

**Γραμμή Ψυχολογικής Υποστήριξης Οπλιτών**

Αχρείαστα να είναι αλλά πολλές φορές μπορούν στην κυριολεξία να αποβούν σωτήρια.  
Γράψτε κι έχετε πρόχειρα τα παρακάτω τηλέφωνα:

**Στρατός :**

800.114.5551

**Αεροπορία:**

800.114.5552

**Ναυτικό :**

800.114.5553

Δυστυχώς πολλές φορές τα πράγματα δεν έρχονται όπως τα περιμένουμε και η πίεση του στρατού μπορεί να εντείνει τα προβλήματα που έχουμε.

Καθημερινά σε **24ωρη βάση** λειτουργεί η

**Τηλεφωνική Γραμμή Ψυχολογικής Υποστήριξης  
SOS**

**Για τον Στρατό Ξηράς και την Πολεμική Αεροπορία**

Στο Στρατιωτικό Νοσοκομείο Ειδικών Νοσημάτων (ΣΝΕΝ) στην Πεντέλη Αττικής

**Για το Πολεμικό Ναυτικό**

Στο Γραφείο Προληπτικής Ψυχικής Υγιεινής στο Σκαρामαγκά Αττικής

## Η ΚΛΗΣΗ ΕΙΝΑΙ ΠΑΝΤΟΤΕ ΕΜΠΙΣΤΕΥΤΙΚΗ

Η υπηρεσία αυτή στελεχώνεται από επαγγελματίες ψυχολόγους και ψυχιάτρους και ο χαρακτήρας της είναι κυρίως υποστηρικτικός και συμβουλευτικός για θέματα:

- Προσαρμογής στη στρατιωτική ζωή
- Ψυχικής υγείας
- Άγχους
- Κατάθλιψης
- Εθισμού
- Σχέσεων και συμπεριφοράς
- Οικογενειών και εφήβων
- Καταστάσεις κρίσεων

### Χωρίς χρέωση στα τηλέφωνα

Στρατός :

800.114.5551

**Αεροπορία :**

**800.114.5552**

Ναυτικό :

800.114.5553

**Με αστική χρέωση στα τηλέφωνα**

Στρατός :

210 8105068

**Αεροπορία :**

**210 8105068**

Ναυτικό :

210 5574121  
210 5531176  
210 5531377