



# A LELKI EGÉSZSÉG ÉS JÓL-LÉT EURÓPAI PAKTUMA

Magas szintű EU-konferencia  
EGYÜTT A LELKI EGÉSZSÉGÉRT  
ÉS JÓL-LÉTÉRT

Brüsszel, 2008. június 12-13.



Slovensko predsedstvo EU 2008  
Slovenian Presidency of the EU 2008  
La Présidence slovène de l'UE 2008



# A LELKI EGÉSZSÉG ÉS JÓL-LÉT EURÓPAI PAKTUMA

Mi, az Európai Unió 2008. június 13-án, Brüsszelben, EGYÜTT A LELKI EGÉSZSÉGÉRT ÉS JÓL-LÉTÉRT ("Together for Mental Health and Well-being") címmel megrendezett, magas szintű konferenciájának résztvevői, valljuk, hogy a lelki egészség és jól-lét nagy jelentőségű az Európai Unió, a tagállamok, az érintettek és a népesség szempontjából.

## I - ELISMERJÜK, HOGY

- A lelki egészség az emberi jogok egyike, mely képessé teszi a polgárokat arra, hogy jól-létben, egészségben minőségi életet éljenek. A lelki egészség elősegíti a tanulást, a munkavégzést és a részvételt a társadalom életében.
- A lakosság lelki egészségének szintje és jól-léte alapvető forrása az EU mint tudás-alapú társadalom és gazdaság sikerének. Fontos tényező a Lisszaboni Stratégia növekedésre, munkahelyekre, szociális kohézióra és fenntartható fejlődésre vonatkozó célkitűzéseinek megvalósítása szempontjából.
- A mentális rendellenességek egyre gyakoribbak az EU-ban. A becslések szerint jelenleg csaknem 50 millió ember (a népesség mintegy 11%-a) küzd mentális zavarokkal, a nők és a férfiak különböző tünetekkel. Sok EU tagállamban már a depresszió jelenti a leggyakoribb egészségi problémát.
- Az öngyilkosság továbbra is az egyik fő halálok. Az EU-ban évente kb. 58 ezer öngyilkosság fordul elő, az esetek háromnegyed részét férfiak követik el. Nyolc tagállam a között a 15 ország között foglal helyet, amelyekben a világon a legmagasabb az öngyilkossági arány a férfiak körében.
- A mentális zavarok és az öngyilkosság mérhetetlen szenvedést okoz az egyéneknek, a családoknak és a közösségeknek egyaránt, és a lelki rendellenességek a rokkantság egyik fő kiváltó okát jelentik. Megterhelik az egészségügyi, oktatási, gazdasági, munkaerő-piaci és szociális jól-léti rendszereket az EU egész területén.
- Az uniós szintű tevékenység és az egyesült erőfeszítés segíthet a tagállamoknak a kihívások kezelésében a lakosság jó lelki egészségi állapotának és jól-létének elősegítésével, a preventív tevékenységek és az önségítés erősítésével, és a mentális zavarokkal küszködő emberek és családjuk támogatásával, kiegészítve azokat az intézkedéseket, amelyeket a tagállamok az egészségügyi és szociális szolgáltatások és az orvosi ellátás keretében hoznak.

## II - EGYETÉRTÜNK ABBAN, HOGY

- Szükség van a lelki egészséget és jól-létet kulcsfontosságú prioritássá emelő, határozott politikai lépésre.
- A lelki egészség és jól-lét érdekében végzett uniós szintű tevékenységet a releváns politikai döntéshozók és érintettek, beleértve az egészségügyi, az oktatási, a szociális és az igazságügyi szektorokhoz tartozókat is, a szociális partnerek és a civil társadalmi szervezetek bevonásával kell kifejleszteni.
- A mentális egészségi problémával már szembesült személyek értékes tapasztalatokkal rendelkeznek, és aktív szerepet kell játszaniuk a tevékenységek megtervezésében és végrehajtásában.
- Az állampolgárok és csoportok - beleértve az összes életkori, etnikai, társadalmi-gazdasági csoportot és mindkét nemet - lelki egészsége és jól-léte támogatásának olyan célzott intervenciókon kell alapulnia, amelyek figyelembe veszik és szentifiké az európai népesség sokféleségére.
- Szükség van a lelki egészség tudásalapjának bővítésére: a népesség lelki egészségi állapotára vonatkozó adatok gyűjtésével, a lelki egészség és a mentális zavarok epidemiológiájára, okaira, meghatározó tényezőire és következményeire, továbbá az egészségügyi és a szociális szektorokban, ill. azokon kívül lehetséges beavatkozásokra és legjobb gyakorlatokra vonatkozó kutatások megrendelésével.

## III - ÖT PRIORITÁSI TERÜLETEN SZÓLÍTUNK FEL CSELEKVÉSRE

### I - A DEPRESSZIÓ ÉS AZ ÖNGYILKOSSÁG MEGELŐZÉSE

A depresszió az egyik leggyakoribb és legsúlyosabb mentális zavar és az öngyilkos magatartás egyik fő kockázati tényezője. Az Európai Unióban, minden kilencedik percben öngyilkossággal ér véget egy élet. A becslések szerint az öngyilkossági kísérletek száma ennek tízszerese. A tagállamok által jelentett öngyilkossági esetek arányában akár 12-szeres különbség is mutatkozhat.

