



**Mental
Health
Europe**

Equal rights.
Better mental health.
For all.

Σύντομος Οδηγός

Ενημερωμένη Συναίνεση στη Θεραπεία
για Προβλήματα Ψυχικής Υγείας

12-2025



Σύντομος Οδηγός

Ενημερωμένη Συναίνεση στη Θεραπεία για Προβλήματα Ψυχικής Υγείας

Η ενημερωμένη συναίνεση στη θεραπεία είναι **βασικό ανθρώπινο δικαίωμα**.

Θα πρέπει να λάβετε **σαφείς πληροφορίες** σχετικά με την προτεινόμενη θεραπεία, συμπεριλαμβανομένων των πιθανών οφελιών, κινδύνων και τυχόν άλλων διαθέσιμων επιλογών.

Η παροχή συναίνεσης θα πρέπει να είναι **δική σας επιλογή και απαλλαγμένη από οποιονδήποτε εξαναγκασμό** – Κανείς δεν πρέπει να σας πιέζει ή να σας αναγκάζει να κάνετε κάτι που δεν θέλετε.

Αυτές οι πληροφορίες θα πρέπει να κοινοποιούνται με εύκολο και κατανοητό τρόπο, με βάση την ηλικία, την εμπειρία, τις ικανότητές σας και την ψυχική σας κατάσταση εκείνη τη στιγμή.

Σε περίπτωση έκτακτης ανάγκης, ενδέχεται να μην έχετε την ικανότητα να λάβετε αποφάσεις επί τόπου. Για να διασφαλίσετε ότι θα λάβετε την κατάλληλη υποστήριξη σε μια τέτοια κατάσταση, θα βοηθούσε **να εκφράσετε τις επιθυμίες και τις προτιμήσεις σας εκ των προτέρων**.

Έχετε πάντα το δικαίωμα **να αλλάξετε γνώμη** και να ανακαλέσετε τη συναίνεσή σας ανά πάσα στιγμή.

Τα παιδιά και οι νέοι έχουν επίσης το δικαίωμα να δώσουν ενημερωμένη συναίνεση. Θα πρέπει να υποστηρίζονται **ώστε να συμμετέχουν όσο το δυνατόν περισσότερο στις αποφάσεις** σχετικά με τη θεραπεία τους.

Εισαγωγή

Αυτός ο Σύντομος Οδηγός έχει σχεδιαστεί για να βοηθήσει άτομα που αναζητούν ή υποβάλλονται σε θεραπεία για προβλήματα ψυχικής υγείας, καθώς και όσους βρίσκονται κοντά τους, να κατανοήσουν τη σημασία της ενημερωμένης συναίνεσης στη θεραπεία. Στόχος του είναι να σας δώσει τη γνώση και την αυτοπεποίθηση ώστε να συμμετέχετε ενεργά στις αποφάσεις σχετικά με τον τρόπο διαχείρισης της ψυχικής σας υγείας.

Αυτός ο οδηγός απευθύνεται κυρίως σε ενήλικες άνω των 18 ετών που δεν υπόκεινται σε καθεστώς ακούσιας νοσηλείας που τους υποχρεώνει να παραμείνουν στο νοσοκομείο ή να λάβουν θεραπεία. Εάν είστε νέος ή ενήλικας που βρίσκεται σε νοσοκομείο ή σε καθεστώς δικαστικής συμπαράστασης ή ακούσιας νοσηλείας, μπορείτε και θα πρέπει να συμμετέχετε ενεργά στη λήψη αποφάσεων. Ωστόσο, οι νόμοι για αυτό το θέμα διαφέρουν από χώρα σε χώρα.

Η χρήση εξαναγκασμού σε καταστάσεις κρίσης ή ως προληπτικό μέτρο είναι βαθιά προβληματική και επί του παρόντος συζητείται έντονα σε όλη την Ευρώπη. Παρότι η Σύμβαση των Ηνωμένων Εθνών για τα Δικαιώματα των Ατόμων με Αναπηρίες (UN CRPD) θέτει αυστηρά κριτήρια, ζητώντας τον τερματισμό κάθε ακούσιας θεραπείας και εξαναγκασμού στην ψυχική υγεία, είναι σαφές ότι, προς το παρόν, καμία ευρωπαϊκή χώρα δεν πληροί πλήρως αυτά τα κριτήρια. Αυτός ο οδηγός έχει δημιουργηθεί έχοντας κατά νου αυτή την πραγματικότητα.

