



Επικοινωνία για τη νόσο Alzheimer



3ΜΗΝΙΑΙΑ ΕΚΔΟΣΗ | ΤΕΥΧΟΣ 78° | ΕΤΟΣ 21° | ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΣ '19
Πανελλήνια Ομοσπονδία Νόσου ALZHEIMER και Συναφών Διαταραχών

Διαβάστε στο τεύχος Σεπτεμβρίου

Ξενώω

* Snoezelen:

Ένα πολυαισθητηριακό δωμάτιο

* Bridge:

γεφύρωση χάσματος γενεών

Η φωνή του περιβάλλοντα

* DEM@ENTORING:

online εκπαίδευση περιβαλπόντων

* Άνοια:

Φροντίδα στο σπίτι ή στο Ίδρυμα

Νεότερα δεδομένα

* Δωρεάν

θεραπευτική άσκηση για άτομα
με Νευρολογικές Παθήσεις

* Βράβευση συνεργάτη της
Alzheimer Hellas

Σεπτέμβριος Μήνας ευαισθητοποίησης και ενημέρωσης για την Άνοια!

Σύλλογοι, σωματεία, εταιρείες, άνθρωποι με άνοια, περιβάλλοντες, εθελοντές και εξειδικευμένοι επαγγελματίες υγείας ενώνουν τη φωνή τους!

Ενημερωθείτε για τις δράσεις και πάρτε μέρος και εσείς στις δράσεις...





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 αποτελεί μέσο επικοινωνίας των ανθρώπων που φροντίζουν ασθενείς μέσω αλληλογραφίας

Επιστημονική Ομάδα της Ελληνικής Ομοσπονδίας Νόσου Alzheimer

| | | | |
|-----------------|---------------|-----------------|----------------|
| Αβράμη Ν. | Ζαχίλα Κ. | Μαρκάτη Λ. | Παπαντωνίου Γ. |
| Αγγελίδου Ε. | Θεοδωράκη Α. | Μελισσάρη Ι. | Πόππη Ε. |
| Αγγελόπουλος Π. | Καραγκιόζη Κ. | Μούγιας Α. | Ρεμούνδου Μ. |
| Ανεστάκης Δ. | Καρπαθίου Ν. | Μουζακίδης Χ. | Σακκά Π. |
| Βασιλάκης Β. | Κιβρακίδου Ά. | Μπακογλίδου Ε. | Τζανακάκη Μ. |
| Βελιβάση Α. | Κορτσιδάκη Α. | Μωραΐτου Δ. | Τολίκα Θ. |
| Βλαχογιάννη Α. | Κούλα Μ. | Νιφλή Ε. | Τουλούμπα Ε. |
| Βουχάρας Χ. | Λιάτσικου Σ. | Νομίδου Α. | Τσάνταλη Ε. |
| Γεωργιάδου Ι. | Λιγγερίδης Γ. | Ντανάση Ε. | Τσελεπή Ι. |
| Γούλας Δ. | Λύρας Β. | Παγίτσας Ι. | Τσιάτσος Θ. |
| Δημακοπούλου Ε. | Μαργιώτη Ε. | Παναγιωτάκης Σ. | Τσολάκη Μ. |
| Δημοτάκη Ά. | Μαρής Γ. | Παπαλιάγκας Β. | Φρούντα Μ. |

Επιστημονική Επιτροπή της Ελληνικής Ομοσπονδίας Νόσου Alzheimer

Ανεστάκης Δ., Βουχάρας Χ., Λιάπης Α., Μαργιώτη Ε., Μούγιας Α., Νιφλή Ε., Ντόσκακας Τ., Παπαλιάγκας Θ., Παναγιωτάκης Σ., Παττακού Παρασύρη Β., Ρεμούνδου Μ., Τσολάκη Μ.,

Επιμέλεια: Τσολάκη Μάγδα, Νικολαΐδου Ευδοκία

Σχεδιασμός & Ηλεκτρονική επιμέλεια: Νικολαΐδου Ευδοκία

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 **Fax:** 2310 925802 (Αγ. Ελένη), 2310 351451 - 5 (Αγ. Ιωάννης)

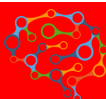
E-mail: info@alzheimer-hellas.gr **Site:** www.alzheimer-hellas.gr

Facebook | Twitter | Youtube: [AlzheimerHellas](https://www.facebook.com/AlzheimerHellas)

Εκτύπωση: ΚΕΘΕΑ ΣΧΗΜΑ + ΧΡΩΜΑ

Μήνας - Τεύχος: Σεπτέμβριος - 78^ο

Διανέμεται δωρεάν



Αγαπητές φίλες και φίλοι,



Διανύουμε τον μήνα Σεπτέμβριο, μήνα που είναι όλος αφιερωμένος στη Νόσο Alzheimer και όλες τις άλλες άνοιες που ταλαιπωρούν περισσότερα από 50 εκατομμύρια ανθρώπων σε όλο τον κόσμο. Η χαρά όλων μας είναι μεγάλη, διότι σχεδόν σε όλες τις μεγάλες πόλεις της Πατρίδας μας παρατηρείται μία έντονη δραστηριότητα για την ενημέρωση του κόσμου, την εξέταση των ηλικιωμένων, αλλά και τη στήριξη των περιθαλπόντων.

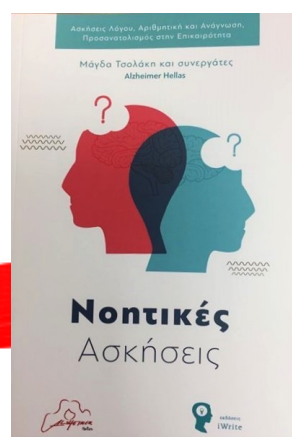
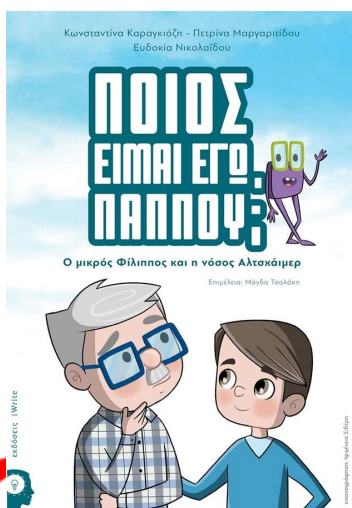
Ομιλίες, θεατρικές παραστάσεις, συνέντευξη τύπου, ημερίδες σε κάθε γωνιά της Ελλάδος δείχνουν τη διάθεση όλων μας να συμπαρασταθούμε στους ασθενείς μας και να εκπαιδεύσουμε τους περιθάλποντες έτσι ώστε να μην αισθάνονται μόνοι. Συγχρόνως έχει ξεκινήσει μία εκστρατεία από το Ηράκλειο μέχρι την Αλεξανδρούπολη να ενημερωθούν επαγγελματίες όπως οι αστυνομικοί, οι τραπεζικοί αλλά και οι ιερείς μας έτσι ώστε να αντιλαμβάνονται γρήγορα ποιος άνθρωπος πάσχει από άνοια και να συμπεριφέρονται ανάλογα.

Επίσης αυξάνονται οι εκδόσεις, τα βιβλία, τα οποία έχουν ως στόχο την ενδυνάμωση του μυαλού μας **-ΝΟΗΤΙΚΕΣ ΑΣΚΗΣΕΙΣ-** ή την ενημέρωση των μικρών παιδιών-εγγονών, όπως το παραμύθι **«ΠΟΙΟΣ ΕΙΜΑΙ ΕΓΩ ΠΑΠΠΟΥ?»** ή τα **παραμύθια για μεγάλα μωρά.**

Μία άλλη πρόοδος είναι τα ευρωπαϊκά προγράμματα που δίνουν άλλο επίπεδο στην καθημερινή μας δουλειά: Το **BRIDGE**, το **SINCALA**, το **i-CONNECT** φέρνουν κοντά νέους και ηλικιωμένους ανθρώπους με ένα και μόνο στόχο: την ενδυνάμωση του αποδιοργανωμένου νου με παιχνίδια, με εκπαίδευση ή με την τέχνη.

Να ευχηθούμε καλή ακαδημαϊκή χρονιά στους εθελοντές μας φοιτητές και επιτυχίες με στόχο πάντα τους ασθενείς μας και τις οικογένειές τους.

Μάγδα Τσολάκη

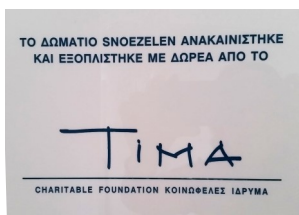


Θεσσαλονίκη
Χαλκίδα

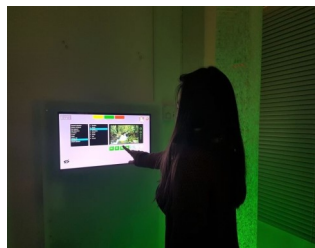
Πολυαισθητηριακό δωμάτιο Snoezelen

Μια πρωτοποριακή Ευρωπαϊκών προτύπων μη παρεμβατική θεραπευτική προσέγγιση για τους ανθρώπους με Νόσο Alzheimer. Για πρώτη φορά στην Ελλάδα λειτουργεί από τον Φεβρουάριο του 2018 το πολυαισθητηριακό δωμάτιο Snoezelen στη Μονάδα Αντιμετώπισης Προβλημάτων Νόσου Alzheimer «Άγιος Ιωάννης».

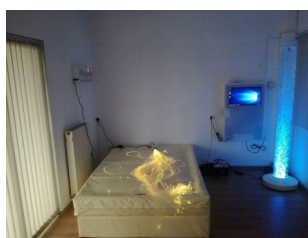
Το φιλανθρωπικό ίδρυμα ΤΙΜΑ χρηματοδότησε τη δημιουργία ενός πολυαισθητηριακού δωματίου Snoezelen στη Μονάδα της Alzheimer Ελλάς «Άγιος Ιωάννης», Λεωφ. Κ. Καραμανλή 164 στη Θεσσαλονίκη. Ο ειδικός πολυαισθητηριακός χώρος ή αλλιώς Snoezelen room είναι μια νέα μέθοδος για ηλικιωμένους με νόσο Alzheimer, προχωρημένων σταδίων, των οποίων η ενεργή συμμετοχή σε πιο απαιτητικά προγράμματα δεν είναι εφικτή.



Το Snoezelen αποτελεί ένα πολυαισθητηριακό περιβάλλον που στόχο έχει να διεγείρει ή να καταστείλει τις βασικές αισθήσεις χρησιμοποιώντας χρώματα, μουσική, μυρωδιές, εικόνες και διάφορα αντικείμενα αφής. Είναι ένα είδος θεραπείας που δημιουργήθηκε στην Ολλανδία το 1970 σε ιδρύματα που φρόντιζαν άτομα με αναπτυξιακές διαταραχές. Η εμπιστοσύνη και η χαλάρωση ενθαρρύνονται μέσω της μη καθοδηγούμενης θεραπείας από τον υπεύθυνο ψυχολόγο. Αυτό μπορεί να οδηγήσει στη μείωση του άγχους με αποτέλεσμα τη βελτίωση της συμπεριφοράς και της αποδοτικότητας και να δράσει σαν μέσο ευχαρίστησης και διασκέδασης.



Με βάση την εμπειρία της Alzheimer Ελλάς στον τομέα της άνοιας υπό την εποπτεία της Καθηγήτριας Μάγδας Τσολάκη και των συνεργατών της, η συνεισφορά ενός τέτοιου δωματίου κρίνεται ιδιαίτερα σημαντική. Πρόκειται για μια καινοτομία που εξαπλώνεται παγκοσμίως και ωφελεί πρωτίστως τους ανθρώπους με Νόσο Alzheimer. Αποτελεί επίσης μια αξιόλογη θεραπευτική μέθοδο αντιμετώπισης συμπεριφορικών και συναισθηματικών προβλημάτων, όπως είναι η κατάθλιψη και το άγχος. Ωφελεί εξίσου υγιείς αλλά και πολλούς άλλους πληθυσμούς ασθενών.



www.snoezelen.info
www.alzheimer-hellas.gr

Το σχολείο του παππού

«Το σχολείο του παππού», απέκτησε κουζίνα.

Έτσι αποκαλούν το Κέντρο Ημέρας «Αγία Ειρήνη» τα εγγόνια του κ. Στέλιου και της κ^ας Στραουρούλας Μπαλατσού επωφελουμένων του κέντρου μας. Όταν το ζεύγος ανέφερε στα παιδιά του ότι το «σχολείο τους» δεν έχει κουζίνα τα παιδιά τους προσφέρθηκαν να βρουν τους τεχνίτες και να φτιάξουν την κουζίνα. «Θα δώσουμε και τα χαρτζιλίκια μας για να περνάει καλά ο παππούς μας» είπαν τα οχτάχρονα εγγονάκια.



Χάρη στην πρωτοβουλία τους, λοιπόν, το Κέντρο Ημέρας «Αγία Ειρήνη», που λειτουργεί με εθελοντές από το 2009 στη Χαλκίδα, απέκτησε κουζίνα για τις ανάγκες των ομάδων νοητικής ενδυνάμωσης.

Αξίζει να σημειωθεί ότι ο χώρος για τη λειτουργία των προγραμμάτων του Κέντρου Ημέρας, παραχωρείται δωρεάν από το 2010 από την ξεχωριστή συμπολίτισσά μας, κα Αγγελική Δεμερτζή. Πρόκειται για ένα χώρο 70 τ.μ. διαμορφωμένο για τις ανάγκες των επωφελομένων των προγραμμάτων νοητικής ενδυνάμωσης, ο οποίος έως τώρα δεν είχε οργανωμένη κουζίνα. Ευχαριστούμε θερμά τις κόρες και τα εγγόνια του κ^{ου} Στέλιου και της κ^{ας} Σταυρούλας.



