

Επικοινωνία για τη νόσο Alzheimer



3ΜΗΝΙΑΙΑ ΕΚΔΟΣΗ | ΤΕΥΧΟΣ 92 | ΕΤΟΣ 24^ο | ΜΑΡΤΙΟΣ '23

Πανελλήνια Ομοσπονδία Νόσου Alzheimer και Συναφών Διαταραχών

Διαβάστε στο τεύχος Μαρτίου

Ξεχνάω

- * Η επίδραση της βιβλιοθεραπείας σε ηλικιωμένους με Ήπια Νοητική Διαταραχή
- * Δράσεις της Alzheimer Λάρισας
- * Τηλεοπτική ενημερωτική στήλη για την άνοια

Η φωνή του περιθάλποντα

- * Βίντεο Ψυχοεκπαίδευσης για τους περιθάλποντες
- * Ομάδες περιθαλπόντων- Φροντίζοντας αυτούς που με φρόντισαν
- * Δράσεις ευαισθητοποίησης παιδιών στα σχολεία

Νεότερα δεδομένα

- * 13ο Πανελλήνιο Συνέδριο Νόσου Alzheimer και 5ο Μεσογειακό Συνέδριο Νευροεκφυλιστικών Νοσημάτων – Αφιέρωμα
- * Σύνδεση βαρηκοΐας και άνοιας. Μια πανελλήνια καμπάνια δωρεάν εξέτασης
- * Στήριξη των 60+ στην πυρόπληκτη Εύβοια





Στόχοι της Πανελλήνιας Ομοσπονδίας Νόσου Alzheimer & Συναφών Διαταραχών και του περιοδικού

Η Ομοσπονδία δημιουργήθηκε με στόχο:

1. Να προωθήσει την κατανόηση, την υποστήριξη καθώς και τη δράση όλων όσων έχουν οποιαδήποτε σχέση ή ενδιαφέρον που αφορά αυτή τη νόσο στα πλαίσια της ελληνικής επικράτειας
2. Να εγκαταστήσει επαφή με τις αντίστοιχες οργανώσεις άλλων χωρών
3. Να βοηθήσει στη δημιουργία Κέντρων Ημέρας και Οικοτροφείων (Ξενώνων) που θα ανακουφίζουν την οικογένεια από τη φροντίδα του ασθενούς
4. Να ενθαρρύνει τη συνεργασία, το συντονισμό των ενεργειών και των δραστηριοτήτων μεταξύ των συλλόγων σε όλη την Ελλάδα για την επίτευξη κοινών πρωτοβουλιών
5. Να ενθαρρύνει τη συγγραφική και εκπαιδευτική δραστηριότητα που θα απευθύνεται τόσο στους επαγγελματίες υγείας όσο και σε εκείνους που δεν έχουν καμία σχέση με το χώρο αυτό
6. Να βοηθήσει στη δημιουργία του κλίματος εκείνου, στην κοινωνία, που θα οδηγήσει στην όσο το δυνατόν μικρότερη περιθωριοποίηση των ασθενών και των οικογενειών τους, αλλά και στην πιο έγκαιρη αναζήτηση φροντίδας
7. Να προωθήσει την επιστημονική έρευνα καθώς και την ταχεία εισαγωγή στη χώρα μας νέων θεραπευτικών μεθόδων
8. Να οργανώσει παρεμβάσεις σε επίπεδο φορέων της Πολιτείας που διαμορφώνουν την οικονομική πολιτική και την πολιτική στο χώρο της υγείας
9. Σκοπός της έκδοσης του περιοδικού είναι να απαντάει στα συνήθη ερωτήματα των Συναφών με Νόσο Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών, να ανακοινώνει και να σχολιάζει τα καινούρια επιτεύγματα στο χώρο και να αποτελέσει μέσο επικοινωνίας των ανθρώπων που φροντίζουν ασθενείς μέσω αλληλογραφίας

Επιστημονική Ομάδα της Ελληνικής Ομοσπονδίας Νόσου Alzheimer 2019 - 2023

Αγγελίδου Ε.	Δημοτάκη Α.	Κούλα Μ.Α.	Νιφλή Α.Φ.	Πόππη Ε.
Αθανασιάδης Β.	Ζάγκας Δ.	Κρουσταλλάκη Δ.	Νομίδου Α.	Ποτουρίδης Π.
Ανεστάκης Δ.	Ζαχαριάδης Α.	Λεοντή Α.	Παναγιωτάκης Σ.	Σιβαρόπουλος Ν.
Ασπρίδης Φ.	Ζαχίλα-Καπελώνη Κ.	Λιγγερίδης Γ.	Πανταζάκη Α.	Σκούπρα Π.
Βελεγράκη Θ.	Ιατράκη Ε.	Μαρής Γ.	Παπαλιάγκας Β.	Τζανακάκη Μ.
Βελιβάση Α.	Καϊδης Κ.	Μελισσάρη Ι.Α.	Παπαλουκά Ε.	Τσάνταλη Ε.
Βουχάρας Χ.	Καλαβρή Χ.	Μουζακίδης Χ.	Παπαμιχαήλ Ν.	Τσελεπή Ι.
Γάτος Κ.	Καραγκιόζη Κ.	Μπακογλίδου Ε.	Παπαντωνίου Γ.	Τσολάκη Α.
Γεωργούλης Α.	Καρεκλάς Ν.	Μπούγια Μ.	Παττακού-Παρασύρη Β.	Τσολάκη Μ.
Γιώτα Κ.	Κουκουθάκη Α.	Μωραϊτου Δ.	Πλατής Α.	Φρούντα Μ.

Επιστημονική Επιτροπή της Ελληνικής Ομοσπονδίας Νόσου Alzheimer 2019 - 2023

Ανεστάκης Δ., Βουχάρας Χ., Ιατράκη Ε., Ιακωβίδου-Κρίτση Ζ., Καϊδης Κ., Μελισσάρη Ι.Α., Μίχη Ε., Μωραϊτου Δ., Νιφλή Α. Φ., Νομίδου Α., Παναγιωτάκης Σ., Πανταζάκη Α., Παπαλιάγκας Β., Παπαντωνίου Γ., Παττακού Παρασύρη Β., Σακκά Π., Τσάνταλη Ε., Τσολάκη Μ., Φρούντα Μ.

Επιμέλεια: Τσολάκη Μάγδα, Μαϊόβη Ξένια

Σχεδιασμός & Ηλεκτρονική επιμέλεια: Μαϊόβη Ξένια

Υπεύθυνη επικοινωνίας: Μαϊόβη Ξένια

Ιδιοκτήτης: Πανελλήνια Ομοσπονδία Νόσου Alzheimer & Συναφών Διαταραχών

Εκδότης: Τσολάκη Μάγδα

Επωνυμία: Επικοινωνία για τη νόσο Alzheimer

Έδρα: Πέτρου Συνδίκου 13, ΤΚ 546 43, Θεσσαλονίκη

Τηλ: 2310 810411, 2310 909000

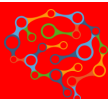
E-mail: info@alzheimer-federation.gr **Site:** www.alzheimer-federation.gr

Facebook | Πανελλήνια Ομοσπονδία Νόσου Alzheimer & Συναφών Διαταραχών

Ηλεκτρονική έκδοση

Μήνας - Τεύχος: Μάρτιος- 92^ο

Διανέμεται δωρεάν





Αγαπητές φίλες και φίλοι,

Ένα μήνας πέρασε από το συνέδριό μας και ζούμε ακόμη με τις όμορφες, επιστημονικές και εποικοδομητικές αναμνήσεις. Όλοι μάθαμε πώς να αντιμετωπίσουμε τους ασθενείς μας και τους περιθάλποντές μας με τους καλύτερους δυνατούς τρόπους, μοιραστήκαμε καλύτερες πρακτικές και ονειρευτήκαμε καινούργιες πανελλήνιες συνεργασίες. Εκπρόσωποι της Alzheimer Disease International και της Alzheimer Association της Αμερικής χάρηκαν τη συμμετοχή και τη συνεργασία όλων μας για τα καλύτερα αποτελέσματα που περιμένουμε στα Κέντρα Ημέρας σε όλη τη Χώρα. Σ' αυτό το τεύχος σταχυολογήσαμε κάποιες από τις επιστολές που λάβαμε, αλλά παρουσιάζουμε επίσης δραστηριότητες της Λάρισας, της Χαλκίδας, της Θεσσαλονίκης που δεν χωρούσαν στο Συνέδριό μας. Θα μπορούσαμε να πούμε ότι αυτό το τεύχος είναι αφιερωμένο στους Περιθάλποντες, διότι υπογραμμίζεται η προσωπική φροντίδα τους, προβάλλονται video, που θα αλλάξουν τη ζωή τους και γίνονται σεμινάρια σε γειτονικούς Δήμους για τη στήριξή τους.

Πολλές ιδέες έγιναν πραγματικότητα αυτή την περίοδο με τα προγράμματα Erasmus + και έχετε όλοι τη δυνατότητα να διαβάσετε τα συμπεράσματά τους και να ωφεληθούμε όλοι και από τις ιδέες άλλων συναδέλφων από άλλα κράτη της Ευρώπης και όχι μόνο.

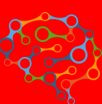
Συνεχίζουμε τις προσπάθειές μας έτσι ώστε να βοηθήσουμε τους συνανθρώπους μας από την εποχή της πρόληψης μέχρι και το τελικό στάδιο της Άνοιας, και να βρίσκουμε συνεχώς καινούργιους τρόπους ανακούφισης των περιθαλπόντων αλλά και των ασθενών με νοητικές δυσκολίες.

Πλησιάζει το Πάσχα και σας ευχόμαστε όλους μία κατανυκτική Μεγάλη Εβδομάδα με μετάνοια και συγχώρηση και ευλογημένη Ανάσταση όλων μας!



Μπορείτε να ενισχύσετε το έργο της Πανελλήνιας Ομοσπονδίας Alzheimer κάνοντας ονομαστική κατάθεση στον τραπεζικό λογαριασμό που τηρούμε στην Alpha Bank
IBAN GR75 0140 4740 4740 0200 2004 406
Παρακαλούμε μετά την κατάθεσή σας να μας αποστείλετε τα στοιχεία επικοινωνίας σας: info@alzheimer-federation.gr

Σας ευχαριστούμε θερμά για τη στήριξή σας!





Θεσσαλονίκη

Η επίδραση της Βιβλιοθεραπείας σε ηλικιωμένους με Ήπια Νοητική Διαταραχή

Τα τελευταία χρόνια έχει υπάρξει η ανάγκη νέων παρεμβάσεων. Για τον λόγο αυτό γίνεται μια στροφή στις τέχνες και στις παρεμβάσεις κοινωνικού χαρακτήρα. Η λογοτεχνία χρησιμοποιείται ως ένα τέτοιο θεραπευτικό μέσο.

