

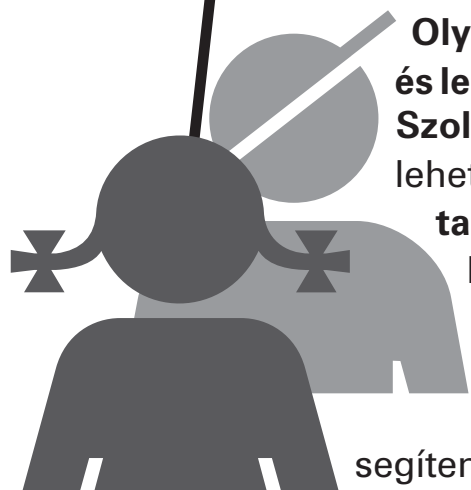
# PÁR KATTINTÁS A SEGÍTSÉG!

## 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.



Állami Egészségügyi Ellátó Központ

SZÉCHENYI 2020



MAGYARORSZÁG  
KORMÁNYA

Európai Unió  
Európai Regionális  
Fejlesztési Alap



BEFEKTETÉS A JÖVŐBE