Το κουζινάκι που διαμορφώθηκε χάρη στη γλυκιά συνεισφορά των εγγονών

Ευαγγελία Αγγελίδου MSc,
Προσωποκεντρική Σύμβουλος/ Ψυχοθεραπεύτρια
Χαλκίδα

Bridge Γεφύρωση του χάσματος γενεών

Διήμερο εργαστήριο οργανώθηκε στην Ελληνική Εταιρία Alzheimer για το Ευρωπαϊκό πρόγραμμα Bridge. Ένα μεικτό γκρουπ 36 ατόμων πήρε μέρος, 3 επαγγελματίες υγείας, 3 σχεδιαστές παιχνιδιών, 3 περιθάλποντες, 13 ηλικιωμένοι και άτομα με άνοια και 14 νέοι εθελοντές.

Η ανταπόκριση ήταν καλή εισπράττοντας θετικά σχόλια, όχι μόνο για την πολύ καλή οργάνωση, αλλά και για αυτήν την ευκαιρία να βρεθούν μαζί πολλοί διαφορετικοί άνθρωποι και να ανταλλάξουν ιδέες και συναισθήματα.

Τονίστηκαν τα σημαντικά οφέλη στη νοητική ενδυνάμωση, την κοινωνική αλληλεπίδραση και τη διασκέδαση παίζοντας. Το τελικό αποτέλεσμα από τα εργαστήρια ήταν η δημιουργία 3 καινούργιων παιχνιδιών, με τη συμβολή όλων των συμμετεχόντων.

Το έργο αυτό ανέλαβε η Πανελλήνια Ομοσπονδία Alzheimer & Συγγενών Διαταραχών και στοχεύει να συμβάλει στην αντιμετώπιση του χάσματος γενεών μέσα από την κοινή δημιουργία παιχνιδιών σε διαδραστικά εργαστήρια.

Το πρόγραμμα Bridge ξεκίνησε το Σεπτέμβριο 2018 και θα διαρκέσει μέχρι τον Αύγουστο 2021 και εμπλεκόμενοι φορείς αποτελούν η Challedu (Ελλάδα), η Anziani en on solo (Ιταλία), η Asociatia Habilitas (Ρουμανία) και το Πανεπιστήμιο Δυτικής Μακεδονίας.



Για περισσότερες πληροφορίες
www.projectbridge.eu

bridge

Μαρίνα Μακρή
Σύμβουλος Ψυχικής Υγείας-Ψυχοθεραπεύτρια
Alzheimer Hellas





Θεσσαλονίκη

Ο Γέρος

Μια μέρα όπως γύριζα
μες την Αριστοτέλους
στην άκρη από τη θάλασσα
καθόταν ένας γέρος.

Το κρύο υπό το μηδέν
πλακάκια μουσκεμένα
φορούσε για αδιάβροχο
σακάκια μπαλωμένα.

Κρατούσε και για κουμπιρά
ένα παλιό καπέλο
το κοίταζε από τη μεριά
πολύ παλιό μοντέλο.

Όπου και να τον κοίταζες
θα έλεγες τι κρίμα
κι η θάλασσα τον έβρεχε
κι εκείνη με το κύμα.

Και ο Βαρδάρης φύσαγε
σα να΄ταν θυμωμένος
και ο καημένος γέροντας
στα δύο διπλωμένος.

Χιλιάδες μύριοι άνθρωποι
παιδιά καλοντυμένα
όλοι τα χέρια είχανε
στις τσέπες μαζεμένα.

Βγάζω ένα δεκάρικο
στο γέρο να το δώσω
μα στο λεπτό δεν άργησα
πάλι να μετανιώσω.

Πέντε δραχμές είν' αρκετές
μπορούσε ν' αγοράσει
ένα ψωμί, λίγες ελιές
τη νύχτα να περάσει.

Θα δώσω πέντε σήμερα
τις άλλες άλλη μέρα
θα έλεγα στον γέροντα
και μία καλημέρα.

Πήρε το καπελάκι του
τίναξε το σακάκι
σε μια γωνιά τον έχασα
μπήκε σε ένα σοκάκι.

Είπα να δω που κάθεται
που πλάγιαζε το βράδυ
θα είχε άραγε και φως
ή νύχτα με σκοτάδι.

Πέρασαν μέρες αρκετές
ο γέρος δε φαινόταν
μπορεί να ήταν άρρωστος
μπορεί και να κοιμόταν.

Βλέπω μια μέρα γράψανε
ο γέρος ,πάει τέλος
και άφησε το καπέλο του
μες την Αριστοτέλους.

Τα γλαροπούλια σιωπηλά
Στα χαμηλά πετούσαν
Έσκυψε ο πύργος ο λευκός
Και τα νερά πενθούσαν.

Ο ουρανός ήταν θολός
έτοιμος για να βρέξει
ή χιόνιζε ή έβρεχε
ποιόν είχε να μουσκέψει;

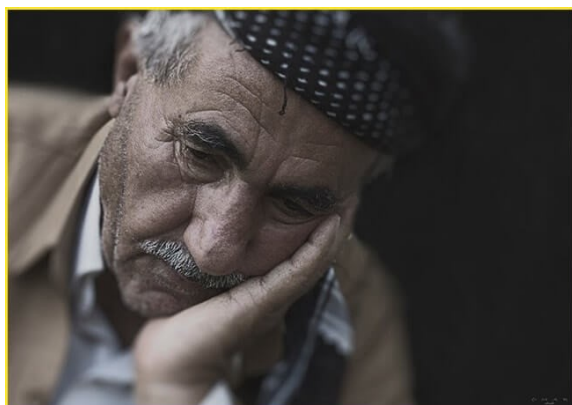
Μα είπε ένας άνθρωπος
που πήγε αυτός ο γέρος
και άφησε την κληρονομιά
μες την Αριστοτέλους;

Έζησε ο γέρος ο φτωχός
χρόνια μέσα στην άβυσσο
μα ήταν για τους Χριστιανούς
σκάλα για τον παράδεισο.

Πήρα τον φτωχολάζαρο
όποιος τον είχε φέρει
και εγώ ακόμα καρτερώ
με τα λεφτά στο χέρι.

Αν θες να κάνεις το καλό
κάντο και μη λυπάσαι
γιατί αλλιώς μες τη ζωή
για πάντα το θυμάσαι.

Δέσποινα Τσιαμήτρου Παπαθεοδώρου





DEM@ENTORING

Dem@enting



Αθήνα

Το φορτίο των περιθαλπόντων των ατόμων με άνοια αποτελεί ένα από τα σημαντικότερα θέματα στην προσέγγιση της νόσου. Το ψυχολογικό, πρακτικό και οικονομικό φορτίο συνήθως αναλαμβάνουν είτε οι συγγενείς των ατόμων που πάσχουν (άτυποι περιθάλποντες) είτε άμεσα εργαζόμενοι περιθάλποντες (έμμισθοι περιθάλποντες).

Οι απαιτήσεις της φροντίδας είναι εξαιρετικά υψηλές και τα άτομα που έχουν αναλάβει το ρόλο αυτό συχνά βιώνουν αρνητικά συναισθήματα που επηρεάζουν τόσο την ψυχική τους υγεία όσο και την κοινωνική τους ζωή. Αυτό έχει ως συνέπεια η φροντίδα που παρέχεται στο άτομο που νοσεί να είναι αναποτελεσματική και οι ίδιοι οι περιθάλποντες να παραμελούν σημαντικά τις δικές τους ανάγκες οδηγώντας τους σε συναισθηματική και σωματική εξουθένωση.

Το DEM@ENTORING είναι ένα ευρωπαϊκό πρόγραμμα διάρκειας 30 μηνών στο πλαίσιο του προγράμματος Erasmus+ και συμμετέχουν πέντε χώρες της Ευρωπαϊκής Ένωσης (Σουηδία, Ιταλία, Δανία, Πολωνία και Ελλάδα).

Στόχος του προγράμματος είναι η online εκπαίδευση περιθαλπόντων ως Μέντορες (e-Mentors) ώστε να είναι σε θέση να παρέχουν συμβουλές μέσω διαδικτύου σε άλλους περιθάλποντες. Πιο αναλυτικά, οι e-Mentors θα παρέχουν με ηλεκτρονικά μέσα καθοδήγηση και συμβουλευτική σε θέματα που σχετίζονται με την άνοια, τη διαχείριση συμπεριφορικών και ψυχιατρικών συμπτωμάτων, την εκπαίδευση σε ψυχοκοινωνικές παρεμβάσεις, τη διαχείριση του φορτίου κ.ά. ενώ θα μεταδίδουν τις γνώσεις και τις δεξιότητες τους μέσα από μαθήματα και σύντομα παιχνίδια προσομοίωσης π.χ. role playing. Το εκπαιδευτικό υλικό θα είναι άμεσα διαθέσιμο μέσω της online εκπαιδευτικής πλατφόρμας Massive Open Online Course (MOOC) και θα εφαρμόζεται σε φορητές συσκευές. Έτσι, ο χρήστης θα μπορεί να έχει πρόσβαση στην εφαρμογή από οποιοδήποτε μέρος (π.χ. οικία, Κέντρο Ημέρας, ΚΑΠΗ) και εφαρμογή (π.χ. smartphone, tablet).

Οι συνεργάτες του προγράμματος είναι:

* Η Εταιρία παροχής συμβουλευτών και ερευνητικών υπηρεσιών σε εταιρείες και οργανισμούς «Innosystems» στην Ελλάδα.

* Η Εταιρία «36,6» Competence Centre που ειδικεύεται στην παροχή άτυπων υπηρεσιών εκπαίδευσης και καθοδήγησης για διάφορες ομάδες-στόχους στην Πολωνία.

* Ο Μη Κερδοσκοπικός Οργανισμός (ΜΚΟ) «Anziani e Non Solo Societa Cooperativa Sociale» που ασχολείται με τη διαχείριση έργων στον τομέα της ευημερίας και της κοινωνικής ένταξης των πολιτών στην Ιταλία.

* Το Τμήμα Επιστημών Υγείας της Ιατρικής Σχολής του Πανεπιστημίου του Lund στη Σουηδία.

* Ο ΜΚΟ «Komiteen for Sundhedsoplysning» που ασχολείται με την ενημέρωση των πολιτών για θέματα ψυχικής υγείας στη Δανία.

* Η Εταιρία Alzheimer Αθηνών που ασχολείται με την άνοια και τη νόσο Alzheimer στην Ελλάδα.

Στις 15-16 Νοεμβρίου 2018 πραγματοποιήθηκε η πρώτη συνάντηση των εταίρων στο Κέντρο Ημέρας Alzheimer στο Μαρούσι της Εταιρείας Alzheimer Αθηνών ενώ η δεύτερη συνάντηση πραγματοποιήθηκε στις 08-09 Απριλίου 2019 στην Κοπεγχάγη. Το πρόγραμμα ξεκίνησε στις 01.10.2018 και θα ολοκληρωθεί στις 31.03.2021. Για περισσότερες πληροφορίες μπορείτε να επισκεφθείτε την ιστοσελίδα του προγράμματος www.dementoring.eu



Νικολίνα Καψάλη
Ψυχολόγος
Alzheimer Athens



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



DEM@ENTORING

Live and learn – Innovative
ICT based learning and
mentoring approaches for
Alzheimer's communities



Komiteen for Sundhedsoplysning



1st DEM@ENTORING Meeting, Copenhagen, Denmark, 08-09 April 2019





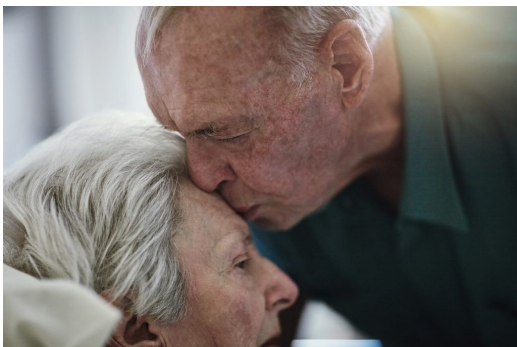
Καλαμάτα

Φροντίδα στο σπίτι

Όσο εξελίσσεται η ασθένεια τόσο πιο απαιτητική φροντίδα χρειάζεται ο άνθρωπος με άνοια. Στο πρώτο στάδιο άνοιας, που αυτοεξυπηρετείται, η φροντίδα είναι πολύ λιγότερη από το δεύτερο και τρίτο στάδιο όπου πραγματικά μπορεί να χρειάζεται βοήθεια στην τουαλέτα, στο μπάνιο, στο φαγητό, στη μετακίνηση κλπ. Κατανοούμε όλοι, ότι ένας άνθρωπος που φροντίζει ένα άτομο με άνοια, μπορεί να απασχολείται μαζί του 24 ώρες το 24ωρο. Αυτό είναι ανθρωπίνως αδύνατο.

Η μεγαλύτερη πηγή υποστήριξης και βοήθειας για τον Έλληνα ασθενή με άνοια είναι η οικογένειά του. Η φροντίδα στο σπίτι βοηθά τον ασθενή και τον περιθάλποντα να συνεχίζουν να ζουν στον ίδιο οικείο χώρο, με την άνεση που είχαν και πριν. Η παραμονή στον ίδιο χώρο προσφέρει στον ασθενή την αίσθηση της ασφάλειας και δεν τον βγάζει από τη ρουτίνα του. Επίσης βοηθά τον συγγενή – περιθάλποντα να είναι δίπλα του και να προσπαθεί να παρέχει όσο το δυνατόν στη καθημερινότητα του δικού του ανθρώπου. Ως επί το πλείστον η δομή της ελληνικής οικογένειας είναι τέτοια που βοηθά στην υποστήριξη και στη φροντίδα αυτών των συνθηκών. Σύζυγοι, παιδιά, εγγόνια, ανίψια, κλπ (φαινόμενο που συναντούμε περισσότερο στην επαρχία) δεν είναι λίγες οι φορές που βοηθούν τόσο τον ασθενή όσο και τον περιθάλποντά του. Έτσι, ο ασθενής κρατιέται σε μια εγρήγορση και παρατείνεται η περίοδος που η ψυχοσωματική του κατάσταση παραμένει σε ένα λειτουργικό επίπεδο. Πολλές φορές τα μέλη στην ελληνική οικογένεια κάνουν συντροφιά στον ασθενή, του μιλούν για τα παλιά, κάνουν εξωτερικές εργασίες που ο περιθάλποντας δεν μπορεί να κάνει πια (λόγω έλλειψης χρόνου), έρχονται σε επικοινωνία με τον θεράποντα ιατρό για τυχόν αλλαγές στη φαρμακευτική αγωγή, εξετάσεις ή συμβουλευτική υποστήριξη για κάποιο θέμα που έχει να κάνει με τη φροντίδα του ασθενούς.