Η ιδέα της θεραπείας μέσω βιβλίων υπήρχε από την αρχαία Ελλάδα, στις πρώτες βιβλιοθήκες. Σήμερα πλέον η βιβλιοθεραπεία χρησιμοποιείται ευρέως σχεδόν σε όλα τα πλαίσια και όλες τις πληθυσμιακές ομάδες. Απευθύνεται σε όλες τις ηλικίες από την πρώτη παιδική ηλικία έως την ύστερη ενήλικη ζωή και μπορεί να εφαρμοστεί σε άτομα ή ομάδες ανεξαρτήτως ικανοτήτων. Οι βιβλιοθεραπευτικές προσεγγίσεις διαφέρουν ανάλογα με τους εμπλεκόμενους ειδικούς και την περίπτωση.

Η βιβλιοθεραπεία είναι μια ενεργή, διαδραστική και χαμηλού κόστους παρέμβαση, η οποία πραγματοποιείται σε ηλικιωμένους ασθενείς με ήπια νοητική διαταραχή. Σε κάθε συνεδρία γίνεται ανάγνωση ενός δοκιμίου και ενθαρρύνεται η ενεργητική συμμετοχή με τη μορφή συζήτησης μέσα από τα στάδια της βιβλιοθεραπείας. Η επιλογή των θεμάτων γίνεται από θέματα όπως οι ανθρώπινες σχέσεις, φόβοι και ανησυχίες της τρίτης ηλικίας, έκφραση συναισθημάτων, οικογένεια, διαφορετικότητα κ.λπ.

Στη συνέχεια παρατίθενται ασκήσεις με χαρτί και μολύβι κάτω από τις οδηγίες του ψυχολόγου. Οι νοητικές λειτουργίες που εξασκεί το πρόγραμμα είναι η κατανόηση του γραπτού λόγου και τομείς της εκτελεστικής λειτουργίας και της προσοχής.

Επιπλέον στόχοι της βιβλιοθεραπείας που μπορεί να επιτευχθούν μέσα από την ανάγνωση των κειμένων και τη συζήτηση μπορεί να είναι η ανάπτυξη της αυτοαντίληψης και της αυτοεκτίμησης καθώς και την κατανόηση των ανθρώπινων συμπεριφορών και κινήτρων. Τέλος, βοηθάει στην ανακούφιση της συναισθηματικής πίεσης, την ελεύθερη συζήτηση προβλημάτων καθώς και τη βελτίω-

ση της ικανότητας επίλυσης προβλημάτων στην καθημερινή ζωή.

Δημιουργική γραφή

Η λογοτεχνία μπορεί να δημιουργήσει την ανάγκη για εκφραστική γραφή. Η εκφραστική γραφή δίνει τη δυνατότητα σε ανθρώπους με νοητικά και συναισθηματικά προβλήματα να διασκεδάσουν, να εκφράσουν τον εαυτό τους, να αναπτύξουν τη δημιουργικότητά τους, να επιβεβαιώσουν την ταυτότητά τους και να δώσουν φωνή στις εμπειρίες τους. Ο συνδυασμός της ανάγνωσης και της εκφραστικής γραφής βοηθάει περισσότερο στη βελτίωση της συναισθηματικής κατάστασης των ηλικιωμένων (Howie, 1988).

Κείμενα συμμετεχόντων στο πρόγραμμα:**Μην λυπάσαι...**

Να μην λυπάσαι αν τα νιάτα σου περάσουν
Να μην λυπάσαι όταν τα μαλλιά σου ασπρίσουν

Όταν ο έρωτας σβήσει
Μα η ψυχή σου αγάπη έχει γεμίσει
Όταν η ζωή σου έχει αλλάξει
Όταν τα χρόνια σου έχουν περάσει
Μα να λυπάσαι όταν οι φίλοι σου σε έχουν ξεχάσει

Να λυπάσαι όταν οι δικοί σου έχουν γεράσει
Όταν την πόρτα σου κανείς δεν χτυπάει
Όταν για σένα κανείς δε ρωτάει
Όταν κανείς δεν συμπονάει
Τότε να κλάψεις για ό,τι έχεις χάσει
Και όταν δεν έχεις βρει μια χαρά
μέσα σε όλη την πλάση
Α.Φ.

Θυμάμαι εγώ για εσένα

Θυμάμαι τα μάτια σου, τόσο γλυκά
να με κοιτάζουνε με αγάπη.

Τα χέρια σου τα απαλά
να με χαϊδεύουν τρυφερά.
Τη φωνή σου όταν μου μιλούσες,
με καθοδηγούσες, μου τραγουδούσες.
Το γέλιο σου το ντροπαλό.

Τη χαρά, την επιείκεια, τη συμπόνια σου
στις επιτυχίες, τα λάθη και τα δύσκολα.
Πάντοτε ήσουν δίπλα μου!
Τώρα με κοιτάς, μου χαμογελάς αλλά δεν
με αναγνωρίζεις, δεν με θυμάσαι πια!
Τώρα ήρθε η ώρα να σε φροντίσω να
σου τραγουδήσω, να σε στηρίξω εγώ...
Θα είμαι δίπλα σου ως το τέλος.
ΓΙΑΤΙ ΕΓΩ ΘΥΜΑΜΑΙ! Μ.Ε

**Ουζούνη Φανή, Ψυχολόγος
Alzheimer Ελλάς**

Στιγμιότυπα από δράσεις της Alzheimer Hellas



Η Ομάδα δρόμου στον 6ο Ολυμπικό Αγώνα Δρόμου 2/4/23



Πασχαλινό Bazaar '23



Προσκυνηματική εκδρομή Χαιρετισμών 17/3/23



Κοπή Βασιλόπιτας 2023



Μουσικοθεατρική παράσταση ατόσφαιρας «Τα Χριστούγεννα του κυρ -Αλέξανδρου» 9/12/22



Εκδήλωση για τα 100 χρόνια από τη Μικρασιατική Καταστροφή: «Μνήμες και Ήχοι της Μικρασίας. ΑΙΟΛΙΚΗ ΓΗ» 3/12/22



Επίσκεψη επαγγελματιών υγείας και δράσεις για τους περιθάλποντες στα ΚΑΠΗ Ευόσμου Κορδελιού, Νοέμβριος 2022



Ομιλία και νευροψυχολογικά τεστ στον ΟΚΠΑΠ Δήμου Βόλβης Σεπτέμβριος 2022

« Νέες Προκλήσεις στην Αντιμετώπιση της Άνοιας »



Τρίτη 28 Ιουνίου 2022 στις 19:00

Ενημερωτική Ομιλία στη Θέρμη



Βράβευση ΑΠΘ της Alzheimer Ελλάς ως φορέα υποδοχής φοιτητών πρακτικής



Ενημερωτικό περίπτερο στο φεστιβάλ εθελοντισμού "Connected we stand" 24/9/22



Λάρισα

Δράσεις κινητοποίησης /ενδυνάμωσης των ωφελουμένων της Alzheimer Λάρισας

Η Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συναφών Διαταραχών νομού Λάρισας πραγματοποίησε ποικίλες δράσεις στα πλαίσια κινητοποίησης και ενδυνάμωσης των Ωφελούμενων.

Ιανουάριος: - Μουσικοκινητική δράση με μια γυναικεία ομάδα, χρησιμοποιώντας αυτοσχέδια Όργανα.

- " Αγκαλιά καφέ" με μια πολυπληθή ομάδα, επισημαίνοντας την θεραπευτική επίδραση της αγκαλιάς και του θεραπευτικού αγγίγματος.

- Δράση "Μαθαίνω ιστορίες ζωγραφίζοντας"

- Αφήγηση του έργου των Τριών Ιεραρχών. Οι ωφελούμενοι ενθουσιάστηκαν και επικέντρωσαν τις ερωτήσεις γύρω από την δομή της Βασιλειάδας.

Φεβρουάριος: Οι ωφελούμενοι έμαθαν την ιστορία της μάσκας, τους λόγους μεταμφίεσης και την υιοθέτηση αυτής στα έθιμα την περίοδο του Τριωδίου. Παράλληλα, με τη βοήθεια των εθελοντών, δημιούργησαν μάσκες με οικολογικά υλικά και χρώματα της αρέσκειας των. Στο τέλος της δράσης φωτογραφήθηκαν, και βράβευσαν την καλύτερη μάσκα, η οποία ήταν της κας Παρασκευής.



Στη συνέχεια, έγινε αναβίωση του εθίμου χάσκα από την κα Άρτεμη, με πρωταγωνίστριες δυο εθελόντριες. Οι παρευρισκόμενοι διασκέδασαν με το χάσκα, ταξίδεψαν στα παιδικά τους χρόνια, γέμισαν χαμόγελα και ευχάριστες αναμνήσεις.

Ακολούθησε χορός με παραδοσιακή μουσική και φωτογράφιση.

Στις 14 Φλεβάρη, ημέρα του αγίου Βαλεντίνου, έγινε δημιουργικό εργαστήριο χειροτεχνίας. Οι Ωφελούμενοι με υλικά που τους δόθηκαν από τους εθελοντές δημιούργησαν πολύχρωμες καρδιές, κινούμενες στο πνεύμα της αγάπης. Στη συνέχεια, φωτογραφήθηκαν ομαδικά, ατομικά και συζήτησαν που θα χαρίσουν τις καρδιές που έφτιαξαν.



Από τις 12 κυρίες μια είπε στα εγγονάκια, οι περισσότερες στο προσωπικό της Ε.Ε.Ν.Α.Λ και στον εαυτό τους. Η δράση έκλεισε με τραγούδι της Β. Μοσχολιού για την αγάπη.

Στις 21 Φλεβάρη "Κοπή Βασιλόπιτας". Μέσα σε ζεστό και χαρούμενο κλίμα, η πρόεδρος της Ε.Ε.Ν.Α.Λ, Ελένη Καμπούρα- Νιφλή, με τα μέλη του διοικητικού συμβουλίου, τους εθελοντές, τους ωφελούμενους και φίλους έκανε την κοπή της Βασιλόπιτας. Το φλουρί το βρήκε η κα Λούνα, η οποία πήρε κι ένα όμορφο δώρο, ως αναμνηστικό. Ακολούθησε λαχειοφόρος, οπού μοιράστηκαν πολλά δώρα. Οι καλεσμένοι απήλαυσαν εδέσματα χυμούς και χορέψαν παραδοσιακούς χορούς. Στη συνέχεια, αναβιώθηκε το έθιμο Χάσκα, στο οποίο συμμετείχαν δυο εθελόντριες. Όλοι οι συμμετέχοντες, το διασκέδασαν, έγιναν για λίγο παιδιά και διηγήθηκαν προσωπικές ιστορίες. Η εκδήλωση, έκλεισε με φωτογράφιση και μια υπόσχεση: Πάντα μαζί και δημιουργικοί!!!



