



Παγκόσμια Ημέρα κατά της Επιληψίας

12 Φεβρουαρίου 2024



Εργαλειοθήκη για ΥΠΟΣΤΗΡΙΚΤΕΣ

Μοιραστείτε το ταξίδι σας για την επιληψία στην
Παγκόσμια Ημέρα κατά της Επιληψίας!

Η Παγκόσμια Ημέρα κατά της Επιληψίας είναι μια βασική πρωτοβουλία, την οποία θα αξιοποιήσει η κοινότητα της επιληψίας με σκοπό να προάγει την ευαισθητοποίηση για την επιληψία, καθώς και να προωθήσει την υλοποίηση του 10ετούς Διατομεακού Παγκόσμιου Σχεδίου Δράσης του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας [ΠΟΥ] για την Επιληψία και άλλες Νευρολογικές Διαταραχές (2022-2031) ή ΔΠΣΔ [IGAP].

Το ΔΠΣΔ είναι ένα δεκαετές πρόγραμμα που περιλαμβάνει μία συγκεκριμένη στρατηγική για την ενίσχυση της προσέγγισης της επιληψίας στα πλαίσια της δημόσιας υγείας και δύο παγκόσμιους στόχους που αποσκοπούν στο να καλύψουν τα τεράστια κενά που εντοπίζονται στη θεραπεία και την κοινωνική ενσωμάτωση των ατόμων που πάσχουν από επιληψία σε παγκόσμιο επίπεδο.

- Παγκόσμιος στόχος 5.1: Έως το 2031, οι χώρες θα έχουν αυξήσει την κάλυψη παροχής υπηρεσιών για την επιληψία κατά 50% από την τρέχουσα κάλυψη το 2021.
- Παγκόσμιος στόχος 5.2: Το 80% των χωρών θα έχει αναπτύξει ή επικαιροποιήσει τη νομοθεσία του για την προώθηση και την προστασία των ανθρωπίνων δικαιωμάτων των ατόμων με επιληψία έως το 2031.

Ένα από τα κυρίαρχα εμπόδια για την επίτευξη αυτών των ειδικών για την επιληψία παγκόσμιων στόχων είναι τα χαμηλά επίπεδα παιδείας αναφορικά με την υγεία και τα υψηλά επίπεδα παρερμηνείας και παρανόησης σχετικά με την επιληψία.

Αυτή η έλλειψη γνώσης μεταφράζεται σε κοινωνικό στίγμα και αποκλεισμό και οδηγεί σε διακρίσεις των ατόμων με επιληψία σε όλα τα επίπεδα της κοινωνίας, όπως για παράδειγμα, στην εργασία, στο σχολείο ή στην κοινότητα.

Η έλλειψη γνώσης μπορεί, επίσης, να συμβάλει σε προκλήσεις στην πρόσβαση στη θεραπεία εξαιτίας λανθασμένης διάγνωσης, σε ακατάλληλες θεραπευτικές αποφάσεις, ανεπαρκή παροχή φροντίδας και ανεπαρκή στήριξη των ατόμων με επιληψία και εκείνων που είναι υπεύθυνοι για τη φροντίδα τους. Στην πραγματικότητα, εξαιτίας του στίγματος που χαρακτηρίζει την επιληψία, σε πολλά μέρη του κόσμου, τα άτομα με επιληψία δεν θα προσέλθουν να αναζητήσουν φροντίδα.

Επιπλέον, η έλλειψη γνώσης παρεμποδίζει την ιεράρχηση της επιληψίας και την κατανομή πόρων σε αυτήν από τους φορείς χάραξης πολιτικής και λήψης αποφάσεων, καθώς και την αναγνώριση της ανάγκης για συγκεκριμένες πολιτικές και προγράμματα με στόχο την αντιμετώπιση των επακόλουθων της επιληψίας.

Ως εκ τούτου, αυτή την Ημέρα κατά της Επιληψίας (#EpilepsyDay), θέλουμε να βελτιώσουμε τα επίπεδα γνώσης σχετικά με την επιληψία σε όλους τους τομείς της κοινωνίας, ζητώντας από τα άτομα με επιληψία καθώς και από εκείνους που τους φροντίζουν να μοιραστούν μαζί μας το ταξίδι τους με την επιληψία.