Υπάρχουν όμως και οι πρακτικές δυσκολίες οι οποίες πολλές φορές λειτουργούν ως τροχοπέδη για τους περιθάλποντες. Αρχικά πρέπει να αναφέρουμε πως το κόστος της φροντίδας είναι πολύ υψηλό, σε αρκετές περιπτώσεις δυσβάστακτο. Λίγες είναι πια εκείνες οι περιπτώσεις όπου το περιβάλλον έχει τη δυνατό-



Άνοια: Φροντίδα στο σπίτι ή στο ίδρυμα

τητα κάποιου βοηθού περιθάλποντα επί πληρωμή μόνιμα στο σπίτι, είτε για part time απασχόληση. Να τονίσουμε ότι στο δεύτερο και τρίτο στάδιο ο περιθάλποντας έχει πολύ περισσότερες φροντίδες να παρέχει σε σχέση με το πρώτο, αφού πια είναι ανήμπορος να τις προσφέρει στον εαυτό του. Το σώμα του καταπονείται, συνήθως η μέση και τα χέρια είναι τα πρώτα που τον προδίδουν, αφού η τακτική φροντίδα της ατομικής υγιεινής του ασθενούς βαραίνει αυτόν και μόνο. Η σίτιση, το άλλαγμα, η μετακίνηση από το κρεβάτι στο αμαξίδιο, η χορήγηση των φαρμάκων είναι πράγματα που μόνο ο περιθάλποντας μπορεί να του παρέχει.

Πέρα από αυτά το ψυχολογικό - συναισθηματικό βάρος και η συνεχόμενη αίσθηση της ευθύνης που φέρει ο περιθάλποντας είναι μια κατάσταση που επιβαρύνει πολύ την ψυχολογία του, την πνευματική του ηρεμία και το μέχρι τότε καθημερινό του πρόγραμμα (εργασία, φροντίδα οικογένειας, σπιτιού κλπ.). Ουσιαστικά για τον περιθάλποντα ο ασθενής είναι ένα μωρό το οποίο ποτέ δεν θα μεγαλώσει.

Φροντίδα στο Ίδρυμα

Όλες αυτές οι δυσκολίες που αναφέρθηκαν, οδηγούν κάποιες φορές οικογένεια στην απόφαση της εισαγωγής σε Ίδρυμα. Η φάση αυτή είναι ιδιαίτερα επώδυνη για το περιβάλλον του ασθενούς και ειδικά σε μια εποχή που ακόμη εν έτη 2019 η ελληνική κοινωνία θεωρεί ανεπίτρεπτο τον εγκλεισμό του ηλικιωμένου ανθρώπου με άνοια σε ίδρυμα.

Η προσωπική εμπειρία μας έχει δείξει ότι πολλοί σύζυγοι, παιδιά, συγγενείς και άλλοι ενδιαφερόμενοι καταλήγουν με μεγάλο πόνο και αρκετές τύψεις σε αυτή την απόφαση, για ξεχωριστούς λόγους ο καθένας. Οι περισσότεροι πριν πάρουν την απόφαση έχουν συμβουλευτεί ειδικούς του χώρου για υποστήριξη και ειδική συμβουλευτική. Γενικότερα η διαδικασία εισαγωγής σε Ίδρυμα είναι επώδυνη και για τις δύο πλευρές, αλλά εφόσον υπάρχει αδυναμία φροντίδας από το περιβάλλον για τους οποιουσδήποτε λόγους (κοινωνικούς, οικονομικούς κλπ), δεν υπάρχει άλλη λύση.

Όταν οι άνθρωποι με άνοια αναγκάζονται υπό την πίεση των περιστάσεων να μπου σε ίδρυμα, συναντούν σαφώς δυσκολίες προσαρμογής στο νέο περιβάλλον. Ανάλογα με το στάδιο της νόσου, επηρεάζεται και η διαμονή τους σε αυτό. Το πρώτο και το βασικότερο αποτελεί η ριζική αλλαγή της καθημερινότητά τους. Ο χώρος που αντικρίζουν είναι τελείως διαφορετικός από αυτό που είχαν συνηθίσει να βλέπουν. Αυτό αποτελεί ένα πρώτο σοκ για τους ανθρώπους με άνοια, αφού η σταθερότητα και τα συγκεκριμένα μοτίβα της καθημερινότητας βοηθούν στην καλή πορεία της νόσου.

Ο εσωστρεφισμός, ο μαρασμός, η κατάθλιψη, η αποξένωση είναι βασικά χαρακτηριστικά ιδρυματικών

ασθενών με άνοια. Μην ξεχνάμε ότι η απουσία των οικείων τους προσώπων είναι ένας από τους πρώτους λόγους που οδηγούν σε αυτή την κατάσταση. Αξίζει να αναφερθούμε όμως από την άλλη, στο γεγονός ότι πολλές φορές η είσοδος ανθρώπων με άνοια στο Ίδρυμα είναι ο μοναδικός τρόπος να φροντιστούν και να ζήσουν αξιοπρεπώς. Το γεγονός ότι υπάρχει καθημερινή νοσηλευτική και ιατροφαρμακευτική περίθαλψη είναι σημαντικό για την πορεία της υγείας τους. Μην ξεχνάμε επίσης ότι η ύπαρξη και άλλων συνομήλικων μπορεί να τους βοηθήσει να δημιουργήσουν ένα μικρό κύκλο, μια συντροφιά που στο σπίτι δεν υπήρχε. Μια ακόμη δυνατότητα που προσφέρουν τα Ίδρύματα είναι ότι μπορούν να αντεπεξέλθουν πιο άμεσα σε μια έκτακτη περίπτωση, όπου οι πρακτικές δυσκολίες του σπιτιού δε θα βοηθούσαν στην άμεση επίλυση.

Καταλήγοντας θα λέγαμε ότι η φροντίδα ενός ανθρώπου με άνοια είτε στο σπίτι, είτε στο Ίδρυμα χρειάζεται υπομονή, κατάλληλα προετοιμασμένους περιθάλποντες και ομάδες υποστήριξης για τις δύσκολες καθημερινές απαιτήσεις που έχει η φροντίδα τους. Ας προβληματιστούμε όλοι, ο καθένας από το δικό του μετερίζι και ας προσπαθήσουμε να εργαστούμε συνολικά και συλλογικά για τη βελτίωση των συνθηκών ζωής των ασθενών και των περιθαλπόντων τους.

Κων/να Κανελλοπούλου

Κοινωνική Λειτουργός

ΜΕ.Σ.Ε.Ν.Α. - Μεσσηνιακό Σωματείο επαφής με την άνοια και τη νόσο Alzheimer

Βιωματικό εργαστήριο στην Ημερίδα Περιθαλπόντων ανθρώπων με άνοια

Είναι 2.00 η ώρα. Μεσημέρι.

Σκέφτομαι όλους τους ανθρώπους που έχουν έρθει σήμερα εδώ στο Αρχαιολογικό Μουσείο για την Ημερίδα των περιθαλπόντων. Άνθρωποι κάθε ηλικίας παιδιά από 6 έως 12 ετών, αλλά και έφηβοι και ενήλικες και ηλικιωμένοι – παππούδες και γιαγιάδες αρκετοί από αυτούς πάσχουν από άνοια.

Σκέφτομαι επίσης ότι αρκετοί είναι εδώ από τις 9.00 το πρωί. Μήπως έχουν κουραστεί; Μήπως πεινάνε; Άραγε θα μείνουν για το κλείσιμο;

Έχω ετοιμάσει ένα βιωματικό εργαστήριο με θέμα την τέχνη, με στόχο να δείξω πώς διάφορες μορφές τέχνης βοηθάνε και στηρίζουν από τη μια πλευρά τους ανθρώπους που βιώνουν κάποια μορφή άνοιας και από την άλλη πλευρά τους περιθάλποντές τους. Ο τίτλος μάλιστα του βιωματικού: «Δεν ξέρω πώς, δεν ξέρω που, δεν ξέρω πότε, όμως τα βράδια κάποιος κλαίει πίσω από την πόρτα κι ή τέχνη είναι φίλη μας...», είναι δανεισμένος από την τέχνη της ποιήσης. Συγκεκριμένα, από το ποίημα: «Περιμένοντας τα

βράδυ», του Τάσου Λειβαδίτη. Με μόνο μια μικρή παράφραση στους στίχους. Ο ποιητής λέει «...κι η μουσική είναι φίλη μας». Ωστόσο, κάθε τέχνη μπορεί να είναι φίλη μας στα δύσκολα που βιώνουμε, κι έτσι στον τίτλο του βιωματικού το αλλάξαμε σε: «... κι ή τέχνη είναι φίλη μας». Η ζωγραφική, η γλυπτική, η μουσική, το κολάζ, τα παραμύθια, οι χειροτεχνίες έχουν τη δύναμη να μας βοηθάνε να εκφράσουμε και να διαχειριστούμε τα συναισθήματα και τις σκέψεις μας. Συχνά τα συναισθήματα και οι σκέψεις που συνοδεύουν την άνοια είναι η θλίψη, ο θυμός, η απόγνωση, η απελπισία, η δυσφορία, ο εγκλωβισμός.

Παρόλες τις απαισιόδοξες σκέψεις σε σχέση με τη δύσκολη μεσημεριανή ώρα, η αίθουσα είναι γεμάτη! Η ενέργειά μου τώρα είναι στραμμένη στην παρουσίαση του βιωματικού εργαστηρίου, αρχικά με την απαγγελία του ποιήματος, την πλαισίωση μιας σύντομης θεωρίας και αμέσως μετά την πρόταση για το χωρισμό σε μικρές ομάδες και τις οδηγίες να συνδημιουργήσουν με την τέχνη του κολάζ. Ψαλίδια, περιοδικά, κόλλες, χαρτόνια κανσόν μοιράζονται στους συμμετέχοντες. Επικρατεί τάξη, συνεργασία, διάθεση για δημιουργία. Το συναίσθημά μου έκπληξη και χαρά: παιδιά μαζί με ενήλικες και ηλικιωμένους σε μικρές ομάδες με απίστευτη προθυμία ανταποκρίνονται στη συν-δημιουργία. Ένα αντιστάθμισμα αυτό φροντίδας αναδύεται. Είναι υπέροχο να τους βλέπουμε να πειραματίζονται με φίλη την τέχνη του κολάζ, να συνδέονται με τη χαρά, την ελπίδα και τη δημιουργικότητά τους!

Ακολούθησαν τα γενναιόδωρα μοιράσματα με την παρουσίαση και τη νοηματοδότηση των κολάζ που κατασκεύασαν. Δεν υπήρξε ομάδα να πει: «Ας μη πούμε εμείς, είναι μεσημέρι». Το αντίθετο!

Η εικόνα που κρατώ από το κλείσιμο της Ημερίδας είναι ο κύκλος που σχηματίσαμε με τα χέρια ενωμένα και τα συναισθήματα που ακούστηκαν από τους ανθρώπους που έχουν τη δύναμη, τη θέληση, το κουράγιο να μαθαίνουν πώς να αγαπάνε, να φροντίζουν και να στηρίζουν τον άνθρωπό τους που πάσχει από άνοια χωρίς να ξεχνάνε τη σημαντικότητα της φροντίδας (και) του εαυτού τους: Συγκίνηση, χαρά, ελπίδα, συντροφικότητα, μοίρασμα, ευλογία, δημιουργία, γνώση, φροντίδα, στήριξη, ευχαριστώ.

Κατερίνα Σιαμπάνη

Συμβουλευτική Ψυχολόγος, Ψυχοθεραπεύτρια, Εκπαιδευτρια, Επόπτρια Gestalt - Alzheimer Hellas



Θεσσαλονίκη

Bionat: Για ακόμη μία χρονιά φροντί-ZOYME για εσάς, φροντί-ZOYME για να θυμάστε

Η Bionat με το **MemoVigor2** και το βλέμμα στραμμένο σε ένα καλύτερο αύριο για τις επόμενες γενιές, δείχνει την υπεύθυνη στάση της για τον άνθρωπο σε όλη τη διαδρομή της.

Για 2η συνεχόμενη χρονιά υλοποιούμε ένα ιδιαίτερο πρόγραμμα Εταιρικής Κοινωνικής Ευθύνης στηρίζοντας την Ελληνική Εταιρία Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών ενισχύοντας το έργο και τις δράσεις της. Σύμφωνα με τις τελευταίες εκτιμήσεις, ο αριθμός των πασχόντων από τη νόσο Alzheimer διαμορφώνεται στις 200.000 στην Ελλάδα και αναμένεται να διπλασιαστεί έως το 2050! Η Ελληνική Εταιρία Alzheimer ιδρύθηκε το 1995 με βασικούς σκοπούς, όντας μη κερδοσκοπικός οργανισμός, την υποστήριξη των πασχόντων και των οικογενειών τους, την ίδρυση νέων παραρτημάτων σε όλη την Ελλάδα, την ευαισθητοποίηση της κοινότητας σε θέματα σχετικά με την άνοια καθώς και την ενημέρωση σχετικά με νέες μεθόδους πρόληψης.

