

Επικοινωνία για τη νόσο Alzheimer



3ΜΗΝΙΑΙΑ ΕΚΔΟΣΗ | ΤΕΥΧΟΣ 95 | ΕΤΟΣ 24^ο | ΔΕΚΕΜΜΒΡΙΟΣ '23
Πανελλήνια Ομοσπονδία Νόσου Alzheimer και Συναφών Διαταραχών

Διαβάστε στο τεύχος Δεκεμβρίου

Η φωνή του ασθενούς : Άνοια και συννοσηρότητα / Πιλοτική δοκιμή του νέου παιχνιδιού "Game4CoSkills" / Το Πίνγκ πόνγκ ως μέσον πρόληψης / Πρόγραμμα «Στιγμές και Αναμνήσεις»/ Πολυθεματικές δράσεις Ε.Ε.Ν.Α.Λ.

Η φωνή του περιθάλποντα: Newsletter προγράμματος Infocare / Η άνοια μέσα από τα μάτια ενός παιδιού / Ευχαριστήρια επιστολή περιθάλπουσας

Νεότερα δεδομένα: REMIND& ΕΛ.Ομ.Καλαθοσφαίρισης: Μια νικηφόρα συνεργασία / 9ο Εκπαιδευτικό Σεμινάριο για επαγγελματίες υγείας και περιθάλποντες ατόμων με άνοια-νόσο Alzheimer / Διασύνδεση ΚΗ «Παναγία η Βηματάρισσα» και Κέντρου Συμβουλευτικής Γυναικών Δήμου Κατερίνης

- Συλλυπητήρια μηνύματα εις μνήμην Αριστείδη Λιάπη



ΤΟ Δ.Σ. ΤΗΣ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΑΣ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑΣ ΝΟΣΟΥ ALZHEIMER ΚΑΙ ΣΥΝΑΦΩΝ ΔΙΑΤΑΡΑΧΩΝ ΣΑΣ ΕΥΧΕΤΑΙ ΟΛΟΨΥΧΑ ΚΑΛΑ ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΑ ΚΑΙ ΜΙΑ ΝΕΑ ΧΡΟΝΙΑ ΓΕΜΑΤΗ ΥΓΕΙΑ, ΑΓΑΠΗ, ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗ!



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 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.	Μωραΐτου 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., Μωραΐτου 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

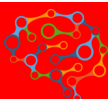
E-mail: info@alzheimer-federation.gr **Site:** www.alzheimer-federation.gr

Facebook | Πανελλήνια Ομοσπονδία Νόσου Alzheimer & Συναφών Διαταραχών

Ηλεκτρονική έκδοση

Μήνας - Τεύχος: Δεκέμβριος - 95^ο

Διανέμεται δωρεάν



Αγαπητές φίλες και φίλοι,

Με ιδιαίτερη χαρά διάβασα και αυτό, το 95ο περιοδικό της Ομοσπονδίας μας που από το 1997, για 24 ολόκληρα χρόνια, διακονεί τους επαγγελματίες υγείας, τους περιθάλποντες και τους ασθενείς με άνοια στην πατρίδα μας. Η χαρά είναι πολύ μεγάλη, διότι διαπιστώνει κανείς ότι οι προσπάθειες σε κάθε πόλη της χώρας μας είναι πλέον αναγνωρίσιμες και η εξωστρέφεια που καταγράφεται σ' αυτό το περιοδικό υπογραμμίζει την ανάγκη χρήσιμων συνεργασιών για ακόμη καλύτερα αποτελέσματα. Ό,τι έχει γραφεί στις πρώτες σελίδες για τον αείμνηστο Αριστείδη Λιάπη, τον «Πρόεδρο των προέδρων», για μας που είχαμε τη χαρά να τον γνωρίσουμε, είναι πολύ λίγο για να περιγράψει την μοναδική προσφορά του σε τοπικό και Πανελλήνιο επίπεδο. Η συν-νοσηρότητα που παρουσιάζει η «Αποστολή» μας θυμίζει ότι η άνοια αντιμετωπίζεται πάντα διεπιστημονικά. Κατέκτησαν τις πρώτες θέσεις κانونτάς μας υπερήφανους και αιτία να ακουστεί ο Εθνικός μας ύμνος δύο φορές, μεταφέροντας παράλληλα το μήνυμα της ενεργού και υγιούς γήρανσης στο Παγκόσμιο πρωτάθλημα πίνγκ πόνγκ που έγινε στο Ηράκλειο Κρήτης από 1-5 Νοεμβρίου 2023, και συμμετείχε η «Αλληλεγγύη». Ο «Νέστωρ» μας εντυπωσίασε, όπως πάντα, με το πρόγραμμά τους «Στιγμές και Αναμνήσεις» που αποτελεί πρωτοποριακή παρέμβαση και προετοιμάζει το έδαφος για τη συνταγογράφηση εκδηλώσεων που αφορούν την τέχνη. Η Λάρισα εφευρίσκει πάντοτε καινούργιες παρεμβάσεις και αποτελεί κίνητρο για όλους μας. Ο Βόλος εκπαιδεύει τα παιδιά για την άνοια, συνεχίζοντας το έργο του Αριστείδη. Η Θεσσαλονίκη συνεχίζει τον αγώνα της για καινοτομία με τα ευρωπαϊκά προγράμματα. Η Χαλκίδα μας θυμίζει την αξία της σωματικής άσκησης στην Τρίτη ηλικία με τη συμμετοχή της σε αγώνα της Ελληνικής ομάδας καλαθοσφαίρισης. Το Ηράκλειο ολοκλήρωσε άλλο ένα επιτυχημένο συνέδριο με επίκεντρο τους περιθάλποντες ενώ η Κατερίνη από τα πρώτα βήματά της άπλωσε χέρι συνεργασίας και σε άλλες δομές έτσι ώστε να επιτύχουμε τα καλύτερα δυνατά αποτελέσματα. Να δοξάσουμε το Θεό όλοι μαζί και να ευχηθούμε σε όλους

ΕΥΛΟΓΗΜΕΝΑ ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΑ!

Μάγδα Τσολάκη



Μπορείτε να ενισχύσετε το έργο της Πανελληνίας Ομοσπονδίας Alzheimer κάνοντας ονομαστική κατάθεση στον τραπεζικό λογαριασμό που τηρούμε στην Alpha Bank

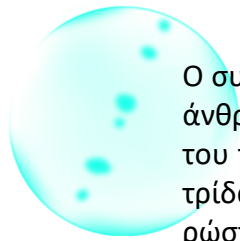
IBAN GR75 0140 4740 4740 0200 2004 406

Παρακαλούμε μετά την κατάθεσή σας να μας αποστείλετε τα στοιχεία επικοινωνίας σας: info@alzheimer-federation.gr



Σας ευχαριστούμε θερμά για τη στήριξή σας!





Εις Μνήμην Αριστείδη Λιάπη

Ο συνταγματάρχης Αριστείδης Λιάπης ήταν ο άνθρωπος της απεριόριστης αγάπης. Σε όλη του τη ζωή αγαπούσε πολύ τον Θεό, την Πατρίδα μας και την οικογένειά του. Όταν αρρώστησε η σύζυγός του από άνοια έγινε ο άνθρωπος της αγάπης για όλη την Ελλάδα. Αρχικά φρόντιζε για όλους τους ασθενείς του Βόλου. Ίδρυσε την Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer Μαγνησίας το 1998 και έκτοτε δεν σταμάτησε, παρά μόνο τα τελευταία χρόνια που ήταν ασθενής, να επισκέπτεται όλους τους ασθενείς με άνοια του Νομού Μαγνησίας και να στηρίζει τους περιθάλποντες. Ήταν ομιλητής, πάντα με καινούργιες ιδέες σε όλα μας τα 13 Πανελλήνια Συνέδρια αλλά και σε άλλες συναντήσεις που έγιναν σε γειτονικές περιοχές, στην Αθήνα και στην Κρήτη. Ήταν μέλος του ΔΣ της Πανελληνίας Ομοσπονδίας Alzheimer, όπου κάθε Άνοιξη και Φθινόπωρο μας μετέφερε τα οράματα και τα όνειρα που είχε για τους ασθενείς με άνοια και τους περιθάλποντές τους. Πήγαμε μαζί στο Υπουργείο Υγείας για να μεταφέρουμε αυτά τα οράματα στην Πολιτεία. Ήταν ο πρώτος στην Ελλάδα, το 2005, που ίδρυσε το πρώτο Κέντρο Ημέρας και το πρώτο Οικοτροφείο για τους ασθενείς με άνοια στο Βόλο. Εμείς ακολουθήσαμε το 2007 με κέντρο Ημέρας και Οικοτροφείο το 2022! Ήταν αποτελεσματικός και δεν σταματούσε τον αγώνα του μέχρι να πετύχει όλους τους στόχους του. Εξαιρετικό παράδειγμα για μας τους νεότερους, αλλά και για κάθε άνθρωπο και κάθε νέο Έλληνα. Δίπλα του πάντα ο Μητροπολίτης μας κ. Ιγνάτιος, ο οποίος δεν έλειψε από καμία συνάντηση που έγινε στο Βόλο προκειμένου να ενημερωθούν όλοι γι' αυτή τη φοβερή αρρώστια που παίρνει τις εγκεφαλικές ικανότητές μας, αλλά δεν μπορεί να αγγίξει την ψυχή μας που είναι αθάνατη. Ακόμη και στην τελευταία εκδήλωση που έγινε στο Βόλο για την ενημέρωση του κόσμου για την υπέροχη ερευνητική δουλειά μας για την ανακάλυψη του καλύτερου βιοδείκτη για την έγκαιρη και έγκυρη διάγνωση της άνοιας ο Μητροπολίτης μας ήταν μαζί

μας. Και όπως με πληροφόρησε και η κόρη του Αριστείδη Λιάπη ήταν ένας από τους ανθρώπους που ήταν κοντά του και τις τελευταίες μέρες της ζωής του. Είμαι σίγουρη ότι



τώρα που έφυγε για την άλλη ζωή, τη ζωή του Παραδείσου όλα του τα οράματα που δεν έγιναν θα γίνουν πολύ γρήγορα γιατί θα μεσιτεύει στον Θεό μας για όλους εμάς που προσπαθούμε να συνεχίσουμε το έργο του.»

