

Επικοινωνία για τη νόσο Alzheimer



3ΜΗΝΙΑΙΑ ΕΚΔΟΣΗ | ΤΕΥΧΟΣ 91 | ΕΤΟΣ 23^ο | ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΣ '22
Πανελλήνια Ομοσπονδία Νόσου Alzheimer και Συναφών Διαταραχών

Διαβάστε στο τεύχος Δεκεμβρίου

Ξεχνάω

- * Έναρξη Προγράμματος «e-Φροντίδα για την Τρίτη Ηλικία»
- * Δράσεις της Alzheimer Λάρισας
- * Επίσκεψη των κατοίκων της Βόρειας Εύβοιας στο νέο Μουσείο Ακρόπολης

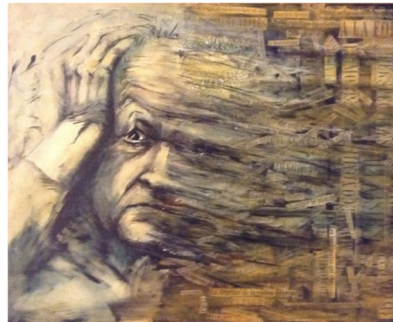
Η φωνή του περιθάλποντα

- * Γενετική Συμβουλευτική
- * Καταπολεμώντας το στίγμα στην άνοια – Πρόγραμμα ΕΚΔΑ
- * Ο δρόμος από τη διάγνωση στην αποδοχή

Νεότερα δεδομένα

- * Εγκαινία του πρώτου Οικοτροφείου για ασθενείς με άνοια τελικού σταδίου της Alzheimer Ελλάς
- * 13 Νέες Δομές Alzheimer στην χώρα
- * Τέσσερα νέα Κέντρα Ημέρας για την Εταιρεία Alzheimer Αθηνών

ΕΝΘΕΤΟ: ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΑΠΑΣΧΟΛΗΣΗΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΠΕΡΙΟΔΟ ΤΩΝ ΕΟΡΤΩΝ



13ο ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΣΥΝΕΔΡΙΟ ΝΟΣΟΥ ALZHEIMER (PICAD) & 5ο ΜΕΣΟΓΕΙΑΚΟ ΣΥΝΕΔΡΙΟ ΝΕΥΡΟΕΚΦΥΛΙΣΤΙΚΩΝ ΝΟΣΗΜΑΤΩΝ (MeCoND)

9-12 Φεβρουαρίου 2023 | Grand Hotel Palace,
Θεσσαλονίκη
Υβριδικό Συνέδριο

www.alzheimer-conference.gr
info@alzheimer-hellas.gr
2310 810411, 2310 909000

26 CME-CPD μόρια από τον
Πανελλήνιο Ιατρικό Σύλλογο





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.	Μωραϊττου 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., Μωραϊττου 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

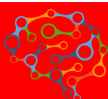
E-mail: info@alzheimer-federation.gr **Site:** www.alzheimer-federation.gr

Facebook | Πανελλήνια Ομοσπονδία Νόσου Alzheimer & Συναφών Διαταραχών

Ηλεκτρονική έκδοση

Μήνας - Τεύχος: Δεκέμβριος- 91^ο

Διανέμεται δωρεάν





Αγαπητές φίλες και φίλοι,

Ελπίζω όλοι να περάσαμε ευλογημένα Χριστούγεννα με τις οικογένειές μας και τους φίλους μας και να ετοιμαζόμαστε να υποδεχτούμε την καινούργια χρονιά με την ελπίδα ότι όλα θα είναι καλύτερα φέτος σε όλα τα πεδία της προσωπικής και οικογενειακής μας ζωής. Διαβάζοντας τις δραστηριότητες των Εταιρειών στην Ελλάδα πήρα πολλή χαρά και συγκίνηση, διότι κάθε φορά διαπιστώνω καινούργια επιτεύγματα, και καινούργιες ιδέες. Η Πάτρα με την υποστήριξη της μη-κερδοσκοπικής οργάνωσης ΔΕΣΜΟΣ θα φροντίσει εξ αποστάσεως τουλάχιστον 60 άτομα-οικογένειες με την εφαρμογή των νέων τεχνολογιών. Η Χαλκίδα οργάνωσε επίσκεψη στο Μουσείο της Ακρόπολης 56 ωφελούμενων >των 60 ετών με το πρόγραμμα «Υποστήριξη της Χρυσής Ηλικίας» με δωρεά του Κοινωφελούς Ιδρύματος ΤΙΜΑ. Οι συνάνθρωποί μας αυτοί μαζί με όλους τους ηλικιωμένους των πυρόπληκτων περιοχών είχαν την ευκαιρία να δεχθούν όλες τις υπηρεσίες που προσφέρει η Εταιρεία Alzheimer της Χαλκίδας. Η Λάρισα με την υποστήριξη πάλι του κοινωφελούς Ιδρύματος ΤΙΜΑ οργάνωσε μοναδικές εκδηλώσεις ψυχαγωγίας εντός και εκτός του Κέντρου Ημέρας. Θρησκευτικές και Εθνικές εκδηλώσεις γέμισαν με συναισθήματα χαράς και ενθουσιασμού τους ηλικιωμένους της Λάρισας. Περιθάλπουσα από τη Θεσσαλονίκη περιγράφει το ταξίδι της με την μητέρα της στον κόσμο της άνοιας με ένα μοναδικό τρόπο που αποτελεί πρόσκληση και πρόκληση για όλους τους περιθάλποντες στην Ελλάδα και στην Κύπρο. Οι ψυχολόγοι της Θεσσαλονίκης που ασχολούνται με τους περιθάλποντες μας παρουσιάζουν πόση σημαντική είναι η γνώση στην αντιμετώπιση της άνοιας. Τα καινούργια μας προγράμματα Erasmus υπόσχονται πολλά για σημαντικές αλλαγές στην Ευρώπη. Αυτός είναι ο λόγος που τα παρουσιάσαμε στο συνέδριο της Alzheimer Europe. Τα εγκαίνια του Οικοτροφείου μας ήταν το κορυφαίο γεγονός της περιόδου αυτής. Τέλος η Αθήνα παρουσιάζει με χαρά όλες τις καινούργιες υπηρεσίες που μέχρι τον Απρίλιο θα πρέπει να αρχίσουν τη λειτουργία τους σε όλη τη χώρα. Ας μη ξεχάσουμε να κάνουμε όλες τις ασκήσεις που προτείνονται σ' αυτό το τεύχος. Όλοι θα βρούμε κάποιες δυσκολίες τις οποίες πρέπει να βρούμε τον τρόπο να τις ξεπεράσουμε....