Το 2019 η Alzheimer Hellas πραγματοποίησε δράσεις που πλαισιώνουν την κύρια δράση του Σωματίου – τη λειτουργία των 2 Μονάδων Αντιμετώπισης Νόσου Alzheimer στη Θεσσαλονίκη, «Αγία Ελένη» και «Άγιος Ιωάννης», όπως:

- ✓ 11^ο Πανελλήνιο Συνέδριο Νόσου Alzheimer
- ✓ 3^ο Μεσογειακό Συνέδριο Νευροεκφυλιστικών Νοσημάτων
- ✓ Ημερίδα για τους περιθάλποντες «Συμβαδίζοντας με την άνοια»
- ✓ Ενημερωτικές ομιλίες στην Ένωση Κωφών Βορείου Ελλάδος
- ✓ Εκδηλώσεις κοινωνικοποίησης και ψυχαγωγίας
- ✓ Έκδοση εγχειριδίου με τίτλο «Νοητικές Ασκήσεις»

Μελλοντικές δράσεις της Alzheimer Hellas:

- ✓ Λειτουργία Μονάδας Ανακουφιστικής Φροντίδας για άτομα με άνοια τελικού σταδίου
- ✓ Πρόγραμμα Διασύνδεσης με ΚΑΠΗ – ΚΗΦΗ
- ✓ Δράση ενημέρωσης και προληπτικής εξέτασης στα Γιαννιτσά
- ✓ Έκδοση βιβλίου για παιδιά σχετικά με τη Νόσο με τίτλο «Ποιος είμαι εγώ, παππού;»

Το **MemoVigor2**, φυσικό σκεύασμα της Bionat που συμβάλλει στην ενίσχυση της μνήμης αποτελεί αρωγό στην προσπάθεια ευαισθητοποίησης της κοινότητας σχετικά με το Alzheimer και την υλοποίηση των δράσεων της Alzheimer Hellas. Για μία ακόμη χρονιά, με την αγορά κάθε σκευάσματος **MemoVigor2**, μέρος των εσόδων χορηγείται στην Alzheimer Hellas ενισχύοντας τα Κέντρα Ημέρας «Αγία Ελένη» και «Άγιος Ιωάννης». Η βοήθεια που προσφέρεται εκτεί-

νεται και καλύπτει σχεδόν ολόκληρη τη Βόρεια Ελλάδα, με περίπου 1500 επισκέπτες τον μήνα.

Φρόντισε τη μνήμη σου και στήριξε και εσύ τις δράσεις της Alzheimer Hellas!

ΔΩΡΕΑΝ Θεραπευτική άσκηση για άτομα με Νευρολογικές παθήσεις (ΝΠ)

Η Alzheimer Hellas θα πραγματοποιήσει στους ειδικά διαμορφωμένους χώρους τους για άθληση, δωρεάν πρόγραμμα θεραπευτικής άσκησης, 2 φορές την εβδομάδα, για άτομα που πάσχουν από Νευρολογικές παθήσεις (ΝΠ) όπως: Πολυνευροπάθειες, Άνοιες – Νόσος Alzheimer, ΑΕΕ – Αγγειακά Εγκεφαλικά Επεισόδια, Νόσος Parkinson, Σκλήρυνση κατά πλάκας κ.ά.

Στόχοι του προγράμματος είναι η εξυπηρέτηση των αναγκών θεραπευτικής άσκησης ασθενών με ΝΠ, η πρόληψη αλλά και η πρόωμη παρέμβαση και αντιμετώπιση της αναπηρίας που επέρχεται στην πορεία της κάθε νευρολογικής νόσου. Ως ημερομηνία έναρξης των προγραμμάτων έχει οριστεί η **1η Νοεμβρίου 2019 στις 17:00 μ.μ.**

Οι ενδιαφερόμενοι μπορούν να λάβουν όλες τις απαραίτητες πληροφορίες σχετικά με τη δήλωση συμμετοχής στο τηλ. επικοινωνίας: 2310 810411 (εσ. 154). Απαραίτητη προϋπόθεση, πέραν της δήλωσης συμμετοχής, είναι και η φυσική παρουσία των ενδιαφερόμενων με αθλητική ενδυμασία στη Μονάδα Alzheimer «Αγία Ελένη» (Πέτρου Συνδίκου 13) την Παρασκευή 18 Οκτωβρίου στις 17:00 μ. μ. προκειμένου να πραγματοποιηθεί κινητική αξιολόγηση συμμετοχής και ενημέρωση από τους Επιστημονικά Υπεύθυνους των Θεραπευτικών προγραμμάτων.

Dr. Βασιλική Σ. Γαροπούλου
MSc, Ph.D., P.D.

Καθηγήτρια Επιστήμης Ειδικής Φυσικής Αγωγής & Αθλητισμού Τ.Ε.Φ.Α.Α. Α.Π.Θ.

Dr. Χρήστος Α. Μουζακίδης MSc., Ph.D.
Καθηγητής Φυσικής Αγωγής - Alzheimer Hellas



Απολογισμός Έργου «Φροντίζω για την Άνοια στην Κοινότητα» Μια ολοκληρωμένη παρέμβαση για την Άνοια στην Πάτρα

Πάτρα

Το Κοινωνικό Σωματείο Αρωγής και Φροντίδας Ηλικιωμένων και ΑμεΑ - «Φροντίζω», με την αποκλειστική δωρεά του Ιδρύματος Σταύρος Νιάρχος, υλοποίησε από τον Αύγουστο του 2017 μέχρι τον Ιούλιο του 2019 το έργο «Φροντίζω για την Άνοια στην Κοινότητα».



Η άνοια στις μέρες μας αποτελεί μια από τις σημαντικότερες προκλήσεις στο χώρο της δημόσιας υγείας και κρίνεται απαραίτητος ο σχεδιασμός και η εφαρμογή κατάλληλων πολιτικών για την αντιμετώπιση της, δεδομένου ότι η χώρα μας θα είναι μια από τις πιο γερασμένες χώρες στον κόσμο τα επόμενα χρόνια. Αυτή τη στιγμή ο αριθμός των ατόμων άνω των 65 ετών, στην Ελλάδα προσεγγίζει τα 2.3 εκατομμύρια (21.5% του πληθυσμού), ενώ τα άτομα με άνοια υπολογίζονται σε 200.000, αριθμός που αναμένεται να τριπλασιαστεί μέχρι το 2050. Επίσης, για να κατανοήσουμε καλύτερα τον αντίκτυπο του προβλήματος πρέπει να λάβουμε υπόψη ότι σε κάθε ασθενή αντιστοιχούν περίπου 2 οικογενειακοί περιθάλπτοντες (περίπου 400.000) και ότι το 89% των ατόμων με άνοια στην Ελλάδα παραμένουν και φροντίζονται στο σπίτι.

Σκοπός του παρόντος έργου ήταν, η υλοποίηση μιας σειράς δράσεων στην ευρύτερη περιοχή της Πάτρας για την πρόληψη, έγκαιρη διάγνωση και αντιμετώπιση της άνοιας και της νόσου Alzheimer.

Οι δράσεις που υλοποιήθηκαν κατά τη διάρκεια του προγράμματος ήταν οι εξής:

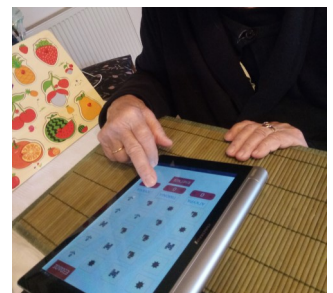
- ✓ Κατ' Οίκον Παρέμβαση για οικογένειες που φρόντιζαν ένα άτομο με άνοια στην Πάτρα, μέσω της παροχής υπηρεσιών νοητικής και σωματικής ενδυνάμωσης στους ασθενείς καθώς και νοσηλευτικής εκπαίδευσης και συμβουλευτικής στους οικογενειακούς περιθάλπτοντες για την καλύτερη διαχείριση της φροντίδας του οικείου τους προσώπου
- ✓ Υλοποίηση κύκλου σεμιναρίων με τίτλο «Εκπαιδεύομαι & Φροντίζω» με στόχο την ολο-

κληρωμένη εκπαίδευση οικογενειακών περιθάλπτοντων πάνω στην άνοια

- ✓ Λειτουργία του «Γραφείου Υποστήριξης της Μνήμης», μιας πρωτοποριακής δομής στην Πάτρα που πραγματοποίησε νευροψυχολογικές αξιολογήσεις σε άτομα άνω των 55 ετών, ενημέρωση για τους τρόπους πρόληψης της άνοιας καθώς και συμβουλευτική σε οικογενειακούς περιθάλπτοντες ατόμων με άνοια.
- ✓ Υλοποίηση ομάδας ψυχοεκπαίδευσης οικογενειακών περιθάλπτοντων με στόχο τη διαχείριση της επιβάρυνσης που προκύπτει από τη φροντίδα.
- ✓ Ενημερωτικές Δράσεις στην Κοινότητα για την πρόληψη και την αντιμετώπιση της άνοιας και της νόσου Alzheimer.

Ο αντίκτυπος του προγράμματος ήταν ιδιαίτερα σημαντικός καθώς μέσα από αυτό:

- ▶ 85 οικογένειες που φροντίζουν άτομο με άνοια εντάχθηκαν, για ένα εξάμηνο η κάθε μία, στην κατ' οίκον παρέμβαση.
- ▶ 226 ραντεβού πραγματοποιήθηκαν μέσω του Γραφείου Υποστήριξης Μνήμης.
- ▶ 149 οικογενειακοί περιθάλπτοντες και επαγγελματίες υγείας συμμετείχαν στα εκπαιδευτικά σεμινάρια για την άνοια «Εκπαιδεύομαι & Φροντίζω»
- ▶ 408 άτομα έλαβαν μέρος στις ενημερωτικές δράσεις που πραγματοποίησε το Φροντίζω στην Πάτρα και άλλες περιοχές της Περιφέρειας Δυτικής Ελλάδος.



Συνολικά, στα δύο χρόνια υλοποίησης του έργου, 650 μοναδικοί ωφελούμενοι εξυπηρετήθηκαν στο πλαίσιο του προγράμματος «Φροντίζω για την Άνοια στην Κοινότητα», αριθμός ο οποίος λειτουργεί πολλαπλασιαστικά λόγω της διάχυσης της γνώσης σε περισσότερα από ένα μέλη σε κάθε οικογένεια.

Τα αποτελέσματα του έργου μας οδήγησαν σε πολύ χρήσιμα συμπεράσματα μιας και μετά τη συμμετοχή των ωφελουμένων στις υπηρεσίες και τις δράσεις του προγράμματος, υπήρξε σημαντική πρόοδος στην αλλαγή του τρόπου συμπεριφοράς μεγάλου αριθμού συμπολιτών μας (άτομα με άνοια, περιθάλπτοντες,



Πάτρα Χαλκίδα

ηλικιωμένοι, απλοί πολίτες) απέναντι στην άνοια. Προέκυψαν ενημερωμένοι πολίτες, που γνωρίζουν πλέον τα μέτρα πρόληψης αναφορικά με την άνοια καθώς και αυτοί που ενημερωθήκαν τους κατάλληλους τρόπους για την αντιμετώπισή της.

Βάσει αυτών των δεδομένων θεωρούμε ιδιαίτερα σημαντική τη συνεργασία που είχε το σωματείο Φροντίζω με το Ίδρυμα Σταύρος Νιάρχος αυτά τα δύο χρόνια, μιας και αυτή συνέβαλε τόσο στην ανάπτυξη σημαντικών υπηρεσιών για τη διαχείριση αυτού του σοβαρού ζητήματος στην περιοχή μας όσο και για την προσπάθεια επίτευξης βιωσιμότητας της οργάνωσής μας για τα επόμενα χρόνια λειτουργίας της.



Δημήτριος Θεοδωρόπουλος
Κοινωνικός Λειτουργός, «Φροντίζω» - Πάτρα

Αλληλοβοήθεια μεταξύ περιθαλπόντων

Η αλληλεγγύη εκφράζει έμπρακτα τη συνεργασία και τη συμπαράσταση. Η Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών Χαλκίδας, αξιοποιεί τις πρωτοβουλίες αλληλεγγύης των οικογενειών ατόμων με άνοια, ώστε να δημιουργηθεί ένα συνεχές φροντίδας και να καλύπτονται τα κενά στην κοινότητα. Προτεραιότητα έχουν οι οικογένειες που επιπρόσθετα με το φορτίο επιβάρυνσης της φροντίδας των ατόμων με άνοια στο σπίτι, ταυτόχρονα αντιμετωπίζουν οικονομικά προβλήματα.

Δυο αμαξίδια για άτομα με κινητικές αναπηρίες, παραχωρήθηκαν από οικογένειες ατόμων με άνοια, που κάλυπταν τις ανάγκες των δικών τους ασθενών. Πρόκειται για ανάγκες που καλύφθηκαν σε οικονομικά ασθενείς οικογένειες ατόμων με άνοια σε Χαλκίδα και Βόρεια Εύβοια.

Τα αμαξίδια παραχωρήθηκαν δωρεάν από τις οικογένειες Χ. Μιχαήλ και Π. Συρινάκη. Επίσης, ένα νοσοκομειακό κρεβάτι με αερόστρωμα, παραχωρήθηκε για δωρεάν διάθεση από την οικογένεια της Α. Εσκίογλου.

Η προσφορά των οικογενειών είναι σημαντική για τους περιθάλποντες και χαρίζει δύναμη και αισιοδοξία.