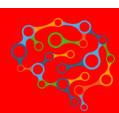
ΑΙΩΝΙΑ ΣΟΥ Η ΜΝΗΜΗ, ΑΔΕΛΦΕ, ΠΑΤΕΡΑ, ΣΥΝΕΡΓΑΤΗ, ΟΡΑΜΑΤΙΣΤΗ ΑΡΙΣΤΕΙΔΗ ΛΙΑΠΗ

Μάγδα Τσολάκη, Πρόεδρος Δ.Σ. της Πανελληνίας Ομοσπονδίας Νόσου Alzheimer και Συναφών Διαταραχών

«Τα μέλη του Διοικητικού Συμβουλίου της Ελληνικής Εταιρείας Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών Χαλκίδας, εκφράζουμε τη θλίψη μας για την απώλεια του Αριστείδη Λιάπη, ο οποίος υπήρξε εξέχουσα προσωπικότητα για την Πανελλήνια Ομοσπονδία Νόσου Alzheimer και Συναφών Διαταραχών. Ο αγαπητός σε όλους μας Αριστείδης Λιάπης, αποκαλούμενος και «Πρόεδρος των προέδρων», υπηρέτησε με αφοσίωση αναδεικνύοντας πανελλαδικά τα θέματα της άνοιας.

Επιπλέον, συνηγόρησε για τη δημιουργία του φορέα μας στη Χαλκίδα, συμβάλλοντας με τις γνώσεις του, όντας παρών στις δράσεις μας και συνεισφέροντας στην ίδρυση και στη δημιουργία του Καταστατικού μας. Του οφείλουμε πολλά και εκφράζουμε θερμά συλλυπητήρια στους οικείους του και σε ολόκληρη την κοινότητα.»

Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Δ. Χαλκίδας



Ο Αριστείδης Λιάπης ήταν πρότυπο εργατικότητας και προσφοράς για τον συνάνθρωπο.

Έκανε έναν τιτάνιο αγώνα να καταλάβει τους ασθενείς με άνοια, να στηρίξει τους αγαπημένους τους που συμπάσχουν και φροντίζουν, να εμπνεύσει την ιατρική να μελετήσει βαθύτερα και να ευαισθητοποιήσει την κοινωνία για αυτή την εν πολλοίς ακατανόητη αρρώστια.

Διοργάνωσε και συμμετείχε σε συναντήσεις, ομιλίες και συνέδρια, αφιλοκερδώς, ως αγνός αγωνιστής, με μόνο στόχο, ο πόνος να γίνει λιγότερος για ασθενείς και συνοδούς. Με μόνη φιλοδοξία μία μέρα η διάγνωση της άνοιας να μην τρομάζει τον κόσμο. Με όραμα μια κοινωνία που θα στέκεται δίπλα στον πονεμένο συνάνθρωπο στιβαρός αρωγός.

Αν και έφυγε από κοντά μας πλήρης ημερών, αφήνει δυσαναπλήρωτο κενό.

Εύχομαι το παράδειγμά του να είναι φάρος για τους νεότερους.

Αντίο φίλε και συνοδοιπόρε!

Κωνσταντίνος Γάτος, Νευρολόγος - Ψυχίατρος

Η Ελληνική Εταιρεία νόσου Alzheimer και Συναφών Διαταραχών Νομού Λάρισας, (Ε.Ε.Ν.Α.Λ.), αποχαιρέτησε και συνόδευσε στην τελευταία κατοικία, τον Συνταγματάρχη Αριστείδη Λιάπη, με την Επιστημονική Υπεύθυνο, Dr Αρτεμισία- Φοίβη Νιφλή. Χρέος μας ήταν η παρουσία, λόγω της ανιδιοτελούς προσφοράς του προς τα άτομα με άνοια- νόσο Alzheimer και η εμπύχωση της κόρης του Χαράς, για τη συνέχιση του έργου του. Ο εκλιπών προηγήθηκε του κρατικού φορέα, των Πανεπιστημίων κ.λπ. από το 1998, που κανείς δεν συζητούσε το θέμα στην Ελλάδα, ούτε ως νόσημα, ούτε ως φροντίδα, ούτε ως δομές. Η προσωπική μου γνωριμία, από το 2004, η άψογη συνεργασία μας στα θέματα φροντίδας, υποστήριξης του περιθάλποντα και δημιουργίας φιλικών και ανθρώπινων δομών φιλοξενίας, μου δίνει το δικαίωμα να τον χαρακτηρίσω "Δάσκαλο της φροντίδας". Ο Συνταγματάρ-

χης κ. Αριστείδης Λιάπης, με 4 λέξεις ήταν : αλτρουιστής, πατριώτης, εγκρατής, δοτικός. Καλό σου ταξίδι.

Η πρόεδρος της Ε.Ε.Ν.Α.Λ, RN, MA, Ελένη Καμπούρα- Νιφλή

Εύχομαι να βρει το Φως που αναζητούσε στην Αιώνια Ανατολή.

Νέλλυ Μαρκάτη

Θερμά Συλλυπητήρια στην οικογένεια του Προέδρου και συνοδοιπόρου Αριστείδη Λιάπη. Επιστρέφει στον Δημιουργό μας, με τις αποσκευές του γεμάτες, αγάπη, καλοσύνη και δημιουργική προσφορά στη σύζυγό του, αλλά και στους συμπολίτες του. << Του Κυρίου είναι η γη και το πλήρωμα αυτής >> . Καλό Παράδεισο αδερφέ εν Κυρίω Αριστείδη. **Γλυκερία Τσαπικίδου**

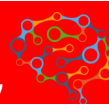
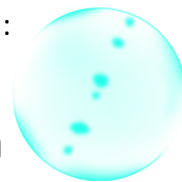
▶ Ήταν εκείνος που όταν έχασε τη σύζυγό του από άνοια διέθεσε όλο του το εφάπαξ και ίδρυσε την Ελληνική Εταιρεία Νόσου Αλτσχάιμερ Μαγνησίας και έγινε μια αγκαλιά για ασθενείς κα περιθάλποντες. «Αγία Σοφία» μάλιστα ονόμασε την τοπική εταιρεία Νόσου Αλτσχάιμερ στο όνομα της αγαπημένης του συζύγου.

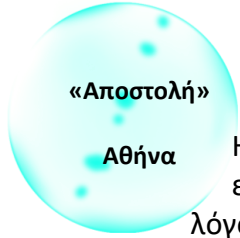
▶ Ήταν αξιωματικός της Αεροπορίας Στρατού, ωστόσο συνέδεσε το όνομά του με την ΕΕΝΑΣΔ Μαγνησίας την οποία ίδρυσε με τον Μακαριστό Χριστόδουλο και στη συνέχεια συνεργάστηκε με τον σημερινό Μητροπολίτη Δημητριάδος, κ. Ιγνάτιο.

▶ Το 2003 βραβεύτηκε από τον τότε Πρόεδρο της Δημοκρατίας, Κωστή Στεφανόπουλο για την πολύτιμη προσφορά του στο κοινωνικό σύνολο, το οποίο υπηρέτησε, δίνοντας το «παρών» δίπλα σε όποιον είχε ανάγκη τη βοήθεια και τη στήριξή του.

▶ Είχε γράψει το βιβλίο «Αγαπημένη μου γιαγιά», ένα παραμύθι για μεγάλους που στόχο είχε την ψυχολογική υποστήριξη των συγγενών των ασθενών.

▶ Ευτύχησε να δει εγγόνια στα οποία είχε μεγάλη αδυναμία, τη Σοφία και τον Χάρη.





Άνοια και συννοσηρότητα

«Αποστολή»

Αθήνα

Η άνοια αποτελεί ένα σύνδρομο που επηρεάζει τη λειτουργία της μνήμης, του λόγου, της σκέψης, αλλά και της εκτέλεσης καθημερινών δραστηριοτήτων. Ωστόσο, ανεξάρτητα από τη νοητική και λειτουργική έκπτωση, αρκετά σύνηθες είναι το φαινόμενο της παρουσίας των ψυχιατρικών συμπτωμάτων, τα οποία χρήζουν της ίδιας σημαντικής αξιολόγησης και αντιμετώπισης. Προς επίρρωση των παραπάνω, οι ψυχιατρικές διαταραχές που «συνυπάρχουν» ως επί το πλείστον με την άνοια είναι η κατάθλιψη, οι γενικευμένες αγχώδεις διαταραχές, η ψύχωση και το παραλήρημα.

Η μείζονος καταθλιπτική διαταραχή φαίνεται πως κατέχει το υψηλότερο ποσοστό της συννοσηρότητας με την άνοια (20-25%). Η γεροντική κατάθλιψη, όπως ονομάζεται, παρουσιάζει συμπτώματα

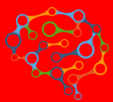
όπως απάθεια, μειωμένο ενδιαφέρον και απουσία κινήτρου. Ταυτόχρονα, το αίσθημα λύπης και θλίψης και η κοινωνική απομόνωση καθιστούν πιο διακριτή την αξιολόγηση των συμπτωμάτων αλλά και τη διάγνωση. Όσον αφορά τα ψυχοσωματικά συμπτώματα, εκείνα που δεσποζουν είναι οι αλλαγές στο βάρος, οι ανεξήγητοι πόνοι, και το έντονο αίσθημα κόπωσης. Σε ορισμένες περιπτώσεις συναντάμε τη “καταθλιπτική ψευδοάνοια” η οποία περιλαμβάνει και συμπτώματα νοητικών διαταραχών (διαταραχές μνήμης, συγκέντρωσης, κ.α.). Η καταθλιπτική ψευδοάνοια και η άνοια έχουν κάποια κοινά συμπτώματα, με αποτέλεσμα να είναι δύσκολο να διαχωρι-

στούν οι δύο νόσοι. Τέλος, πολλά άτομα με άνοια αναπτύσσουν κατάθλιψη, καθώς αρχίζουν να κατανοούν την προϊούσα νοητική τους έκπτωση.

Το άγχος αποτελεί ένα επιπρόσθετο κοινό χαρακτηριστικό κάτι το οποίο συσχετίζεται εξίσου με τον φόβο της επερχόμενης νοητικής δυσλειτουργίας και σύγχυσης αλλά και του θανάτου. Τα συμπτώματα της αγχώδους διαταραχής εκδηλώνονται με ποικίλους τρόπους όπως είναι η αυξημένη ανησυχία, η νευρικότητα και η ευερεθιστότητα. Συμπεριφορικά, συνήθως παρατηρείται μυϊκή τάση με ακαθόριστο πόνο, διαταραχές ύπνου, έντονος βηματισμός και εφίδρωση. Σύμφωνα με έρευνα από το Cardiovascular Health Study, περισσότερο από το 20% των συμμετεχόντων με άνοια παρουσίασαν συμπτώματα άγχους σε χρονικό διάστημα ενός μήνα, με τους μισούς να εκδηλώνουν σοβαρής μορφής συμπτωματολογία.