Το ταξίδι μου με την επιληψία (#MyEpilepsyJourney)

Εάν είστε άτομο με επιληψία, φροντιστής, επαγγελματίας υγείας ή κοινωνικής φροντίδας, ερευνητής, εκπρόσωπος της βιομηχανίας του κλάδου, υπεύθυνος χάραξης πολιτικής ή οποιοσδήποτε άλλος που ενδιαφέρεται για την επιληψία – πείτε μας περισσότερα για το πώς ξεκίνησε το ταξίδι σας με την επιληψία, σε ποιο σημείο της διαδρομής σας βρίσκεστε τώρα, και πού θα θέλατε να βρεθείτε!

Κάθε ταξίδι έχει σημασία. Μοιραστείτε το ταξίδι σας με την επιληψία για να ενισχύσετε τις συλλογικές μας φωνές αυτή την Ημέρα κατά της Επιληψίας #EpilepsyDay.

[Παρακαλώ χρησιμοποιήστε αυτήν τη φόρμα για να υποβάλετε την ιστορία του ταξιδιού σας.](#)

***Σημείωση:** Οι συμμετοχές πρέπει να υποβληθούν έως την Πέμπτη, 1 Φεβρουαρίου 2024. Μη διστάσετε να μοιραστείτε την ιστορία σας ανά πάσα στιγμή πριν από την προθεσμία, καθώς θα δημοσιεύουμε ιστορίες μόλις λαμβάνονται.*

Έκθεση Εικονικής Τέχνης

Η Εικονική μας Έκθεση Τέχνης επιστρέφει για να σηματοδοτήσει τη Διεθνή Ημέρα κατά της Επιληψίας 2024.

Το θέμα φέτος είναι: «Ορόσημα στο ταξίδι μου με την επιληψία».

Θα δεχθούμε πίνακες ζωγραφικής ή σκίτσα, φωτογραφίες ή φωτομοντάζ, κεραμική ή γλυπτική, έργα με χάντρες, κεντήματα ή εργόχειρα. Οι υποβολές θα αναρτώνται στον ιστότοπο της Διεθνούς Ημέρας κατά της Επιληψίας και θα επισημαίνονται στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης του Παγκόσμιου Γραφείου Επιληψίας (IBE) και της Παγκόσμιας Ένωσης κατά της Επιληψίας (ILAE).

[Φόρμα Συμμετοχής](#)

Καταληκτική Ημερομηνία: Πέμπτη 1η Φεβρουαρίου

Μοιραστείτε την εκδήλωσή σας μαζί μας!

Εάν σχεδιάζετε μια εκδήλωση για τον εορτασμό της Παγκόσμιας Ημέρας κατά της Επιληψίας, [παρακαλούμε μοιραστείτε τις λεπτομέρειες μαζί μας εδώ.](#)

Φροντίστε να μοιραστείτε αναρτήσεις και φωτογραφίες από την εκδήλωσή σας στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης, χρησιμοποιώντας το hashtag #EpilepsyDay. Θα κάνουμε ό,τι καλύτερο μπορούμε για να προωθήσουμε και να αναδημοσιεύσουμε το περιεχόμενό σας.

Εργαλειοθήκη Καμπάνιας¹

Τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης θα διαδραματίσουν παγκοσμίως σημαντικό ρόλο στη διάδοση των μηνυμάτων μας στο κοινό την Παγκόσμια Ημέρα κατά της Επιληψίας.

Τη Δευτέρα, 12 Φεβρουαρίου 2024, θα λάβει χώρα μια παγκόσμια προσπάθεια έτσι ώστε να γίνει το #EpilepsyDay η τάση (trend) στο X (πρώην Twitter) και σε άλλους ιστότοπους μέσων κοινωνικής δικτύωσης.

Ό,τι κι αν κάνετε την Παγκόσμια Ημέρα κατά της Επιληψίας, γίνετε μέρος της παγκόσμιας προσπάθειας των μέσων κοινωνικής δικτύωσης!