Αυτός ο οδηγός είναι το έβδομο μέρος της σειράς σύντομων οδηγιών της Mental Health Europe. Προηγούμενες δημοσιεύσεις κάλυψαν τα θέματα της ψυχιατρικής διάγνωσης, της προσωπικής ανάκαμψης στην ψυχική υγεία, των ψυχιατρικών φαρμάκων, του τερματισμού του εξαναγκασμού και της καθήλωσης στις υπηρεσίες ψυχικής υγείας, της ψυχικής υγείας των νέων και της υποστήριξης από ομοτίμους στις υπηρεσίες ψυχικής υγείας.

Τι εννοούμε με τον όρο «ΕΝΗΜΕΡΩΜΕΝΗ ΣΥΝΑΙΝΕΣΗ ΣΤΗ ΘΕΡΑΠΕΙΑ»;

Η ενημερωμένη συναίνεση σημαίνει ότι, στις περισσότερες περιπτώσεις, οι επαγγελματίες υγείας χρειάζονται την άδειά σας πριν διενεργήσουν οποιαδήποτε αξιολόγηση, εξέταση, θεραπεία ή φροντίδα. Οι επαγγελματίες υγείας μπορούν να συστήσουν ορισμένες θεραπείες για την ψυχική σας υγεία, αλλά δεν μπορούν νόμιμα να εφαρμόσουν τις θεραπείες αν δεν συμφωνήσετε.

Η συναίνεση πρέπει να δίνεται οικειοθελώς, χωρίς καμία μορφή πίεσης, καταναγκασμού ή αδικαιολόγητης επιρροής από επαγγελματίες υγείας, οικογένεια ή φίλους. Η συναίνεση θεωρείται «ενημερωμένη» όταν βασίζεται σε σαφή κατανόηση των γεγονότων, καθώς και των συνεπειών και των πιθανών επιπτώσεων της προτεινόμενης θεραπείας.

Σε ορισμένες χώρες, ένα άλλο άτομο μπορεί να έχει τη δυνατότητα να παρέχει συναίνεση εκ μέρους ενός ενήλικα υπό δικαστική συμπαράσταση, ή ένας γονέας ή κηδεμόνας μπορεί να δώσει συγκατάθεση για ένα παιδί. Ακόμα και όταν συμβαίνει αυτό, δεν σημαίνει ότι οι δικές σας απόψεις πρέπει να αγνοηθούν. Εξακολουθείτε να έχετε το δικαίωμα να μοιραστείτε τις επιθυμίες, τις προτιμήσεις και τις απόψεις σας σχετικά με την προτεινόμενη θεραπεία.

Σε ορισμένες περιπτώσεις, μπορεί επίσης να έχετε τη δυνατότητα να αμφισβητήσετε την απόφαση κάποιου άλλου να δώσει συγκατάθεση εκ μέρους σας. Ενδέχεται να υπάρχουν άμεσα ένδικα μέσα, ώστε ένα δικαστήριο να μπορέσει να επανεξετάσει την απόφαση, λαμβάνοντας υπόψη τις επιθυμίες και τις προτιμήσεις σας.

Η αρχή της αναζήτησης και λήψης ενημερωμένης συναίνεσης είναι ιδιαίτερα σημαντική στον τομέα της ψυχικής υγείας, επειδή, σε πολλά μέρη ακόμη και σήμερα, τα άτομα με προβλήματα ψυχικής υγείας εξακολουθούν να υποβάλλονται σε μορφές εξαναγκασμού και ελέγχου που παραβιάζουν τα ανθρώπινα δικαιώματά τους.

Τι εννοείται με τον όρο «ικανότητα»;

Οι γιατροί θα πρέπει πάντα να ξεκινούν υποθέτοντας ότι οι ενήλικες ασθενείς είναι σε θέση να λαμβάνουν αποφάσεις σχετικά με τη θεραπεία και τη φροντίδα τους. Εάν υπάρχουν λόγοι να θεωρείται ότι ένα άτομο μπορεί να μην είναι ικανό να λάβει αποφάσεις προς το συμφέρον του, υποχρεούνται να ακολουθήσουν τις διαδικασίες που ορίζει η νομοθεσία της χώρας τους.

