

ΟΙ ΣΥΝΕΡΓΑΤΕΣ

Το S.IN.CA.L.A, που χρηματοδοτείται από το πρόγραμμα Erasmus +, αποτελεί συνεργασία μεταξύ Μη Κυβερνητικών Οργανισμών (ΜΚΟ) από την Εσθονία, την Ελλάδα, την Ιρλανδία, την Ιταλία, την Πορτογαλία και τη Σλοβενία.

Ο **MTU EEsti Omastehooldus** (Εσθονία) είναι ένας εθελοντικός οργανισμός, που σκοπό έχει να υποστηρίξει τους μη επαγγελματίες περιθάλποντες και να υποστηρίξει τα δικαιώματά τους.

Η **Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συναφών Διαταραχών** (Alzheimer Hellas) (Ελλάδα) παρέχει από το 1995 ένα μεγάλο εύρος υπηρεσιών πρόληψης, αντιμετώπισης και στήριξης σε ασθενείς με άνοια και τις οικογένειές τους.

Η **Co-Creation Support CLG** (Ιρλανδία) βοηθά και δουλεύει μαζί με ενδιαφερόμενους, όπως ασθενείς με άνοια, σχεδιάζοντας και προσφέροντας προσωποκεντρικές υπηρεσίες με προσέγγιση 'από κάτω προς τα πάνω', έρευνα και μεταφορά γνώσης.

Η **Anziani e non solo** (Ιταλία) εργάζεται από το 2004 στο πεδίο της διαχείρισης Ευρωπαϊκών και μη Ευρωπαϊκών προγραμμάτων και στην πραγματοποίηση υπηρεσιών και παρεμβάσεων που αυξάνουν την κοινωνική ένταξη.

Ο **CASO50+ Centro de Atendimento e Servicos 50+, Associacao** (Πορτογαλία) είναι ένας οργανισμός που ασχολείται με την Τρίτη ηλικία από το 2012 και στοχεύει στην προώθηση της υγείας και ευεξίας, της ενεργούς γήρανσης και της ποιότητας ζωής των ηλικιωμένων και των περιθάλπόντων τους.

Η **Spominčica** (Σλοβενία) παρέχει στήριξη σε ασθενείς με άνοια και τις οικογένειές τους, ευαισθητοποίηση και μείωση του στίγματος κατά της άνοιας.

Το άγχος που προκαλεί μια χρόνια πάθηση ή αναπηρία, μπορεί να επηρεάσει τις οικογένειες ως σύνολο, ειδικά αν οι διαφορετικοί περιθάλποντες μέσα στην ίδια οικογένεια προσπαθήσουν να αντιμετωπίσουν τα συναισθήματά τους μόνοι τους και χωρίς υποστήριξη.

Η ικανότητα της αποτελεσματικής επικοινωνίας είναι μια κρίσιμη πτυχή για την υγιή λειτουργία μιας οικογένειας. Μία πρωταρχική απειλή για την επικοινωνία είναι η συναισθηματική διαταραχή, όταν, δηλαδή, τα μέλη της οικογένειας καταπιέζουν τα αρνητικά τους συναισθήματα, όπως το αίσθημα ότι καταπιέζονται, η ενοχή, η αβεβαιότητα, η σύγχυση και οι διαμάχες που συνδέονται με προβλήματά τους. Είναι σημαντικό οι περιθάλποντες να μπορούν να εκφράζουν ανοιχτά και να μοιράζονται τα συναισθήματα αυτά, γιατί έτσι χτίζεται η ψυχική τους ανθεκτικότητα.

Η στήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής για την παραγωγή αυτής της δημοσίευσης δεν αποτελεί υιοθέτηση των περιεχομένων, τα οποία ανακλούν τις απόψεις μόνο των συγγραφέων και η Ευρωπαϊκή Επιτροπή δεν μπορεί να θεωρηθεί υπεύθυνη για την όποια χρήση πληροφοριών που εμπεριέχονται από εδώ και στο εξής.



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

2018-1-EE01-KA204-047079

ΥΠΟΣΤΗΡΙΖΟΝΤΑΣ ΤΟΥΣ ΑΤΥΠΟΥΣ ΠΕΡΙΘΑΛΠΟΝΤΕΣ:

ΜΙΑ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗ ΓΙΑ ΟΛΗ ΤΗΝ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑ,
ΚΑΘ'ΟΛΗ ΤΗΝ ΠΟΡΕΙΑ ΤΗΣ ΖΩΗΣ



S.IN.CA.L.A.



www.sincala.eu

Το πρόγραμμα S.IN.CA.L.A θα καλύψει μια ανάγκη όλων των χωρών της Ευρωπαϊκής Ένωσης: την παροχή φροντίδας και στήριξης σε έναν γηράσκοντα πληθυσμό, ειδικά σε ανθρώπους άνω των 80 ετών. Σε όλες τις χώρες, υπάρχει αυξανόμενη ανάγκη για παροχή της φροντίδας από τις οικογένειες. Για να επιτευχθεί αυτό, είναι επιτακτική η ανάπτυξη πολιτικών στήριξης. Το S.IN.CA.L.A θα παρέχει ένα πρόγραμμα παρέμβασης που θα μπορεί να χρησιμοποιηθεί από επαγγελματίες που δουλεύουν με περιθάλποντες για να τους βοηθήσουν να χτίσουν την ψυχική τους ανθεκτικότητα, ώστε να διατηρήσουν την ικανότητα για φροντίδα.