Τα άτομα με άνοια μπορούν, επίσης, να βιώσουν ψυχωτικά συμπτώματα όπως είναι οι παραισθήσεις και οι ψευδαισθήσεις. Οι παραισθήσεις θεωρούνται διαστρεβλωμένα βιώματα υπαρκτών αντικειμένων της αντίληψης, δηλαδή είναι κάτι που υπάρχει, αλλά εμείς το αντιλαμβανόμαστε ως κάτι άλλο από αυτό που είναι. Από την άλλη, ψευδαισθήσεις είναι αντιληπτικά βιώματα επί απουσίας αντικειμενικών ερεθισμάτων. Είναι εμπειρίες που κάποιος τις αντιλαμβάνεται ως πραγματικές, ενώ στην πραγματικότητα δεν είναι. Αμφότερες συνδέονται με έντονη νοητική δυσλειτουργία και μπορούν να συνοδεύονται από παρανοϊκές ιδέες όπως η αίσθηση απειλής και κινδύνου από οικογενειακά πρόσωπα.

Τέλος, συναντάμε το παραλήρημα του οποίου χαρακτηριστικά γνωρίσματα είναι η έκπτωση του επιπέδου της συνείδησης, της προσοχής, αλλά και νοητικές αλλαγές στη μνήμη, τον προσανατολισμό και τη γλώσσα.



Άνοια και συννοσηρότητα (συνέχεια)

Σε γενικές γραμμές θεωρείται οξεία, αναστρέψιμη διαταραχή, που μπορεί να εξελιχθεί σε μη αναστρέψιμη. Στην άνοια, παρατηρείται εμφάνιση του παραληρήματος κυρίως έπειτα από παρατεταμένη νοσηλεία και μακροχρόνια παραμονή σε μονάδα εντατικής θεραπείας (ΜΕΘ).

Όπως είναι ευκόλως κατανοητό, η άνοια αντιπροσωπεύει ένα φάσμα διαταραχών αρκετά κρίσιμων για τον ασθενή που δημιουργούν μια σωρεία προκλήσεων στους περιθάλποντες. Υψίστης σημασίας έχει οι περιθάλποντες να εκπαιδεύονται στο πώς να διακρίνουν αυτή το «συμβίωση» παθήσεων και να φροντίζουν αποτελεσματικότερα τους ανθρώπους εκείνους με απώτερο σκοπό τη βελτίωση της καθημερινής ζωής τόσο των επωφελομένων όσο και των οικείων τους.

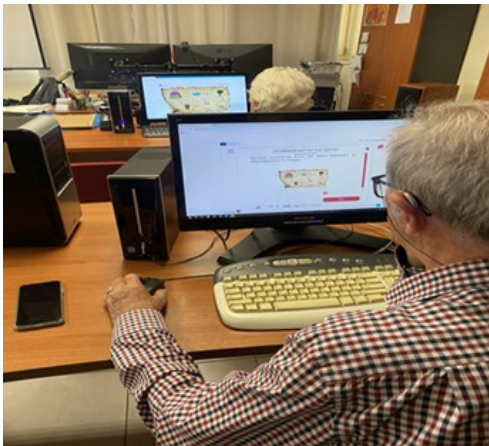


Αδάμου Εβίτα, Νευροψυχολόγος Οικοτροφείου «Μονάδας Αντιμετώπισης Νόσου Alzheimer – Καρέλλειο» του Φιλανθρωπικού Οργανισμού «ΑΠΟΣΤΟΛΗ» της Ιεράς Αρχιεπισκοπής Αθηνών

«Αποστολή»

Αθήνα

Πρώτη πιλοτική δοκιμή του νέου παιχνιδιού “Game4CoSkills”



Η Alzheimer Hellas είναι ένας από τους εταίρους του έργου «Game4CoSkills» <http://game4coskills.eu/> το οποίο χρηματοδοτείται από το Πρόγραμμα Erasmus+ της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Κατά τη διάρκεια του έργου «Game4CoSkills» δημιουργήθηκε ένα καινοτόμο Παιχνίδι για Κινητό που στοχεύει στην ανάπτυξη νοητικών δεξιοτήτων και τη διδασκαλία εννοιών για ενήλικες με Νοητική Διαταραχή για ατομική χρήση ή σε ομαδική μορφή. Η διάρκεια του προ-

γράμματος είναι 24 μήνες και οι χώρες-εταίροι που συμμετέχουν είναι η Γαλλία, η Αυστρία, η Ιταλία, η Ελλάδα, η Κύπρος και η Τουρκία. Το Παιχνίδι για Κινητό στοχεύει στην ανάπτυξη πολλών νοητικών δεξιοτήτων και σε στρατηγικές μάθησης, καθώς μπορεί να γίνεται όλο και πιο απαιτητικό: η απόδοση βελτιώνεται στα χρώματα, τη μνήμη, τα μαθηματικά, την ακρίβεια, τη λογική, την επιδεξιότητα, την εκτέλεση πολλαπλών λειτουργιών και την προσοχή στις λεπτομέρειες. Χρησιμοποιώντας αυτόν τον τρόπο, οι ενήλικες με Νοητικές Διαταραχές συμμετέχουν σε ευχάριστες ομαδικές δραστηριότητες για να δοκιμάσουν παιχνίδια για κινητά. Τον Σεπτέμβριο έγιναν οι πρώτες πιλοτικές δοκιμές. Έτσι, στην Alzheimer Hellas 20 άτομα με Νοητική Διαταραχή και 10 επαγγελματίες υγείας αλληλοεπίδρασαν με το παιχνίδι. Μας έδωσαν ανατροφοδότηση σχετικά με την εμπειρία τους. Όλες οι χώρες-εταίροι εργάζονται τώρα για την έκθεσή τους σχετικά με τη συγκεκριμένη ανατροφοδότηση. Αυτή η πρώτη δοκιμή θα μας δώσει την ευκαιρία να βελτιώσουμε το παιχνίδι κάνοντας αλλαγές και να γνωρίσουμε τις απόψεις τους, για το πόσο χρήσιμο θα μπορούσε να είναι αυτό το εργαλείο και να τονιστεί η σημασία του.

Θεο/νίκη




 Ηράκλειο

Σε συνέχεια της παρουσίασης του σχετικού άρθρου στο περιοδικό της Πανελλήνιας Ομοσπονδίας Αλτσχάϊμερ, στο τεύχος #86 το Σεπτέμβριο του 2021, σας παρουσιάζω τα εξαιρετικά αποτελέσματα του προγράμματος **“Προλαμβάνουμε το Αλτσχάϊμερ παίζοντας Πίνγκ Πόνγκ”**.

Στο Παγκόσμιο πρωτάθλημα πίνγκ πόνγκ για Αλτσχάϊμερ που έγινε στο Ηράκλειο Κρήτης από 1-5 Νοεμβρίου 2023, συμμετείχαμε ως σύλλογος **“Αλληλεγγύη”** :

Στο παγκόσμιο συνέδριο “World Table Tennis for Health” (WTT4H) με θέμα ομιλίας: “Effects of active participation in a sport like TT”

Στο πρωτάθλημα: Οκτώ (8) ωφελούμενοι του συλλόγου μας (4 γυναίκες και 4 άνδρες ηλικίας από 65-85 ετών) κατέκτησαν τις πρώτες θέσεις κάνοντάς μας υπερήφανους και αιτία να ακουστεί ο Εθνικός μας ύμνος δύο φορές, μεταφέροντας παράλληλα το μήνυμα της ενεργού και υγιούς γήρανσης.

Επόμενος στόχος μας η διάδοση του Πινγκ Πονγκ, η διοργάνωση Πανελληνίου πρωταθλήματος, σύμφωνα με την προτροπή της παγκόσμιας Ομοσπονδίας Επιτραπέζιας Αντισφαίρισης, η **“Αλληλεγγύη”** να αποτελέσει τον πυρήνα ανάπτυξης.



Όσοι σύλλογοι ενδιαφέρονται σχετικά, μπορούν να λάβουν πληροφορίες από το σωματείο **«Αλληλεγγύη Ηρακλείου για τη Νόσο Alzheimer και την Υγιά Γήρανση»** και τον Αντιπρόεδρο Δ.Σ. κ. Παύλο Ποτουρίδη.



Πρόγραμμα «Στιγμές και Αναμνήσεις»

Τον Οκτώβριο του 2022, στο Νέστορα ξεκίνησε ένα καινούργιο πρόγραμμα το οποίο ονομάσαμε “Στιγμές & Αναμνήσεις”.

Το Πρόγραμμα αυτό δημιουργήθηκε για να προσφέρει στα μέλη των ομάδων του φορέα μας, νέες εμπειρίες, διασύνδεση με την κοινότητα, κοινωνικοποίηση μέσα από μια σειρά μηνιαίων επισκέψεων και δραστηριοτήτων, χρηματοδοτούμενες από τον ίδιο τον φορέα μας. Η σύλληψη του Προγράμματος βασίστηκε στους πυλώνες της πρόληψης της άνοιας, με κύριους γνώμονες την ψυχαγωγία, την κοινωνικοποίηση, την εξάσκηση των νοητικών λειτουργιών μέσω πνευματικών ερεθισμάτων και τη δημιουργική απασχόληση.

Μέχρι σήμερα έχουν πραγματοποιηθεί πολλές επισκέψεις και διαδράσεις ενδεικτικά όπως:

Επίσκεψη στο κτήμα “Το Κέντρο της Γης”, της ΜΚΟ Οργάνωση «Γη». Κατά τη διάρκεια της επίσκεψης έγινε ξενάγηση του κτήματος και μάθαμε για την ιστορία του, επισκεφτήκαμε τα άλογα στους στάβλους, τους αμπελώνες του οινοποιείου και το λαχανόκηπο. Έπειτα πήραμε μέρος στη Συλλογική Κουζίνα, όπου όλοι μαζί μαγειρέψαμε και συσκευάσαμε 150 μερίδες φαγητού για να μοιραστούν σε δήμους που συνεργάζονται με την Οργάνωση «Γη».

Επίσκεψη στο Ολυμπιακό Μουσείο Αθήνας. Οι ωφελούμενοί μας, είχαν την ευκαιρία να ξεναγηθούν σε μια μοναδική μουσειακή εμπειρία, να θαυμάσουν τα εκθέματα, αλλά και να πληροφορηθούν για το αυθεντικό πνεύμα των Ολυμπιακών Αγώνων και τις αναλλοίωτες αξίες της Ολυμπιακής Παιδείας από τη γέννησή τους μέχρι σήμερα. Η περιήγηση ολοκληρώθηκε πίνοντας καφέ κι ανταλλάσσοντας τις εντυπώσεις μας.