Λάρισα

Τηλεοπτική ενημερωτική στήλη για την άνοια

Με χαρά σας ενημερώνουμε για τη νέα συνεργασία της Alzheimer Ελλάς και της Πανελληνίας Ομοσπονδίας Νόσου Alzheimer και Συναφών Διαταραχών με τη **DI-ON TV Τηλεόραση Κ.Μακεδονίας**.

Κάθε Πέμπτη στις 09:30 το πρωί στην εκπομπή «Ξεκινάμε Μαζί» με τη δημοσιογράφο Δ. Μακρή θα υπάρχει σταθερή στήλη για την παρουσίαση θεμάτων σχετικά με τη νόσο Alzheimer και τα νευροεκφυλιστικά νοσήματα.

Η πρώτη εκπομπή, μεταδόθηκε την Πέμπτη 30/3. Η Καθηγήτρια Νευρολογίας και Πρόεδρος της Πανελληνίας Ομοσπονδίας, κα Μάγδα Τσολάκη απάντησε σ' όσα θα θέλαμε να ξέρουμε για την άνοια.

Συντονιστείτε μαζί μας και ενημερωθείτε για τη νόσο, τρόπους πρόληψης, περιθαλψης των ασθενών και στήριξης/ενδυνάμωσης των περιθαλπόντων τους!

Για όσους βρίσκεστε εκτός εμβέλειας προβολής του καναλιού κι έχετε πρόσβαση στο διαδίκτυο μπορείτε να παρακολουθήσετε ζωντανά την ώρα της μετάδοσης χρησιμοποιώντας τον ακόλουθο σύνδεσμο: <https://diontv.gr/webtv/>. Τα αποσπάσματα θα αναρτώνται και στο YouTube της Alzheimer Ελλάς.



Θεσσαλονίκη

Θεσσαλονίκη

Βίντεο ψυχοεκπαίδευσης για τους περιθάλποντες

Εν μέσω πανδημίας έγινε μια προσπάθεια όλες οι παρεμβάσεις (ψυχολογικής στήριξης, ψυχοεκπαίδευσης, οικογενειακής στήριξης κ.α.) που παραδοσιακά εφαρμόζονταν εκ του σύνεγγυς να γίνονται διαδικτυακά. Η τεχνολογία και τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης φάνηκαν να γεμίζουν το κενό στη διαζώσης επικοινωνία, που επέβαλαν τα μέτρα αντιμετώπισης της πανδημίας. Μία νέα μορφή επικοινωνίας διαμορφώθηκε, μια επικοινωνία εξ' αποστάσεως μέσω του διαδικτύου, που ωστόσο διατήρησε τη διασύνδεση και την αλληλοβοήθεια των μελών των ομάδων.

Στα πλαίσια αυτών των διαδικτυακών παρεμβάσεων προστέθηκε μια νέα υπηρεσία που αφορά τα εκπαιδευτικά βίντεο για τους περιθάλποντες ασθενών με άνοια. Σκοπός αυτών των βίντεο είναι να εκπαιδεύσουν και να υποστηρίξουν τους περιθάλποντες στον ρόλο που έχουν αναλάβει, να τους δείξουν διαφορετικούς τρόπους προσέγγισης μιας κατάστασης. Είναι ένα σημαντικό βήμα προς την κατανόηση και τη διαχείριση συμπεριφορών που σχετίζονται με την άνοια. Για το λόγο αυτό ως τμήμα περιθαλπόντων στον Άγιο Ιωάννη ήρθαμε σε συνεργασία με το πρόγραμμα φροντίδας UCLA Alzheimer και Dementia, το οποίο έχει ήδη μια σειρά βίντεο για τους περιθάλποντες και μας έδωσαν την άδεια να προσαρμόσουμε αυτά τα βίντεο στην ελληνική γλώσσα για τους Έλληνες περιθάλποντες.

Οι περιθάλποντες παίζουν ουσιαστικό και κρίσιμο ρόλο στην κατάσταση και την ποιότητα ζωής των ατόμων με άνοια. Είναι συχνά άπειροι και υπερφορτωμένοι και τείνουν να εμφανίζουν μεγαλύτερα ποσοστά κατάθλιψης, άγχους, φόρτου, καθώς και χαμηλότερα επίπεδα γενικής υγείας και ευεξίας. Πολλές μελέτες τονίζουν τη σημασία της ανάπτυξης ψυχοεκπαιδευτικών παρεμβάσεων και εργαλείων που ανταποκρίνονται στις ανάγκες των περιθαλπόντων. Η ψυχοεκπαι-

δευτική υποστήριξη μπορεί να τους βοηθήσει να αυξήσουν τις γνώσεις και τις πρακτικές τους δεξιότητες στη φροντίδα, να βελτιώσουν την αυτο-αποτελεσματικότητά τους και να διατηρήσουν τη σωματική και ψυχική τους υγεία, η οποία με τη σειρά της τους βοηθά να μειώσουν τα συμπτώματα κατάθλιψης και άγχους και την αίσθηση του φόρτου που συνήθως αντιμετωπίζουν.

Έτσι, ο στόχος των βίντεο είναι να βοηθήσουν τους περιθάλποντες να μάθουν για την άνοια, να αναπτύξουν αποτελεσματικές δεξιότητες αντιμετώπισης και να εκπαιδευτούν για να είναι ευέλικτοι σε εναλλακτικές λύσεις καθώς και να νοιάζονται για τον εαυτό τους. Αυτά τα βίντεο δίνουν πρακτικά εργαλεία σε μια ποικιλία καταστάσεων, για να δημιουργήσουν ένα ασφαλές, άνετο περιβάλλον τόσο για το άτομο με άνοια όσο και για τον περιθάλποντα.

Τα βίντεο καλύπτουν ένα ευρύ φάσμα θεμάτων:

- Επιθετική συμπεριφορά και λεκτική επιθετικότητα
- Ταραχή και άγχος
- Κατάθλιψη και απάθεια
- Ψευδαισθήσεις
- Ασφάλεια στο σπίτι
- Άρνηση για μπάνιο
- Άρνηση λήψης φαρμάκων
- Επαναλαμβανόμενες Συμπεριφορές
- Επαναλαμβανόμενες τηλεφωνικές κλήσεις
- Επαναλαμβανόμενες Ερωτήσεις
- Σεξουαλικά ακατάλληλες συμπεριφορές
- Διαταραχές ύπνου
- «Φαινόμενο του ηλιοβασιλέματος»
- Περιπλάνηση
- Γενικές πληροφορίες για τη νόσο
- Συμπτώματα και δυσκολίες της καθημερινής φροντίδας
- Θέματα σχετικά με τη φροντίδα - δυσκολίες που αντιμετωπίζουν οι περιθάλποντες
- Τρόποι αντιμετώπισης

Τα βίντεο μπορούν να είναι χρήσιμα για:

1. Περιθάλποντες που συμμετέχουν δια ζώσης σε ψυχο-εκπαιδευτικές παρεμβάσεις στα Κέντρα Ημέρας μας ως εκπαιδευτικό εργαλείο κατά τη διάρκεια των συνεδριών
2. Περιθάλποντες που δεν μπορούν να παρευρεθούν δια ζώσης στην ψυχο-εκπαιδευτική παρέμβαση, λόγω γεωγραφικών και χρονικών περιορισμών, ως εκπαιδευτικό εργαλείο σε διαδικτυακές συνεδρίες
3. Επαγγελματίες περιθάλποντες προκειμένου να εξειδικευτούν στην άνοια
4. Άτομα που θέλουν να μάθουν για την άνοια και τη φροντίδα ως εργαλείο μέσω του διαδικτύου.

Ήδη στο site της Εταιρείας μας (Alzheimer Ελλάς) έχουν ανέβει κάποια απ' αυτά τα βίντεο. Πιο συγκεκριμένα πρόκειται για:

- Βίντεο ψυχοεκπαίδευσης για τους περιθάλποντες για την άρνηση του ατόμου με άνοια να κάνει μπάνιο
- Βίντεο ψυχοεκπαίδευσης για περιθάλποντες- παραισθήσεις των ατόμων με άνοια.
- Βίντεο ψυχοεκπαίδευσης περιθαλπόντων για την ανάρμοστη σεξουαλική συμπεριφορά των ατόμων με άνοια.
- Βίντεο ψυχοεκπαίδευσης περιθαλπόντων για την απάθεια/κατάθλιψη.

Εγκιαζάροβα Μαρία- Τουμπαλίδου Μαρία, Ψυχολόγοι Alzheimer Ελλάς

Αγαπητές κυρίες που, έχετε αναλάβει την φροντίδα, στήριξη, φλοφειλία και περιθαλψη της μητέρας μου

ως ευχαριστώ από καρδιάς όλες μαζί και κάθε μία ξεχωριστά. Η μητέρα μου υπήρξε ένας άνθρωπος που φρόντισε και υποστήριξε ανθρώπους με συνέπεια, σταθερότητα, βεβαίωση και συχνά αυταπάρνηση στο παρελθόν, τόσο ως εργοθεραπεύτρια όσο και στον ιδιωτικό της βίο ως μητέρα, κόρη και σύζυγος. Αγατούσε την καλή μουσική (παραδοσιακή, κλασική, έντεχνη, εκκλησιαστική), τις όμορφες ευχενικές φωνές των ανθρώπων με ηρεμία, την καθαρότητα στο λόγο, τη δροσιά, τον τραχανά, τα αυγά με τυρί-φeta, ει χεύει, τις αηλές γεύσεις, το χλωκό τριαντάφυλλο, το ευχενικό άγγιγμα με βεβαίωση.

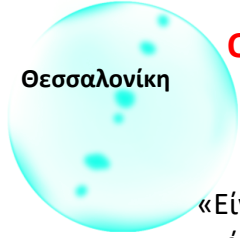
Είναι μία εφαιρειακά καλλιεργημένη γυναίκα, που έδωσε αγώνες για τη μόρφωση και αυτονομία της, που αξίζει βεβαίωση και αγαπητικές συμπεριφορές. Αν σε κάποια αρέσει το τραχούδι ή το διάβασμα νοήμων ότι θα της αρέσει αυτός ο τρόπος προέχχισης (χαιρετισμοί της Παναχίας, Αντιχόνη του Σοφοκλή, τραχούδια απο το Νέο Κώτα και τον Σανάση Παπακωνσταντίνου).