ΕΥΛΟΓΗΜΕΝΗ ΧΡΟΝΙΑ ΝΑ ΕΧΟΥΜΕ ΟΛΟΙ!
ΜΑΓΔΑ ΤΣΟΛΑΚΗ



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

Σας ευχαριστούμε θερμά για τη στήριξή σας!



Πάτρα

Έναρξη Προγράμματος «e-Φροντίδα για την Τρίτη Ηλικία»

Το Κοινωνικό Σωματείο Αρωγής και Φροντίδας Ηλικιωμένων και ΑμεΑ- ΦΡΟΝΤΙΖΩ υλοποιεί το έργο «e-Φροντίδα για την Τρίτη Ηλικία» με την υποστήριξη της Μη Κερδοσκοπικής Οργάνωσης ΔΕΣΜΟΣ. Το πρόγραμμα «e-Φροντίδα για την Τρίτη Ηλικία» απευθύνεται σε άτομα με Ήπια Νοητική Διαταραχή (ΗΝΔ) ή Άνοια και τις οικογένειές τους, οι οποίοι σύμφωνα με πρόσφατες ερευνητικές μελέτες επλήγησαν ποικιλοτρόπως από την πανδημία COVID-19 και χρήζουν εξειδικευμένης υποστήριξης.

Βασικός σκοπός του προγράμματος είναι να ενισχύσει τη νοητική κατάσταση και την λειτουργικότητα των ατόμων με νοητικά ελλείμματα καθώς επίσης να εκπαιδεύσει τις οικογένειές τους στη διαχείριση της άνοιας.

Οι υπηρεσίες παρέχονται διαδικτυακά ώστε να μπορούν να εξυπηρετηθούν ακόμα και άτομα που ζουν σε απομακρυσμένες περιοχές.

Το πρόγραμμα υποστηρίζεται από εξειδικευμένους επαγγελματίες στην άνοια- ψυχολόγο, κοινωνικό λειτουργό, φυσικοθεραπευτή και λογοθεραπευτή-.



Αναλυτικότερα οι υπηρεσίες που παρέχονται στο πρόγραμμα περιλαμβάνουν:

Εξ αποστάσεως/ διαδικτυακές συνεδρίες νοητικής ενδυνάμωσης καθώς και δημιουργικής απασχόλησης.

Συμβουλευτική υποστήριξη οικογενειακών περιθάλποντων σε ζητήματα που αφορούν την άνοια και την ΗΝΔ αλλά και σε θέματα που προέκυψαν λόγω της πανδημίας της Covid-19.

Νευροψυχολογική αξιολόγηση των ατόμων

με νοητικά ελλείμματα, ψυχοσυναισθηματική εκτίμηση των οικογενειακών περιθάλποντων και καταγραφή αναγκών βάσει των οποίων θα σχεδιαστούν εξατομικευμένα προγράμματα παρέμβασης

Εκπαίδευση συμμετεχόντων στη χρήση υπολογιστή και λοιπών τεχνολογικών μέσων για την συμμετοχή τους στο πρόγραμμα.

Ενημέρωση για τρόπους σωματικής ενδυνάμωσης που ενδείκνυται στα άτομα με νοητικά ελλείμματα

Το έργο «e-Φροντίδα για την Τρίτη Ηλικία» έχει διάρκεια ενός έτους (21.11.2022 έως 20.11.2023) και περιλαμβάνει 4 κύκλους 3μηνης παρέμβασης όπου σε κάθε κύκλο εξυπηρετούνται 15 άτομα με νοητικά ελλείμματα και οι οικογενειακοί περιθάλποντές τους.

Οι ενδιαφερόμενοι (ή οικογενειακοί περιθάλποντές τους) προκειμένου να ενταχθούν στο πρόγραμμα απαιτείται:

- να προσκομίσουν/αποστείλουν διάγνωση νευρολόγου για τον πάσχοντα αναφέροντας τον τύπο και το στάδιο της Άνοιας ή την Ήπια Νοητική Διαταραχή
- να διαμένουν σε περιοχές της Περιφέρειας Δυτικής Ελλάδος
- να έχουν πρόσβαση στο διαδίκτυο
- να δύναται να επικοινωνήσουν μέσω διαδικτύου (με ή χωρίς τη βοήθεια περιθάλποντα)

Θα δοθεί προτεραιότητα στην ένταξη στο πρόγραμμα σε όσους έχουν διαγνωστεί θετικοί στην covid-19 το τελευταίο καιρό, καθώς η σοβαρή νόσηση και η παρατεταμένη απομόνωση φαίνεται να συμβάλλει στην επιδείνωση των νοητικών ελλειμάτων και στην αύξηση της επιβάρυνσης του περιθάλποντα. Οι υπηρεσίες παρέχονται δωρεάν και οι ενδιαφερόμενοι καλούνται να δηλώσουν ενδιαφέρον στο τηλέφωνο του Σωματείου Φροντίζω 2610240242 σε πρωινές ώρες 10:00 – 12:00. Θα τηρηθεί σειρά προτεραιότητας βάσει κριτηρίων.