¹ Οι πόροι της καμπάνιας διατίθενται ελεύθερα για χρήση από μεμονωμένους υποστηρικτές ή μη κερδοσκοπικούς οργανισμούς. Οι εμπορικές εταιρείες που επιθυμούν να χρησιμοποιήσουν τους πόρους της καμπάνιας θα πρέπει να επικοινωνήσουν μαζί μας για έγκριση. Εάν έχετε οποιοσδήποτε ερωτήσεις σχετικά με την καμπάνια ή προβλήματα με τη λήψη των γραφικών, επικοινωνήστε με τη MarieEnnisO'Connor, Υπεύθυνη Επικοινωνίας στη διεύθυνση communications@ibe-epilepsy.org



facebook.com/intepilepsyday



twitter.com/IBESocialMedia

twitter.com/IlaeWeb



instagram.com/international_epilepsy

instagram.com/ILAE_Epilepsy



linkedin.com/international-bureau-for-epilepsy

linkedin.com/international-league-against-epilepsy

Εικονίδιο και Λογότυπο



[Κατεβάστε το εικονίδιο](#)



[Κατεβάστε το Λογότυπο](#)

Γραφικά στα Μέσα Κοινωνικής Δικτύωσης

Κατεβάστε το σετ γραφικών 1: ΔΠΣΔ

Χρησιμοποιήστε αυτά τα γραφικά για να μοιραστείτε πληροφορίες που σχετίζονται με το ΔΠΣΔ στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης.



DID YOU KNOW? = ΓΝΩΡΙΖΑΤΕ ΟΤΙ;

IGAP is a 10-year roadmap launched by WHO to improve the lives of people with epilepsy and other neurological conditions worldwide. = Το ΔΠΣΔ είναι ένα δεκαετές πρόγραμμα που ξεκίνησε από τον ΠΟΥ για τη βελτίωση της ζωής των ατόμων με επιληψία και άλλες νευρολογικές παθήσεις παγκοσμίως.

DID YOU KNOW? = Γνωρίζατε ότι;

IGAP is the first-ever global action plan on epilepsy and neurological conditions. = Το ΔΠΣΔ είναι το πρώτο παγκόσμιο σχέδιο δράσης για την επιληψία και τις νευρολογικές παθήσεις.

DID YOU KNOW? = ΓΝΩΡΙΖΑΤΕ ΟΤΙ;

IGAP was unanimously approved by all 194 member states of the World Health Assembly on May 2022. = Το ΔΠΣΔ εγκρίθηκε ομόφωνα από τα 194 κράτη μέλη της Παγκόσμιας Συνέλευσης Υγείας τον Μάιο του 2022.



DID YOU KNOW? = ΓΝΩΡΙΖΑΤΕ ΟΤΙ;

IGAP includes an epilepsy specific objective "to strengthen the public health approach to epilepsy". = Το ΔΠΣΔ περιλαμβάνει έναν ειδικό στόχο για την επιληψία, «να ενισχύσει την προσέγγιση της δημόσιας υγείας στην επιληψία».



DID YOU KNOW? = ΓΝΩΡΙΖΑΤΕ ΟΤΙ;

IGAP provides a global mandate to close inclusion, treatment, prevention, and research gaps in epilepsy. = Το ΔΠΣΔ παρέχει μια παγκόσμια εντολή για τη κάλυψη των κενών που αφορούν στην ένταξη, τη θεραπεία, την πρόληψη και την έρευνα για την επιληψία.

DID YOU KNOW? = ΓΝΩΡΙΖΑΤΕ ΟΤΙ;

IGAP is a powerful tool to support your policy advocacy agenda and a key to hold policymakers accountable. = Το ΔΠΣΔ είναι ένα ισχυρό εργαλείο για την προώθηση της ατζέντας πολιτικής υπεράσπισης και ένα εργαλείο-κλειδί για τη λογοδότηση των υπεύθυνων χάραξης πολιτικής.