Η υπαρξη της Δοηής εαδ ανακουφίει ένα μέρος των ανηδωνιών μου εδώ και χρόνια για την ποιότητα ζωής και το επιπεδο φρονιδαδς της. και ηάλι εαδ ευχαριστώ όλες.

Θα έρχομαι όσο πιο συχνά μπορω. σας αφήνω το τηλέφωνό μου αν με ζητήσετε η μητέρα μου

Περιθάλπουσα ωφελούμενης του οικοτροφείου «Παναγία η Γλυκοφλούσα» της Alzheimer Ελλάς

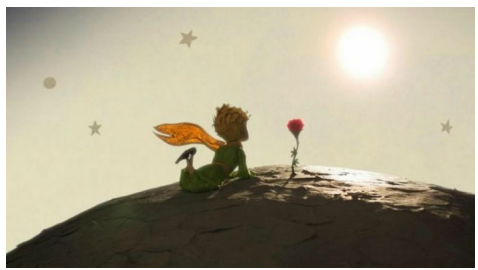




Θεσσαλονίκη

ΟΜΑΔΕΣ ΠΕΡΙΘΑΛΠΟΝΤΩΝ: Φροντίζοντας αυτούς που με φρόντισαν, αλλά κι αυτούς που δεν με φρόντισαν.

«Είναι ο χρόνος που ξόδεψες για το τριαντάφυλλό σου που κάνει το τριαντάφυλλό σου τόσο σημαντικό», είναι τα λόγια της αλεπούς προς τον μικρό πρίγκιπα του Antoine De Saint-Exupéry, προκειμένου να του διδάξει ότι ο προσωπικός μας κόπος δίνει αξία στις ανθρώπινες σχέσεις και δημιουργεί δεσμούς αγάπης με αυτούς κι αυτά που φροντίζουμε.



Σύμφωνα με τη βιβλιογραφία, κάθε περίπτωση άνοιας, και ειδικότερα άνοιας τύπου Alzheimer, έχει τουλάχιστον δύο θύματα, τον ασθενή και τον άνθρωπο ή τους ανθρώπους που τον φροντίζουν. Οι περιθάλποντες των ατόμων που πάσχουν από άνοια φαίνεται να βάζουν τον εαυτό τους σε συνεχιζόμενη 24ωρη καθημερινή δοκιμασία η οποία γίνεται σταδιακά περισσότερη απαιτητική και διαρκεί πολλά χρόνια (Flieger, 1992).

Σύμφωνα με την Alzheimer Association, η διάρκεια της νόσου διαφέρει από ασθενή σε ασθενή, και μπορεί να διαρκέσει από τρία έως είκοσι χρόνια με μέσο όρο διάρκειας τα οχτώ χρόνια (Alzheimer Association, 2004). Λόγω της απαιτητικής της φύσης, υποχρεώνει τα μέλη της οικογένειας να παίξουν σημαντικό λειτουργικό και αναγκαίο ρόλο στην φροντίδα του ασθενούς τους η οποία απαιτεί εργασία με πλήρες ωράριο και τεράστια εσωτερική δύναμη, ιδιαίτερα όταν το άτομο γίνεται καχύποπτο, επιθετικό και, μερικές φορές, καταθλιπτικό. Ο στόχος μας είναι να γίνει ξεκάθαρο ότι δεν αρκεί να στηρίξουμε και να βοη-

θήσουμε μόνο το άτομο που πάσχει από άνοια. Το ίδιο αναγκαία και απαραίτητη είναι και η παράλληλη ψυχοσυναισθηματική στήριξη των περιθαλπόντων τους. Στις ομάδες περιθαλπόντων ασθενών με άνοια καλούμαστε να στηρίξουμε ψυχολογικά τους περιθάλποντες που αφιερώνουν χρόνο για χρόνια φροντίζοντας γονείς, σύζυγο, ή άλλο συγγενικό πρόσωπο με άνοια. Σε αρκετές περιπτώσεις μάλιστα, φροντίζουν γιατί έτσι πρέπει, ακόμα κι αν δεν έλαβαν φροντίδα από το άτομο που φροντίζουν. Συχνά παρατηρούμε ότι η πλειονότητα των περιθαλπόντων δείχνουν να παρασύρονται από μια παρόρμηση να βοηθήνε τους άλλους, με αποτέλεσμα να καταλήγουν να βάζουν τελευταίες τις δικές τους ανάγκες. Όταν εφιστούμε την προσοχή στον εαυτό και εστιάζουμε στο ότι μόνο φροντισμένοι μπορούν να φροντίζουν άλλους, τότε δείχνουν να βασανίζονται από μια βαθιά πεποίθηση ότι κάθε πράξη αυτοφροντίδας είναι το αποκορύφωμα της ιδιοτέλειας.

Στη θεραπεία Gestalt γράφουμε τον «Εαυτό» με κεφαλαίο Ε, θεωρώντας τον σαν κάτι ξεχωριστό, κάτι ασυνήθιστα πολύτιμο. Ωστόσο, σχεδόν πάντα τουλάχιστον στο ξεκίνημα της συμμετοχής τους σε ομάδα ψυχολογικής στήριξης, το συναίσθημα που αναδύεται στους περιθάλποντες στην προοπτική να αφιερώσουν χρόνο στον εαυτό τους είναι ενοχή (Σιαμπάνη, Κ. & Τσολάκη, Μ. 2014). Ως αποτέλεσμα της ενοχής, ο περιθάλπων μπορεί να παρουσιάσει κακή ψυχική και σωματική υγεία, συμπτώματα άγχους και κατάθλιψης και μεγαλύτερη αίσθηση επιβάρυνσης «φόρτος» του περιθάλποντα (Foli, J. Karen, 2019). Ο όρος «φόρτος» ή επιβάρυνση χρησιμοποιείται συχνά στη βιβλιογραφία προκειμένου να υπογραμμίσει τη συνολική επίδραση της εμπειρίας της περίθαλψης του ασθενούς με άνοια στον περιθάλποντά του.



Το άτομο που πάσχει από άνοια και οι ανάγκες του, σε συνδυασμό με τη χαμηλή κοινωνική υποστήριξη, και τη συχνή αρνητική αντιμετώπιση από τους φορείς έχουν ορισθεί ως προμηνύματα του φόρτου του περιθάλποντα (Goode, Haley, Roth, & Ford, 1998). Λειτουργώντας ομάδες ψυχολογικής στήριξης περιθαλπόντων δημιουργούμε τις προϋποθέσεις για να βοηθήσουμε τους «ανεπίσημους περιθάλποντες», αυτούς που φροντίζουν, δηλαδή, μέσα στο σπίτι το οικείο τους άτομο που πάσχει από άνοια και τους υπενθυμίζουμε πόσο σημαντική είναι και η δική τους φροντίδα. Στην πραγματικότητα δημιουργούμε ένα αντιστάθμισμα μέσα από την ενημέρωση, την ψυχοεκπαίδευση και την ψυχολογική στήριξη, ένα αντιστάθμισμα αυτογνωσίας που με τη σειρά του θα συμβάλλει στην καλή ποιότητα ζωής των περιθαλπόντων και θα επηρεάσει αντίστοιχα θετικά στη φροντίδα του ασθενούς με άνοια. Στην Ελλάδα, μέχρι τώρα τουλάχιστον, όλοι οι «ανεπίσημοι περιθάλποντες», κατέχουν σημαντική θέση, και μάλλον την πρώτη θέση, όσον αφορά τη φροντίδα των ασθενών με άνοια και την κοινωνική πολιτική.



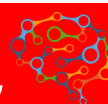
Η λειτουργία ομάδων στήριξης για τους περιθάλποντες θεωρείται υψίστης σημασίας, γιατί τους βοηθούν να συνειδητοποιήσουν ότι η κατάστασή τους δεν είναι μοναδική, να μάθουν να ανταλλάσσουν στρατηγικές αντιμετώπισης του άγχους, του πόνου και της θλίψης και να ανακουφίσουν, έστω

ένα μέρος, από τον φόρτο και τη συναισθηματική πίεση που βιώνουν. Η συνεχής υποστήριξη και η συμμετοχή των περιθαλπόντων σε προγράμματα ενημέρωσης/ψυχοεκπαίδευσης είναι πιο αποδοτική στην αυτοφροντίδα των περιθαλπόντων, εν αντιθέσει με τις περιορισμένου χρόνου ομάδες πληροφόρησης που συχνά φαίνεται να μην είναι ικανές ν' αλλάξουν την απόδοση των περιθαλπόντων (Martin-Cook, Remakel-Devis, Sveltik, Hynan & Weiner, 2003).

Όσο η κατάσταση του ατόμου που φροντίζουν χειροτερεύει, οι περιθάλποντες χρειάζονται βοήθεια για να βρουν τρόπους ν' αντιμετωπίσουν αυτές τις αλλαγές. Μπορούν να διδαχθούν πώς ν' ανταποκρίνονται στις λειτουργικές αλλαγές του ατόμου που πάσχει αρχίζοντας επιθυμητές δραστηριότητες και να βρίσκουν τα μέσα για να υποστηρίξουν αυτές τις δραστηριότητες από τις οποίες θα δώσουν χαρά και ικανοποίηση στον εαυτό τους. Μπορούν επίσης να διδαχθούν πώς να απλοποιούν (λεξιλόγιο, χώρους σπιτιού), τις δύσκολες καταστάσεις που προκύπτουν, ώστε να ανταποκρίνονται αποτελεσματικότερα στους σωματικούς και νοητικούς περιορισμούς των ασθενών που φροντίζουν (Weiner, & Terri, 2003).

Κλείνοντας θέλω να υπογραμμίσω σε κάθε περιθάλποντα πόσο σημαντικός είναι και ο/η ίδιος/α ώστε να θυμάται να φροντίζει όχι μόνο τον ασθενή αλλά και τον εαυτό του/της. Με τα λόγια του Άγγλου μυθιστοριογράφου Τζέιμς Χίλτον: «Το σωστό μείγμα φροντίδας και μη φροντίδας – αυτό είναι η αγάπη».