Ένα άτομο μπορεί να διαπιστωθεί ότι δεν είναι ικανό μόνο για συγκεκριμένες αποφάσεις και σε μια συγκεκριμένη χρονική στιγμή, μετά από αξιολόγηση που διενεργείται σύμφωνα με τη νομοθεσία. Το γεγονός ότι έχει πρόβλημα ψυχικής υγείας δεν σημαίνει αυτόματα ότι ένα άτομο δεν είναι σε θέση να συναινέσει στη θεραπεία. Κάποιος που δεν είναι σε θέση να λάβει μια απόφαση σε μια συγκεκριμένη χρονική στιγμή μπορεί να εξακολουθεί να έχει την ικανότητα να λάβει μια διαφορετική απόφαση ή την ίδια απόφαση σε άλλη χρονική στιγμή. Οι αποφάσεις για την ικανότητα επομένως αφορούν τόσο συγκεκριμένες αποφάσεις όσο και συγκεκριμένο χρόνο.

Για να αποδείξει την ικανότητά του, ένα άτομο θα πρέπει να είναι σε θέση:

Να κατανοήσει ποια είναι η προτεινόμενη ιατρική θεραπεία, τον σκοπό της και τη φύση της, καθώς και γιατί συστήνεται.

Να κατανοήσει τα οφέλη, τους κινδύνους και τις εναλλακτικές λύσεις.

Να κατανοήσει τις συνέπειες της μη λήψης της προτεινόμενης θεραπείας.

Να αντιληφθεί τις σχετικές πληροφορίες και σταθμίσει τα υπέρ και τα κατά προκειμένου να λάβει μια απόφαση.

Να κοινοποιήσει την απόφασή του, είτε ανεξάρτητα είτε με κατάλληλη υποστήριξη, εργαλεία ή βοήθεια από άλλους.

Ποιες πληροφορίες χρειάζομαι για να πάρω μια απόφαση, και πού μπορώ να τις βρω;

Εάν ένας γιατρός ή ψυχίατρος προτείνει μια θεραπευτική αγωγή, αυτό μπορεί να περιλαμβάνει τη συνταγογράφηση φαρμάκων. Σε τέτοιες περιπτώσεις, θα πρέπει να ενημερωθείτε ότι ενώ η φαρμακευτική αγωγή μπορεί μερικές φορές να είναι χρήσιμη σε καταστάσεις κρίσης, μπορεί εντούτοις να έχει περιορισμένα μακροπρόθεσμα οφέλη και πιθανές βλάβες. Θα πρέπει επίσης να σας δοθούν πληροφορίες σχετικά με εναλλακτικές λύσεις αντί της φαρμακευτικής αγωγής, όπως υποστήριξη και συντροφιά από άλλους, συμβουλευτική ή ψυχοθεραπεία, πρόσβαση σε ένα ασφαλές περιβάλλον εντός ενός ιδρύματος ή ένα διάλειμμα από αγχωτικές συνθήκες σε ένα περιβάλλον της επιλογής σας.

Εάν εξετάζεται η λήψη κάποιου φαρμάκου, ο γιατρός σας θα πρέπει να σας εξηγήσει:

Γιατί συστήνουν αυτό το συγκεκριμένο φάρμακο.	Τι προορίζεται να κάνει το φάρμακο.
Ποιες πιθανές ανεπιθύμητες ενέργειες ή «παρενέργειες» μπορεί να αντιμετωπίσετε.	Για πόσο θα πρέπει να παίρνετε την αγωγή
Πότε και πώς θα εξεταστεί με τη συμμετοχή σας το φάρμακο για να ελεγχθεί εάν βοηθάει.	Τι πρέπει να κάνετε εάν παρατηρήσετε δυσάρεστες ή ανησυχητικές παρενέργειες.
Ποιες είναι οι πιθανές μακροπρόθεσμες επιπτώσεις και ποια υποστήριξη θα λάβετε εάν αποφασίσετε ότι θέλετε να διακόψετε τη λήψη του φαρμάκου.	Ποιες άλλες θεραπευτικές επιλογές είναι διαθέσιμες.