Επίσκεψη των κατοίκων της Βόρειας Εύβοιας στο νέο Μουσείο Ακρόπολης



Νέες εμπειρίες κι αναμνήσεις απόκτησαν 56 άτομα από τις πυρόπληκτες περιοχές της Βόρειας Εύβοιας που συμμετείχαν στη δράση «Εκδρομή στο Μουσείο Ακρόπολης»!

Η εκδρομή πραγματοποιήθηκε στο πλαίσιο του έργου «Υποστήριξη της Χρυσής Ηλικίας στη Βόρεια Εύβοια» που υλοποιείται από την Remind Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών Χαλκίδας. Το έργο υλοποιείται με δωρεά ΤΙΜΑ Κοινοφελούς Ιδρύματος για όλο το 2022, καλύπτοντας το 63% των πυρόπληκτων περιοχών με δωρεάν υπηρεσίες πρόληψης υγείας και ψυχικής υγείας για τα άτομα τρίτης ηλικίας.

Η ιδέα της εκδρομής στην Αθήνα, είχε ακουστεί

πολύ καλή στους ωφελούμενους του προγράμματος ηλικιών 60+ και κατά τη διερεύνηση αναγκών είχαμε ανακαλύψει ότι πολλά άτομα δεν είχαν την ευκαιρία στο παρελθόν να επισκεφθούν την Ακρόπολη.

Έτσι, σχεδιάστηκε η δράση με στόχο να επισκεφθούμε το νέο μουσείο Ακρόπολης και το Κέντρο Πολιτισμού Σταύρος Νιάρχος.

Η εκδρομή πραγματοποιήθηκε στις 19 Οκτωβρίου, με πολύ καλό καιρό, με 56 ωφελούμενους, γυναίκες κι άνδρες άνω των 60 ετών και 5 συνοδούς (επαγγελματίες και μια εθελόντρια). Το νέο Μουσείο της Ακρόπολης, κατόπιν επικοινωνίας του φορέα, επέτρεψε την ελεύθερη είσοδο των ωφελούμενων του έργου. Επίσης επισκεφθήκαμε την έκθεση «Άγγελος Σπαχής 1903-1960» της Εθνικής Βιβλιοθήκης, με ελεύθερη είσοδο, στο Κέντρο Πολιτισμού Σταύρος Νιάρχος.

Όλα τα άτομα που συμμετείχαν στη δράση δήλωσαν «απόλυτα ικανοποιημένα» τόσο από την οργάνωση όσο και από τη συμπεριφορά των επαγγελματιών. Αναφέρουν ότι είναι πολύ σημαντικό γι' αυτούς να συμμετέχουν στις εκδρομές επειδή τους συνδέουν με τα άλλα άτομα.



Ευαγγελία Αγγελίδου, MSc Σύμβουλος Ψυχικής Υγείας-Ψυχοθεραπεύτρια.

Δημήτρης Ζάγκας, MSc Ψυχοπαιδαγωγός.

Χριστίνα Καλαβρή, MSc Ψυχολόγος-

Εγκληματολόγος



Λάρισα

Γερνάω αλλιώς... Ξενάγηση σε Μουσείο κι άλλες δράσεις της Alzheimer Λάρισας

Η Ελληνική Εταιρεία νόσου Alzheimer νομού Λάρισας (Ε.Ε.Ν.Α.Λ) υλοποιεί ποικίλες δράσεις εντός της δομής και εκτός της δομής με δωρητή το "ΤΙΜΑ κοινωφελές Ίδρυμα". Στη 1 Οκτωβρίου, Παγκόσμια Ημέρα Ηλικιωμένων, πραγματοποιήθηκε δράση με τίτλο «Γερνάω Αλλιώς...», στο πλαίσιο εμπύχωσης των ηλικιωμένων. Για την υλο-



ποίηση της δράσης, επιλέχθηκε το τραγούδι «Macarena» το οποίο άρεσε στους ωφελούμενους και αποφάσισαν να το παρουσιάσουν. Η ομάδα των ηλικιωμένων με την βοήθεια του προσωπικού της ΕΕΝΑΛ, έμαθε το χορευτικό, και το παρουσίασε κρατώντας στα χέρια τους, πολύχρωμα pom pom. Το χο-

ρευτικό αυτό αποτέλεσε αφορμή να θυμηθούν παλιές ιστορίες, τρόπους ψυχαγωγίας τους όταν ήταν νέοι και να τις μοιραστούν. Με την υλοποίηση αυτής της δράσης, απέδειξαν τα άτομα τρίτης ηλικίας ότι μπορούν να είναι δραστήριοι, να μαθαίνουν νέα πράγματα και να περνούν ευχάριστα.

Στις 10 Οκτωβρίου, παγκόσμια ημέρα ψυχικής υγείας, έγινε επίσκεψη στο πολιτιστικό κέντρο σιδηροδρομικών Λάρισας, με ξενάγηση στο μουσείο. Η ξενάγηση έγινε από τον πρόεδρο και συνταξιούχο σιδηροδρομικό Μάνθο Ιωάννη.