Κατερίνα Σιαμπάνη Ψυχοθεραπεύτρια, Εκπαιδύτρια, Επόπτρια Gestalt, Msc Συμβουλευτικής Ψυχολογίας, Παν. City – Sheffield U.K., Εκπαιδευμένη στην Art-Therapy και Sandplay Therapy. Μέλος της EAGT, μέλος της ΕΕΨΓ, κάτοχος ECP, συγγραφέας



Θεσσαλονίκη

Δράση ευαισθητοποίησης για την άνοια σε μαθητές Γυμνασίου

Ο Διευθυντής του 2^{ου} Γυμνασίου Νέων Μουδανιών, Θεολόγος κ. Σακατζιάδης και η καθηγήτρια κα Βασιλική Παππά, προσκάλεσαν την Πέμπτη 16 Φεβρουαρίου 2023, στο σχολείο τους, το μέλος του Δ.Σ. της Πανελλήνιας Ομοσπονδίας Νόσου Alzheimer, ποιήτρια, εκπαιδευτικό κα Ελένη Ιωάν. Αντωνιάδου, να παρουσιάσει την προσωπική της λογοτεχνική πορεία στους μαθητές των τριών τάξεων του Γυμνασίου και τους καθηγητές του Σχολείου. Την εκδήλωση παρακολούθησε και η Γραμματέας της Ομοσπονδίας κα Εύη Ψύδου-Προδρόμου.



Οι εκπαιδευτικοί του Σχολείου έδωσαν την ευκαιρία στους μαθητές να ακούσουν, ποιους αφορά η νόσος της άνοιας, ποια μπορεί να είναι η δική τους προσφορά στον παππού και τη γιαγιά, μέσα από τους στίχους της κας Αντωνιάδου, του ύμνου για τους περιθάλποντες με άνοια, «Δι-άνοια» 2017, με τη φωνή του Βασίλη Σκουλά, σε σύνθεση του Νίκου Καλλιτίση. Οι μαθητές είχαν την ευκαιρία να νιώσουν μέσα από τους στίχους, τη συναισθηματική σημασία των ημερών, να αντιληφθούν την αξία του χρόνου των επτά ημερών, της μνήμης και της ανάμνησης, ακούγοντας το ορατόριο "Όγδοη Μέρα", σε μουσική του Συνθέτη, Χρ. Παπαδόπουλου.

Η κα Αντωνιάδου, συνεχάρη τους Εκπαιδευτικούς για το εκπαιδευτικό τους έργο και τις ευκαιρίες που προσφέρουν στους μαθητές τους, οργανώνοντας λογοτεχνικές, εκπαιδευτικές και κοινωνικές εκδηλώσεις που απαιτούν προετοιμασία, εκτός του ωραρίου, ώστε να γνωρίσουν, δια ζώσης καθημερινούς ανθρώπους με λογοτεχνικά, επιστημονικά, κοινωνικά ενδιαφέροντα και καταστάσεις που θα τους ανοίξουν ένα παράθυρο στην κοινωνία που ίσως να αποτελέσουν πυξίδα στην ενήλικη ζωή τους. Μετά την παρουσίαση του λογοτεχνικού της έργου, ακολούθησε συζήτηση για τα αμοιβαία οφέλη, τη μεταφορά εμπειρίας, της αναγνώρισης και τη δημιουργία του συναισθηματικού αποθέματος για το μέλλον τους.

Η κα. Αντωνιάδου υπογράμμισε το μεγάλο επιστημονικό και κοινωνικό έργο που κάνει η Καθηγήτρια και Πρόεδρος της Πανελλήνιας Ομοσπονδίας Νόσου Alzheimer, κυρία Μάγδα Τσολάκη στην πανδημία της άνοιας.

Ο Διευθυντής προσκάλεσε την κα Ελένη Αντωνιάδου να επαναλάβουν την παρουσίαση ώστε, δια μέσω της τέχνης και των επιστημονικών δεδομένων, να προάγουν την ευαισθητοποίηση της εκπαιδευτικής κοινότητας και της κοινωνίας, προς τους ηλικιωμένους.



Δράση ευαισθητοποίησης για την άνοια σε δημοτικό σχολείο

Την Παρασκευή 3 Μαρτίου 2023 η κα Γεωργία Μπατσίλα, Ψυχολόγος- Ψυχοθεραπεύτρια της Alzheimer Ελλάς, πραγματοποίησε ενημερωτική ομιλία στους μαθητές της Γ' τάξης του 7ου Δημοτικού Σχολείου Καλαμαριάς για το επάγγελμα του Ψυχολόγου και συγκεκριμένα τις υπηρεσίες του στα Κέντρα Ημέρας της Εταιρείας Alzheimer στη Θεσσαλονίκη.

Η παρουσίαση έγινε μετά από πρόσκληση της εκπαιδευτικού του τμήματος, κας Εύης Κοκόλη, προκειμένου να ενημερωθούν και να ευαισθητοποιηθούν οι μαθητές σε θέματα που αφορούν στη διαχείριση της άνοιας. Το ενδιαφέρον των μαθητών αποτέλεσε έναυσμα για μια επικοινωνιακή κουβέντα, η οποία έκλεισε με το μήνυμα: «ας μην ξεχνάμε αυτούς που ξεχνούν πια...».



Χαλκίδα

Η REMIND-Alzheimer Χαλκίδας συνεχίζει να φροντίζει τη «χρυσή ηλικία» (60+) στις πυρόπληκτες περιοχές της Βόρειας Εύβοιας

Το έργο «Πλέγμα Υποστήριξης της Χρυσής Ηλικίας (60+) στη Βόρεια Εύβοια», σχεδιάστηκε ώστε να ανταποκριθεί άμεσα στις ανάγκες των κατοίκων της Βόρειας Εύβοιας, έπειτα από τις καταστροφικές πυρκαγιές του καλοκαιριού του 2021.

Προσφέρει προσιτές εξειδικευμένες υπηρεσίες ψυχοκοινωνικής υποστήριξης και πρόληψης υγείας, στα άτομα άνω των 60 ετών που κατοικούν σε πληγείσες περιοχές, μειώνοντας την απόσταση, το χρόνο και το κόστος λήψης βοήθειας σε ζητήματα άμεσης ανάγκης που άπτονται της φροντίδας χρόνιων παθήσεων της γήρανσης.

Πολύ σημαντικό για τους στόχους του έργου, είναι, ότι, το 44% των ωφελούμενων αποτελούν άτομα άνω των 75 ετών, ομάδα που από τα δεδομένα που συνέλεξε ο φορέας, αναφορικά με τις αλλαγές στη λειτουργική κατάσταση (δυσκολίες στη μετακίνηση και πτώσεις), τη μνήμη και τη διάθεση (προβλήματα ύπνου, συμπτώματα στρες και διαταραχές της προσοχής και της μνήμης), φαίνεται ότι είναι ιδιαίτερα ευάλωτη μετά από βίωση τραυματικών καταστάσεων.

Το έργο, έχοντας ολοκληρώσει έναν επιτυχή, ετήσιο κύκλο υλοποίησης με δωρεά του ΤΙΜΑ Κοινωφελούς Ιδρύματος, παρουσιάζει τα αποτελέσματά του. Συγκεκριμένα, •436 ωφελούμενοι άνω των 60 ετών, έλαβαν δωρεάν υπηρεσίες ψυχοκοινωνικής ενδυνάμωσης από επαγγελματίες ψυχικής υγείας σε 4 σταθμούς υποδοχής (περιοχές Μαντουδίου και Λίμνης, Κεχριών και Κηρίνου): ατομική συμβουλευτική κινητοποίησης, συμβουλευτική περιθάλπντων, συνεδρίες ψυχοθεραπείας, αξιολογήσεις μνήμης και παρακολούθηση. •65 ωφελούμενοι άνω των 60 ετών συμμετείχαν σε ομαδικά προγράμματα θεραπευτικής άσκησης σε 5 σταθμούς υποδοχής (Περιοχές Μαντουδίου, Λίμνης, Αγίας Άννας, Κηρίνου

και Κεχριών) και έλαβαν δωρεάν ατομικές φυσικοθεραπείες κατόπιν ιατρικής γνωμάτευσης. •545 ωφελούμενοι άνω των 60 ετών διενέργησαν δωρεάν αιματολογικές εξετάσεις με κατ' οίκον αιμοληψίες της νοσηλεύτριας του προγράμματος και 139 εξ αυτών (άτομα με χρόνιες παθήσεις, κυρίως αιματολογικές) έκαναν δωρεάν και τις επαναληπτικές εξετάσεις τους, στο πλαίσιο του έργου. •214 άτομα εκ των οποίων, 194 άτομα άνω των 60 ετών και 20 άτομα επαγγελματίες υγείας και εθελοντές της τοπικής κοινότητας, συμμετείχαν σε



υποστηρικτικές δράσεις (εκπαιδευτικές δράσεις κι ενημερώσεις για θέματα τρίτης ηλικίας, ομάδες χειροτεχνίας κι εκδρομές).

Οι ωφελούμενοι ανέφεραν ότι αυτές οι δράσεις απαντούν στις ανάγκες ενημέρωσης και είναι πολύ χρήσιμες και ως ευκαιρίες συνάντησης της κοινότητας για να επικοινωνεί και να αναπτύσσει κοινά σχέδια δράσης. Από τους ωφελούμενους που αναφέρονται παραπάνω, πάνω από 60% είναι γυναίκες. Η ψυχοκοινωνική ενδυνάμωση των γυναικών κρίνεται ως πολύ σημαντική κι αποτελεί προτεραιότητα, με οφέλη για την ψυχική υγεία και την ισορροπία στην οικογένεια και στις διαπροσωπικές σχέσεις και συμβάλλει γενικότερα στην ενίσχυση των κοινωνικών δικτύων.

Οι ωφελούμενοι του έργου, στο σύνολό τους, δήλωσαν πολύ ικανοποιημένοι από τη συμμετοχή τους στο έργο και από την οργάνωση του προγράμματος από τον φορέα, από τη συμπεριφορά των επαγγελματιών στις υποστηρικτικές δράσεις κι από τα είδη υπηρεσιών του έργου. Για τη διάδοση των αποτελεσμάτων του έργου δημιουργήθηκε οπτικοακουστικό υλικό-βίντεο διάρκειας 15 λεπτών, που παρουσιάζει την τρέχουσα κατάσταση στις πληγείσες περιοχές 18 μήνες μετά τις πυρκαγιές και τις δράσεις του φορέα στο πλαίσιο του έργου. Σύνδεσμος για την παρακολούθηση του υλικού: <https://www.alzheimer-chalkida.org/plegma-ypostirixis-tis-chrysis-ilikias-sti-voreia-evvoia/>

Χαλκίδα

Το τρέχον διάστημα, το έργο συνεχίζεται με την υποστήριξη της Δομής Γέφυρα-Περιφέρεια Στερεάς Ελλάδας.