[Κατεβάστε το αρχείο εικόνων zip](#)

Γνωρίζατε ότι Κενό Πρότυπο

Προσαρμόστε αυτό το κενό πρότυπο για να προσθέσουμε τα δικά σας μηνύματα «Γνωρίζατε ότι» για την προώθηση δραστηριοτήτων που σχετίζονται με το ΔΠΣΠ(IGAP) στην κοινότητα και την περιοχή σας. Μη διστάσετε να προσθέσετε το λογότυπο, τις εικόνες και άλλα προσαρμοσμένα γραφικά σας.



DID YOU KNOW? = ΓΝΩΡΙΖΑΤΕ ΟΤΙ;

[Επεξεργασία προτύπου \(Canva\)](#)

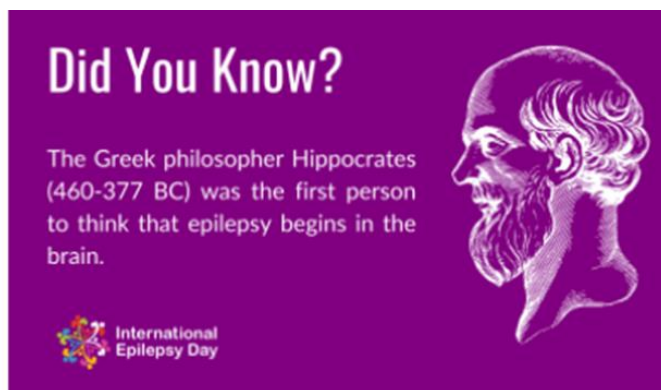
Κατεβάστε το σετ γραφικών 2: #MyEpilepsyJourney

Αυτά τα κενά πρότυπα είναι διαθέσιμα για λήψη σε μορφή jpeg και pdf.



[Κατεβάστε το αρχείο εικόνων zip](#)

Κατεβάστε το σετ γραφικών 3: X (πρώην Twitter)

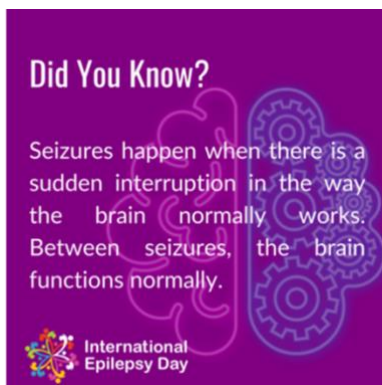


Did You Know? = Γνωρίζατε ότι;

The Greek philosopher Hippocrates (460-377 BC) was the first person to think that epilepsy begins in the brain. = Ο Έλληνας φιλόσοφος Ιπποκράτης (460-377 π.Χ.) ήταν ο πρώτος που σκέφτηκε ότι η επιληψία ξεκινά από τον εγκέφαλο.

[Κατεβάστε το αρχείο εικόνων zip](#)

Κατεβάστε το σετ γραφικών 4: Facebook & Instagram (Square)



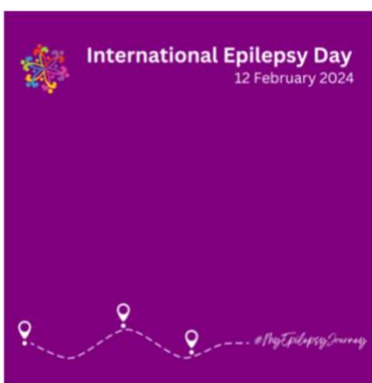
Did You Know? Γνωρίζετε ότι;

Seizures happen when there is a sudden interruption in the way the brain normally works. Between seizures, the brain functions normally. = Οι επιληπτικές κρίσεις συμβαίνουν όταν υπάρχει μια ξαφνική διακοπή στον τρόπο λειτουργίας του εγκεφάλου. Μεταξύ των κρίσεων, ο εγκέφαλος λειτουργεί κανονικά.