Ο κ. Μάνθος παρουσίασε την ιστορία του σιδηροδρομικού σταθμού Λάρισας από την Οθωμανική εποχή έως σήμερα. Μίλησε για την σημαντική συνεισφορά αυτού, στην πανθεσσαλική οικονομία, καθώς και στην επικοινωνία με την ενδοχώρα, τα βαλκάνια, την Ευρώπη κλπ. Επίσης, ανέδειξε το υλικό, τα μέσα, τις στολές που χρησιμοποιούσαν οι μηχανοδηγοί, γεγονός που κινητοποίησε την ομάδα της ΕΕΝΑΛ. Η ξενάγηση συνεχίστηκε και



στο υπαίθριο πάρκο, το οποίο αποτελεί ένα πολυθεματικό μουσείο μηχανών και αμαξοστοιχιών.

Οι δράσεις έκλεισαν με την προσφορά παγωμένης σοκολάτας στην γυναικεία ομάδα στο Mikel καφέ.

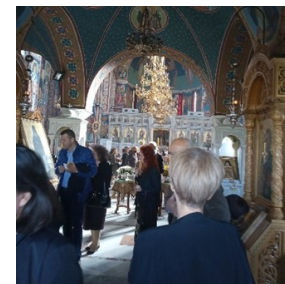
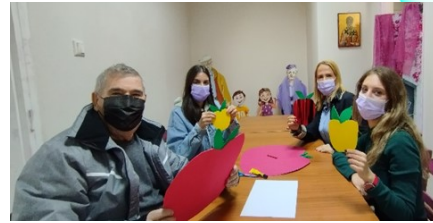




Στις 21 Οκτώβρη, παγκόσμια ημέρα μήλου, πραγματοποιήθηκε εικαστικό εργαστήριο με κατασκευή καρτών με θέμα το μήλο και αναπτύχθηκε παράλληλα συζήτηση για την ιστορία της μηλιάς και την διατροφική αξία του μήλου. Οι ωφελούμενοι ανακάλεσαν στη μνήμη τους τις παροιμίες «Ένα μήλο την ημέρα, τον γιατρό τον κάνει πέρα» και «Το μήλο κάτω από την μηλιά

θα πέσει» και αφηγήθηκαν παλιές, αστείες ιστορίες που είχαν χρησιμοποιήσει τις παροιμίες αυτές. Στη συνέχεια άκουσαν το τραγούδι «Μήλο μου κόκκινο» και έκλεισαν τη δράση τραγουδώντας το.

Στις 23 Οκτωβρίου, η ΕΕΝΑΛ τίμησε τον προστάτη της, Άγιο Απόστολο Ιάκωβο τον Αδελφόθεο, με τέλεση θείας λειτουργίας στον Ιερό Μητροπολιτικό Ναό Αγίου Αχιλλίου Λαρίσης.



Στις 26 Οκτώβρη πραγματοποιήθηκε διαδραστικό εργαστήριο στους ωφελούμενους με θέμα "Ιστορίες του πολέμου του 1940". Οι συμμετέχοντες, άκουσαν γεγονότα του πολέμου όπως τα αφηγήθηκαν διαδικτυακά ο πολεμιστής του 1940 Δημήτρης Γαλαζίδης και οι γυναίκες της Πίνδου Αρετή Βούγια και Χρυσούλα Κοκκαλιάρη- Αργυροπούλου. Με αφορμή τις ιστορίες

αυτές, έγινε συζήτηση με γεγονότα που γνώριζαν οι ίδιοι για την περίοδο εκείνη. Στη συνέχεια, μέσω του τάμπλετ βρήκαν στον χάρτη την τοποθεσία του μνημείου της Ζαγορίσιας Γυναίκας της Πίνδου και ξεναγήθηκαν εικονικά. Η δράση έκλεισε ακούγοντας και τραγουδώντας τα ιστορικά τραγούδια της Σοφίας Βέμπο.

Στις 27 Οκτώβρη, εν όψη της επετείου του ΟΧΙ, πραγματοποιήθηκε εργαστήριο νοητικής και σωματικής ενδυνάμωσης στο Δημοτικό Γηροκομείο Λαρίσης. Οι ωφελούμενοι, με την κινητοποίηση των ψυχολόγων, άκουσαν και τραγούδησαν διάφορα ιστορικά και δημοτικά τραγούδια του 1940. Υστέρα, αφού έγινε συζήτηση για την περίοδο εκείνη, οι ηλικιωμένοι θυμήθηκαν και αφηγήθηκαν γεγονότα που βίωσαν οι ίδιοι κατά την περίοδο του πολέμου και της κατοχής. Στη συνέχεια, για την αποφόρτισή τους και την σωματική τους ενδυνάμωση, πραγματοποίησαν με την βοήθεια της γυμνάστριας, παρέλαση στον προαύλιο χώρο του γηροκομείου, κρατώντας σημαίες. Οι ωφελούμενοι με την πραγματοποίηση της δράσης αυτής, συγκινήθηκαν, και ευχήθηκαν να μην έχουμε ξανά τέτοια θλιβερά γεγονότα.

Στις 30 Νοέμβρη, πραγματοποιήθηκε αφήγηση του έργου του Παπαδιαμάντη "Χριστούγεννα του Τεμπέλη" από την ψυχολόγο Μαρία - Αριστέα Νάκα σε μια ομάδα ηλικιωμένων του Δημοτικού Γηροκομείου Λαρίσης για την εισαγωγή στο πνεύμα των Χριστουγέννων.



