális feltételeinek fejlesztése** című kiemelt projekt keretében valósul meg.

AEEK

Állami Egészségügyi Ellátó Központ

SZÉCHENYI 2020



MAGYARORSZÁG
KORMÁNYA

Európai Unió
Európai Regionális
Fejlesztési Alap



BEFEKTETÉS A JÖVŐBE

PÁR KATTINTÁS A SEGÍTSÉG!



MI AZ A LELKI TANÁCSADÁS?

Az OLET online lelki egészség tanácsadási szolgálat célja a lelki egészség megtartása és támogatása. Mindenki életében lehetnek olyan helyzetek, amikor segítségre szorul:

- családi konfliktusok,
- párkapcsolati nehézségek,
- önértékelési problémák,
- döntési, tanulási nehézségek,
- függőségek (alkohol-, gyógyszer-, kábítószer- vagy intenethasználat),
- veszteségek (gyász, családtag munkájának elvesztése, lakhatás elvesztése).

Ha úgy érzed, hogy azonnali beavatkozást igénylő krízisben vagy, írd nekünk, munkatársaink megfelelő szolgálathoz, szakemberhez irányítanak. Az OLET pszichiátriai betegségek gyógyítását nem vállalja, de ha szükséges, segítséget kapsz megfelelő szakember megtalálásában is.

MIÉRT ONLINE?



Nehezen beszélsz magánéleti gondjaidról? Nincs kivel megosztanod ezeket? Félsz egy szakemberrel folytatott személyes találkozástól? Nincs a lakóhelyeden elérhető mentálhigiénés tanácsadás? Ha ilyen, vagy hasonló helyzetben vagy, számodra kínál jó lehetőséget az OLET e-mail alapú konzultáció, amelynek során akár névtelenül is, online kérhetsz segítséget.

KINEK, HOGYAN SEGÍTÜNK?

Ha nem vagy még 18 éves, életvezetési és lelki gondokkal küzdesz, amelyekre választ keresel és nincs kivel megbeszélned őket, úgy érzed támogatásra van szükséged, írd nekünk!

Munkatársaink segítő hivatású, online tanácsadásra is felkészített mentálhigiénés szakemberek, akik a tanácsadást szakmai szabályok és Etika Kódex alapján, önkéntesként végzik.

Olyan szülők, tanárok, segítők leveleit is várjuk, akik az érintett 18 év alatti fiatalok életvezetési és lelki problémáival kapcsolatban szeretnének kérdéseikre választ és támogatást kapni.

Az OLET-re érkező levelet kizárólag a szolgálat munkatársa olvassa, aki az első levelet 3 napon belül, a továbbiakat 3 munkanapon belül megválaszolja. Az első levélváltáskor a tanácsadó ismerteti a levélíró számára a levelezés kereteit, célját és menetét.



Szeretettel várjuk leveled!

Írd nekünk: <https://olet.aEEK.hu> portálra



Az OLET az EFOP-2.2.0-16-2016-00002 **Gyermek és ifjúságpszichiátriai, addiktológiai és mentálhigiénés ellátórendszer infrastrukturális feltételeinek fejlesztése** című kiemelt projekt keretében valósul meg.



Állami Egészségügyi Ellátó Központ

SZÉCHENYI 2020



MAGYARORSZÁG
KORMÁNYA

Európai Unió
Európai Regionális
Fejlesztési Alap



BEFEKTETÉS A JÖVŐBE