

OSASUN MENTALA: GEURE BURUA ZAINTEZKO ARRAZOI GARRANTZITSUA

SALUD MENTAL: UN MOTIVO IMPORTANTE PARA CUIDARNOS

EFEOko eta Fisioterapeuten Elkargoen Batzorde Nagusiko kideok gure eta gure hurbileko pertsonen osasun mentala zaindu eta artatzeko proposamena eta zerbitzua helarazi nahi dizkizugu.

Pandemian zehar izan dugun ibilbide profesionalak aintzatespenak jaso ditu hainbat arlotan. Hori dela eta, Aseguruen Enpresa Elkarteak, eskerrak emateko eta babesa erakusteko, arreta-zerbitzu bat proposatzen digu, "zaindu ditugunak zaintzeko".

*UNESPA erakundearekiko lankidetzak akordioaren bidez, doako arreta-zerbitzua eskaintzen digute kolektibo osoarentzat, **Salud y Persona fundazioaren** bidez. Erakunde hori aditua da osasun eta ongizate emozionalean, eta arreta psikologikoko zerbitzuak ematen ditu, osasuna, prebentzioa eta ongizatea indartzeko.*

Linea abian egongo da eguneko 24 orduetan eta urteko 365 egunetan, eta arreta esperientzia egiaztatua duten psikologiako profesional tituludunek emango duten. Salud y Persona fundazioak emango diren arreta-zerbitzuak anonimoak eta konfidentzialak izango direla azpimarratu nahi du.

*Hura erabiliko dugun pertsonok nahi adina dei egin ditzakegu, behar dugun iraupenarekin. Deitzeko doako telefonoa hau da (profesionalak eta hurbileko senideak): **900 293 162**; EFEOko fisioterapeuta edo senide gisa identifikatu behar dugu. Hasiera batean, espero da zerbitzua abian egotea gutxienez hurrengo urtean zehar, eta ez da baztertzeko hura luzatzea emaitzaren eta jasotako premien arabera.*

Desde el COFPV y el Consejo General de Colegios de Fisioterapeutas queremos hacerte llegar una propuesta y servicio de cuidados y atención de nuestra Salud Mental y de la de nuestros seres más cercanos.

Nuestro recorrido profesional a lo largo de esta pandemia está siendo reconocido desde muy diversos ámbitos. Es por ello que, en un intento de agradecernos y mostrarnos su apoyo, desde la Asociación Empresarial del Seguro nos proponen aceptar un servicio de atención, "para cuidar a quienes hemos y venimos cuidando".

A través del acuerdo de colaboración con UNESPA, se nos ofrece un servicio de atención gratuito para todo el colectivo, a través de la **Fundación Salud y Persona**, una entidad experta en el ámbito de la salud y bienestar emocional, que presta servicios de atención psicológica, potenciando la salud, la prevención y el bienestar.

La línea estará operativa 24 horas al día, los 365 días del año y la atención será prestada por profesionales de la Psicología titulados y con experiencia acreditada. Desde la Fundación Salud y Persona desean destacarnos el carácter anónimo y confidencial de los servicios de atención que sean prestados.

Las personas que hagamos uso del mismo podremos realizar cuantas llamadas precisemos y de la duración que sea necesaria. El teléfono gratuito al que podremos llamar (profesionales y familiares cercanos) es el **900 293 162** -identificándonos como Fisioterapeutas Colegiados COFPV o familiares-. En principio, se espera que el servicio se encuentre vigente, como mínimo, durante el próximo año, no descartándose su prórroga en función del resultado y necesidades recogidas.