Ο δρόμος από τη διάγνωση στην αποδοχή

Η Χάιδω ήρθε στο κέντρο ημέρας Άγιος Ιωάννης της ΕΕΝΑΣΔ πριν λίγα χρόνια για συμβουλευτική και υποστήριξη όταν η μητέρα της διαγνώστηκε με άνοια. Συμμετείχε στο πρόγραμμα της οικογενειακής θεραπείας και αργότερα σε ομάδα στήριξης περιθάλπonton. Στα πλαίσια των συνεδριών μας χρησιμοποιήσαμε τεχνικές αντιστροφής ρόλων και η Χάιδω χρειάστηκε να μιλήσει μπαίνοντας στην θέση της μητέρας της. Σαν άσκηση ενσυναίσθησης, χρειάστηκε να μιλήσει σαν το παιδί της αλλά και σαν ενήλικη. Πολλές φορές υπήρχε «συνομιλία» αυτών των εσωτερικών φωνών, ουσιαστικά ένας εσωτερικός διάλογος με τον εαυτό της, αλλά και με την μητέρα της που δεν μπορούσε πια να επικοινωνήσει. Τα λόγια της μητέρας της αποτέλεσαν μεγάλη ανακούφιση και στήριξη για την ίδια, οι απαντήσεις που η θεραπεύτρια θα ήθελε να της δώσει, βγήκαν μέσα από τον ίδιο της τον εαυτό, από την πορεία της ενδοσκόπησης και της θεραπευτικής διαδικασίας. Η «συνομιλία» που θα ακολουθήσει είναι οι σκέψεις και τα συναισθήματα της Χάιδως και οι απαντήσεις που δόθηκαν από την θεραπευτική διαδικασία.

Στον διάλογο αυτό συζητούν η Χάιδω και η μητέρα της, ωστόσο η φωνή της μητέρας της ταυτίζεται με την φωνή της ίδιας που σταδιακά ωρίμαζε και αποδεχόταν την «απουσία» της μητέρας της μέσα από την θεραπευτική διαδικασία.

-Πάει λίγος καιρός από τότε που έφυγες. Πρώτο καλοκαίρι χωρίς εσένα. Γύρισα στο σπίτι που με γέννησες, στο σπίτι μας. Άρχισα να σ' αναζητώ. Παντού δικά σου πράγματα. Μέσα στη ντουλάπα κρεμασμένα τα ρούχα σου. Θέλω να τα πετάξω. Θέλω να ξεχάσω...

-Μη με βγάλεις απ' τη ζωή σου. Είμαι κομμάτι σου. Κι η αρρώστια μου, κομμάτι της δικής μου ζωής. Θυμήσου. Ξέρω πως είναι οδυνηρό, αλλά μόνον έτσι θα καταφέρεις να θεραπεύσεις το τραύμα. Η ζωή μια σει-

ρά από απώλειες... στην αρχή το σοκ και η άρνηση, μετά ο θυμός και η θλίψη, ύστερα διαπραγμάτευση και στο τέλος η ευλογημένη αποδοχή! Θυμήσου...

-Έξι χρόνια κράτησε. Σαν εφιάλτης. Για πολύ καιρό αρνιόμουν να δεχτώ αυτό που σου συνέβη. Νόμιζα πως κάποια δύναμη αόρατη σε πήρε μακριά μου κι άφησε στη θέση σου έναν άλλον άνθρωπο με την μορφή σου. «Δεν είναι αυτή η μάνα μου», έλεγα στον εαυτό μου. Κι άρχισα να παίζω άθελά μου το παιχνίδι της τρέλας. Να μου μιλάει η αρρώστια κι εγώ να της απαντώ. Να θυμώνω μαζί σου.

-Όλοι στην αρχή μπερδεύουν τον άνθρωπο με τα συμπτώματά του, σε καταλαβαίνουν που θύμωνες, όταν ρωτούσα τα ίδια και τα ίδια. Κι εγώ θύμωνα με τον ίδιο μου τον εαυτό στα πρώτα συμπτώματά μου. Θύμωνα όταν δεν θυμόμουν πού έβαζα κάτι, όταν ξεχνούσα τις λέξεις... και σιγά-σιγά άρχισα να ξεχνώ ότι ξεχνώ, και σαν να το δέχθηκα, και ηρέμησα. Ο θυμός μας ταλαιπωρεί, μας δηλητηριάζει και δεν μπορούμε να πάμε παρακάτω...

- Άρχισα να παρακαλώ να γίνει ένα θαύμα, να ξυπνήσεις ένα πρωί κι όλα να είναι όπως πριν.

- Ήταν η ανάγκη σου για σταθερότητα, οι αλλαγές μας τρομάζουν, μα να θυμάσαι: ό,τι δεν αλλάζει, καταστρέφεται... τίποτε δεν μπορεί να είναι όπως πριν. Να ζεις το σήμερα και να κοιτάς πάντα μπροστά. Το θαύμα είναι η ίδια η ζωή, απόλαυσε την!

-Η ζωή... Είχα αφιερώσει δέκα χρόνια ζωής μελετώντας και σπουδάζοντας τη λειτουργία της Μνήμης στην ψυχανάλυση και τη φιλοσοφία. Κι όταν άρχισες να μη θυμάσαι, νόμιζα πως κάποιος μου έκανε ένα κακόγουστο αστείο. Η απώλεια της Μνήμης για μένα ήταν θάνατος. Ζωντανή- νεκρή σε ένιωθα. Μου έλειπες, μου έλειπες πολύ.