Επίσκεψη στο Κέντρο Πολιτισμού του Ιδρύματος Σταύρος Νιάρχος με ξενάγηση,

η οποία περιλάμβανε επίσκεψη στην περιοδική έκθεση φωτογραφίας του Κέντρου Πολιτισμού, περιήγηση στο πρωτοποριακής αρχιτεκτονικής κτιριακό συγκρότημα, και του αρχιτεκτονικού γραφείου Renzo Piano Building Workshop (RPBW), που φιλοξενεί την Εθνική Βιβλιοθήκη της Ελλάδος (ΕΒΕ) και την Εθνική Λυρική Σκηνή (ΕΛΣ) και ολοκληρώσαμε την περιήγηση με θέα το κανάλι του Κέντρου Πολιτισμού, πίνοντας καφέ στο γνωστό Canal Café.

Επίσκεψη στο “Σπίτι των Παραμυθιών - Μουσείο Αλλιώς”, όπου πέρα από την ξενάγηση στους χώρους, οι ωφελούμενοι παρακολούθησαν παράσταση αφήγησης παραμυθιών και εργαστήριο Χειροτεχνίας, **Επίσκεψη στην Εθνική Πινακοθήκη,** ξενάγηση στην περιοδική έκθεση.

Επίσκεψη στο Ίδρυμα Βασίλη & Ελίζας Γουλανδρή, όπου οι ωφελούμενοι συμμετείχαν στη δράση της σειράς «Παιχνίδι για Μεγάλους» με τίτλο «Τέχνη και 5 Αισθήσεις». Με αφετηρία τα έργα της Συλλογής, οι συμμετέχοντές μας εξοικειώθηκαν με βιωματικό τρόπο στη μοντέρνα τέχνη και οδηγήθηκαν σε μια νέα ερμηνεία των έργων και των δημιουργών τους. Μια δραστηριότητα που προκάλεσε τον δημιουργικό διάλογο ανάμεσα στις ανθρώπινες αισθήσεις και τα έργα της συλλογής του ιδρύματος ξυπνώντας διαφορετικές μνήμες.

Επίσκεψη σε παραλιακή καφετέρια, δίπλα στη θάλασσα, όπου οι ωφελούμενοι απόλαυσαν στιγμές χαλάρωσης, παρέας και διαλόγου κάνοντας βόλτα στην παραλία της Γλυφάδας, ενώ ήπιαν τον καφέ τους δίπλα στο κύμα.

Μάθημα ζαχαροπλαστικής, δυο γλυκιές παρουσίες απ’ τον μαγικό χώρο της ζαχαροπλαστικής, μας χάρισαν με το μεράκι τους και τις γνώσεις τους, στιγμές μέσα από δυο συνταγές ζαχαροπλαστικής, στις οποίες συνέβαλαν και οι ωφελούμενοι του προγράμματος.

«Νέστορα»

Αθήνα



«Νέστωρ»
Αθήνα

Πρόγραμμα «Στιγμές και Αναμνήσεις» (συνέχεια)

Επίσκεψη στο Μουσείο Κυκλαδικής Τέχνης, όπου οι ωφελούμενοί μας ξεναγήθηκαν στις μόνιμες συλλογές του μουσείου και συμμετείχαν σε ειδικό εργαστήριο με τη βοήθεια Art Therapist.

Επίσκεψη στο Μέγαρο Μουσικής Αθηνών όπου, οι ωφελούμενοι του προγράμματος, ξεναγήθηκαν στην έκθεση “Μαρία Κάλλας” και είχαν τη δυνατότητα να γνωρίσουν την κορυφαία σοπράνο μέσα από βιβλία, παρτιτούρες, προγράμματα συναυλιών, περιοδικά και οπτικοακουστικό υλικό.

Επίσκεψη στο Μουσείο ελληνικών Λαϊκών Μουσικών Οργάνων «Φοίβος Ανωγειανάκης» - Κέντρο Εθνομουσικολογίας. Η έκθεση περιλάμβανε 4 ενότητες, όσες και οι οικο-

γένειες μουσικών οργάνων που διακρίνει η εθνομουσικολογία, με κριτήριο το υλικό το οποίο πάλλεται για να δώσει τον ήχο και μουσικά παραδείγματα όπου παρουσιάζεται ο ήχος, η μουσική έκταση, οι τεχνικές παιχνιδιού και οι συνδυασμοί των μουσικών οργάνων κ.α. στην Ελληνική λαϊκή μουσική παράδοση.



Θέλουμε να ευχαριστήσουμε θερμά όλους όσους συμμετέχουν στο Πρόγραμμα “Στιγμές & Αναμνήσεις” για τη συγκινητική ανταπόκριση στις δραστηριότητες που διοργανώνουμε.

Πολυθεματικές δράσεις της Εταιρείας Νόσου Alzheimer Λάρισας

Δράση στο Δημοτικό Γηροκομείο «ΕΙΜΑΣΤΕ ΜΩΒ»



το "είμαστε μωβ", στοχεύοντας στην ενδυνάμωση των νοητικών λειτουργιών τους, με μια πολυθεματική δράση.

Η πρόεδρος Ελένη Νιφλή φορώντας Μωβ, τους ενημέρωσε, ότι το μωβ είναι το χρώμα της εταιρείας Alzheimer, συμβολίζει τον σεβασμό προς τον συνάνθρωπο, την αξιοπρέπεια, την αγάπη, ηρεμία, αρμονία, δικαιώματα κ.λπ. Στη συνέχεια, η ψυχολόγος Μαρία Μαντά τους ρώτησε αν τους άρεσε η ιστορία από το χρώμα μωβ κι αν θέλουν να γράψουν ή να ζωγραφίσουν (αποτυπώσουν) το μωβ. Οι ένοικοι δελεάστηκαν από το μωβ και ζήτησαν να γράψουν στα χέρια τους τα γράμματα της Alzheimer και το κορδελάκι. Επίσης τους παρουσίασε σε βίντεο την χορογραφία του Νίκου Αϊβαλή με το μωβ τραγούδι, την οποία παρακολούθησαν με θαυμασμό, ζητωκραυγάζοντας ταυτόχρονα ότι "είμαστε μωβ".

Δράση στο Δημοτικό Γηροκομείο Καρδίτσας. Στις 13/9/2023 η Ε.Ε.Ν.Α.Λ, βρέθηκε κοντά στους ηλικιωμένους και πλημμυρο-

παθείς του Εκκλησιαστικού Γηροκομείου Καρδίτσας, προσφέροντας υγειονομική στήριξη και εμπύχωση.

αυλαία των

δράσεων για

τον παγκό-

σμιο μήνα

alzheimer με

τους ηλικιω-

μένους του

δημοτικού

Γηροκομείου

Λάρισας, με

Δράση «Σγουρέ

βασιλικέ μου»

Στις 14/9/2023 την ημέρα του Τιμίου Σταύρου πραγματοποιήθηκε δράση με βασιλικούς.

Σκοπός της δράσης, ήταν η διάδραση και η αισθητηριακή κινητοποίηση των ωφελούμενων, με γλα-

στράκια από σγου-

ρούς βασιλικούς. Η

κα Ελένη Νιφλή

αφηγήθηκε την

προέλευση του βα-

σιλικού, τους θρύ-

λους γύρω από αυ-

τόν, τα είδη αυτού,

την χρήση στην μαγειρική, στην αρωματο-

ποιία και θεραπευτική.

5ος Περίπατος Μνημοσύνης

Στις 21/9/2023 πραγματοποιήθηκε ο 5ος περίπατος μνημοσύνης. Πλήθος ωφελουμένων και φίλων της άνοιας συμμετείχαν στο περίπατο. Το μωβ έκλεψε την παράσταση

όλων των ηλι-

κιακών ομάδων,

όπως και το

πλούσιο μουσι-

κό ρεπερτόριο

της φιλαρμονι-

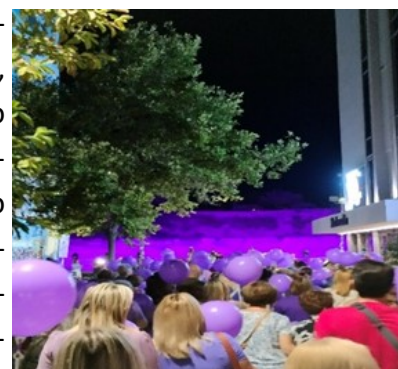
κής του Δημοτι-

κού Ωδείου Λά-

ρισας.



Λάρισα



Λάρισα

Πολυθεματικές δράσεις της Εταιρείας Νόσου Alzheimer Λάρισας (συνέχεια)

Γλέντα τη ζωή



Η πρώτη Οκτώβρη, έχει καθιερωθεί, ως ημέρα των ηλικιωμένων. Στο πλαίσιο αυτό, η Ε.Ε.Ν.Α.Λ πραγματοποίησε μουσικοχορευτική δράση στο Γηροκομείο, στοχεύοντας στην εμψύχωση, κινητοποίηση και διασκέδαση των ενοίκων.

Στον ρυθμό των χρωμάτων



Στις 12/10/23 στα πλαίσια της παγκόσμιας ημέρας ψυχικής υγείας, η Ελληνική Εταιρεία νόσου Alzheimer νομού Λάρισας, πραγματοποίησε χοροθεραπευτική δράση, στοχεύοντας στην εμψύχωση των ωφελούμενων, στη νοητική ενδυνάμωση και στη βελτίωση της διάθεσης αυτών.

Βάλε χρώμα στη ζωή σου

Στις 17/10/23 στα πλαίσια υλοποίησης του



παγκόσμιου μηνύματος, "our rights" η Ε.Ε.Ν.Α.Λ πραγματοποίησε δράση, με την ομάδα "ΠΟΣΗ ΑΓΑΠΗ".

Δράση: η ΕΕΝΑΛ κοντά στις Αντιγονίδες

Στις 18/10/23 η πρόεδρος της Ε.Ε.Ν.Α.Λ. Ελένη Καμπούρα-Νιφλή και μέλη του διοικητικού συμβουλίου πραγματοποίησαν επίσκεψη στον αγροτουριστικό σύλλογο Γόννων, Αντιγονίδες, στο πλαίσιο ενημέρωσης για τη νόσο Alzheimer, την υιοθέτηση κανόνων πρόληψης, την υγιή γήρανση – υγιή νόηση και δημιουργία φιλικών κοινοτήτων.



Εργαστήριο Τεχνολογίας Νοητικής Ενδυνάμωσης με θέμα: «Προσωπικά βιώματα από το 1940»



Στις 26/10/23, εν όψει της εθνικής επετείου του ΟΧΙ του 1940, πραγματοποιήθηκε διαδραστικό εργαστήριο στις ωφελούμενες της ΕΕΝΑΛ με θέμα «Προσωπικά βιώματα από το 1940».