Ιδανικά, αυτές οι συζητήσεις θα πρέπει να γίνονται στη λογική της κοινής λήψης αποφάσεων, όπου εσείς και ο επαγγελματίας υγείας σας συνεργάζεστε. Εάν αυτό το είδος συζήτησης δεν πραγματοποιηθεί ή εάν κάτι δεν είναι σαφές, είναι εντάξει να κάνετε ερωτήσεις. Έχετε το δικαίωμα να κατανοήσετε τη θεραπεία σας. Εάν εξακολουθείτε να έχετε ερωτήσεις, υπάρχουν πολλές άλλες πηγές πληροφοριών στις οποίες μπορείτε να απευθυνθείτε.

Μια σημαντική πηγή είναι το ενημερωτικό φυλλάδιο που συνοδεύει το φάρμακό σας.

Πολλοί άνθρωποι το πετάνε, αλλά περιέχει λεπτομέρειες που οι φαρμακευτικές εταιρείες υποχρεούνται νομικά να παρέχουν, συμπεριλαμβανομένων πληροφοριών σχετικά με πιθανούς κινδύνους και παρενέργειες. Μπορείτε επίσης να ζητήσετε από τον φαρμακοποιό εξηγήσεις ή διευκρινίσεις όταν παραλαμβάνετε το φάρμακό σας.

Είναι ιδιαίτερα σημαντικό να κάνετε ερωτήσεις σχετικά με τη διακοπή ενός φαρμάκου. Όταν το σώμα και ο εγκέφαλος συνηθίσουν ένα φάρμακο, η απότομη διακοπή του μπορεί μερικές φορές να προκαλέσει πολύ δυσάρεστες επιπτώσεις. Αυτές μπορεί να περιλαμβάνουν συμπτώματα στέρησης ή επιστροφή των αρχικών συμπτωμάτων, μερικές φορές σε ισχυρότερη μορφή. Το να ακούτε για τις εμπειρίες άλλων ανθρώπων που έχουν πάρει το ίδιο φάρμακο μπορεί να είναι χρήσιμο όταν το σκεφτείτε αυτό. Μια πηγή για τέτοιες εμπειρίες είναι το Medicating Normal.

Αν δώσω τη συναίνεσή μου, τι σημαίνει αυτό;	Τι γίνεται αν αλλάξω γνώμη;
Εάν συμφωνήσετε να ξεκινήσετε μια αγωγή ή άλλη μορφή θεραπείας, η συγκατάθεσή σας ισχύει μόνο για τη συγκεκριμένη απόφαση και για το συγκεκριμένο χρονικό διάστημα. Εάν αξιολογηθεί ότι δεν είστε ικανός σε μια συγκεκριμένη στιγμή, εσείς - ή ο εκπρόσωπός που έχετε επιλέξει - θα πρέπει να λάβετε απαντήσεις στις ερωτήσεις σας και να συμμετέχετε σε όλες τις αποφάσεις θεραπείας στο μέτρο του δυνατού. Εάν επιθυμείτε να αμφισβητήσετε ένα εύρημα ότι δεν είστε ικανός, μπορεί να χρειαστείτε την υποστήριξη ενός δικηγόρου που μπορεί να σας βοηθήσει να πλοηγηθείτε στο νομικό πλαίσιο στη χώρα σας. Σε πολλές χώρες, υπάρχουν οργανισμοί που προσφέρουν δωρεάν νομικές συμβουλές και υποστήριξη σχετικά με το δίκαιο της ψυχικής υγείας, συμπεριλαμβανομένων ορισμένων που είναι μέλη του Mental Health Europe.	Έχετε πάντα το δικαίωμα να αλλάξετε γνώμη και να ανακαλέσετε τη συναίνεσή σας, ακόμη και αν ο γιατρός σας δεν συμφωνεί με την απόφασή σας. Εφόσον δεν τεθείτε σε καθεστώς δικαστικής συμπαράστασης, έχετε το δικαίωμα να κάνετε επιλογές σχετικά με τη θεραπεία σας, ακόμη και αν ο γιατρός σας θεωρεί αυτές τις επιλογές μη συνετές. Ένας καλός γιατρός θα σεβαστεί την απόφασή σας και θα σας υποστηρίξει συζητώντας μαζί σας άλλες πιθανές επιλογές.

Τι γίνεται με θεραπείες όπως η συμβουλευτική ή η ψυχοθεραπεία;

Η ενημερωμένη συναίνεση ισχύει για όλα τα είδη θεραπείας, συμπεριλαμβανομένης της συμβουλευτικής και της ψυχοθεραπείας. Ο γιατρός σας χρειάζεται τη συγκατάθεσή σας για να σας παραπέμψει σε άλλη υπηρεσία και, μόλις φτάσετε εκεί, πρέπει επίσης να συμφωνήσετε πριν ξεκινήσετε οποιαδήποτε θεραπεία.