Ευαγγελία Αγγελίδου, MSc Σύμβουλος Ψυχικής Υγείας-Ψυχοθεραπεύτρια
Χριστίνα Καλαβρή, MSc Ψυχολόγος
Δημήτρης Ζάγκας, MSc Ψυχοπαιδαγωγός

Σύνδεση βαρηκοίας με την άνοια Δράση με δωρεάν αξιολογήσεις ακοής στα σωματεία Alzheimer

Η Πανελλήνια Ομοσπονδία Νόσου Alzheimer και Συναφών Διαταραχών σε συνεργασία με την ACOUSTIKA MEDICA θα ξεκινήσει εντός του Μαΐου δράση με δωρεάν αξιολογήσεις ακοής στους ωφελούμενους των σωματείων Alzheimer.

Πανελλήνια
 καμπάνια

Τα Κέντρα Ακοής της Akoustika Medica βρίσκονται στις παρακάτω πόλεις: Αθήνα, Θεσσαλονίκη, Πάτρα, Ιωάννινα, Λάρισα, Κέρκυρα, Κοζάνη, Κατερίνη, Πρέβεζα και Γιαννιτσά.

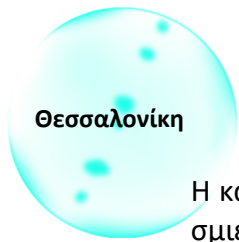
Μπορείτε να απευθυνθείτε στα σωματεία Alzheimer της περιοχής σας το προσεχές διάστημα ώστε να ενημερωθείτε για τη διαδικασία και να προγραμματίσετε το ραντεβού σας!



Ευχαριστήρια της Alzheimer Ελλάς

- * Ευχαριστούμε θερμά για την ευγενική προσφορά σε λαμπάδες για τα Πασχαλινά μας Bazaar τους: ΧΑΡΙΤΩΝΟΣ ΜΑΡΙΑ & ΥΙΟΙ Ο.Ε ΒΙΟΤΕΧΝΙΑ ΠΑΡΑΓΩΓΗΣ ΚΕΡΙΩΝ στα Λαγυνά Θεσσαλονίκης και το Κηροπλαστείο MARKOS Dacandles Ο.Ε. στη Θεσσαλονίκη.
- * Ευχαριστούμε θερμά τους μικρούς μαθητές του 14ου Νηπιαγωγείου Συκεών και τη νηπιαγωγό τους για τη συγκινητική προσφορά των 60 ευρώ που συγκέντρωσαν από τις όμορφες κάρτες που δημιούργησαν.
- * Ευχαριστούμε θερμά για τη δωρεά 200 ευρώ από την οικογένεια Σταύρου Αναστασίου Τσαπικίδη εις μνήμην Ελισάβετ Κωνσταντοπούλου.
- * Ευχαριστούμε θερμά το Αρτοποιείο «Άρτος ο Επιούσιος» (Ποσειδώνος 10, Χαριλάου) για την εβδομαδιαία προσφορά προϊόντων (ψωμιού και σφολιατοειδών) για τις ανάγκες του οικοτροφείου της Alzheimer Ελλάς.





Θεσσαλονίκη

13ο Πανελλήνιο Συνέδριο Νόσου Alzheimer & 5ο Μεσογειακό Συνέδριο Νευροεκφυλιστικών Νοσημάτων– Αφιέρωμα

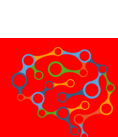
Η καρδιά της ενημέρωσης για τα νεότερα επιστημονικά δεδομένα, τις πρόσφατες παγκόσμιες μελέτες και τις τελευταίες εξελίξεις που αφορούν τη Νόσο Alzheimer και τα Νευροεκφυλιστικά Νοσήματα, χτύπησε για 4 μέρες στη Θεσσαλονίκη.

Συγκεκριμένα από την Πέμπτη 9 έως και την Κυριακή 12 Φεβρουαρίου 2023, το ιατρικό ενδιαφέρον ήταν στραμμένο στη Θεσσαλονίκη, όπου διεξήχθη το 13^ο Πανελλήνιο Συνέδριο Νόσου Alzheimer και 5^ο Μεσογειακό Συνέδριο Νευροεκφυλιστικών Νοσημάτων, τα οποία διοργάνωσε η Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών σε συνεργασία με το Πανελλήνιο Ινστιτούτο Νευροεκφυλιστικών Νοσημάτων και την Πανελλήνια Ομοσπονδία Νόσου Alzheimer και Συναφών Διαταραχών και πραγματοποιήθηκαν υβριδικά (διαδικτυακά και δια ζώσης) στο Grand Hotel Palace δίνοντας την ευκαιρία σ' όλους τους επιστήμονες του κόσμου να το παρακολουθήσουν απ' όπου κι αν βρίσκονταν. Το Συνέδριο τέθηκε υπό την αιγίδα του Υπουργείου Υγείας, του Πανελληνίου Ιατρικού Συλλόγου, του Πανελληνίου Φαρμακευτικού Συλλόγου, του Ελληνικού Ερυθρού Σταυρού, του Αριστοτελείου Πανεπιστημίου Θεσσαλονίκης, της Κοσμητείας Σχολής Επιστημών Υγείας Α.Π.Θ., της Ιατρικής Εταιρείας Θεσσαλονίκης, του Διεθνούς Ιατρικού Ολυμπιακού Συνδέσμου, της Περιφέρειας Κεντρικής Μακεδονίας και του Δήμου Θεσσαλονίκης.

Σύμφωνα με την Πρόεδρο της Οργανωτικής Επιτροπής των Συνεδρίων, την Πρόεδρο της Πανελληνίας Ομοσπονδίας Νόσου Alzheimer, Συντονίστρια του Εργαστηρίου Νευροεκφυλιστικών Νοσημάτων, Νευρολόγο Ψυχίατρο, Θεολόγο Καθ. Α.Π.Θ., κα Μάγδα Τσολάκη, στο διπλό αυτό συνέδριο, που πραγματοποιείται κάθε δύο χρόνια στη Θεσσαλονίκη και αποτελεί κορυφαία επιστημονική εκδήλωση της Ελλάδας, συμμετέχουν εκτός από τους γιατρούς και έμπειροι επαγγελματίες υγείας που ασχολούνται με τη Νόσο Alzheimer και άλλα νευροεκφυλιστικά νοσήματα τόσο στον διαγνωστικό όσο και στον θεραπευτικό τομέα.

«Καταξιωμένοι Έλληνες και ξένοι επιστήμονες που έχουν αφιερώσει τη ζωή τους στην αντιμετώπιση των νευροεκφυλιστικών νοσημάτων, παρουσίασαν από την πόλη μας προς όλο τον κόσμο 300 σημαντικές εισηγήσεις από όλο το φάσμα της άνοιας και ανακοίνωσαν κατά τη διάρκεια των 105 συνεδριακών ωρών, όλα τα νέα επιστημονικά ευρήματα. Από τα 7 διαδραστικά σεμινάρια και τα 5 δορυφορικά συμπόσια, κορυφαίοι ειδικοί του χώρου απάντησαν σε επιστημονικά ερωτήματα, πρωτοπόροι ερευνητές ενημέρωσαν για τα αποτελέσματα κλινικών μελετών, παρουσίασαν χρηματοδοτούμενα ερευνητικά προγράμματα, ενημέρωσαν για τα νέα φάρμακα της νόσου, τα οποία βρίσκονται σε διαδικασία έγκρισης από την Ευρώπη ενώ Δημόσιοι και ιδιωτικοί φορείς αντάλλαξαν καλές πρακτικές και απόψεις» δήλωσε η κα Τσολάκη.

Το Συνέδριο πραγματοποιήθηκε με τη συμμετοχή κορυφαίων επιστημόνων από την Ελλάδα και το εξωτερικό, με μεγάλη εμπειρία στον χώρο και με θεματολογία αιχμής όπως η πρόληψη, η διάγνωση, η ανακουφιστική φροντίδα, οι παράγοντες κινδύνου, η φαρμακευτική θεραπεία, η αντιμετώπιση συμπτωμάτων, οι μη φαρμακευτικές παρεμβάσεις, η τεχνολογία, η ψυχολογία, η άσκηση, η έρευνα, η γενετική, οι πολιτικές και στρατηγικές, η ψυχολογική στήριξη, οι κρατικές παροχές, η εκπαίδευση, η εκπροσώπηση ασθενών, τα προσωπικά δεδομένα, τα νομικά και δεοντολογικά ζητήματα από τον χώρο της άνοιας.



Την τελετή έναρξης ευλόγησε ο Σεβασμιότατος Μητροπολίτης Νεαπόλεως-Σταυρουπόλεως κ. Βαρνάβας, χαιρέτησε η αρμόδια Υφυπουργός Ψυχικής Υγείας Ζωή Ράππη, ο Υφυπουργός Εσωτερικών, αρμόδιος Μακεδονίας Θράκης Σταύρος Καλαφάτης και εθιμοτυπικά αρχές της πόλης, έγιναν βραβεύσεις ατόμων για τη συνολική προσφορά και στήριξή τους στον αγώνα κατά της Νόσου, ενώ πραγματοποιήθηκαν οι εξής ενδιαφέρουσες διαλέξεις:

❖ Ιωάννα Στυλιανάκη, Επίκουρη Καθηγήτρια Κτηνιατρικής Α.Π.Θ. με θέμα: «Φυσικά ζωικά πρότυπα: Τα πλεονεκτήματα και η σημασία τους στη μελέτη των νευροεκφυλιστικών νοσημάτων»

❖ Frank Jessen, Καθηγητής Ψυχιατρικής Πανεπιστημίου Κολωνίας με θέμα: «Stage 2: The first symptomatic manifestation of Alzheimer's disease before MCI - Στάδιο 2: Η πρώτη συμπτωματική εκδήλωση της νόσου Alzheimer πριν από την Ήπια Νοητική Διαταραχή»

❖ Walter Rocca, Καθηγητής Νευρολογίας-Επιδημιολογίας, Mayo Clinic-Rochester με θέμα: «Premature or early menopause and risk of dementia - Πρόωρη ή πρώιμη εμμηνόπαυση και ο κίνδυνος άνοιας»

Την τελετή πλαισίωσε μουσικά η φιλαρμονική του Δήμου Θεσσαλονίκης και συντόνισε η Δημοσιογράφος κα Νίκη Στρατηλάτη.



Απόηχος των Συνεδρίων

Αγαπημένη μου Μάγδα,

Θα ήθελα να εκφράσω το βαθύτερο θαυμασμό μου σε σένα, τον ακούραστο πνευματικό εργάτη και άριστο οργανωτή! Σχεδίασες και υλοποίησες το 13ο Πανελλήνιο Συνέδριο νόσου Alzheimer & 5ο Μεσογειακό Συνέδριο Νευροεκφυλιστικών νοσημάτων με ξεχωριστή επιτυχία! Παρακολούθησα διαδικτυακά και απόλαυσα όλους τους ομιλητές. Σε καμάρωσα για όλα τα νέα επιτεύγματά σου! Σας ευχαριστώ για όλα όσα μου μάθατε!