Δράση: στο Δημοτικό Γηροκομείο Λάρισας για την 28 Οκτωβρίου «Στο πνεύμα του 1940». Στόχος της δράσης ήταν να τους ταξιδέψουμε στο παρελθόν, να διηγηθούν αναμνήσεις από τη σχολική ζωή και γενικότερα από τις προσωπικές τους εμπειρίες, μέσω της ανάκλησης παρελθοντικών γεγονότων



Πολυθεματικές δράσεις της Εταιρείας Νόσου Alzheimer Λάρισας



σχετικά με την εθνική εορτή.

Η Ε.Ε.Ν.Α.Λ στο κέντρο κοινότητας Ελασσόνας

Η πρόεδρος της Ε.Ε.Ν.Α.Λ και οι συνεργάτες της, μετέβησαν στην κοινότητα της Καλλιθέας, στα πλαίσια ενημέρωσης για τη νόσο Alzheimer, την υγιή γήρανση και υγιή νόηση. Στόχος αυτής, η διάχυση της γνώσης σε πλη-

θυσμό ηλικιωμένων ορεινών περιοχών, η προαγωγή της νοητικής υγείας, σωματικής και η βελτίωση ποιότητας ζωής των ηλικιωμένων.

Ζωγραφίζοντας τις αναμνήσεις

Η ανάγνωση του ποιήματος, του Κωστή Παλαμά για την Ελιά, ταξίδεψε τους ωφελούμενους και δημιούργησε διαδραστική συζήτηση, για το μάζεμα της ελιάς, το λιοτρίβι και το λάδι. Επίσης, αρκετοί, ζωγράφισαν την ελιά, αποτυπώνοντας τις αναμνήσεις με χρώματα και αγάπη για αυτό το ευλογημένο δένδρο.



Διεθνής Ημέρα Εθελοντισμού

Η Ε.Ε.Ν.Α.Λ, στα πλαίσια εορτασμού και εμ-

ψύχωσης των εθελοντών και εργαζομένων,



οργάνωσε μουσικοχορευτικό απόγευμα με φυσικούς χυμούς και μουσικά ακούσματα (τη θαλασσινή, το πράσινο τριφύλλι κ.λπ.). Παράλληλα, δημιούργησαν χριστουγεννιάτικα δέντρα, κάρτες με οικολογικά υλικά, για προ-

σφορά σε μοναχικά άτομα και άτομα που ζουν

σε κλειστές δομές.



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΕΤΑΙΡΙΑ
ΝΟΣΟΥ ALZHEIMER
& ΣΥΝΑΦΩΝ ΔΙΑΤΑΡΑΧΩΝ
Ν. ΛΑΡΙΣΑΣ



Λάρισα

Η **Alzheimer Ελλάς** ευχαριστεί θερμά όλους τους υποστηρικτές του Χριστουγεννιάτικου Bazaar & της Χριστουγεννιάτικης λαχειοφόρου αγοράς:

LIDL HELLAS

IN ART

VICKO

JYSK

XENOSPACK

MARKOS Dacandles

ΦΑΡΜΑΚΕΙΟ ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ ΚΑΡΑΤΖΕΛΗ

MARITIME CAFE

ΚΡΕΟΠΩΛΕΙΟ ΑΦΟΙ ΑΪΔΙΝΙΔΗ

Q JEWELLERY

ΒΙΒΛΙΟΠΩΛΕΙΟ BOOKARTIA

&



ΑΠΟ ΤΟ 1924

ΑΦΟΙ ΧΑΪΤΟΓΛΟΥ Α.Β.Ε.Ε.
ΒΙΟΜΗΧΑΝΙΑ ΤΡΟΦΙΜΩΝ





Θεσ/νίκη

Στήριξη περιθαλπόντων ανθρώπων με άνοια μέσω μη τυπικής εκπαίδευσης και καινοτόμων συσκευών

Το Ευρωπαϊκό πρόγραμμα InfoCARE, στο οποίο συμμετέχει η Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer, στοχεύει στην στήριξη περιθαλπόντων και οικογενειών ατόμων με άνοια σε καθημερινή βάση, στην βελτίωση της επικοινωνίας μεταξύ των περιθαλπόντων και των ατόμων με άνοια καθώς και τη δημιουργία ενός δικτύου περιθαλπόντων μέσω ομάδων στήριξης. Έπειτα από ένα χρόνο δουλειάς πάνω στην δημιουργία του εκπαιδευτικού υλικού (R1 και R2), πλέον είναι έτοιμο! Το εκπαιδευτικό υλικό απευθύνεται σε περιθάλποντες ατόμων με άνοια και περιλαμβάνει πρακτικές πληροφορίες, συμβουλές και δραστηριότητες για την υποστήριξη της φροντίδας, την τόνωση των νοητικών λειτουργιών των ατόμων με άνοια, τη βοήθεια στην αναγνώριση των συμπτωμάτων και την προώθηση της πρόληψης μέσω υγιή τρόπου ζωής. Το υλικό είναι διαθέσιμο και στα Ελληνικά και μπορείτε να το βρείτε στον ιστότοπό μας πατώντας [ΕΔΩ](https://www.infocare.me/el/%ce%b1%cf%80%ce%bf%cf%84%ce%b5%ce%bb%ce%b5%cf%83%ce%bc%ce%b1%cf%84%ce%b1-%cf%84%ce%bf%cf%85-%ce%b5%cf%81%ce%b3%ce%bf%cf%85/). <https://www.infocare.me/el/%ce%b1%cf%80%ce%bf%cf%84%ce%b5%ce%bb%ce%b5%cf%83%ce%bc%ce%b1%cf%84%ce%b1-%cf%84%ce%bf%cf%85-%ce%b5%cf%81%ce%b3%ce%bf%cf%85/>

Newsletter
InfoCARE | Υποστηρίζοντας τους ανεπίσημους
Περιθάλποντες των ατόμων με Άνοια

ΟΚΤΩΒΡΙΟΣ 2023 N°3

ΣΧΕΤΙΚΑ ΜΕ ΤΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ InfoCARE
Το Infocare αφορά στην παροχή υποστήριξης σε άτομα κερθαιόμενες, ανεπίσημες, κημερικές συνεισδίες και άτομα με φροντισδόν φάρμα με θέωση σε καθημερινή βάση.
PR1 - Εκπαίδευση σε κημερικές φροντισδότητες - έχει δημοσιευθεί
Το ενημερωτικό υλικό απευθύνεται σε άτομα κερθαιόμενες ατόμων, άτομα και ανεπίσημες κημερικές συνεισδίες ή φροντισδότητες για την αποστήριξη κημερικής φροντίδας, την τόνωση των νοητικών λειτουργιών των ατόμων με άνοια, τη βοήθεια στην αναγνώριση των συμπτωμάτων και την προώθηση της πρόληψης μέσω υγιή τρόπου ζωής.
Το υλικό είναι διαθέσιμο στα Αγγλικά, Γαλλικά, Ιταλικά, Γερμανικά, Πορτογάλικά και Ελληνικά και μπορεί να τα συμβουλευθείτε στον ιστότοπό μας.
<https://www.infocare.me/el/%ce%b1%cf%80%ce%bf%cf%84%ce%b5%ce%bb%ce%b5%cf%83%ce%bc%ce%b1%cf%84%ce%b1-%cf%84%ce%bf%cf%85-%ce%b5%cf%81%ce%b3%ce%bf%cf%85/>
Με τι χρηδία
PR1 και PR2 Πιλοτική Έρευνα
Ευλολογη Αξολογηδών στις Κόρες
Εταιρεία
Ολοκληρώθηκε με επιτυχία η πιλοτική υφή δια-εθνικήν επιστημονικήν του έργου Έρευνα κημερικής διαβίωσης άλλος τις λειτουργίες εδού <https://www.infocare.me/el/%ce%b1%cf%80%ce%bf%cf%84%ce%b5%ce%bb%ce%b5%cf%83%ce%bc%ce%b1%cf%84%ce%b1-%cf%84%ce%bf%cf%85-%ce%b5%cf%81%ce%b3%ce%bf%cf%85/>
Με τι χρηδία

Ακολουθήστε μας!
f
i
in
@infocareproject
www.infocare.me

Διεθνής Συνάντηση Έργου
18 και 19 Σεπτεμβρίου 2023
Αυστρία
Κατά τη διάρκεια της συνάντησης του εδούθηθη ένα του από τις θέσεις, οι κημερικές συνεισδίες και εργαδίες όλα τα θέματα για να εδούραστον την κοινή μάχη του Infocare.

Επικείμενες δραστηριότητες
R3 - Πιλοτική εφαρμογή του εργαδίου διαβίωσης υφών κημερικής φροντίδας και κημερικής επικοινωνίας στην Ελλάδα
R2 - Ευλολογη κημερικής επικοινωνίας εργαδίων που αφορούν τις βέλτιστες πρακτικές φροντισδότητας
Διεγερτική επηρεαστική και επηρεαστική εργαδίων του Infocare στις άλλες τις χώρες εταρείας

OMADA ΕΡΓΟΥ
A Alzheimer Association FSR European Association of Caregivers

Co-funded by the European Union

Η μικρή Λευκή

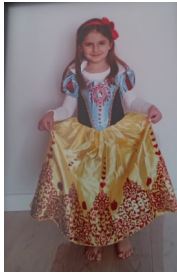
Μικρό και απονήρευτα στο δρόμο πεταμένο, κλαίει, θρηνεί, παρακαλεί, βοήθεια γυρεύει. Από τη μάνα τ' άρπαξαν, στο δρόμο το πετάξαν, τώρα πεινά, τώρα διψά, ποιος θε να το ακούσει; Κι ένα χέρι στοργικό, σκύβει το αγκαλιάζει Του δίνει τροφή να συλωθεί, χάδια να αναθαρρέψει. Είν' ο μανάβης του χωριού, για το μικρό σκυλάκι, το πήρε το μεγάλωσε, το λάτρεψε στ' αλήθεια.. Της έδωσε και όνομα, Λευκή τήνε φωνάζει - κι όπου είν' ο κυρ Δημητρός, τρέχει η Λευκή ξωπίσω. Αχώριστοι γινήκανε,

Απ' τη δουλειά στο σπίτι, είναι πια σύντροφοι πιστοί, πολύ αγαπημένοι. Μα σαν τα χρόνια διάβηκαν, εγέρασε ο κυρ' Δημητρός ασπρίσαν τα μαλλιά του τον πρόδωσε λέει η καρδιά, κι έμεινε στο κρεβάτι. Η Λευκή στέκεται δίπλα του και νύχτα και ημέρα, κλαίει σιωπηλά και αθόρυβα, να μην τον εξυπνήσει. Και περιμένει η φτωχή, να σηκωθεί ο αφέντης της, να πάνε στη δουλειά του. Μα η καμπάνα χτύπησε, το θάνατο αναγγέλλει, πομπή μεγάλη ετοίμασαν, για τα νεκροταφεία, με τη Λευκή ξωπίσω τους να τους ακολουθεί. Πήραν τη Λευκή οι συγγενείς, να την παρηγορήσουν,

μα αυτή εξαφανίστηκε και ποια δεν τήνε βρίσκουν. Σαν ήρθαν την επόμενη, οι συγγενείς στον τάφο, βρήκανε τη Λευκή εκεί, εις τον αγαπημένο της, μην τον αφήσει μόνο. Ώ πλούσια καρδιά, χωρίς δόλο και πάθος, αγάπη απροσμέτρητη, αγάπη Θεϊκή. Στις τρεις ημέρες ύστερα, έρχονται οι δικοί του, θωρούνε τη μικρή Λευκή, πάνω στον τάφο του νεκρού, να έχει ξεψυχήσει. Δ. Ραχμανίδου

Θεσσαλονίκη, 15/8/2023
Εμπνευσμένο από αληθινά γεγονότα που συνέβησαν σε κάποιο χωριό του Έβρου.