Οι ερωτήσεις που μπορεί να θέλετε να απαντηθούν είναι παρόμοιες με αυτές που θα κάνατε σχετικά με τη φαρμακευτική αγωγή, όπως:	Υπάρχει επίσης το σημαντικό ερώτημα για το πώς νιώθετε για το άτομο που παρέχει τη θεραπεία. Οι πρώτες εντυπώσεις έχουν σημασία, αλλά δεν είναι το παν. Ένα χρήσιμο πρώιμο σημάδι είναι το αν ο θεραπευτής είναι πρόθυμος να συζητήσει τις ερωτήσεις σας ανοιχτά και ειλικρινά. Η συμβουλευτική και η ψυχοθεραπεία μπορεί να περιλαμβάνουν την αντιμετώπιση πτυχών της ζωής σας που είναι άβολες. Το πόσο ασφαλείς αισθάνεστε για την κοινοποίηση αυτών των εμπειριών με έναν θεραπευτή ή μια ομάδα θεραπείας συχνά γίνεται πιο ξεκάθαρο με την πάροδο του χρόνου. Για αυτόν τον λόγο, η συγκατάθεση θα πρέπει πάντα να θεωρείται προσωρινή και η απόφασή σας για το αν θα συνεχίσετε θα εξαρτηθεί από το πόσο σίγουροι αισθάνεστε στη σχέση ή στις σχέσεις που έχετε δημιουργήσει.
Γιατί αυτός ο τύπος θεραπείας μπορεί να σας βοηθήσει να διαχειριστείτε ή να μειώσετε την δυσφορία σας.	
Τι θα περιλαμβάνει η θεραπεία και πώς θα είναι οι συνεδρίες.	
Ποια είναι τα επιδιωκόμενα οφέλη.	
Εάν υπάρχουν πιθανά μειονεκτήματα ή προκλήσεις.	
Πόσο αναμένεται να διαρκέσει η θεραπεία.	
Πότε και πώς θα επανεξεταστεί η θεραπεία μαζί σας για να διαπιστωθεί εάν βοηθάει.	