Χριστίνα Καλαβρή
Ψυχολόγος - Κέντρο Ημέρας «Αγία Ειρήνη»

Βράβευση συνεργάτη της Ελληνικής Εταιρείας Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών (ΕΕΑ)

Ο συνεργάτης της ΕΕΑ, Στέλιος Ζυγούρης, είναι μέλος ομάδας που βραβεύθηκε στην εναρκτήρια απονομή των βραβείων **Atlantic Senior Fellows Awards**. Τα βραβεία απονέμονται σε ομάδες αποφοίτων του προγράμματος Atlantic Fellows σε αναγνώριση συνεργασιών προωθούν δικαιότερες, πιο υγιείς και πιο ανοιχτές κοινωνίες. Τέσσερις ομάδες ήταν υποψήφιες για τα δύο Atlantic Senior Fellows Awards αυτού του έτους, αξίας £50.000 το καθένα.

Ο Στέλιος Ζυγούρης μαζί με τον Hany Ibrahim (Αίγυπτος) και την Elaine Howard (Ιρλανδία) βραβεύτηκαν για το έργο East Mediterranean Brain Health Initiative (EMBHI) στην τελετή απονομής που έγινε στο Rhodes House στην Οξφόρδη. Το EMBHI έχει ως στό-





χο τη δημιουργία ενός δικτύου για την άνοια στην περιοχή της Ανατολικής Μεσογείου με στόχο την παροχή καλύτερων υπηρεσιών νοητικής υγείας, με εστίαση σε υποεξυπηρετούμενους πληθυσμούς. Αναγνωρίζοντας τις ιδιαίτερες ανάγκες, περιορισμούς αλλά και ευκαιρίες που υφίστανται στην περιοχή προωθεί τρία παράλληλα μοντέλα δράσης με στόχο την άρση των εμποδίων και την βέλτιστη αξιοποίηση των υπαρχόντων πόρων.

Στα πλαίσια της μεταφοράς τεχνογνωσίας ανάμεσα σε χώρες που συμμετέχουν στο EMBHI ομάδα ειδικών της ΕΕΑ συνεργάστηκε με επιστήμονες του Ain Shams University του Καΐρου για τη δημιουργία του πρώτου εργαστηρίου νοητικής εξάσκησης και ενδυνάμωσης στην Αίγυπτο. Στα πλαίσια αυτής της προσπάθειας διενεργήθηκε διήμερο workshop στο Κάιρο όπου ειδικοί της ΕΕΑ –Μαριάννα Τσατάλη, Στέλιος Ζυγούρης και Μάγδα Τσολάκη- εκπαίδευσαν 20 Αιγύπτιους επιστήμονες από 3 διαφορετικά Αιγυπτιακά πανεπιστήμια, στο σχεδιασμό, συντονισμό και αξιολόγηση τμημάτων νοητικής εξάσκησης για ηλικιωμένους. Παράλληλα οι Αιγύπτιοι επιστήμονες εκπαιδεύτηκαν σε ζητήματα σχετικά με την προσέγγιση κοινωνικών φορέων και την προώθηση της νοητικής εξάσκησης στο ευρύ κοινό. Με τη λήξη του workshop υπογράφηκε σύμφωνο συνεργασίας μεταξύ των Ελληνικών και Αιγυπτιακών φορέων επισημοποιώντας τη συμμετοχή τους στο εργαστήριο νοητικής εξάσκησης και ενδυνάμωσης του Ain Shams University. Τη συμφωνία υπέγραψαν η καθηγήτρια Dr. Hala Sweed από την Αίγυπτο και η καθηγήτρια Δρ. Μάγδα Τσολάκη από την Ελλάδα.

Στα πλαίσια της προσαρμογής τεχνολογιών αιχμής για χρήση στον χώρο της Ανατολικής Μεσογείου το EMBHI συνεργάζεται με το University of California San Francisco (UCSF) Memory and Aging Centre (MAC) για την προσαρμογή της ηλεκτρονικής διαγνωστικής δοκιμασίας Brain Health Assessment (BHA). Η δοκιμασία BHA χορηγείται σε συσκευή tablet με στόχο τον έγκαιρο εντοπισμό της άνοιας. Έχει σχεδιαστεί έτσι ώστε να μπορεί να χορηγηθεί από μη ειδικούς σε δομές πρωτοβάθμιας φροντίδας αλλά και σε κοινοτικές δομές. Η προσαρμογή της εντάσσεται σε μία προσπάθεια επέκτασης της σάρωσης για άνοια στην πρωτοβάθμια περίθαλψη και στην κοινότητα. Μελέτες στάθμισης και αξιολόγησης της διαγνωστικής χρησιμότητας προσαρμοσμένων εκδόσεων της BHA διενεργούνται στην Ελλάδα και την Αίγυπτο. Η ελληνική μελέτη, η οποία διενεργείται στα κέντρα ημέρας της ΕΕΑ, συντονίζεται από τον Στέλιο Ζυγούρη, υποστη-

ρίζεται από το πρόγραμμα Pilot Awards (συγχρηματοδοτούμενο από τους οργανισμούς Global Brain Health Institute και Alzheimer's Association) και υλοποιείται από την Ευτυχία Λαζάρου και την Παρασκευή Ηλιάδου.

Στα πλαίσια δράσεων που καλύπτουν όλη την περιοχή της Ανατολικής Μεσογείου το EMBHI σχεδιάζει έναν διαδικτυακό portal πληροφόρησης για άτομα με νοητικά προβλήματα, συγγενείς και περιθάλποντες. Το EMBHI συνεργάζεται με την επιτυχημένη καμπάνια ενημέρωσης "Understand Together" της Ιρλανδίας για την προσαρμογή ενημερωτικού υλικού. Έχοντας την υποστήριξη της καμπάνιας Understand Together, είναι σε εξέλιξη ο σχεδιασμός του portal το οποίο αργότερα θα εμπλουτιστεί με υλικό από συνεργάτες του EMBHI. Στόχος είναι η παροχή υψηλής ποιότητας, επιστημονικά άρτιου ενημερωτικού υλικού που να καλύπτει όλες τις πτυχές των νοητικών διαταραχών. Το υλικό θα είναι διαθέσιμο σε όλες τις γλώσσες των χωρών που συμμετέχουν στο EMBHI.

Ο στόχος του EMBHI είναι να λειτουργήσει σαν σημείο αναφοράς για την Ανατολική Μεσόγειο πολλαπλασιάζοντας το υπάρχον δυναμικό και αξιοποιώντας το για βελτίωση των υπηρεσιών υγείας. Η εστίαση του καλύπτει όλο το φάσμα των νοητικών διαταραχών και περιλαμβάνει κλινικές, διοικητικές αλλά και ψυχοκοινωνικές δράσεις. Το EMBHI είναι σε επαφή με ειδικούς από όλη την περιοχή της Ανατολικής Μεσογείου ώστε να διευρύνει το δίκτυο και τις δράσεις του καλώντας όλους όσους δραστηριοποιούνται στην αντιμετώπιση των νοητικών διαταραχών να συνδράμουν το έργο του.

Στέλιος Ζυγούρης

Νευροψυχολόγος, MSc - PhD - Alzheimer Hellas



Ο Στέλιος Ζυγούρης είναι νευροψυχολόγος με εστίαση στις ηλεκτρονικές νευροψυχολογικές δοκιμασίες και ειδίκευση στη χρήση των serious games για εντοπισμό νοητικών διαταραχών. Σχεδίασε την πρώτη δοκιμασία σάρωσης για τις νοητικές διαταραχές βασισμένη σε serious game και συμμετείχε στο σχεδιασμό αλλά και στην προσαρμογή στα Ελληνικά διάφορων ηλεκτρονικών νευροψυχολογικών δοκιμασιών. Είναι υποψήφιος διδάκτορας του Αριστοτελείου Πανεπιστημίου σε συνεργασία με το Network Aging Research του πανεπιστημίου της Χαϊδελβέργης και λαμβάνει υποτροφία από το Robert Bosch Foundation Stuttgart για τις διδακτορικές σπουδές του. Η διδακτορική μελέτη του εστιάζει στη χρήση διαχρονικών δεδομένων επίδοσης σε ένα αυτοχορηγούμενο serious game για τον εντοπισμό της ήπιας νοητικής διαταραχής.



Αθήνα

Ο Σεπτέμβριος είναι παγκοσμίως μήνας αφιερωμένος στην άνοια και τη νόσο Alzheimer. Σύμφωνα με στατιστικά στοιχεία, ένας στους δύο ή τρεις ανθρώπους πάνω από τα 80 θα νοσήσει από κάποια μορφή άνοιας. Στη χώρα μας περίπου 200.000 άνθρωποι πάσχουν σήμερα από άνοια και ο αριθμός αναμένεται να αυξηθεί δραματικά στο μέλλον. Όπως κάθε χρόνο στο πλαίσιο του Παγκόσμιου Μήνα, και φέτος η Εταιρεία Alzheimer Αθηνών διοργανώνει σειρά εκδηλώσεων ευαισθητοποίησης του κοινού.

ΖΩΝΤΑΣ ΚΑΛΑ ΜΕ ΤΗΝ ΑΝΟΙΑ Ημερίδα Ενημέρωσης και Ευαισθητοποίησης, στη Στέγη του Ιδρύματος Ωνάση

Η καθημερινότητα για κάποιον που πάσχει από κάποια μορφή άνοιας είναι εξαιρετικά δύσκολη. Με βάση διεθνή στοιχεία, ένας στους δύο πάσχοντες δεν νιώθει μέρος της κοινότητας στην οποία ζει, γεγονός που οφείλεται στα βιολογικά εμπόδια που βάζει η ίδια η ασθένεια σε συνδυασμό με τα εμπόδια που βάζει η κοινωνία: μη προσβάσιμοι χώροι, έλλειψη ενημέρωσης υπαλλήλων ιδιωτικού και δημόσιου τομέα σχετικά με τη νόσο και τη διαχείρισή της, απουσία κατάλληλων υποδομών για τη διευκόλυνση των συμπολιτών μας στην άσκηση των κοινωνικών τους δικαιωμάτων, κ.ά.

Στις 18 Σεπτεμβρίου η Εταιρεία Alzheimer Αθηνών διοργανώνει μια ημερίδα ενημέρωσης και ευαισθητοποίησης του κοινού, με πυρήνα ακριβώς αυτό το θέμα, με ομιλίες από τους πιο εξειδικευμένους επιστήμονες της χώρας μας.

Η ημερίδα θα διεξαχθεί την Τετάρτη 18 Σεπτεμβρίου, στη Στέγη του Ιδρύματος Ωνάση, στις 19:00.

Τα πρώτα βήματα προς την κατεύθυνση της υπεράσπισης των δικαιωμάτων των ατόμων με άνοια - όπως το δικαίωμα πρόσβασης σε έγκαιρη διάγνωση, θεραπεία και παρακολούθηση και το δικαίωμα σε προσωποκεντρική, συντονισμένη, ποιοτική φροντίδα καθ' όλη τη διάρκεια της νόσου - έχουν ήδη γίνει στη χώρα μας, με την εκπόνηση και ψήφιση από την Βουλή του Εθνικού Σχεδίου Δράσης για την Άνοια και την προώθηση της άνοιας ως προτεραιότητας στη Δημόσια Υγεία. Το επόμενο σημαντικό βήμα αφορά στην ευαισθητοποίηση και στη συμμετοχή της κοινωνίας στο σύνολό της, στην προσπάθεια δημιουργίας κοινοτήτων φιλικών προς την άνοια, που αποτελεί έναν από τους βασικούς στόχους της Εταιρείας Alzheimer Αθηνών.

Η πρόεδρος της Εταιρείας Alzheimer Αθηνών και πρόεδρος του Εθνικού Παρατηρητηρίου για την άνοια, Νευρολόγος - Ψυχίατρος, Παρασκευή Σακκά, θα αναλύσει την προσπάθεια ευαισθητοποίησης του

Δράσεις για τον Παγκόσμιο Μήνα Alzheimer 2019

ευρύτερου κοινού, σε μια ομιλία με θέμα «Χτίζοντας Κοινότητες Φιλικές προς την Άνοια».

Ο Αν. καθηγητής Νευρολογίας ΕΚΠΑ στο Αιγινήτειο Νοσοκομείο, Νίκος Σκαρμέας θα ενημερώσει το κοινό για τις τελευταίες επιστημονικές εξελίξεις γύρω από την ίδια την ασθένεια, στην ομιλία του με θέμα «Όλα όσα γνωρίζουμε σήμερα για τη νόσο Alzheimer».

Μετά το τέλος των ομιλιών, το κοινό θα έχει την ευκαιρία να θέσει σχετικές ερωτήσεις.

Στις 18 Σεπτεμβρίου 2019 ενημερωνόμαστε, ευαισθητοποιούμαστε, γινόμαστε μέρος της προσπάθειας, μαθαίνουμε πώς μπορούμε να ζούμε καλά με την άνοια!



ART HEALS II Ομαδική έκθεση Ζωγραφικής για την υποστήριξη του έργου της Εταιρείας Alzheimer Αθηνών στο πλαίσιο του Παγκόσμιου Μήνα Alzheimer

Η τέχνη εμπνέει, συνεισφέρει, θεραπεύει. Στο πλαίσιο του Παγκόσμιου Μήνα Alzheimer, φέτος διοργανώνεται για δεύτερη συνεχή χρονιά η Ομαδική Έκθεση Ζωγραφικής, με τίτλο «Η Τέχνη Θεραπεύει / Art Heals II».

Περισσότεροι από 80 καλλιτέχνες, εμπνευσμένοι και ευαισθητοποιημένοι από τις απαιτήσεις της φροντίδας ατόμων με άνοια, ενώνουν τις δυνάμεις τους και συμβάλλουν με την τέχνη τους στη «μεταμόρφωση» της καθημερινότητας και στην προσπάθεια για καλύτερες συνθήκες ζωής για τους συμπολίτες μας.

Η έκθεση θα φιλοξενηθεί στο χώρο του ART16, Αρτεμισίου 16, στον Κεραμεικό και θα διαρκέσει από 20 - 29 Σεπτεμβρίου 2019.