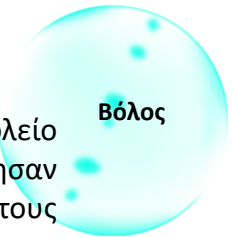
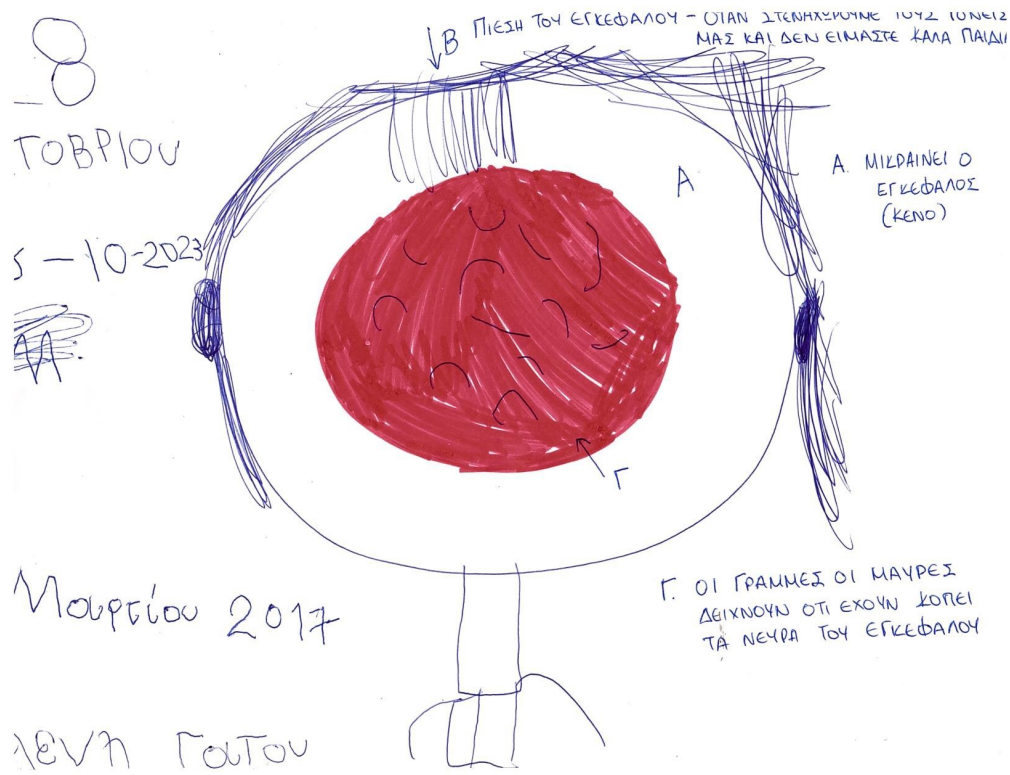
Η άνοια μέσα από τα μάτια ενός παιδιού



Η εγγονή με ζήτησε νωρίς το πρωί, της 28ης Οκτωβρίου γιατί στο σχολείο τους εξηγήσαν ποια η αξία αυτής της ημέρας. Μου είπε ότι οι Ιταλοί θέλησαν να πάρουν την Ελλάδα μας. Οι Έλληνες είπαν όχι, τους πολεμήσαμε και τους κερδίσαμε. Μου μίλησε για τον ενθουσιασμό των Ελλήνων να πολεμήσουν τους Ιταλούς και μου τραγούδησε τα τραγούδια που εμψυχώνουν τους Έλληνες όπως το «με το χαμόγελο στα χείλη» και κυρίως το «βάζει ο Ντούτσε τη στολή του». Να

έβλεπε όμως την έκφραση του προσώπου της το πώς ένιωθε σαν Ελληνίδα! Με ρώτησε «γιατί παππού κάθε μέρα διαβάζεις και γράφεις, τι είναι αυτό;». Της εξήγησα ότι ορισμένοι άνθρωποι από στεναχώρια όπως με τον κορονοϊό, τη φωτιά που έφτασε στο σπίτι μας αλλά κατέστρεψε άλλα σπίτια, την πλημμύρα που βιώσαμε, που πλημμύρισε το σπίτι μας και η κλινική... Της εξήγησα ότι αυτά κουράζουν το μυαλό μας που από εκεί ξεκινούν τα νεύρα και διακόπτουν τη μεταξύ τους συνοχή και την ρώτησα αν μπορεί να μας κάνει ζωγραφιά.

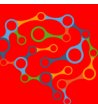
Κων/νος Γάτος, Νευρολόγος- Ψυχίατρος



Εις μνήμην της Μακαριαστής μητέρας μου Βασιλικής Γεωργίνης

(μέρος της επιστολής της κόρης της προς την Alzheimer Ελλάς)

«Θέλω για ακόμη μία φορά μέσα απ' την καρδιά μου να σας ευχαριστήσω όλους και κάθε μία/έναν ξεχωριστά για τη βοήθεια που παρείχατε στη Μητέρα μου και σε μένα επί επτά συναπτά έτη. Η βοήθειά σας και για τις δυο μας ήταν εξαιρετικά μεγάλη, αναγκαία, ουσιαστική και πλήρης. Παρείχατε στη Μητέρα μου ότι ήταν δυνατόν για να έχει μια ποιοτική ζωή μέχρι το τέλος της ζωής της. Η στήριξη που είχα ως περιθάλπουσα από όλους τους εμπλεκόμενους επιστήμονες, αλλά και τα υπόλοιπα μέλη της Διοίκησης της Εταιρείας, ήταν εξαιρετικά μεγάλη, ώστε Συν Θεώ κατάφερα να σταθώ όρθια, ν' αντιμετωπίσω όλες τις προκλήσεις και τις εκφάνσεις της νόσου, να βοηθήσω με τον καλύτερο τρόπο τη Μητέρα μου και τον εαυτό μου, αλλά και ν' αποκομίσω έναν πλούτο γνώσεων, δεξιοτήτων εμπειριών χρησιμότητας για όσο θα είναι το υπόλοιπο της ζωής μου. Σας ευχαριστώ πάρα πολύ!! Εύχομαι με τη Δύναμη και τη Χάρη Του Θεού να συνεχίσετε να παρέχετε πρότυπη στήριξη στους ασθενείς και τους περιθάλποντες.» **Σμαρώ Γεωργίνη**



Χαλκίδα

REMIND & ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑ ΚΑΛΑΘΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ: Μια νικηφόρα συνεργασία για την ενημέρωση του κοινού και την αξία της φυσικής άσκησης στην Τρίτη ηλικία

Νικηφόρα ήταν η συνεργασία της REMIND-Ελληνικής Εταιρείας Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών Χαλκίδας με την ΕΟΚ- Ελληνική Ομάδα Καλαθοσφαίρισης, ενόψει του αγώνα της Εθνικής μας Ομάδας Μπάσκετ Γυναικών με την Τσεχία την Κυριακή 12 Νοεμβρίου στη Χαλκίδα.

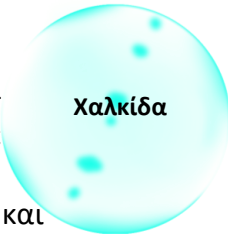


Μέλη του ΔΣ, προσωπικό και ωφελούμενοι της REMIND, χειροκρότησαν τον επιτυχή αγώνα της ομάδας μας, στο κατάμεστο από άτομα όλων των ηλικιών γήπεδο «Τ. Καμπούρης» και παράλληλα είχαν την ευκαιρία να ενημερώσουν άτομα όλων των ηλικιών για την υγεία του εγκεφάλου και την πρόληψη της άνοιας, σχεδιάζοντας κατάλληλο υλικό και για τους μικρούς φίλους.

Στη διάρκεια του ημιχρόνου, η Πρόεδρος του φορέα, Ευαγγελία Αγγελίδου, παρέλαβε από την Άννη Κωνσταντινίδου επιταγή ύψους 1000€ από τα έσοδα των εισιτηρίων του αγώνα, για τη στήριξη των προγραμμάτων φυσικής άσκησης σε άτομα τρίτης ηλικίας που κατοικούν σε απομακρυσμένες περιοχές.

Στο πλαίσιο της συνεργασίας, ο Γενικός Γραμματέας της ΕΟΚ, Νίκος Νικολόπουλος και η υπεύθυνη μπάσκετ γυναικών, μέλος ΔΣ ΕΟΚ Άννη Κωνσταντινίδου, επισκέφθηκαν το Κέντρο Ημέρας «Αγία Ειρήνη», όπου και ενημερώθηκαν για τα προγράμματα που απευθύνονται στα άτομα της τρίτης ηλικίας και τους περιθάλποντες δείχνοντας ιδιαίτερο ενδιαφέρον και δώρισαν μια μπλούζα της Εθνικής Ομάδας με τις υπογραφές των αθλητριών. Στο Κέντρο Ημέρας «Αγία Ειρήνη», όπου άτομα με αλλαγές της μνήμης παρακολουθούν προγράμματα φυσικής και νοητικής ενδυνάμωσης, ολόκληρη η εβδομάδα είχε εορταστικό κλίμα, με αφορμή την επίσκεψη των μελών της ΕΟΚ και το μεγαλύτερο αθλητικό γεγονός της Χαλκίδας, καθώς οι συντονιστές των ομάδων είχαν σχεδιάσει μια σειρά θεματικών δραστηριοτήτων που οι ωφελούμενοι απόλαυσαν με την ψυχή τους, με κατάλληλο στολισμό για την περίσταση και μια ποικιλία δημιουργικών δράσεων!