A politikai döntéshozókat és az érintetteket cselekvésre szólítjuk fel az öngyilkosság és a depresszió megelőzése érdekében, beleértve a következőket:

- Az egészségügyi szakemberek és a szociális szektor kulcs-szereplői lelki egészséggel kapcsolatos képzsésének javítása;
- Az öngyilkosság potenciális eszközeihez való hozzáférés korlátozása;
- A lelki egészségre vonatkozó tudatosság növelése a nagyközönség, az egészségügyi szakemberek körében és más releváns szektorokban;
- Az öngyilkosság rizikófaktorainak – túlzott mértékű alkoholfogyasztás, kábítószer fogyasztás, valamint társadalmi kirekesztés, depresszió és stressz – csökkentése;
- Támogató mechanizmusok, pl. lelki segélyvonalak, biztosítása az öngyilkossági kísérletek túlélőinek és az öngyilkosságban elhunytak hozzátartozóinak.

## II - A FIATALOK LELKI EGÉSZSÉGE ÉS LELKI EGÉSZSÉG AZ OKTATÁSBAN

Az egész életre szóló lelki egészség megalapozása a korai életévekben történik. A mentális zavarok mintegy 50%-a serdülőkorban jelentkezik először. A fiatalok körében 10-20%-ra tehető a lelki zavarban szenvedők aránya, és ez az érték magasabb lehet a hátrányosabb helyzetű népességi csoportokban.

A politikai döntéshozókat és az érintetteket cselekvésre szólítjuk fel a fiatalok lelki egészsége, ill. a lelki egészség és az oktatás vonatkozásában, beleértve a következőket:

- Korai beavatkozásra lehetőséget adó rendszerek kialakítása az oktatási rendszer keretei között;
- A szülői készségeket támogató programok kialakítása;
- A lelki egészséggel és jól-léttel foglalkozó szakemberek képzésének támogatása az egészségügyi, oktatási, ifjúsági és más releváns szektorokban;
- A szocio-emocionális tanulásnak a beiskolázás előtti oktatás és az iskolák tantervi és tanterven kívüli tevékenységeibe, ill. kultúrájába történő integrációjának elősegítése;
- A fiatalok bántalmazásának, megfélemlítésének, az ellenük irányuló erőszaknak, ill. a társadalmi kirekesztésnek a megelőzését szolgáló programok létrehozása;
- A fiatalok oktatásból, kultúrából, sportból és foglalkoztatásból történő részesedésének támogatása.

## III - LELKI EGÉSZSÉG A MUNKAHELYI KÖRNYEZETBEN

A foglalkoztatás jótékony hatással van a fizikai és a lelki egészségi állapotra. A munkaerő lelki egészsége és jól-léte a termelékenység és az innováció alapvető forrása az Európai Unióban. A munka változó tempója és jellege befolyásolja a lelki egészséget és jól-létet. Cselekedni kell a munkahelyről való távolmaradás és a munkaképtelenség gyakoriságának folyamatos növekedése ellen, és a stresszel és a lelki zavarokkal összefüggésben lévő,

kihaszínatlan potenciálok felhasználása a termelékenység növelése érdekében. A munkahely központi szerepet játszik a mentális zavarokkal küszködő emberek társadalmi befogadásában.

A politikai döntéshozókat, a szociális partnereket és a többi érintettet cselekvésre szólítjuk fel a lelki egészség és a munkahelyek vonatkozásában, beleértve a következőket:

- A munkaszervezés, a szervezési kultúra és a vezetési gyakorlat fejlesztése a munkahelyi lelki egészség elősegítése érdekében, amihez hozzátartozik a munka és a családi élet összehangolása is;
- Leleki egészség és jól-lét" programok lebonyolítása kockázatbecsléssel és prevenció programokkal olyan helyzetekre, amelyek a munkavállalók mentális egészségét hátrányosan befolyásolhatják (stressz, durva viselkedés, pl. erőszak vagy molesztálás a munkahelyen, alkohol, kábítószer), továbbá munkahelyi korai intervenció rendszer kialakítása;

## IV - AZ IDŐSEK LELKI EGÉSZSÉGE

Az európai népesség öregszik. Az idős életkorral a lelki egészségre és jól-létre nézve bizonyos kockázati tényezők járhatnak együtt, pl. a család és a barátok által nyújtott szociális támogatás elvesztése és fizikai vagy neurodegeneratív betegségek kialakulása, pl. Alzheimer kór vagy a demencia más formái. Az idős emberek körében magas az öngyilkosság aránya. Az Európai Unió egyik kulcsfontosságú politikai célkitűzése az egészséges és aktív öregedés elősegítése.