- Και τι είναι ο θάνατος και τι ή ζωή; Μεγάλη κουβέντα... Δεν χάνεσαι, όταν ξεχνάς, χάνεσαι μάλλον όταν σε ξεχνούν.... Και όσο

εσύ θα με θυμάσαι, εγώ θα είμαι δίπλα σου, στην ανάμνησή σου. Μη φοβάσαι τον θάνατο, να φοβάσαι τη μη ζωή, να ζεις...

Σαν μη-ζωή. Έτσι σ' έβλεπα. Βασανιζόμουν μ' αυτήν την «απούσα παρουσία», με την εικόνα ενός ανθρώπου δυνατού που γίνεται αδύναμο παιδί.

- Σε καταλαβαίνω... Όλοι έχουμε μέσα μας την εικόνα ενός γονέα άτρωτου, που θα στέκεται δίπλα μας αλύγιστος μέχρι τα γεράματά του. Όμως, κοίταξε γύρω σου. Τα πάντα στη φύση υπόκεινται στο νόμο της γέννησης, της αύξησης και της φθοράς. Είναι νομοτέλεια η φθίνουσα πορεία των όντων. Οι ρόλοι αντιστρέφονται. Το παιδί γίνεται γονιός του γονιού του, όταν εκείνος γερνάει κι έχει ανάγκη τη φροντίδα του. Αυτός είναι ο κύκλος της ζωής. Σκέψου πως πια μεγάλωσες και σου έχω εμπιστοσύνη πως θα τα καταφέρεις! Το παιδί έχει πια τον ενήλικο εαυτό σου, έχει εμπιστοσύνη στον ενήλικο εαυτό σου και συνέχισε....

- Σωστά μιλάς, αλλά δε με παρηγορείς. Οι λογικές εξηγήσεις δε μετριάζουν τη θλίψη μου. Χρειάζομαι από κάπου να κρατηθώ, για να αντέξω αυτόν τον «αλλόκοτο θάνατο».

-Κοίταξε με! Είμαι δίπλα σου, είμαι ακόμα ζωντανή. Βρες τρόπο να επικοινωνήσεις μαζί μου, τώρα που εγώ δεν είμαι όπως πριν. Μάθε να με «διαβάζεις». Οι άνθρωποι και οι σχέσεις δεν χάνονται, αλλάζουν μορφή. «Όταν αλλάζεις τον τρόπο που βλέπεις τα πράγματα, τα πράγματα που βλέπεις αλλάζουν». Μην το ξεχνάς, άλλαξε τον τρόπο που με βλέπεις λοιπόν και δεν θα με χάσεις ποτέ!

-Σε παρατηρώ. Την ώρα που πίνουμε τον απογευματινό μας καφέ. Έτσι όπως συνηθίζαμε πάντα. Σηκώνεις το φλιτζάνι μηχανικά και τον πίνεις μονορούφι. Επαναλαμβάνεις την ίδια ιστορία, εκείνη που σ' έκανε να νιώσεις κάποτε πολύ περήφανη για μένα. Είσαι χαρούμενη. Ύστερα, κάτι φωτίζει ξαφνικά τη Μνήμη σου. Βγαίνεις απ' το λήθαργο και με ρωτάς για όλα εκεί-

να που κάποτε κουβεντιάζαμε, για όλα εκείνα που με βασάνιζαν. Με ρωτάς αν είμαι καλά.

- Βλέπεις; Είδες που αν απαλύνεις τον θυμό και την θλίψη σου, αν με αποδεχθείς όπως είμαι, με την άνοια μου, με την απουσία μου, μπορείς να με δεις, ακόμα κι αν δεν μπορώ να σου μιλήσω, ακόμα κι αν δεν σε αναγνωρίζω. Είμαι εδώ, είμαι ζωντανή. Νιώθω. Σε νοιάζομαι. Κι ας μη μπορώ να στο εκφράσω όπως πριν.

- Αρχίζω να το καταλαβαίνω. Σ' αγκαλιάζω και φωτίζονται τα μάτια σου. Σου τραγουδώ τραγούδια που αγαπούσες και χαμογελάς. Σου λέω ξανά και ξανά «σ' ευχαριστώ για όλα όσα έκανες για μένα», κι ας μην τα θυμάσαι πια.

- Σ' αγαπώ, κι ας μη θυμάμαι τ' όνομά σου. – Είναι ειλικρινά σαν να μην ξέρω ποια είσαι, αλλά ξέρω ότι σε αγαπώ! Τι περίεργα πράγματα αλήθεια...

- Συγχώρα με που σου μιλούσα απότομα, που θύμωνα μαζί σου. Δεν είχα καταλάβει...

- Δε θυμάμαι τίποτα απ' όσα μου λες... Εγώ απλά ξέρω ότι εσένα Σ' αγαπώ.

- Μάνα μου, ως την ύστατη ώρα σου μάθαινα από σένα. Έμαθα ότι την Αγάπη δεν μπορεί να τη σβήσει καμιά αρρώστια. Ότι με την αγάπη ο άνθρωπος μπορεί να νικήσει κάθε είδους θάνατο. Η αγάπη που περρίσσεια μου έδωσες έμεινε βαθιά χαραγμένη στην ψυχή σου. Στην ψυχή μου. Κι είπα τότε μέσα μου πως Μνήμη είναι το συναίσθημα. Μάνα μου, τώρα που έφυγες είσαι πιο πολύ εδώ. Τώρα που έφυγες σε ξαναβρήκα. Από τότε που δε ζεις πλάι μου, ζεις μέσα μου.