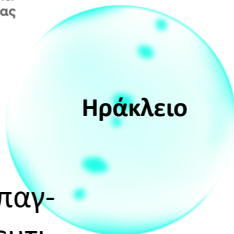


Η υγεία του εγκεφάλου αποτελεί ένα πεδίο στενά συνυφασμένο με την ψυχική υγεία, στο οποίο υπάρχει ταχύτατη ανάπτυξη της επιστημονικής γνώσης αναφορικά με τους παράγοντες που μπορούν να συμβάλλουν στη διατήρηση και βελτίωση της υγείας και της λειτουργικότητας σε κάθε στάδιο της ζωής, με ευρύτερο κοινωνικό και οικονομικό θετικό αντίκτυπο στην ποιότητα ζωής και εξάλειψη των ασθενειών. Είναι σημαντικό, που από κοινού με έναν κορυφαίο φορέα του αθλητισμού, στράφηκε η προσοχή του ευβοϊκού κοινού στα θέματα ψυχικής υγείας, απομακρύνοντας στερεότυπα και προωθώντας την ψυχική υγεία και την υγεία του εγκεφάλου σε όλες τις ηλικίες!



Αυτό το βήμα αποτελεί την αρχή μιας συνεργασίας με μεγαλύτερο αντίκτυπο!

Θα θέλαμε να ευχαριστήσουμε θερμά την Ελληνική Ομοσπονδία Καλαθοσφαίρισης, τους εκπροσώπους, κύριο Νικολόπουλο και κυρία Κωνσταντινίδου και τους συνεργάτες τους και να συγχαρούμε την πρωτοβουλία τους να υποστηρίξουν ενεργά την τρίτη ηλικία με έμφαση στην ψυχική υγεία!



9^ο Εκπαιδευτικό Σεμινάριο για επαγγελματίες υγείας και περιθάλποντες ατόμων με άνοια-νόσο Alzheimer

Ολοκληρώθηκε με αξιοσημείωτη επιτυχία και μεγάλη συμμετοχή περιθαλπόντων, επαγγελματιών υγείας, φοιτητών, καθηγητών και ενδιαφερόμενων πολιτών το «9ο εκπαιδευτικό σεμινάριο επαγγελματιών υγείας και περιθαλπόντων ατόμων με άνοια» στις 24 και 25 Νοεμβρίου 2023 στους φιλόξενους χώρους του Εμπορικού και Βιομηχανικού Επιμελητηρίου Ηρακλείου και διαδικτυακά.

Πραγματοποιήθηκαν ομιλίες και βιωματικά εργαστήρια για την επιβάρυνση των περιθαλπόντων, για την αφυδάτωση και στρατηγικές ενυδάτωσης στους ηλικιωμένους, τον ρόλο των κοινωνικό-οικονομικών παραγόντων και των γηριατρικών συνδρόμων στην ευπάθεια των ηλικιωμένων ατόμων, οδηγίες για την αντιμετώπιση της κατάθλιψης και του άγχους των περιθαλπόντων, οι υποχρεώσεις των επαγγελματιών υγείας και η προστασία των δικαιωμάτων των ασθενών και των περιθαλπόντων, παρουσιάστηκαν ακόμη καινοτόμες υπηρεσίες και καλές πρακτικές καθώς και διαδραστικά εργαστήρια για την πρακτική φροντίδα του ηλικιωμένου, τη βελτίωση της ισορροπίας αλλά και τη θεραπεία μέσα από τα παιχνίδια.

Υπήρξαν συγκινητικές αναφορές από άτομα που βίωσαν σαν περιθάλποντες των δικών τους την πραγματικότητα καθώς και διαδραστικές εφαρμογές μουσικοθεραπείας σε περιθάλποντες.




 Ηράκλειο

9^ο Εκπαιδευτικό Σεμινάριο για επαγγελματίες υγείας και περιθάλποντες ατόμων με άνοια-νόσο Alzheimer (συνέχεια)

Ο κύριος στόχος: η βελτίωση της ποιότητας ζωής και της καθημερινότητας τόσο των ασθενών όσο και των περιθαλπόντων τους και των οικογενειών τους. Ευχαριστούμε θερμά την Περιφέρεια Κρήτης για την εξαιρετική συνεργασία στην συνδιοργάνωση, την κα Γεωργία Μηλάκη η οποία κήρυξε την έναρξη των εργασιών του σεμιναρίου, όλους μαζί και καθέναν χωριστά τους εξαιρετικούς ομιλητές μας από το Ηράκλειο, από το Πανεπιστήμιο Κρήτης, το Ελ.Με.Πα., τον Δήμο Μαλεβιζίου, τον Δήμο Γόρτυνας, Χερσονήσου, και από άλλες δομές της πόλης μας, αλ-



λά και την υπόλοιπη Ελλάδα με τις πολύ ενδιαφέρουσες παρουσιάσεις τους, από την Πάτρα, τις Σέρρες, την Χαλκίδα και βέβαια την πρόεδρο της Πανελληνίας Ομοσπονδίας Alzheimer καθηγήτρια Μάγδα Τσολάκη από τη Θεσσαλονίκη, της οποίας η ιδιαίτερα ενδιαφέρουσα παρουσίαση για τα ευρωπαϊκά προγράμματα θα αναρτηθεί ξεχωριστά εντός της εβδομάδας σε YouTube και FB για να ενημερωθούν και όσοι ήδη έχουν εκδηλώσει ενδιαφέρον. Ευχαριστούμε τους εθελοντές συνεργάτες και μέλη μας ειδικούς επιστήμονες και το ενδιαφερόμενο κοινό από το Ηράκλειο. Επίσης την αντιδήμαρχο κα Ρένα Παπαδάκη τον κ. Κ. Φλουρή και τους πολλούς φίλους και τα μέλη μας που μας τίμησαν με την παρουσία τους. Σύντομα θα δημοσιευτούν τα αποτελέσματα που θα προκύψουν από τη επεξεργασία των αξιολογήσεων που κατατέθηκαν με το τέλος του σεμιναρίου. Βεβαιώσεις παρακολούθησης θα αποσταλούν ηλεκτρονικά σε όλους τους συμμετέχοντες, εντός της εβδομάδας. Μέχρι στιγμής οι διαδικτυακές προβολές που έχουν μετρηθεί είναι 1.175 και έχουμε λάβει πολλά ευνοϊκά σχόλια. Οι συμμετέχοντες δια ζώσης ξεπέρασαν τους 240 την Παρασκευή το πρωί, τους 180 την Παρασκευή το απόγευμα και τους 200 το Σάββατο το πρωί. Όλες οι ομιλίες είναι προσβάσιμες προς παρακολούθηση άμεσα στο FB της Αλληλεγγύης Ηρακλείου και σε λίγες ημέρες στο κανάλι μας στο Youtube «Αλληλεγγύη Ηρακλείου».

ΤΟ Δ.Σ. ΤΗΣ ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗΣ ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ ΕΤΑΙΡΕΙΑΣ ΝΟΣΟΥ ALZHEIMER ΚΑΙ ΥΓΙΟΥΣ ΓΗΡΑΝΣΗΣ



τους 240 την Παρασκευή το πρωί, τους 180 την Παρασκευή το απόγευμα και τους 200 το Σάββατο το πρωί. Όλες οι ομιλίες είναι προσβάσιμες προς παρακολούθηση άμεσα στο FB της Αλληλεγγύης Ηρακλείου και σε λίγες ημέρες στο κανάλι μας στο Youtube «Αλληλεγγύη Ηρακλείου».



Διασύνδεση Κέντρου Ημέρας «Παναγία η Βηματάρισσα» και Κέντρου Συμβουλευτικής Γυναικών Δήμου Κατερίνης

Κατερίνη



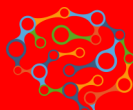
Μια πολύ ενδιαφέρουσα ενημερωτική ομιλία-συζήτηση διεξήχθη την Τρίτη 24 Οκτωβρίου 2023 από το επιστημονικό προσωπικό του Κέντρου Συμβουλευτικής Γυναικών του Δήμου Κατερίνης στον χώρο του Κέντρου Ημέρας για άτομα με άνοια 'Παναγία η Βηματάρισσα' στην Κατερίνη. Η κοινωνική λειτουργός, κ Χρυσούλα Μοσχολούρη ανέπτυξε το θέμα της βίας κατά των γυναικών πολυεπίπεδα. Μάλιστα, έκανε αναφορά στα είδη της βίας που μπορεί να υφίστανται οι γυναίκες σε γηραιότερη ηλικία και μάλιστα με άνοια. Ακολούθως, η κα Σοφία Σαλαμπασίδου, νομική εκπρόσωπος του Κέντρου, ενημέρωσε τους ωφελούμενους μας σχετικά με το νομικό πλαίσιο που σχετίζεται με τους τρόπους αναχαίτισης της βίας αλλά και τους φορείς στους οποί-

ους μπορούν τα ενδιαφερόμενα άτομα ν' απευθυνθούν προκειμένου να τους παρασχεθεί βοήθεια με παράλληλη νομική κάλυψη. Το επιστημονικό προσωπικό του Κέντρου Ημέρας, η ψυχολόγος, κα Γλυκερία Τσεντίδου, οι κοινωνικές λειτουργοί, κ.κ. Στεφανία Μπακιρτζή και Όλγα Καραθάνου και η διοικητική υπεύθυνη του Κέντρου, κα Έλενα Χριστίδου ευχαρίστησαν τις εκπροσώπους του Κέντρου Συμβουλευτικής για την πολύ σημαντική ενημερωτική συνάντηση και επιφυλάσονται για μελλοντική ενημερωτική σύμπραξη των Κέντρων σε συνεργασία με τα ΚΑΠΗ του Δήμου Κατερίνης προκειμένου να επωφεληθεί το ευρύ κοινό αφού πλέον θα γνωρίζουν ότι 'υπάρχει πάντοτε κάποιος για αυτούς'!

Επίσκεψη του Έπισκόπου Άσσου Μεξικού κ. Τιμόθεου στο Κέντρο Ημέρας Κατερίνης για Άνοια, "Παναγία η Βηματάρισσα"

Επίσκεψη στο Κέντρο Ημέρας Κατερίνης για Άνοια, "Παναγία η Βηματάρισσα" πραγματοποίησε την Τετάρτη 25-10-2023 ο Έπίσκοπος Άσσου Μεξικού Τιμόθεος ο οποίος εξέφρασε τον θαυμασμό του για το κέντρο και την βοήθεια με την οποία παρέχει τόσες υπηρεσίες δωρεάν στους ηλικιωμένους παππούδες και γιαγιάδες μας και γενικά στα άτομα που χρήζουν βοήθεια. Ο Επίσκοπος Τιμόθεος κατάγεται από την Κολομβία, σπούδασε στην Θεολογική Σχολή Θεσσαλονίκης και μιλάει άπταιστα Ελληνικά και όπως λέει χαρακτηριστικά: «Εγώ ένας Ινδιάνος κοιτάζω προς την Ελλάδα, αλλά δεν ξέρω προς τα πού κοιτάζουν οι Έλληνες». Συνοδεύεται από τον Κουβανό τενόρο Miguel Kosta (Luis Miguel Sánchez Arévalo), τον Αντρέα από την Βενεζουέλα και τον Μόγκκλυ από την Κολομβία.