A politikai döntéshozókat és az érintetteket cselekvésre szólítjuk fel az idősök lelki egészsége érdekében, beleértve a következőket:

- Az idős emberek közösségi életben való aktív részvételének elősegítése, beleértve fizikai aktivitásuk és oktatási lehetőségeik támogatását;
- Rugalmas nyugdíjazási rendszer kialakítása, ami lehetővé teszi, hogy az idős emberek tovább dolgozhassanak, teljes vagy részleges munkaidőben;
- A közösségi vagy intézeti környezetben orvosi és/vagy szociális gondozásban részesülő idős emberek lelki egészségét és jól-létét elősegítő intézkedések bevezetése;
- A gondozókat támogató intézkedések.

## V - KÜZDELEM A MEGBÉLYEGZÉS ÉS A TÁRSADALMI KIREKESZTÉS ELLEN

A megbélyegzés és a társadalmi kirekesztés kockázati tényezője és egyúttal következménye a mentális zavaroknak, és gátolhatja a segítség-keresést és a gyógyulást.

A politikai döntéshozókat és az érintetteket cselekvésre szólítjuk fel a megőlyegzés és a társadalmi kirekesztés elleni küzdelem érdekében, beleértve a következőket:

- A médiában, az iskolákban és a munkahelyeken zajló, megőlyegzés elleni kampányok és tevékenységek támogatása a lelki zavarokban szenvedő emberek integrációjának elősegítése érdekében;
- A társadalomba jól illeszkedő lelki egészségügyi szolgáltatások kifejlesztése, az egyén közép pontba helyezése, valamint a megőlyegzést és kirekesztést elkerülő működtetése;
- A lelki egészségügyi problémákkal küszködő emberek aktív társadalmi befogadásának támogatása, beleértve a megfelelő foglalkoztatáshoz, képzéshez és oktatási lehetőségekhez való hozzáférést;
- A lelki egészségügyi problémákkal küzdő emberek és családjuk, ill. gondozóik bevonása a releváns politikai és döntéshozatali folyamatokba.

## IV - KIBOCSÁTJUK A LELKI EGÉSZSÉG ÉS JÓL-LÉT EURÓPAI PAKTUMÁT

Az egyezség elismeri, hogy e téren a cselekvés elsődleges felelősei a tagállamok, azonban épít az Európai Unió lehetőségeire az informálás, a legjobb gyakorlatok támogatása, a tagállamok és az érintettek tevékenységeinek bátorítása, továbbá a közös kihívások, ill. az egészségügyi egyenlőtlenségek kezelésének támogatása terén.

Az egyezség hivatkozási kontextusát az EU lelki egészség és jól-lét vonatkozásában eddig elért politikai vívmányai jelentik, amelyek az elmúlt évek Közösségi politikai kezdeményezéseiből származnak, továbbá a tagállamok egészségügyi minisztereinek az Egészségügyi Világszervezet mentális egészségre vonatkozó, 2005-ös Európai Deklarációja alkalmával tett kötelezettségvállalása, továbbá releváns nemzetközi aktusok, mint pl. az Egyesült Nemzetek Szervezetének a fogyatékossgal élő emberek jogairól szóló konvenciója.

Az egyezség a lelki egészség és jól-lét támogatása és elősegítése céljából összehozza az európai intézményeket, a tagállamokat, a releváns szektorok érintettjeit, beleértve a mentális zavar miatt a kirekesztés veszélyének kitétt embereket és a kutatókat. Az egyezség tükrözi elkötelezettségüket az alapvető kihívásokkal kapcsolatos hosszú távú véleménycserét, együttműködést és koordinációt illetően.

Az egyezségnek meg kell könnyítenie a tendenciák és a tevékenységek monitorozását a tagállamokban és az érintettek körében, és a legjobb európai gyakorlatok alapján segítenie kell a cselekvési javaslatok megvalósítását a prioritások kezelésében történő előrehaladás érdekében.

## V - EZÉRT FELSZÓLÍTJUK

- A tagállamokat és az EU különféle szektorainak, civil társadalmának és a nemzetközi szervezeteknek további releváns szereplőit, hogy csatlakozzanak a „Lelki Egészség és Jól-lét Európai Paktumához”, és működjenek közre végrehajtásában;
- Az Európai Bizottságot és a tagállamokat, továbbá a releváns nemzetközi szervezeteket és érintetteket, hogy
  - Hozzanak létre információcsere mechanizmust;
  - Dolgozzanak együtt az egyezség prioritási témáinak kezelésére szolgáló jó gyakorlatok, politikai sikertényezők és fellépések meghatározásában, és fogalmazzanak meg megfelelő javaslatokat és akciók terveket;
  - A munka eredményeiről az egyezségben szereplő prioritások témáiban tartott konferencia sorozatokon számoljanak be az elkövetkező években;
- Az Európai Bizottságot, hogy 2009 folyamán fogalmazzon meg egy javaslatot a lelki egészségre és jól-létre vonatkozó Tanácsi Ajánlásra;
- Az Elnökséget, hogy tájékoztassa az Európai Parlamentet és a Miniszterek Tanácsát, valamint az Európai Gazdasági és Szociális Bizottságot és a Régiók Bizottságát a konferencia lefolyásáról és eredményeiről.