Δράσεις για τον Παγκόσμιο Μήνα Alzheimer 2019

Αθήνα

Για την ενίσχυση της Εταιρείας Alzheimer Αθηνών διοργανώνεται λαχειοφόρος αγορά και η κλήρωση των έργων θα πραγματοποιηθεί στις 29 Σεπτεμβρίου και ώρα 19:00.

Κατά τη διάρκεια της έκθεσης θα πραγματοποιηθούν ποικίλες παράλληλες εκδηλώσεις.

Στις 20 Σεπτεμβρίου στις 19:00 θα γίνει πάρτυ για τα εγκαίνια της έκθεσης.

Στις 21 Σεπτεμβρίου στις 11:00 θα πραγματοποιηθούν ομιλίες με σχετικά θέματα:

- ✓ «Η νόσος Αλτσχάιμερ σήμερα – Κοινότητες Φιλικές προς την Άνοια». Ομιλήτρια η Δρ. Παρασκευή Σακκά, Νευρολόγος-ψυχίατρος, πρόεδρος της Εταιρείας Alzheimer Αθηνών και πρόεδρος του Εθνικού Παρατηρητηρίου για την Άνοια.
- ✓ «Πρακτικά θέματα φροντίδας και συμπεριφοράς σε άτομα με άνοια», Ομιλητής ο Κωστής Προύσκας, Ψυχολόγος – Δρ. Γεροντολογίας, Διευθυντής ΜΦΗ Άκτιος.
- ✓ «Παρουσίαση του ευρωπαϊκού προγράμματος iDo - Καινοτόμα ψηφιακή εκπαίδευση για επαγγελματίες φροντιστές ατόμων με άνοια». Ομιλήτρια η Ελένη Μαργιώτη, κλινική νευροψυχολόγος, υπεύθυνη του Κέντρου Ημέρας για άτομα με άνοια στο Μαρούσι.

Στις 24 Σεπτεμβρίου στις 19:00 θα πραγματοποιηθεί ομιλία με θέμα «Τέχνη και ψυχική νόσος, μια μικρή περιήγηση στις σκιές του μυαλού» με ομιλήτρια την Δρ Μαρία Αθανασέκου, Ιστορικό Τέχνης, διδάσκουσα ΕΑΠ και πανεπιστήμιο Frederick.

Στις 28 Σεπτεμβρίου 10:00-14:00 θα πραγματοποιηθεί εθελοντική αιμοδοσία σε συνεργασία με το Εθνικό Κέντρο Αιμοδοσίας.

Περισσότερες πληροφορίες και για τις δύο εκδηλώσεις στο τηλέφωνο

210-7013271 ή στην ιστοσελίδα
www.alzheimerathens.gr

Δωρεάν τεστ μνήμης & ενημερωτικές ομιλίες από το «ΚΑΡΕΛΛΕΙΟ - ΜΟΝΑΔΑ ALZHEIMER» του Φιλανθρωπικού Οργανισμού «ΑΠΟΣΤΟΛΗ» της Ιεράς Αρχιεπισκοπής Αθηνών & την εταιρεία ΜΕΓΑ

Στο πλαίσιο εορτασμού της Παγκόσμιας Ημέρας Alzheimer την 21η Σεπτεμβρίου 2019 το «Καρέλλειο-Μονάδα Αντιμετώπισης Νόσου Alzheimer» του Φιλανθρωπικού Οργανισμού «ΑΠΟΣΤΟΛΗ» της Ιεράς Αρχιεπισκοπής Αθηνών διοργανώνει δράσεις που αφορούν τη νόσο Alzheimer. Πιο συγκεκριμένα θα δοθούν **ενημερωτικές ομιλίες για την άνοια και θα χορηγηθούν δωρεάν τεστ μνήμης σε άτομα άνω των 60 ετών**. Στις ομιλίες θα αναλυθούν θέματα που αφορούν τα πρώτα συμπτώματα της νόσου, τους τρόπους αντιμετώπισης, την πρόληψη καθώς και θα δοθούν συμβουλές σε περιθάλποντες ατόμων με άνοια.

Το πρόγραμμα των δράσεων έχει ως κάτωθι:

- ✓ **Δευτέρα 16 Σεπτεμβρίου 2019- Ζωγράφου**
10:00 πμ. | Στέγη Γερόντων Ιερού Καθεδρικού Ναού Αγίου Θεράποντος | Γαλήνης 26, Ζωγράφου
- ✓ **Τρίτη 17 Σεπτεμβρίου 2019- Πάτρα**
10:00 πμ. | Πνευματικό Κέντρο Ιερού Ναού Ευαγγελιστρίας Πατρών | Μαΐζωνος 74-78, Πάτρα (5^{ος} όροφος)
- ✓ **Τετάρτη 18 Σεπτεμβρίου 2019 - Ν. Ιωνία**
10:00 πμ. | Ιερός Καθεδρικός Ναός Αγίων Κωνσταντίνου & Ελένης | Πλατεία Αγίου Κωνσταντίνου 18, Ν. Ιωνία
- ✓ **Πέμπτη 19 Σεπτεμβρίου 2019 - Βοτανικός**
10:00 πμ. | Ιερός Ναός Αγίας Μαρκέλλας Βοτανικού | Σπύρου Πάτση 87, Αθήνα
- ✓ **Παρασκευή 20 Σεπτεμβρίου 2019 - Αγ. Ελευθερίου**
10:00 πμ. | Ιερός Ναός Αγίου Ελευθερίου Αχαρνών | Αχαρνών 382, Αθήνα

art
21.09
11:00
Ημερίδα για την άνοια
απ' όλοιο. Απ' όλοιο ομιλία
Παρασκευή Σακκά, νευρολόγος-ψυχίατρος
Εταιρεία Alzheimer Αθηνών
Επιμελήτρια: Δρ. Μαρία Αθανασέκου, Ιστορικό Τέχνης, διδάσκουσα ΕΑΠ και πανεπιστήμιο Frederick

heals
η τέχνη θεραπεύει
ομαδική ένθεση ζωγραφικής
Art Heals II
για την υποστήριξη της Εταιρείας Alzheimer Αθηνών

24.09
19:00 - 20:00
Ομιλία με θέμα
«Τέχνη και ψυχική νόσος, μια μικρή περιήγηση στις σκιές του μυαλού»
Δρ Μαρία Αθανασέκου, Ιστορικό Τέχνης, διδάσκουσα ΕΑΠ και πανεπιστήμιο Frederick

28.09
10:00 - 14:00
Εθελοντική Αιμοδοσία

20-29.09
11:00 - 21:00
ΕΚΘΕΣΗ ΕΛΕΥΘΕΡΙΟΥ

Εγκαίνια 20.9 | 19:30

ΕΤΑΙΡΕΙΑ ALZHEIMER ΑΘΗΝΩΝ | bitmap | walktalk | ZOROS | Αρτεμισίου 16, Μαρούσι

Εκστρατεία Ενημέρωσης για το Alzheimer

Ζωγράφου
• Δευτέρα 16 Σεπτεμβρίου 2019
Ομιλία ενημέρωσης 10:00 π.μ.
Δωρεάν Τεστ μνήμης

Πάτρα
• Τρίτη 17 Σεπτεμβρίου 2019
Ομιλία ενημέρωσης 10:00 π.μ.
Δωρεάν Τεστ μνήμης

Νέα Ιωνία
• Τετάρτη 18 Σεπτεμβρίου 2019
Ομιλία ενημέρωσης 10:00 π.μ.
Δωρεάν Τεστ μνήμης

Βοτανικός
• Πέμπτη 19 Σεπτεμβρίου 2019
Ομιλία ενημέρωσης 10:00 π.μ.
Δωρεάν Τεστ μνήμης

Αγίος Ελευθέριος
• Παρασκευή 20 Σεπτεμβρίου 2019
Ομιλία ενημέρωσης 10:00 π.μ.
Δωρεάν Τεστ μνήμης

ΕΤΑΙΡΕΙΑ ALZHEIMER ΑΘΗΝΩΝ | bitmap | walktalk | ZOROS | Αρτεμισίου 16, Μαρούσι


 Ηράκλειο

Δράσεις στο νομό Ηρακλείου από την Αλληλεγγύη

Συμμετοχή στο Θερινό Σχολείο με παρουσίαση της Εταιρείας μας, από την πρόεδρο κα Κορτσιδάκη. Θερινό Σχολείο που πραγματοποιήθηκε από την Κλινική Οικογενειακής Ιατρικής του Πανεπιστημίου Κρήτης και τον καθηγητή κ. Χρήστο Λιονή σε συνεργασία με τη σχολή κινηματογράφου του Πανεπιστημίου της Καλιφόρνια, με θέμα: "Θεμελιώδεις Αρχές και Πρακτική Συμπνευτικής Τεχνολογίας" που διεξήχθη στο Αμφιθέατρο Μεταπτυχιακών της Ιατρικής Σχολής. Η Αλληλεγγύη συμμετέχει τα τελευταία χρόνια μετά από τιμητική πρόταση του καθηγητή κ. Λιονή, στο κατ' επιλογήν υποχρεωτικό μάθημα του προγράμματος σπουδών της Ιατρικής Σχολής για τους δευτεροετείς φοιτητές ΣΥΜΠΟΝΙΑ ΣΤΗΝ ΚΛΙΝΙΚΗ ΦΡΟΝΤΙΔΑ.

Χτίζοντας Κοινότητες Φιλικές προς την Άνοια

Η Αλληλεγγύη σε συνεργασία με την Εταιρεία Alzheimer Αθηνών πραγματοποίησε στο Ηράκλειο Κρήτης εκπαίδευση 30 αστυνομικών από τμήματα από όλη την Κρήτη σχετικά με τρόπους συμπεριφοράς και διαχείρισης των ατόμων με άνοια που συναντούν καθημερινά στην εργασία τους.

Η γιορτή του αποχαιρέτισμού για το καλοκαίρι.

Όπως κάθε χρόνο συγκεντρωθήκαμε όλοι μαζί, ασθενείς, περιθάλποντες, οικογένειες, εθελοντές, φίλοι και μέλη της Αλληλεγγύης, με μεζέδες γλυκά και τραγούδια, και ευχηθήκαμε Καλό καλοκαίρι!

Πρόγραμμα Προώθησης της Ενεργού και Υγιούς Γήρανσης

που υλοποιεί η Αλληλεγγύη και με τη στήριξη του ΤΙΜΑ Κοινωφελούς Ιδρύματος. Μερικές από τις δραστηριότητες του προγράμματος, εκτός από τις βασικές ασκήσεις νοητικής ενδυνάμωσης και ψυχολογικής χαλάρωσης που πραγματοποιούνται από τις ψυχολόγους/συνεργάτιδες κ.κ. Φωτεινή Κουνή, Χρυσούλα Ζουραράκη, Κάλλια Μανιώρου και Ελένη Πετειναράκη

Μερικές από τις ομιλίες:

- ✓ «Δραστήρια και Υγιή γεράματα» από τον αντιπρόεδρο της Αλληλεγγύης, ιατρό παθολόγο γηριατρο κ. Συμεών Παναγιωτάκη.
- ✓ «Η Κρητική Διατροφή» από την κα Νικολέτα Καψωριτάκη, διαιτολόγο διατροφολόγο, μέλος και συνεργάτιδα της Αλληλεγγύης
- ✓ «Εθελοντισμός και Γυναίκα». Με την ευκαιρία της γιορτής της Μητέρας από την πρόεδρο της Αλληλεγγύης κα Ιωάννα Κορτσιδάκη
- ✓ Παρακολούθηση ομιλίας του κ. Θεοδόση Τάσιου στην αίθουσα Δομίνικος Θεοτοκόπουλος της Βικελαίας Βιβλιοθήκης με θέμα «Για την Ιατρική και την Τεχνολογία στην αρχαιότητα».

Άλλες ψυχαγωγικές δραστηριότητες:

Ο Κλήδονας! Η ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗ μαζί με το Λύκειο των Ελληνίδων και το Δήμο Ηρακλείου συμβάλουν στη διατήρηση της παράδοσης. Φίλες και μέλη του προγράμματος έφεραν τους Μάηδες τους και τους έριξαν στη φωτιά. Το αμίλητο νερό, τα ριζικάρια, οι φωτιές, οι μα-

ντινάδες, οι μουσικοί και οι εξαιρετικοί χορευτές μας χάρισαν ένα πολύ όμορφο βράδυ.

Κινηματογράφος και Θέατρο

- ✓ «Κάλιο αργά παρά αργότερα». Παρακολούθηση της κωμωδίας στον Κοινωνικό Χώρο των Ιδρυμάτων Καλοκαιρινού
- ✓ Η θεατρική ομάδα του Πανεπιστημίου Κρήτης μας χάρισε μια αξέχαστη βραδιά με την παρουσίαση του μιούζικαλ ΟΙ ΑΘΛΙΟΙ στο αμφιθέατρο Μαρία Μανασάκη του Φοιτητικού Κέντρου.

Εκθέσεις τις οποίες επισκεφθήκαμε:

- ✓ Ημέρες Φωτογραφίας: Έκθεση φωτογραφίας με προβολή βίντεο του μέλους της Επιστημονικής μας Επιτροπής κ. Στέφανου Πατεράκη. Στο Πολυκέντρο του Δήμου Ηρακλείου
- ✓ Έκθεση έργων του συλλέκτη Σ. Φέλιου στη Δημοτική Πινακοθήκη

Εκδρομή σε Άγιο Νικόλαο και Ελούντα

Ευχαριστούμε θερμά την ξεναγό μας κυρία Μαίρη Δετοράκη για την ξενάγηση που μας χάρισε.

Επίσκεψη σε σχολείο στο πλαίσιο διαγενεακής δραστηριότητας.

Επισκέψεις σε 3 Μουσεία στο Ηράκλειο: Αρχαιολογικό, Ιστορικό και Μουσείο Φυσικής Ιστορίας.

Η συμβολή της Μαντινάδας στην καθημερινή μας ζωή στο πλαίσιο του καλοκαιρινού Φεστιβάλ του Δήμου Ηρακλείου και τον Εορτασμό του έτους Ερωτόκριτου.