Μάνα μου, τ' όνομά σου ιερό.

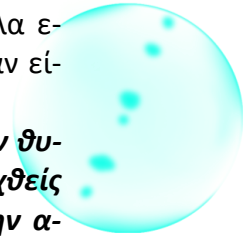
Τη μνήμη που 'χασες στα χέρια μου κρατώ
Κείνα που μου 'μαθες στα κύτταρα
μου χαραγμένα.

Μάνα, να ξέρεις πως θυμάμαι πια για δυο.

Θυμάμαι και για σένα και για μένα.

Μ. Εγκιαζάροβα, Μ. Τουμπαλίδου-Ψυχολόγοι, Τμήμα Περιθάλποντων-«Άγιος Ιωάννης», Alzheimer Ελλάς

Χαίδω Μπούσιου, Φιλόλογος-Συγγραφέας-Περιθάλπουσα



Θεσ/νίκη

Νύχτα καλοκαιριού, μέσα στη σιγαλιά, ένας γκιώνης κρώζει από μακριά, δυο νυχτερίδες με μια τους πτήση μάζεψαν όλα τα έντομα που στριφογύριζαν γύρω απ' το δυνατό φως του φαναριού στον δρόμο! Απόψε, το Αυγουστιάτικο ολόγιομο φεγγάρι έχει την "τιμητική" του!

Έτσι όπως το άπλετο ασημένιο του φως "λούζει" όλα γύρω μου, φωτίζει και τις δικές μου θύμησες των 82 μου χρόνων. Ευκαιρία λοιπόν να κοιτάξω τα "τεφτέρια" της μνήμης μου, να κλείσω τα βιβλία μου, να ελέγξω για διαφυγόντα χρέη, κέρδη, λάθη, υποχρεώσεις, εκκρεμότητες!

Ανακάλυψα λοιπόν, ό,τι σας οφείλω πάρα πολλά!! Θαρρώ πως το "ε υ χ α ρ ι σ τ ώ" είναι εξαιρετικά λίγο στην εταιρεία που εκπροσωπείτε. Μένω χρεώστης και ευγνώμων δια βίου.. Το ό,τι "πήρα παράταση" και ακόμη υπάρχω στη Ζωή το οφείλω στον Θεό, στο γιατρό μου, αλλά πρωτίστως σε Σας, γιατί υποχρεώθηκα να κάνω MRI εγκεφάλου και ανακάλυψαν τον "θησαυρό" που είχα κρυμμένο!

Παράλληλα, με τη βοήθεια όλων των επιλεγμένων συνεργατών σας, που είναι αφοσιωμένοι στο λειτούργημα που εκτελούν, με ώβεια υπομονή, ευγένεια και προθυμία, προσφέρετε σε μας τους υπερήλικους απόμαχους, ποιότητα ζωής, μάθηση δια βίου, και ένταξη στη σημερινή πραγματικότητα του αιώνα που ζούμε με το να μας κρατάτε σε εγρήγορση, καθυστερώντας τη φυσιολογική νοητική φθορά μας, κάνοντάς μας γνώστες του κόσμου της τεχνολογίας που εμείς αγνοούσαμε, κι έτσι, καταφέρνουμε να "επικοινωνούμε" ακόμη και με τα δισέγγονά μας!

Σας υποβάλλω τον σεβασμό, με τα θερμά μου συγχαρητήρια, και την ευχή μου ο Θεός να σας χαρίζει Υγεία, Μακροημέρευση, Χαρά και Φώτιση στο ανθρωπιστικό έργο που επιτυχώς και άοκνα επιτελείτε!

..απλά μια "ωφελούμενη"
της Αλτσχάιμερ Ελλάς

Η μαγεία των Χριστουγέννων,
ας μας αγγίξει και ας μας
δώσει αυτό που χρειάζεται ο
καθένας μας για να είναι
ευτυχεμένος.

Σε όλο το προσωπικό
της Εταιρείας Alzheimer επι της
Πέτρου Συνδία 13, που μας φροντίζει
με ευγένεια, συνέπεια και υπευθύ-
τητα όλο το χρόνο,

Εύχομαι

"Καλά Χριστούγεννα,,

Υγεία και Χαρές για το
"Νέο Έτος 2023,,

Χριστουγεννιάτικη ΛΑΧΕΙΟΦΟΡΟΣ ΑΓΟΡΑ 2022

Η στήριξή σου είναι πολύτιμη!

Με την αγορά κάθε λαχνού συμβάλλετε στην
εύρυθμη λειτουργία των Μονάδων Alzheimer και
του Οικοτροφείου "Παναγία η Γλυκοφιλούσα"

Τιμή λαχνού: 2,5 €

Λαχνούς μπορείτε να προμηθευτείτε :

- Κέντρο Ημέρας, "Αγία Ελένη", Π. Συνδία 13
- Κέντρο Ημέρας "Άγιος Ιωάννης", Κ. Καραμανλή 164
- Οικοτροφείο, "Παναγία η Γλυκοφιλούσα", Νικ. Πλαστήρα 65,
- Μέσω τραπεζικής κατάθεσης

Για περισσότερες πληροφορίες, επικοινωνήστε μαζί μας
stella@alzheimer-hellas.gr ή στα 2310 810411 εσωτ.143 & 2310 909000.

Μεγάλα και χρήσιμα δώρα σας περιμένουν!