Πάντα με την αγάπη μου

Πόπη Καλλιγέρη-Βυθούλκα, Κοινωνική Λειτουργός

Συγχαρητήρια για την άψογη διοργάνωση του Συνεδρίου. Είναι θαυμαστή αυτή η γραμμική θετική πορεία του στον χρόνο.

Με εκτίμηση

Ανδρέας Σόλιας, Κοινωνικός Λειτουργός

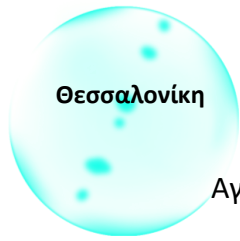
Αγαπητή Κα Τσολάκη,

με μια μικρή καθυστέρηση θα ήθελα να σας ευχαριστήσω για την ευκαιρία να παρουσιάσουμε στο Συνέδριο. Θα ήθελα επίσης να σας μεταφέρω τις ευχαριστίες του συνεργάτη μου Jeff Hix (μένει στο Los Angeles) με τον οποίο παρουσιάσαμε μαζί, ο οποίος έμεινε ενθουσιασμένος με την αρτιότητα της οργάνωσης του Συνεδρίου. Εμείς οι υπόλοιποι έχουμε συνηθίσει αυτό το πολύ υψηλό επίπεδο!

Ευχαριστούμε και πάλι!

Μάνος Γεωργαράκος, Ιδρυτής του "Map of Care", Πολιτικός Μηχανικός με εξειδίκευση στον σχεδιασμό δομών φροντίδας ηλικιωμένων





Απόηχος των Συνεδρίων (συνέχεια)

Αγαπητή Μάγδα και Αγαπητοί Συνάδελφοι
 Ακόμη μια φορά αποδείξατε το μεγάλο επιστημονικό έργο και την επιστημονική προσφορά προς την χώρα μας, τα συγχαρητήρια είναι πολύ λίγα να σας εκφραστούν, νιώθω υπερήφανος για εσάς και το έργο σας

Σας ευχαριστώ τόσο εγώ όσο και ο φορέας μου η ΕΔΡΑ , αλλά και εκ μέρους του Δικτύου ΕΝΑΛΜΗ για την ευκαιρία που δώσατε,

Σας ευχαριστώ επίσης θερμά και ιδιαίτερα στη συνάδελφο Ξένια για τη θερμή και χωρίς παράπονο εξυπηρέτησή μου, στις διάφορες δυσκολίες μου προσαρμογής στα δεδομένα του συνεδρίου

Εύχομαι πάντοτε να συνεχίζετε να παράγεται ένα τόσο σπουδαίο επιστημονικό έργο
 Αγαπητή Μάγδα και Πρόεδρε δέξου για ακόμη μια φορά τις θερμές ευχές μου για μεγάλο ακόμη Επιστημονικό Βίο

Ο Επ. Υπ. & Δ. Σύμβουλος της ΚΣΔΕΟ "ΕΔΡΑ", Πρόεδρος του Δικτύου ΕΝΑΛΜΗ Αλέξανδρος Οικονόμου Msc Ψυχικής Υγείας- Ιατρική Σχολή Αθηνών

ώρα 19:30-20:30 είχα την τιμή να παρουσιάσω με διαδικτυακή συμμετοχή την ομιλία: "Επείγουσα παρέμβαση σε άτομα 60+ και Διαδικτυακή συντροφιά ηλικιωμένων" των Médecins du Monde Greece - Γιατροί του Κόσμου και παράλληλα συνπροεδρία στην ίδια στρογγυλή τράπεζα, με θέμα: "Η εξέλιξη της άνοιας στην περίοδο covid".

Ευχαριστώ πολύ για την τιμή της ενεργού συμμετοχής στο συνέδριο, την οργανωτική επιτροπή και ιδιαίτερος εσάς καθηγήτρια, κα Μάγδα Τσολάκη καθώς και τους Γιατρούς του κόσμου Ελλάδας, που μου εμπιστεύθηκαν αυτόν τον ιδιαίτερα ευαίσθητο τομέα των ατόμων τρίτης ηλικίας. Συνεχίζουμε με νέους ορίζοντες επικαιροποιημένης γνώσης, πιο δυνατοί και πιο μάχιμοι, προς όφελος όλων όσων πάσχουν και μας χρειάζονται στο πλευρό τους.

Αγαπητή κα Τσολάκη σας ευχαριστούμε που μας καθοδηγείτε να γινόμαστε καλύτεροι!

Με εκτίμηση
Αθηνά Γρέκα
Παθολόγος Γεροντολόγος - Επιστημονικά Υπεύθυνη Ιατρών του Κόσμου

Καλησπέρα σας, ήταν ένα πλούσιο σε γνώση, 4ημερο με ενεργή διαδικτυακή συμμετοχή στις εργασίες του 13ου Πανελληνίου Συνεδρίου Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών και του 5ου Μεσογειακού Συνεδρίου Νευροεκφυλιστικών Νοσημάτων που πραγματοποιήθηκε στην Θεσσαλονίκη 9-12 Φεβρουαρίου 2023.

Πολλά-πολλά συγχαρητήρια σε όλους σας, για τη διοργάνωση (μας βοήθησε η διαδικτυακή παρουσία)

Σίγουρα πήραμε πολλά ερεθίσματα για μελέτη, νέα γνώση, αλλά και την ώθηση για να γίνουμε καλύτεροι στην προσέγγιση των ασθενών μας.

Την Παρασκευή 10 Φεβρουαρίου 2023 και

Dear Magda, Xenia and Thanos,
 Huge congratulations to you and the rest of the team on an excellent conference. Thank you so much for hosting us and the ADI workshop. Special thanks to Thanos for all your help with organising the event and taking me round the day care centres. It was wonderful to see what fantastic work you are doing in Greece. I hope you all have a chance to get some much-deserved rest now.

All the very best,
Katie Bingham
Events and Office Manager, Alzheimer's Disease International

Dear prof. Tsolaki
So many congratulations for your non-stop efforts that you are doing to make a better world for the societies. The congress was a fruitful event, thanks a lot.

I hope the best for you and the family of Alzheimer Ellas!!!!

Na eiste panta kala!

Yours

Fereshteh Sedaghat, Nuclear Medicine Doctor, PhD

Καλησπέρα σας κυρία Τσολάκη,

Θα ήθελα να σας ευχαριστήσω για την ευκαιρία που μου δώσατε να εμπλακώ ενεργά στις εργασίες του συνεδρίου και να αισθανθώ και πάλι τη ζεστασιά της ομάδας σας. Χάρηκα που συναντηθήκαμε ξανά από κοντά μετά από τόσο μεγάλο διάστημα και που συναναστράφηκα με αγαπημένα πρόσωπα.

Όσον αφορά τα θέματα που είχαν ενδιαφέρον:

-Το σύνδρομο Down και η άνοια

-Ο προβληματισμός για τον αυτισμό και την άνοια.

-Η κοινή χρήση των νευροψυχολογικών δοκιμασιών σε όλα τα κέντρα ημέρας.

-Η διαγενεακή προσέγγιση των παρεμβάσεων.

-Η διατροφή, το λάδι και το ρόδι.

Ο γιός μου που παρακολούθησε εξ αποστάσεως έμεινε με τις καλύτερες εντυπώσεις.

Με εκτίμηση

Ιωάννα-Γιαννούλα Κατσούρη, MSc, PhD, Εργοθεραπεύτρια, Επίκουρος Καθηγήτρια, Τμήμα Εργοθεραπείας, Πανεπιστήμιο Δυτικής Αττικής, Μεταδιδακτορική Ερευνήτρια, Τμήμα Ιατρικής, Α.Π.Θ.

Αγαπητή κυρία

Στα πλαίσια του συνεδρίου που διοργανώσατε την Κυριακή, είχα την χαρά να παρακολουθήσω τα μικρά παιδιά και τις ηλικιωμένες δασκάλες που πήραν μέρος στο πρό-

γραμμα σας. Με κάλεσε η κυρία Αντωνιάδου, γνωστή μου από τον χώρο της ποίησης.

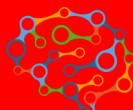
Συγκινήθηκα! Αυτό που η παλιά κοινωνία παρείχε ως αυτονόητο, τη διάδραση, συνεργατικότητα και αλληλεγγύη ανάμεσα στις γενιές των μελών μια οικογένειας, τώρα που οι οικογένειες είναι μειοψηφία σε σχέση με τα καινούρια μοντέλα τεκνοποίησης και ανατροφής παιδιών, καθώς και απόρριψης των ηλικιωμένων, το πρόγραμμά σας, αποτελεί σταγόνα δροσιάς με βιταμίνες στη δοκιμαζόμενη οικογένεια.

Δραστηριοποιούμαι στον χώρο της εκπαίδευσης 40 χρόνια. Γράφω ποίηση και θέατρο 12 χρόνια. Το τελευταίο μου βιβλίο "παλιά κρυστάλλινα ποτήρια", με θέμα αναμνήσεις, μνήμη, λήθη, στιγμές-μεταστιγμές άπτεται του αντικειμένου σας και το θέτω στην υπηρεσία του σκοπού σας. Είμαι πρόεδρος του συλλόγου πολιτισμού ΛΟΓΕΙΟΝ με εθελοντές μέλη θεατροποιητικής ομάδας που εργαζόμαστε ήδη για τη δραματική παρουσίασή του. Ακόμη, θα μπορούσα να εισηγηθώ στον δήμο Ωραιοκαστρου την υιοθέτηση του προγράμματός σας σε συνεργασία ΚΑΠΗ-Δημοτικών σχολείων και να βοηθήσω στην ομαλή διεξαγωγή του. Τρίτο, η θεολογική υποδομή σας αντανakλάται στο έργο σας γνήσια ορθόδοξα "πιστεύω, αγαπώ, εργαζομαι"

Με εκτίμηση και σεβασμό στο έργο σας
Αναστασία Καραογλάνη

Εκ μέρους όλων των εργαζομένων της Alzheimer Ελλάς που εργάστηκαν στη διοργάνωση και την πραγματοποίηση των Συνεδρίων, ευχαριστούμε θερμά για τα θετικά σχόλια, την ανατροφοδότηση καθώς και τη συμμετοχή ομιλητών, προεδρείων και συνέδρων. Σας περιμένουμε ξανά στο καθιερωμένο ραντεβού μας σε δύο χρόνια, τον Φλεβάρη του 2025!