Αξιοσημείωτη παρατήρηση: Η Αυτοοργάνωσης των ομάδων με τη διοργάνωση μιας γιορτής για την Κρητική Μαντινάδα από τα μέλη του προγράμματος «Πρώθηση της Υγιούς Γήρανσης»

Στην κατάμεστη Πύλη της Βηθλεέμ τη Δευτέρα 10 Ιουνίου 2019 στις 8.30 το βράδυ πραγματοποιήθηκε η γιορτή της Μαντινάδας. Μια κατάθεση ψυχής με μαντινάδες, με τραγούδια και χορούς!

Η εκδήλωση ξεκίνησε με όλα τα μέλη επί σκηνής να τραγουδούν τον ύμνο της «Αλληλεγγύης». Η πρόεδρος κα Ιωάννα Κορτσιδάκη χαιρέτισε την εκδήλωση, καλωσόρισε τους συμπολίτες μας και στη συνέχεια είχαμε την τιμητική βράβευση στην κα Θεανώ Μεταξά -μιαν Κρητικιά, για την αγάπη και τη συμβολή της στη διατήρηση και διάδοση της παράδοσης και ιδιαίτερα της κρητικής μαντινάδας.

Ο κ. Κώστας Ζαχαρενάκης μουσικοθεραπευτής και δημιουργός της χορωδίας μας, που είχε και την καλλιτεχνική επιμέλεια, απήγγειλε μερικές μαντινάδες που ο ίδιος έγραψε και τα μέλη του προγράμματος μας είπαν τις μαντινάδες, που επέλεξαν οι ίδιοι. Οι σπουδαίοι μουσικοί κ.κ. Γιώργης Τσαντάκης στο βιολί και Κωστής και Κλεάνθης Ατσαλάκης στη λύρα και το λαούτο «έντυσαν» μουσικά τη γιορτή. Χόρεψαν τα μέλη της χορευτικής ομάδας του Λυκείου των Ελληνίδων με χοροδιδάσκαλο τον κ. Στέλιο Φλουρή. Η γιορτή ολοκληρώθηκε με τον «Αποχωρισμό»



Χανιά

Δράσεις στο νομό Χανίων

από τον Ερωτόκριτο, από όλα τα μέλη και στη συνέχεια από τους μουσικούς.

Κι ακόμη...

- ✓ Μαθήματα Ιταλικής Γλώσσας από την κα Μαρία Γκρατσία Σιριμάρκο, και
- ✓ Βασικές αρχές εκμάθησης Ηλεκτρονικών Υπολογιστών και λειτουργίας των κοινωνικών δικτύων.



Δράσεις για τον Παγκόσμιο Μήνα

Η Εταιρεία Alzheimer και υγιούς γήρανσης του Ηρακλείου προγραμματίζει όπως κάθε δεύτερο χρόνο (από της ίδρύσής της) τις παρακάτω εκδηλώσεις στο Εμπορικό και Βιομηχανικό Επιμελητήριο Ηρακλείου:

- ✓ Την οργάνωση του 7^{ου} ενημερωτικού/εκπαιδευτικού διήμερου σεμιναρίου για επαγγελματίες υγείας, επαγγελματίες και οικογενειακούς περιθάλποντες και ενδιαφερόμενους συμπολίτες μας, με καινοτόμες πολύ ενδιαφέρουσες διαλέξεις και διαδραστικές εκδηλώσεις.
- ✓ Έκθεση φωτογραφίας "Επικοινωνία μέσα από την Τέχνη"
- ✓ Δημοσιεύσεις στον τοπικό τύπο όπως και ανακοινώσεις στην τηλεόραση, το ραδιόφωνο και τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης.
- ✓ Κατά τη διάρκεια του διήμερου θα πραγματοποιούνται στους χώρους του Εμπορικού Βιομηχανικού. Επιμελητηρίου, τεστ μνήμης σε ενδιαφερόμενους συμπολίτες.

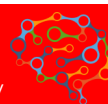
Παραθέτουμε τις σημαντικότερες δραστηριότητες του Κέντρου Ημέρας Alzheimer Χανίων που πραγματοποιήθηκαν το 2ο τρίμηνο του 2019, με σκοπό την ενημέρωση και την ευαισθητοποίηση της τοπικής κοινότητας γύρω από το ζήτημα της Άνοιας και της Ν. Alzheimer:

- ✓ Η Διεύθυνση Κοινωνικής Πολιτικής και Παιδείας του ΔΟΚΟΙΠΠ στο πλαίσιο του Προγράμματος Πρόληψης και Αγωγής Υγείας υλοποίησε σεμινάριο με τίτλο **"Ψυχοεκπαίδευση Οικογενειακών Περιθάλπτοντων, Εθελοντών και Επαγγελματιών υγείας ανθρώπων με άνοια"**. Το σεμινάριο απευθυνόταν σε Επαγγελματίες Υγείας, σε Περιθάλποντες Ατόμων Τρίτης Ηλικίας καθώς και σε Εθελοντές υγείας. Στόχος του σεμιναρίου ήταν η έγκυρη ενημέρωση για την άνοια, με σκοπό τόσο την εκπαίδευση και τη στήριξη των καταρτιζομένων όσο και τη διασφάλιση της αξιοπρέπειας και της ποιότητας ζωής των ανθρώπων με άνοια.

Το σεμινάριο εκπαίδευσης πραγματοποιήθηκε από την κα Άννα Παγοροπούλου Επίκουρη Καθηγήτρια Ψυχολογίας του Εθνικού Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών, σε συνεργασία με το Κέντρο Ημέρας Alzheimer Χανίων και την Κοινωνική Λειτουργό του Κέντρου κα Μαρία Γλυνιαδάκη στις 5 και 6 Απριλίου στην Αίθουσα εκδηλώσεων της Συνεταιριστικής Τράπεζας Χανίων. Στο τέλος του σεμιναρίου απονεμηθήκαν Πιστοποιητικά παρακολούθησης.

- ✓ Στις 10 Απριλίου στο χώρο του ΕΠΑ.Λ. Ελ. Βενιζέλου πραγματοποιήθηκε εθελοντική αιμοδοσία με τη συνδιοργάνωση του Συλλόγου Παραδοσιακής και Λαϊκής τέχνης «Η Χρυσοπηγή», της Αδελφότητας Μικρασιατών Ν. Χανίων «Ο Άγιος Πολύκαρπος», της Ελληνικής Εταιρείας Ν. Alzheimer παράρτημα Χανίων, του Κέντρου Ημέρας Ν. Alzheimer, της Ν.Υ. Τμήματος Αιμοδοσίας Γ.Ν. Χανίων "Άγιος Γεώργιος" και του ΕΠΑ.Λ. Ελ. Βενιζέλου.
- ✓ Με αφορμή τη Διεθνή Ημέρα της Οικογένειας, στις 15 Μαΐου κατά τη διάρκεια του ημερήσιου προγράμματος του Κέντρου Ημέρας ασθενείς μαζί με τους συγγενείς τους παρουσίασαν οικογενειακές φωτογραφίες, σε μια προσπάθεια υπενθύμισης του ρόλου των ηλικιωμένων στην οικογένεια και εξάλειψης του κοινωνικού αποκλεισμού.
- ✓ Εκπαίδευση προσωπικού της Κινητής Ιατρικής Μονάδας του Αννυσάκειου Θεραπευτηρίου της Ιεράς Μητρόπολης Κισσάμου & Σελίνου στον τρόπο χορήγησης τεστ μνήμης, μετά από σχετικό αίτημα του Θεραπευτηρίου.

Μετά από πρόσκληση του Δημοτικού Οργανισμού Κοινωνικής Πολιτικής και Παιδείας (Δ.Ο.ΚΟΙ.Π.Π)



Χανιά
Λάρισα
Ξάνθη

πραγματοποιήθηκαν ενημερωτικές ομιλίες στα Κ.Α.Π.Η. του δήμου Χανίων με θέμα: «**Άνοιες και άνοια τύπου Alzheimer. Παρουσίαση Κέντρου Ημέρας Νόσου Alzheimer Χανίων**» το χρονικό διάστημα Απριλίου - Ιουνίου. Επίσης πραγματοποιήθηκαν σε όλα τα ενδιαφερόμενα μέλη των Κ.Α.Π.Η. δοκιμασίες αξιολόγησης νοητικών λειτουργιών (MMSE, MoCa) και η Γηριατρική Κλίμακα Κατάθλιψης (GDS) από την Ψυχολόγο του Κέντρου. για την πρόληψη αλλά και έγκαιρη αντιμετώπιση της νόσου Alzheimer. Συγκεκριμένα πραγματοποιήθηκαν ομιλίες και τεστ στα Κ.Α.Π.Η. Παχιανών, Σπλάντζιας, Νέας Χώρας, Αγ. Ιωάννη, Σούδας, Χαλέπας και Ακρωτηρίου. Συνολικά πραγματοποιήθηκαν 144 τεστ και παραπέμφθηκαν στο Κέντρο Ημέρας για περαιτέρω διερεύνηση 60 περιστατικά.

Δράσεις στη Λάρισα

Αποτυπώνοντας το καλοκαίρι

Στις 3 Ιουνίου οι εθελοντές θέλοντας να εισαγάγουν στο κλίμα του καλοκαιριού τους ένοικους του Δημοτικού Γηροκομείου Λάρισας πραγματοποίησαν μια σύνθετη δράση με αφήγηση και ζωγραφική με θέμα το πώς φαντάζονται το καλοκαίρι. Η αφήγηση άνοιξε με κείμενα λογοτεχνικά σχετικά με τη θάλασσα, το βουνό, το θερισμό, τις αγροτικές καλλιέργειες κλπ. Στη δράση αυτή συμμετείχαν έξι ηλικιωμένες γυναίκες και δύο άντρες ήπιας νοητικής διαταραχής. Με αφορμή τις αφηγήσεις οι ηλικιωμένοι άρχισαν να μιλούν για τις καλοκαιρινές τους αναμνήσεις, τις δραστηριότητες που συνήθιζαν να κάνουν τους καλοκαιρινούς μήνες, για τις θερινές διακοπές και τις προσωπικές τους προτιμήσεις. Αξιοσημείωτο ήταν το γεγονός ότι αν και κατάγονται από ορεινές περιοχές θα προτιμούσαν σήμερα να πάνε διακοπές σε θάλασσα αντί για βουνό. Η αιτιολογία ήταν το ότι το γαλάζιο της θάλασσας τους αλλάζει τη διάθεση και τους δημιουργεί χαλάρωση. Οι ηλικιωμένοι αποτύπωσαν σε ένα μεγάλο λευκό χάρτινο πίνακα αντικείμενα και εικόνες που ανακάλεσαν από το παρελθόν τους σχετικά με τους καλοκαιρινούς μήνες. Ο καθένας επέλεξε πολλά και διαφορετικά χρώματα αποτυπώνοντας τη δική του βιωματική ανάμνηση. Ο χάρτινος αυτός πίνακας μεταμορφώθηκε σε ένα πολύμορφο έργο τέχνης. Ο στόχος της δράσης επετεύχθη καθώς οι ηλικιωμένοι αναβίωσαν το παρελθόν, βελτίωσαν τη διάθεση τους, δραστηριοποιήθηκαν και κινητοποιήθηκαν μέσω της αφήγησης και της ζωγραφικής.

Αποχαιρετισμός με μπαλόνια

Στις 5 Ιουλίου πραγματοποιήθηκε συνάντηση με ψυχαγωγικό χαρακτήρα εν όψει του αποχαιρετισμού και της λήξης των εργασιών του 2018-2019 με τους ενοίκους του Δημοτικού Γηροκομείου Λάρισας. Στη δράση συμμετείχαν 12 γυναίκες και 4 άνδρες που ζουν με

άνοια. Καταρχήν οι εθελοντές συζητήσαν το σύνολο των δράσεων που έγιναν καθ' όλη τη διάρκεια της χρονιάς με τους ενοίκους και άκουσαν τις εντυπώσεις και τις επιθυμίες αυτών για το μέλλον. Η ψυχαγωγική εκδήλωση περιείχε στερεοφωνική μουσική, γλυκά, αναψυκτικά, χορό και παιχνίδι με μπαλόνια. Οι ηλικιωμένοι γεύτηκαν τα διάφορα εδέσματα άκουσαν μουσική της αρεσκείας τους και χόρεψαν. Στη συνέχεια οι εθελοντές μοίρασαν πολύχρωμα μπαλόνια με το χρώμα της επιλογής των ηλικιωμένων προκειμένου να τα φουσκώσουν και να αποτυπώσουν τις επιθυμίες τους. Οι ηλικιωμένοι φούσκωσαν περισσότερα από τρία μπαλόνια ο κάθε ένας γράφοντας επάνω τις προσωπικές τους επιθυμίες. Οι επιθυμίες των ηλικιωμένων ήταν «μη μας ξεχνάτε», «να μας αγαπάτε», «σας θέλουμε κοντά μας», «να έρθετε σύντομα». Οι ηλικιωμένοι στα πλαίσια του ενθουσιασμού αποφάσισαν να βγουν από τον εργαστηριακό χώρο, να παρελάσουν ομαδικά και να φωτογραφηθούν όλοι μαζί δίνοντας ευχές για ένα καλό καλοκαίρι τόσο σε εμάς όσο και στο προσωπικό.

Οι δράσεις έγιναν με πρωτοβουλία των εθελοντών Κ. Ελένη Καμπούρα- Νίφλη και Ναυσικά Κυρίση.