Πώς μπορώ να γνωστοποιήσω τις απόψεις μου σχετικά με το τι πρέπει να κάνω σε περίπτωση έκτακτης ανάγκης; Η προετοιμασία είναι το κλειδί. Εάν έχετε βιώσει στο παρελθόν μια κρίση ψυχικής υγείας όπου δεν ήσασταν σε θέση να λάβετε αποφάσεις για τον εαυτό σας, μπορεί ήδη να καταλαβαίνετε τι βοήθησε και τι σας φάνηκε επιζήμιο για την ανάκαμψή σας. Εάν όχι, μπορείτε να λάβετε μέτρα για να διασφαλίσετε ότι οι απόψεις σας θα είναι γνωστές σε περίπτωση που βρεθείτε ποτέ σε αυτή την κατάσταση. Οι ευρωπαϊκές χώρες έχουν διαφορετικά νομικά συστήματα για την αντιμετώπιση αυτών των ζητημάτων, αλλά σε πολλές από αυτές μπορείτε να διατυπώσετε τις επιθυμίες σας σε μια εκ των προτέρων απόφαση. Αυτό μπορεί να περιλαμβάνει τον καθορισμό θεραπειών που δεν θέλετε να λάβετε ή την διατύπωση των προτιμήσεών σας σχετικά με το πώς θα θέλατε να σας φέρονται. Σε ορισμένες περιπτώσεις, μπορεί επίσης να μπορείτε να διορίσετε ένα έμπιστο άτομο, όπως έναν συγγενή ή φίλο, για να λαμβάνει αποφάσεις εκ μέρους σας στο μέλλον. Τέτοιες δυνατότητες υπάρχουν στις ακόλουθες ευρωπαϊκές χώρες: Αυστρία, Βέλγιο, Κροατία, Τσεχία, Δανία, Φινλανδία, Γαλλία, Γερμανία, Ουγγαρία, Ιρλανδία, Λιθουανία, Μάλτα, Πορτογαλία, Ρουμανία, Ισπανία, Σουηδία και Ηνωμένο Βασίλειο.	Τι γίνεται αν είμαι κάτω των 18 ετών; Οι νόμοι διαφέρουν από χώρα σε χώρα, αλλά συνήθως ένας γονέας, κηδεμόνας ή άτομο που ενεργεί εκ μέρους του γονέα πρέπει να δώσει νόμιμα τη συγκατάθεσή του για τη θεραπεία ενός ανηλίκου. Αυτό δεν σημαίνει ότι οι ανήλικοι πρέπει να αποκλείονται από τη διαδικασία λήψης αποφάσεων. Το να σας ζητηθεί να δώσετε ενημερωμένη συναίνεση είναι τόσο θεραπευτικά επιθυμητό όσο και ανθρώπινο δικαίωμα. Η συμμετοχή στη διαδικασία θα πρέπει να είναι κατάλληλη για την ηλικία, με πληροφορίες προσαρμοσμένες στο επίπεδο κατανόησης του νεαρού ατόμου. Όπου η οικογενειακή δυναμική καθιστά απαραίτητη την πρόσθετη υποστήριξη, ένας ανεξάρτητος εκπαιδευμένος συνήγορος μπορεί να βοηθήσει να διασφαλιστεί ότι οι απόψεις του ανηλίκου ακούγονται.
Μπορώ να λάβω υποστήριξη για τη λήψη αποφάσεων σχετικά με την ενημερωμένη συγκατάθεση; Το πρώτο επίπεδο υποστήριξης για την απόφαση παροχής ή ανάκλησης της ενημερωμένης συναίνεσης θα πρέπει να προέρχεται από τον γιατρό σας. Εάν επιθυμείτε να έχετε πρόσβαση σε άλλες μορφές υποστήριξης, όπως νομικές συμβουλές για την αμφισβήτηση αποφάσεων θεραπείας που λαμβάνονται ενάντια στη θέλησή σας. Αυτό μπορεί να είναι δυνατό σύμφωνα με τους νόμους των ακόλουθων ευρωπαϊκών χωρών: Αυστρία, Βέλγιο, Τσεχία, Γαλλία, Γερμανία, Ουγγαρία, Ιρλανδία, Ιταλία, Λετονία, Λιθουανία, Πορτογαλία, Ισπανία, Σουηδία και Ηνωμένο Βασίλειο.	Υπάρχουν περιπτώσεις όπου η συναίνεσή μου δεν απαιτείται; Σε περίπτωση έκτακτης ανάγκης όπου η ζωή σας μπορεί να διατρέχει άμεσο κίνδυνο, ενδέχεται να μην σας ζητηθεί να δώσετε συγκατάθεση. Σε τέτοιες περιπτώσεις, οι επαγγελματίες υγείας θα επικεντρωθούν στη σωτηρία της ζωής σας. Αφού περάσει ο άμεσος κίνδυνος και αποκτήσετε την ικανότητα να παίρνετε αποφάσεις, θα πρέπει να σας ζητηθεί να δώσετε ενημερωμένη συναίνεση για περαιτέρω θεραπεία. Σε ορισμένες περιπτώσεις, εάν θεωρηθείτε επικίνδυνος για τον εαυτό σας ή τους άλλους, ένα δικαστήριο μπορεί να σας τοποθετήσει σε ψυχιατρικό νοσοκομείο ή μονάδα. Ωστόσο, αυτό δεν επιτρέπει αυτόματα ιατρική θεραπεία χωρίς τη συναίνεσή σας. Θα πρέπει να σας ζητηθεί να δώσετε ενημερωμένη συναίνεση, εκτός εάν ένα δικαστήριο έχει ήδη λάβει απόφαση σχετικά με τη συγκεκριμένη θεραπεία σας.

Η χρήση αυτών των εγγράφων πρέπει να περιλαμβάνει αναφορά στην πηγή. Κανένα από αυτά τα έγγραφα δεν μπορεί να τροποποιηθεί ή να προσαρμοστεί χωρίς τη ρητή γραπτή άδεια της Mental Health Europe.

© Mental Health Europe (Δεκέμβριος 2025)

Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι μόνο των συγγραφέων και δεν αντικατοπτρίζουν απαραίτητα εκείνες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Προγράμματος CERV της Ευρωπαϊκής Επιτροπής. Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε η χορηγούσα αρχή φέρουν ευθύνη γι' αυτές.