ΟΙ ΣΤΟΧΟΙ ΕΙΝΑΙ:

- Να αναπτύξουμε και να ελέγξουμε μία παιδαγωγική μέθοδο, βασισμένη στην αφηγηματική θεραπεία, προσαρμοσμένη στα πλαίσια διαφορετικών χωρών της Ε.Ε., επικεντρωμένη σε οικογένειες που φροντίζουν κάποιο ηλικιωμένο μέλος τους, με στόχο να χτιστεί η ψυχική ανθεκτικότητα ώστε να διατηρηθεί η ικανότητα για περίθαλψη.
- Να παρέχουμε στους άτυπους περιθάλποντες την ευκαιρία να συμμετέχουν σε μία παρέμβαση σχεδιασμένη που τους βοηθά να αντιμετωπίζουν δυσκολίες σχετικά με τη φροντίδα και να βρουν νόημα σε στρεσογόνες καταστάσεις.
- Να διαθέσουμε σε εκπαιδευτές και επαγγελματίες που δουλεύουν με περιθάλποντες το ηλεκτρονικό μάθημα S.IN.CA.L.A (MOOC), που θα καλλιεργεί και θα ενισχύει τις δεξιότητες των εκπαιδευτών, αλλά και θα βελτιώνει την ποιότητα της μάθησης, καθώς αυτή θα είναι προσαρμοσμένη στις ανάγκες των άτυπων περιθαλπόντων.

ΟΙ ΑΠΟΔΕΚΤΕΣ ΕΙΝΑΙ:

- Άτυποι περιθάλποντες, συμπεριλαμβανομένων όλων των μελών των οικογενειών με ευθύνες φροντίδας ηλικιωμένων – σύζυγοι, ενήλικα τέκνα, εγγόνια.
- Εκπαιδευτές ενηλίκων και Επαγγελματίες, συμπεριλαμβανομένων ψυχολόγων, νοσοκόμων, κοινωνικών λειτουργών, εργαζομένων στην κατ' οίκον φροντίδα.

ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ ΤΟΥ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ

Τα αποτελέσματα που αναμένονται στα επόμενα τρία χρόνια περιλαμβάνουν τα εξής:

- Την έκθεση **‘Πες μου για σένα’**, που θα αποτυπώνει τις εμπειρίες και ανάγκες των οικογενειών με τον ρόλο του περιθάλποντα σε έξι χώρες – Εσθονία, Ελλάδα, Ιρλανδία, Ιταλία, Πορτογαλία και Σλοβενία. Η έκθεση θα διερευνά, μαζί με τους άτυπους περιθάλποντες από διαφορετικές χώρες, τον αντίκτυπο που έχει η φροντίδα του ασθενούς σε αυτούς και τις οικογένειές τους, τις στρατηγικές αντιμετώπισης και τις ανεκπλήρωτες ανάγκες τους. Τα ευρήματα από αυτή την έρευνα, θα περιληφθούν στα εργαστήρια αφηγηματικής θεραπείας και στο MOOC (Μαζικό Ανοικτό Διαδικτυακό Μάθημα).
- Το πρόγραμμα εργαστηρίων αφηγηματικής θεραπείας για άτυπους περιθάλποντες **‘Άκου την ιστορία μου’**, που θα βασίζεται σε αφήγηση και τεχνικές αυθόρμητης έκφρασης. Αυτό θα βοηθήσει τους άτυπους περιθάλποντες ηλικιωμένων να βαδίσουν σε ένα μονοπάτι ενσυναίσθησης, όπου θα μπορούν να αναγνωρίζουν και να εκφράζουν πώς νιώθουν και να βρίσκουν νόημα στην ζωή τους. Θα δημιουργηθεί μια σειρά εργαστηρίων, ειδικά για συζύγους, ενήλικα τέκνα και εγγόνια, προσαρμοσμένα στη γλώσσα και την κουλτούρα κάθε χώρας.

- Το **Διαδικτυακό Μάθημα S.IN.CA.L.A** θα είναι ένα ανοιχτό διαδικτυακό μάθημα για εκπαιδευτές και επαγγελματίες που δουλεύουν με άτυπους περιθάλποντες, με σκοπό να τους παρέχει τη γνώση και τις δεξιότητες για να εφαρμόζουν το πρόγραμμα εργαστηρίων **‘Άκου την ιστορία μου’**. Για να δημιουργηθεί το διαδικτυακό μάθημα, θα συλλέξουμε τα ευρήματα από την έκθεση και τα εργαστήρια σε έναν Μεθοδολογικό Οδηγό, από τον οποίο θα προκύψει το MOOC (Μαζικό Ανοικτό Διαδικτυακό Μάθημα).