[Κατεβάστε το αρχείο εικόνων zip](#)

Κατεβάστε το σετ γραφικών 5: #MyEpilepsyJourney

Προσαρμόστε αυτά τα πρότυπα για το Twitter, το Facebook και το Instagram και δημοσιεύστε εικόνες για να προωθήσετε το #EpilepsyDay. Είναι διαμορφωμένα έτσι ώστε να ταιριάζουν στις αντίστοιχες διαστάσεις και σας ενθαρρύνουμε να τα εξατομικεύσετε με τα δικά σας μηνύματα, λογότυπα, και άλλα στοιχεία.



International Epilepsy Day = Παγκόσμια Ημέρα κατά της Επιληψίας

12 February 2024 = 12 Φεβρουαρίου 2024

[Κατεβάστε το αρχείο εικόνων zip](#)

Μοιραστείτε ένα Προσωπικό μήνυμα στο #EpilepsyDay



I have developed courage and resilience. = Έχω αναπτύξει θάρρος και ανθεκτικότητα.

I am defying expectations! = Αψηφώ τις προσδοκίες!

I am breaking free of stigma. = Απελευθερώνομαι από το στίγμα.

Έχετε κάποιο μήνυμα που θα θέλατε να μοιραστείτε αυτήν την Ημέρα κατά της Επιληψίας #EpilepsyDay;

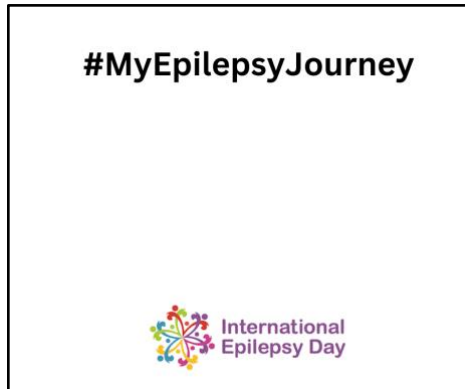
Ίσως έχει να κάνει με το να ξεπεράσετε τα εμπόδια, να αψηφήσετε τις προσδοκίες ή να ανακαλύψετε απροσδόκητο θάρρος και ανθεκτικότητα.

Ή ίσως θα θέλατε να χρησιμοποιήσετε αυτήν την ευκαιρία για να εμπνεύσετε άλλους στο ταξίδι τους με ένα μήνυμα ελπίδας.

Εναλλακτικά, μπορεί να θέλετε να αμφισβητήσετε τα στερεότυπα και τις προκαταλήψεις σχετικά με την επιληψία.

Χρησιμοποιήστε μία από τις έγχρωμες κάρτες #MyEpilepsyJourney στη σελίδα 7 (έκδοση pdf εάν είναι τυπωμένη) παραπάνω ή την απλή έκδοση στην επόμενη σελίδα για να μοιραστείτε τα μηνύματά σας σε πλατφόρμες μέσω κοινωνικής δικτύωσης για τη Διεθνή Ημέρα κατά της Επιληψίας.

Κενό Πρότυπο



[Κατεβάστε την απλή κάρτα](#)

Αναζητάτε έμπνευση;

Δείτε τις παρακάτω προτάσεις για να κεντρίσετε τη φαντασία σας.

« Έχω μάθει...»

«Έχω αναπτύξει...»

«Εργάζομαι για...»

«Η ευχή μου για τους άλλους είναι...»

«Η ελπίδα μου για το μέλλον είναι...»

Περαιτέρω πληροφορίες

Στοιχεία και αριθμοί για την επιληψία

- [Facts and Figures](#)
- [Datos y estadísticas sobre la epilepsia](#)
- [Epilepsie Fakten und Zahlen](#)
- [Faits et statistiques sur l'épilepsie](#)
- [Scheda informativa sulla l'epilessia](#)
- [Dados sobre a epilepsia](#)
- [Činjenice o epilepsiji](#)

ΔΠΣΔ (IGAP)

- [WHO Intersectoral Global Action Plan on Epilepsy and Other Neurological Disorders 2022-203](#)
- [WHO Position Paper on Optimising Brain Health Across the Lifecourse](#)
- [WHO's Epilepsy Technical Brief](#)
- [IGAP Unpacked: A Practical Guide](#)
- [Guide En Français](#)
- [Guía En Español](#)