Ομοσπονδία Νόσου Alzheimer στην Ελληνική Επικράτεια

Ενημερωθείτε για όλα τα μέλη στο www.alzheimer-federation.gr / info@alzheimer-federation.gr

ΑΘΗΝΑ

1. Σωματείο Αλληλοβοήθειας Φροντιστών Ασθενών με Νόσο Alzheimer

Ιωάννου Δροσοπούλου 22, Κυψέλη, Τ: 2108235180

E: contact@caregiver.gr S: www.caregiver.gr

2. Εταιρεία Νόσου Alzheimer & Συναφών Διαταραχών Αθηνών

* Κέντρο Ημέρας για Άτομα με Άνοια

Μάρκου Μουσούρου 89 & Στύλπωνος 33, Παγκράτι, Τ: 2107013271

* Κέντρο Ημέρας για Άτομα με Άνοια Αμαρουσίου

Ζήνωνος Ελεάτου 8, Μαρούσι, Τ: 2106180073

* Κέντρο Ημέρας για Άτομα με Άνοια στη Λέσχη Φιλίας Αμπελοκήπων

Βαθέως 25 & Πανόρμου, Αμπελόκηποι, Τ: 2106424228

* Κέντρο Ημέρας για Άτομα με Άνοια Ηλιούπολης

Αγ. Κωνσταντίνου 7, Γ' ΚΑΠΗ, Ηλιούπολη, Τ: 2109706347

* Υπηρεσία Φροντίδα στο Σπίτι για Άτομα με Άνοια

Τ: 2107013271, E: info@alzheimerathens.gr S: www.alzheimerathens.gr

3. Ψυχογериατρική Εταιρεία «Ο Νέστωρ»

Κέντρο Ημέρας: Ιωάννου Δροσοπούλου 22, Κυψέλη

Τ: 2108235050, 2108235620

Κέντρο Ημέρας: Ηλία Ζερβού 94, Άγιος Ελευθέριος, Τ: 2102288515,

2102288551, Πρόγραμμα Βοήθειας στο Σπίτι: Τ: 2108235050

Γραμμή Βοήθειας: Τ: 2103303678 E: contact@nstr.gr S: www.nstr.gr

4. Ολοκληρωμένη Μονάδα Αντιμετώπισης Νόσου Alzheimer & Συναφών Παθήσεων Ιεράς Αρχιεπισκοπής Αθηνών

Αφροδίτης 1 & Ηρώδου Αττικού, Τ: 2130227965, F: 2130055308

E: alzheimer@mkoapostoli.com S: www.mkoapostoli.com

5. Ελληνικό Δίκτυο Φροντιστών ΕΠΙΟΝΗ

Βίκτωρος Ουγκά 15, Μεταξουργείο Τ: 2118507085, F: 2104406003

E: infoepioni@gmail.com S: www.epioni.gr

6. ΚΣΔΕΟ ΕΔΡΑ Γαστούνης & Γουμένισσης 14, Περιστέρι, Τ: 210-5913826

E: mko.edra@gmail.com S: www.edra-coop.gr

7. ΙΑΣΙΣ, Αχαρνών 297 Τ: 210 8655039

E: amkeiasis@gmail.com S: www.iasismed.eu

ΑΡΤΑ

8. ΕΕΝΑΣΔ Άρτας

Λόφος Περάνθης (Γενικό Νοσοκομείο Άρτας)

E: alzheimerartas@gmail.com Τ: 2681361293

ΑΧΑΪΑ

9. Κοινωνικός Σωματείο Αρωγής και Φροντίδας Ηλικιωμένων & ΑμεΑ-ΦΡΟΝΤΙΖΩ - Πάτρα

Φαναρίου 25, Τ: 2610 240242, E: info@frodizo.gr, www.frodizo.gr

S: www.frodizo.gr

ΒΟΛΟΣ

10. Ινστιτούτο Alzheimer Βόλου "Η Αγία Σοφία"

Ρόζου 135, Κ: 6944693900 E: alzheimer.inst.volos@gmail.com

S: www.institutoalzheimer.gr

ΓΙΑΝΝΙΤΣΑ

11. Ελληνικό Κέντρο Ψυχικής Υγείας και Εκπαίδευσης «ΕΥ-ΝΟΙΑ»

Οδός Διασκάλου 35α, 58100 Γιαννιτσά, Τ: 6972708008

ΔΡΑΜΑ

12. Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Δ. Δράμας

Κασσάνδρου 2 E: drama@alzheimer-federation.gr

ΕΥΒΟΙΑ

13. Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Δ. Χαλκίδας

Κ. Η. «Αγία Ειρήνη» Μεσσαπίων 4, Τ: 2221181071, Κ: 6937244646

E: info@alzheimer-chalkida.org S: www.alzheimer-chalkida.org

ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ

14. Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Δ. - Alzheimer Hellas

* Μονάδα Αντιμετώπισης Προβλημάτων Ν. Alzheimer "Αγία Ελένη"

Πέτρου Συνδίκου 13, Τ: 2310810411, F: 2310925802

* Μονάδα Αντιμετώπισης Προβλημάτων Ν. Alzheimer "Άγιος Ιωάννης"

Κωνσταντίνου Καραμανλή 164, Τ: 2310351451-5

F: 2310351456, Γραμμή Βοήθειας: 2310909000

E: info@alzheimer-hellas.gr S: www.alzheimer-hellas.gr

* Οικοτροφείο για ασθενείς με άνοια τελικού σταδίου «Παναγία η Γλυκοφιλούσα» Νικ. Πλαστήρα 65, Τ: 2310 316143, 314601

E: glykophilousa@alzheimer-hellas.gr S: www.dementia-homecare.gr

15. Σύλλογος φίλων Ελληνικής Εταιρείας Νόσου Alzheimer & Συγγενών

Διαταραχών Κ. Καραμανλή 164, Τ: 2310351451-5

16. Πανελλήνια Βιοτράπεζα Νευρολογικών Νοσημάτων

Πέτρου Συνδίκου 13, Τ: 2310810411, Κ: 6972697072

E: info@neuro-bio.gr S: www.neuro-bio.gr

17. Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Δ. Εύσομου - Κορδελιού και Καλαμαριάς

Καραβαγγέλη 12 & Κατσαντώνη, Κ: 6973302750

E: alz.kalamaria@gmail.com

18. Πανελλήνιο Ινστιτούτο Νευροεμφυλιστικών Νοσημάτων (PINDIS)

Πέτρου Συνδίκου 13, Τ: 2310 830667, E: info-pindis@gmail.com

ΙΩΑΝΝΙΝΑ

19. Εταιρεία Ψυχοκοινωνικής Έρευνας και Παρέμβασης (Ε.Ψ.Ε.Π.)

Σικελιανού 2, Τ: 2651039820, E: ersep_ia@yahoo.gr

Κέντρο Ημέρας Άνοιας Ιωαννίνων Οδός Αρχ. Μακαρίου 11

Τ: 26510-34200, E: kenanoias_ia@yahoo.com

ΚΑΤΕΡΙΝΗ

20. Εταιρεία Νόσου Alzheimer και συγγενών διαταραχών Πιερίας

Κ: 6972507281

ΚΟΖΑΝΗ

21. Εταιρεία Νόσου Alzheimer & Συγγενών Διαταραχών,

"Ο Άγιος Νικόλαος"

Παύλου Χαρίση 13, Κ: 6938442200

E: voucharas@gmail.com

22. Ειδικό Κέντρο Ημέρας για πάσχοντες από Alzheimer

Ψυχογериατρικής Εταιρείας «Ο Νέστωρ»

Φιλίππου Β' 7, Τ: 2461461400

E: khkozanis@nstr.gr S: www.nstr.gr

ΚΟΜΟΤΗΝΗ

23. Σύλλογος Οικογενειών & Φίλων Πασχόντων από Νόσο

Alzheimer & Συναφείς Διαταραχές, "Ο Λόγος"

Πολυλειτουργικό Κέντρο Δήμου Κομοτηνής, Γρ. Μαρασλή 1

Τ: 2531083844, E: ntinakom@gmail.com

ΚΡΗΤΗ

24. Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Δ. "Άλληλεγγύη" Ηρακλείου - Ηράκλειο

Νταλιάνη 22, Τ: 6947816155, 6974192595 F: 2810360047

E: alzheimer.heraklion@gmail.com S: www.alzheimheraklion.gr

25. Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Δ. Νομού Ρεθύμνης "Συμπαράσταση"

Μάχης Ποταμών 9, Καλλιθέα, Τ: 2831101645

E: alzheimer.ret@gmail.com

26. Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Δ. Χανίων

Ινστιτούτο Έρευνας - Εκπαίδευσης Ψυχιατρικών Ανοϊκών Ασθενών

Alzheimer

Χρυσοπηγής 58, Τ: 2821076050

E: inerekal@otenet.gr S: www.alzheimer-chania.gr

27. Εργαστήριο Διεπιστημονικής Προσέγγισης για τη Βελτίωση της Ποιότητας Ζωής (QoL Lab)

Τ: 28210379551 E: akalaitzaki@hmu.gr

ΛΑΡΙΣΑ

28. Ελληνική Εταιρεία Ν. Alzheimer & Συναφών Διαταραχών Λάρισας

Γ' ΚΑΠΗ περιοχής ΑΤΑ, Χατζηγιάννη 3

Τ: 2410281999 Κ: 6938805781, E: alzheimer.lar@gmail.com

ΞΑΝΘΗ

29. Σωματείο Alzheimer Ξάνθης

28η Οκτωβρίου 252, Κ: 6977720669, E: alzhimersantis@gmail.com

ΡΟΔΟΣ

30. Εταιρεία Αντιμετώπισης Νόσου Alzheimer και άλλων μορφών άνοιας

Στ. Καζούλη 18, Τ: 2241078315

E: koronis_panakeia@yahoo.gr S: www.panakeia.org.gr

ΣΕΡΡΕΣ

31. Σύλλογος Οικογενειών και Φίλων για την Ψυχική Υγεία (Σ.Ο.Φ.Ψ.Υ.)

Ορφώως 12, Τ: 2321063388, F: 2321063559

E: sofpsi-s@otenet.gr S: www.sofpsi-ser.gr

ΧΑΛΚΙΔΙΚΗ

32. Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Δ. Ν. Καλλικράτειας

Χατζηαργύρου 68, Κ: 6974900754, E: info@tsantalieleni.gr

33. Ελληνική Εταιρεία Αγωγής Υγείας Παράρτημα Χίου

Αλ. Παχού 11, Τ: 2271041020, F: 2271081491 E: gmaris.chi@gmail.com