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 Παγκρατίου
Μάρκου Μουσσούρου 89 & Στίλπωνος 33, Παγκράτι, Τ: 2107013271
* Υπηρεσία Φροντίδα στο Σπίτι για Άτομα με Άνοια στην Αττική
Τ: 2107013271, E: info@alzheimeraathens.gr S: www.alzheimeraathens.gr
Τηλεφωνική γραμμή βοήθειας για την άνοια: 1102
* 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
* Κέντρο Ημέρας για Άτομα με Άνοια Ιλίου, Φιλιππών 71, Ίλιον,
Τ: 2132141313
* Κέντρο Ημέρας και Κινητή Μονάδα για Άτομα με Άνοια Ηρακλείου Αττικής, Ελ. Βενιζέλου 232&Ελαιών, ΚΑΠΗ Ελ. Βενιζέλου Ηρακλείου Αττικής,
Τ: 2102827747, E: irakleioattikis@alzheimeraathens.gr
* Κέντρο Ημέρας και Κινητή Μονάδα για Άτομα με Άνοια Πειραιά,
34ου Συντάγματος Πεζικού & Ευαγγελιστρίας 21, Πειραιάς, Τ: 2104221259
E: peiraias@alzheimeraathens.gr
* Κέντρο Ημέρας για άτομα με άνοια Ασπροπύργου, Φυλής 75, Ασπροπύργος,
Τ: 2105573964

3. Ψυχογериατρική Εταιρεία «Ο Νέστωρ»

- * Κέντρο Ημέρας για την άνοια & Ξενόνας Βραχείας Νοσηλείας άνοιας:
Ιωάννου Δροσοπούλου 22, Κυψέλη, Τ: 2108235050
* Κέντρο Ημέρας για την άνοια & Πρόγραμμα Διασύνδεσης με Μονάδες
Ο.Τ.Α.: Στρατηγού Δαγκλή 120, Κάτω Πατήσια Τ: 210-2288515
Τηλεφωνική Γραμμή Ψυχολογικής Υποστήριξης Τ: 2114184034
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
* Ολοκληρωμένη Μονάδα Αντιμετώπισης Νόσου Alzheimer & Συναφών
Παθήσεων «Καρέλλιαν», Αφροδίτης 1, Χαλάνδρι, Τ: 2130227965,
2130057225 E: alzheimermkoapostoli.gr 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 & Γουμενίτισης 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

8. Ελληνική Εταιρεία Ιατρικής Ψυχολογίας

- Μαβίλη Τ: 2106441945 E: info@MedicalPsychology.eu
S: medicalpsychology.eu

ΑΡΤΑ

- 9. ΕΕΝΑΣΔ Άρτας**, Λόφος Περάνθης (Γενικό Νοσοκομείο Άρτας)
E: alzheimertartas@gmail.com Τ: 2681361293

- * Κέντρο Ημέρας και Κινητή Μονάδα για Άτομα με Άνοια (Alzheimer Αθη-
νών), Αλεξάνδρου Ζάρρα 2, Παλαιό Νοσ/μείο Άρτας, Τ: 2681079206
E: arta@alzheimeraathens.gr

ΑΧΑΪΑ

- 10. Κοινοφελές Σωματείο Αρωγής και Φροντίδας Ηλικιωμένων & ΑμεΑ**
-ΦΡΟΝΤΙΖΩ - Πάτρα
* Κέντρο Ημέρας για άτομα με άνοια, Φαναρίου 25, Τ: 2610 240242
E: info@frodizo.gr, www.frodizo.gr S: www.frodizo.gr

ΒΟΛΟΣ

- 11. Ινστιτούτο Alzheimer Βόλου "Η Αγία Σοφία"**, Ρόζου 135,
Κ: 6944693900 E: alzheimerm.inst.volos@gmail.com

ΕΔΕΣΣΑ

- 12. Εταιρεία Νόσου Alzheimer και συγγενών διαταραχών Π.Ε. Πέλλας**
Κ: 6974408978 E: so_markou@yahoo.gr

ΕΥΒΟΙΑ

- 13. REMIND Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Α. Χαλκίδας**, Μεσσαπίων 4, Κ: 6937244646
* Κέντρο Ημέρας Άτομα με άνοια «Αγία Ειρήνη» Τσιριγώτη 14, Τ:
2221181071, E: info@alzheimermchalkida.org S: www.alzheimermchalkida.org

ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ

- 14. Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Α. - Alzheimer Hellas**
* Μονάδα Αντιμετώπισης Προβλημάτων Ν. Alzheimer "Αγία Ελένη"
Πέτρου Συνδίκου 13, Τ: 2310810411

- * Μονάδα Αντιμετώπισης Προβλημάτων Ν. Alzheimer "Άγιος Ιωάννης"
Λεωφ. Κωνσταντίνου Καραμανλή 164, Τ: 2310351451-5, F: 2310351456

Γραμμή Υποστήριξης: 2310909000, E: info@alzheimer-hellas.gr

S: www.alzheimer-hellas.gr
* Οικοτροφείο για ασθενείς με άνοια τελικού σταδίου «Παναγία η Γλυκοφιλού-
σα» 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 Λεωφ. 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. Πανελλήνιο Ινστιτούτο Νευροεκφυλιστικών Νοσημάτων (PINDIS)

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

18. Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Α. Θέρμης

1^ο γλμ Θέρμης- Τριαδίου Τ: 2310466339
E: kep.ygeias@thermi.gov.gr

19. Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Α. Δήμου Χαλκηδόνας έδρα Κουφάλια

ΚΑΠΗ Κουφαλίων
Τ: 6972980536 E: d2009sxm50s@gmail.com

ΙΩΑΝΝΙΝΑ

20. Εταιρεία Ψυχοκοινωνικής Έρευνας και Παρέμβασης (Ε.Ψ.Ε.Π.)
Σικελιανού 2, Τ: 2651039820, E: epsep_ioa@yahoo.gr

* Κέντρο Ημέρας Άνοιας Ιωαννίνων, Οδός Αρχ. Μακαρίου 11
Τ: 26510-34200, E: kenanoias_ioa@yahoo.com

21. Σύλλογος Συγγενών και Φίλων Ατόμων με Νόσο Alzheimer και
Συναφείς Διαταραχές Νομού Ιωαννίνων
Τ: 6945942575, E: alzheimermioannina@gmail.com

ΚΑΤΕΡΙΝΗ

22. Εταιρεία Νόσου Alzheimer και συγγενών διαταραχών Πιερίας,
Κ: 6972507281

* Κέντρο Ημέρας για άτομα με άνοια «Παναγία η Βηματάρισσα» (Alzheimer
Ελλάς), 7^η Μερραρχίας 14, Κατερίνη
Τ: 23510-76942 E: infokaterini@alzheimer-hellas.gr

ΚΙΑΚΙΣ

23. Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Α. Κιλκίς, Γ. Καπέτα 17 Τ: 6944946376

ΚΟΖΑΝΗ

24. Εταιρεία Νόσου Alzheimer & Συγγενών Διαταραχών,
"Ο Άγιος Νικόλαος" Παύλου Χαρίση 13, Κ: 6938442200,
E: voucharas@gmail.com

* Ειδικό Κέντρο Ημέρας για άσχοιους από Alzheimer και Πρόγραμμα
Διασύνδεσης με Μονάδες Ο.Τ.Α. (Ψυχογериατρική Εταιρεία «Ο Νέστωρ»)
Φιλίππου Β' 7, Τ: 2461461400 E: khkozanis@nstr.gr S: www.nstr.gr

ΚΡΗΤΗ

25. Αλληλεγγύη Ηρακλείου για τη Νόσο Alzheimer και την Υγιή
Γήρανση, Νταλιάνη 22, Ηράκλειο
Κ: 6974192595 F: 2810360047 E: alzheimermheraklion@gmail.com
S: www.alzheimermheraklion.gr

* Κέντρο Ημέρας για Άτομα με άνοια, Κοινωνικός Χώρος Ίδρ. Καλοκαιρινού,
Μονής Αγκαράθου 9, Ηράκλειο Κρήτης, Κ: 6906095746, 6974192595

26. Ινστιτούτο Έρευνας - Εκπαίδευσης Ψυχιατρικών Ανοϊκών Ασθενών

Alzheimer Χανίων, Χρυσοπηγής 58, Νεροκούρου, Χανιά
* Κέντρο Ημέρας Νόσου Alzheimer Χανίων, Χρυσοπηγής 58,
Τ: 2821076050, E: inerekal@otenet.gr S: www.alzheimerm-chania.gr

27. Εργαστήρι 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: alzheimerm.lar@gmail.com

ΕΑΝΘΗ

29. Σωματείο Alzheimer Ξάνθης
28η Οκτωβρίου 252, Κ: 6977720669, E: alzheimersantis@gmail.com

ΡΟΔΟΣ

30. Εταιρεία Ανάπτυξης Κοινοτικών Υπηρεσιών Ψυχικής Υγείας Παιδιών
και Ενηλίκων «Πανάκεια», Στ. Καζούλη 18, Τ: 2241078315
E: koronis_panakeia@yahoo.gr S: www.panakeia.org.gr

* Κέντρο Ημερήσιας Φροντίδας για ασθενείς με άνοια «Αρσινόη»,
Στ. Καζούλη 18, Τ: 2241078315 E: arsinoi_panakeia@yahoo.gr

* Οικοτροφείο για ασθενείς με άνοια τελικού σταδίου, «Παναγία η Κυρά»,
Αρχάγγελος, Τ: 2244023307 E: oikotrofeiopanakeia@yahoo.com

ΣΕΡΡΕΣ

31. 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

ΧΑΛΚΙΔΙΚΗ

32. Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Α. Ν. Καλλικράτεια, Χατζηαργύρου 68, Κ: 6974900754,
E: info@tsantalieleni.gr

ΧΙΟΣ

33. Ελληνική Εταιρεία Αγωγής Υγείας Παράρτημα Χίου Αλ. Παχνού
11, Τ: 2271041020, F: 2271081491 E: gmaris.chi@gmail.com