Φροντίδα Κατ' Οίκον στην Ξάνθη

Η Ελληνική Εταιρεία ALZHEIMER NA και Συναφών Διαταραχών Νομού Ξάνθης είναι ένας Μη Κερδοσκοπικός Οργανισμός (ΜΚΟ) που ιδρύθηκε το 1998 έχοντας ως κύριο στόχο την ενημέρωση και καθοδήγηση των ανθρώπων που έχουν σχέση με τη νόσο με ομιλίες, συμβουλές και παροχή έντυπου υλικού, καθώς και την παροχή βοήθειας με υλικά πρώτης ανάγκης στους ανθρώπους με άνοια που αντιμετωπίζουν οικονομικά προβλήματα. Στην πορεία της προεδρίας μου από το Σεπτέμβριο 2017 το πενταμελές Δ.Σ. του συλλόγου έχει διαπιστώσει ότι για τη σωστή και αποτελεσματική βοήθεια στους ανθρώπους με άνοια και στο συγγενικό προσωπικό των ανθρώπων αυτών, καλό θα ήταν να τους παρέχουμε την απαραίτητη φροντίδα κατ' οίκον.

Μετά την επιστολή μας με ημερομηνία 14/01/2019, στο Διοικητικό Συμβούλιο του ΤΙΜΑ Κοινωφελούς Ι-

δρύματος των Αθηνών η πρόταση μας έχει εγκριθεί με ημερομηνία 4/04/2019 η Χρηματική Παροχή της οποίας η αξία δε δύναται να υπερβεί το κατά το ανώτατο όριο των τριάντα οκτώ χιλιάδων (38.000) Ευρώ σύμφωνα με τους όρους και τις προϋποθέσεις του «Συμφωνητικού» μεταξύ του ΤΙΜΑ και του συλλόγου μας.



Πιο συγκεκριμένα, το πρόγραμμα ήδη ξεκίνησε την 1/08/2019 και θα διαρκέσει δώδεκα (12) μήνες και θα καλύψει τις αμοιβές απασχολούμενων, ήτοι ενός νοσηλεύτη, νευρολόγου και καθαρίστριας, καθώς και άλλα τυχόν λειτουργικά έξοδα.

Το Δ.Σ του Συλλόγου μας και προσωπικά εγώ ο πρόεδρος της Ελληνικής Εταιρείας ALZHEIMER NA και Συναφών Διαταραχών Νομού Ξάνθης θέλουμε να ευχαριστήσουμε τους εκπροσώπους του ΤΙΜΑ την κα Ιωάννα Σαββαΐδη και την κα Γαβαλά Ελευθερία, επίσης την κα Μάγδα Τσολάκη, την κα Βίκυ Δρόσου και τον κ. Νικόλαο Λαλούμη για την τεχνική και ψυχολογική υποστήριξη του έργου μας.

Σάββας Μπουνταγκίδης
Πρόεδρος Συλλόγου

Δράσεις για τον Παγκόσμιο Μήνα Alzheimer Hellas

Στα πλαίσια εορτασμού της Παγκόσμιας Ημέρας Alzheimer και της ευαισθητοποίησης του κοινού ο Σύλλογος Φίλων της Alzheimer Hellas σας προσκαλεί στο Θέατρο «Άνετον» (Παρασκευοπούλου 42) στη Θεσ/νίκη την Τετάρτη 18 Σεπτεμβρίου και ώρα 19.00 για να παρακολουθήσετε ομιλία της Καθ. Μάγδας Τσολάκη σχετικά με την άνοια και το θεατρικό μονόπρακτο «Αυτός και το παντελόνι του» του Ι. Καμπανέλλη από τη Θεατρική Ομάδα Ενηλίκων Λαγκαδά σε διδασκαλία Π. Μιχαηλίδη.
Στην εκδήλωση θα συμμετάσχει και η Χορωδία της Alzheimer Hellas.

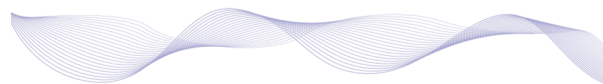
Επιμορφωτική ημερίδα για τη νόσο Alzheimer & την άνοια στα Γιαννιτσά

Από την Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer & Συγγενών Διαταραχών | Κυριακή 22 Σεπτεμβρίου | 18.30
Πνευματικό Κέντρο Γιαννιτσών

Στα πλαίσια της πράξης ΕΣΠΑ 2014-2020 «Βελτίωση της πρόσβασης σε προσιτές, βιώσιμες και υψηλής ποιότητας υπηρεσίες Υγείας και Πρόνοιας στην περιοχή παρέμβασης της Στρατηγικής Βιώσιμης Αστικής Ανάπτυξης (ΣΒΑΑ) της πόλης των Γιαννιτσών - Δράσεις για υγιή γήρανση», η οποία συγχρηματοδοτείται από την Ελλάδα και το Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο της Ευρωπαϊκής Ένωσης, στο πλαίσιο του Επιχειρησιακού Προγράμματος Κεντρικής Μακεδονίας, Άξονας: «Πρώθηση της Κοινωνικής Ένταξης και καταπολέμηση της Φτώχειας», θα πραγματοποιηθεί επιμορφωτική ημερίδα για τη Νόσο Alzheimer και την άνοια από την Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών.

Στόχος της ημερίδας είναι η ενημέρωση και επιμόρφωση των επαγγελματιών υγείας (κοινωνικών λειτουργών, νοσηλευτών, ψυχολόγων και λοιπών επαγγελματιών υγείας) των ΚΑΠΗ των Γιαννιτσών καθώς και του ευρύτερου κοινού (ηλικιωμένων, περιθαλπόμενων ατόμων με άνοια κ.ά.) για τη νόσο. Η επιμορφωτική ημερίδα θα περιλαμβάνει ομιλίες από καταξιωμένους Καθηγητές του Α.Π.Θ.:

- ✓ **Η διάγνωση και αντιμετώπιση της Άνοιας**, Καθηγήτρια ΑΠΘ κα. Μάγδα Τσολάκη
- ✓ **Νοητικές διαταραχές μετά από Αγγειακό Εγκεφαλικό Επεισόδιο**, Αναπλ. Καθηγητής ΑΠΘ κ. Θωμάς Τέγος
- ✓ **Νοητικές και ψυχολογικές διαταραχές στην Σκλήρυνση κατά πλάκας**, Αναπλ. Καθηγήτρια ΑΠΘ κα. Ευφροσύνη Κουτσουράκη
- ✓ **Νοητικές διαταραχές στη Νόσο Parkinson**, Αναπλ. Καθηγήτρια ΑΠΘ, κα Μαριάνθη Αρναούτογλου
- ✓ **Νοητικές διαταραχές στην Επιληψία**, Αναπλ. Καθηγήτρια ΑΠΘ κα Μάρθα Σπηλιώτη



Το Δ. Σ. του Συλλόγου Φίλων της Ελληνικής Εταιρείας Ν. Alzheimer & Συγγενών Διαταραχών, ευχαριστεί ιδιαίτερα την κα Δέσποινα Παπαλεξίου για τη δωρεά χρηματικού ποσού στη μνήμη του συζύγου της Μιχάλη.





Ομοσπονδία Νόσου Alzheimer στην Ελληνική Επικράτεια

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

ΑΓΙΟΣ ΝΙΚΟΛΑΟΣ

Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Δ. Ν. Λασιθίου

Επιμενίδου 39γ, Τ: 28413 41330, F: 28410 24554

E: ky.therapeytirio@gmail.com

ΑΘΗΝΑ

Σωματείο Αλληλοβοήθειας Φροντιστών Ασθενών με Νόσο Alzheimer

Ιωάννου Δροσοπούλου 22, Κυψέλη, Τ: 210 8235180

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

Εταιρεία Νόσου Alzheimer & Συναφών Διαταραχών Αθηνών

Κέντρο Ημέρας Ασθενών με Άνοια

Μάρκου Μουσούρου 89 & Στίλπωνος 33, Παγκράτι, Τ: 210 7013271

Ζήνωνος Ελεάτου 8, Μαρούσι, Τ: 2106180073

Βαθέως 25 & Πανόρμου, Αμπελόκηποι, Τ: 2106424228

Αγ. Κωνσταντίνου 7, Ηλιούπολη, Τ: 210970634, F: 210 6012239

E: info@alzheimerrathens.gr S: www.alzheimerrathens.gr

Ψυχογηριατρική 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: hagg@otenet.gr S: www.nstr.gr

Ολοκληρωμένη Μονάδα Αντιμετώπισης Νόσου Alzheimer & Συναφών

Παθήσεων Ιεράς Αρχιεπισκοπής Αθηνών

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

E: alzheimers@mkoapostoli.gr S: www.mkoapostoli.com

ΑΡΓΑΛΑΣΤΗ Ν. ΜΑΓΝΗΣΙΑΣ

Σωματείο Νόσου Alzheimer Αργαλαστής Πηλίου

Δημαρχείο Αργαλαστής, Τ/Φ: 2421058218

ΑΧΑΪΑ

Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Δ. "Μνημοσύνη" Πάτρας

Σωσικράτους 12, Κ: 6945395040, E: traviata@otenet.gr

ΒΟΛΟΣ

Ινστιτούτο Alzheimer Βόλου "Η Αγία Σοφία"

Ρόζου 135, Τ: 2421043448, F: 2421044984, 24210 44921

Γρ. Βοήθειας: 2421043448

E: volos2@otenet.gr S: www.institutoalzheimers.gr

ΕΥΒΟΙΑ

Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Δ. Χαλκίδας

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

E: eva2gel@hotmail.com S: www.alzheimer-chalkida.org

Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Δ. Κονιστρών Ευβοίας

Κονίστρες Ευβοίας, Τ: 2222058540, Κ: 6937299079 F: 2421049984

E: konistra@hotmail.com

ΗΡΑΚΛΕΙΟ

Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Δ "Αλληλεγγύη" Ηρακλείου

Νταλιάνη 22, Τ: 2810 226308, F: 2810360047

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

ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ

Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Δ. - Alzheimer Hellas

Μονάδα Αντιμετώπισης Προβλημάτων Νόσου Alzheimer

"Αγία Ελένη", Πέτρου Συνδίκου 13, Τ: 2310810411, F: 2310925802

Μονάδα Αντιμετώπισης Προβλημάτων Νόσου Alzheimer

"Άγιος Ιωάννης", Κωνσταντίνου Καραμανλή 164, Τ: 2310351451-5

F: 2310351456, Γραμμή Βοήθειας: 2310909000

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

Σύλλογος φίλων Ελληνικής Εταιρείας Νόσου Alzheimer & Συγγενών Διαταραχών

Κ. Καραμανλή 164, Τ: 2310351451-5

Πανελλήνια Βιοτράπεζα Νευρολογικών Νοσημάτων

Πέτρου Συνδίκου 13, Τ: 2310810411, Κ: 6972697072

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

Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Δ. Εύοσμου - Κορδελιού και Καλαμαριάς

Καραβαγγέλη 12 & Κατσαντώνη γωνία, Κ: 6973302750

Πανελλήνιο Ινστιτούτο Νευροεκφυλιστικών Νοσημάτων (PINDIS)

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

ΙΩΑΝΝΙΝΑ

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

Σικελιανού 2, Τ: 2651039820, F: 2651039820, E: epsep_ioa@yahoo.gr

ΚΑΡΥΩΤΙΣΣΑ - Ν. ΠΕΛΛΑΣ

Σωματείο Στήριξης Ασθενών Νόσου Alzheimer - Συναφών

Διαταραχών & Υπερηλίκων Νομού Πέλλας

Κ.Η. Καρυώτισσας, Τ: 2421058218

ΚΟΖΑΝΗ

Εταιρεία Νόσου Alzheimer & Συγγενών Διαταραχών,

"Ο Άγιος Νικόλαος"

Παύλου Χαρίση 13, Τ: 2461035527, Κ: 6938442200

E: voucharas@gmail.com

Σύνδεσμος Πολιτικών Συνταξιούχων Κοζάνης και Περιχώρων

Π. Χαρίση 13, Τ: 2461035527

ΚΟΜΟΤΗΝΗ

Σύλλογος Οικογενειών & Φίλων Πασχόντων από Νόσο

Alzheimer & Συναφείς Διαταραχές, "Ο Λόγος"

Πολυλειτουργικό Κέντρο Δήμου Κομοτηνής, Γρ. Μαρασλή 1

Τ: 2531083844, E: ntinakom@gmail.com

ΛΑΡΙΣΑ

Ελληνική Εταιρεία Ν. Alzheimer & Συναφών Διαταραχών Λάρισας

Γ' ΚΑΠΗ περιοχής ΑΤΑ, Χατζηγιάννη 3

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

ΛΕΣΒΟΣ

Λεσβιακός Σύλλογος Νόσου Alzheimer & Συγγενών

Διαταραχών Μυτιλήνης

Ερμού 104, Τ: 2251061906, Κ: 2251026091, E: nikh_tso@yahoo.gr

ΝΕΑ ΚΑΛΛΙΚΡΑΤΕΙΑ Ν. ΧΑΛΚΙΔΙΚΗΣ

Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Δ. Ν. Καλλικράτειας

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

ΞΑΝΘΗ

Σωματείο Alzheimer Ξάνθης

Χατζησταύρου 1, Κ: 6945111023, 6984253489, E: alzxtnt@in.gr

ΠΕΙΡΑΙΑΣ

Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Δ. Β' Πειραιά

Κλεισόβης 93, Τ: 2104222522, E: drnsta@yahoo.gr

ΡΕΘΥΜΝΟ

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

Μάχης Ποταμών 9, Καλλιθέα, Τ: 2831101645

E: alzheimers.ret@gmail.com

ΡΟΔΟΣ

Εταιρεία Αντιμετώπισης Νόσου Alzheimer και άλλων μορφών άνοιας

Στ. Καζούλη 18, Τ: 2241078315

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

ΣΕΡΡΕΣ

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

Ορφέως 12, Τ: 2321063388, F: 2321063559

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

ΧΑΝΙΑ

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-crete.gr

ΧΙΟΣ

Ελληνική Εταιρεία Αγωγής Υγείας Παράρτημα Χίου

Αλ. Παχνού 11, Τ: 2271041020, F: 2271081491

E: gmaris.chi@gmail.com