Η κλήρωση θα γίνει στις 09 Ιανουαρίου 2023



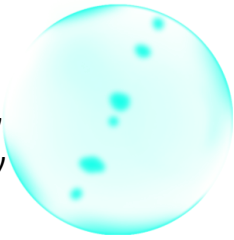


Η γνώση είναι δύναμη



«Η μέριμνα και η υπευθυνότητα θα ήταν τυφλές αν δεν τις καθοδηγούσε η γνώση. Και η γνώση θα ήταν κενή αν η μέριμνα δεν ήταν το κίνητρό της.»

Η Τέχνη της Αγάπης», Έρ.Φρομ



Αναπόσπαστο κομμάτι για την αντιμετώπιση της άνοιας και πιο συγκεκριμένα των ασθενών, αποτελούν οι περιθάλποντες/ουσες, τα πρόσωπα που αναλαμβάνουν να συνοδεύσουν τον ασθενή στο ταξίδι της άνοιας, παρέχοντάς του την ολιστική φροντίδα που απαιτείται λόγω της ασθένειας. Τα πρόσωπα αυτά συνήθως είναι μέλη της οικογένειας (σύζυγοι, παιδιά, εγγόνια, αδέρφια), φιλικά πρόσωπα ή ακόμη και επαγγελματίες περιθάλποντες με ειλικρινές ενδιαφέρον για την φροντίδα. Η περίθαλψη, πέραν της φροντίδας, περιλαμβάνει τη ζεστασιά, τη θαλπωρή και μια ευαίσθητη προσέγγιση για την κάλυψη και των συναισθηματικών αναγκών του/της ασθενούς. Παρ' όλη την αγαπητική διάθεση με την οποία οι περιθάλποντες αναλαμβάνουν να καλύψουν τις όποιες ανάγκες του ασθενούς, η έλλειψη γνώσης για την ασθένεια και την αντιμετώπισή της, μπορεί να δημιουργήσει εμπόδια στην αποτελεσματική περίθαλψη.

Στα πλαίσια της πολύτιμης ανάγκης για γνώση, στο Τμήμα Περιθαλπόντων της Εταιρείας Alzheimer Θεσσαλονίκης «Αγία Ελένη», προσφέρονται υπηρεσίες παροχής γνώσης προς τους περιθάλποντες, με μια από τις σημαντικές παρεμβάσεις να αποτελεί η Ομάδα Ψυχο-εκπαίδευσης Περιθαλπόντων. Μέσα στους στόχους της ομάδας είναι η παροχή εκπαίδευσης και συμβουλευτικής στους περιθάλποντες ατόμων με άνοια. Αυτό επιτυγχάνεται μέσα από την παροχή πληροφοριών για την νόσο, την εκμάθηση πρακτικών τρόπων αντιμετώπισης των συμπτωμάτων, τη διαχείριση των συναισθημάτων, καθώς και από την ανταλλαγή εμπειριών περίθαλψης των ίδιων των περιθαλπόντων.

Η γνώση που αποκομίζουν οι περιθάλποντες από την συμμετοχή τους στις ομάδες ψυχο-εκπαίδευσης προσφέρει τα εξής οφέλη:

- Πρόληψη ή/και μείωση του άγχους, της κατάθλιψης και της αίσθησης επιβάρυνσης του περιθάλποντα, ως αποτέλεσμα της νόσου και της συνεπαγόμενης περίθαλψης. Για παράδειγμα, η εκμάθηση στρατηγικών αντιμετώπισης της πολυσύνθετης νόσου και των ποικίλων συμπτωμάτων, μπορεί να προλάβει συναισθήματα φόβου, αμηχανίας και το άγχος που προκύπτει μπροστά σε δύσκολα διαχειρίσιμες καταστάσεις.
- Ενίσχυση της αίσθησης αυτό-επάρκειας και αυτό-αποτελεσματικότητας στον ρόλο του περιθάλποντα.
- Βελτίωση της ποιότητας της σχέσης με τον ασθενή και της συνολικής ποιότητας ζωής από την πλευρά και των ασθενών και των περιθαλπόντων.
- Καλλιέργεια ενσυναίσθησης προς τους ασθενείς, κατανόηση και αποδοχή της κατάστασης και δημιουργία ρεαλιστικών προσδοκιών για την νόσο και τη νέα καθημερινότητα.
- Είναι σημαντικό, τέλος, να έχουμε κατά νου ότι η γνώση για τη νόσο, την εξέλιξη και την εκδήλωση συμπτωμάτων, εντάσσεται στους τρόπους αντιμετώπισης, επηρεάζει την πορεία της νόσου και την ποιότητα ζωής του ασθενούς και του περιθάλποντα.

Κουτούπη Μαρία - Τσίγκου Ευθυμία,

Ψυχολόγοι Α.Π.Θ.—Τμήμα Περιθαλπόντων «Αγία Ελένη», Alzheimer Hellas



Θεσσαλονίκη

Πρωτότυπο πρόγραμμα από το Πανελλήνιο Ινστιτούτο Νευροεκφυλιστικών Νοσημάτων (P.I.N.Dis).

Το P.I.N.Dis συμμετέχει στο Ευρωπαϊκό έργο Erasmus+ GECONEU, το οποίο είναι το ακρωνύμιο του "GEnetic COounseling in European universities: The case of NEUROdegenerative diseases" ("Γενετική συμβουλευτική στα ευρωπαϊκά πανεπιστήμια: Η περίπτωση των νευροεκφυλιστικών νοσημάτων). Το έργο έχει ως στόχο την ανάπτυξη ενός διαδικτυακού μαθήματος για φοιτητές πανεπιστημίων με έμφαση στη γενετική συμβουλευτική (ΓΣ). Οι κύριοι σκοποί και ο κεντρικός αντίκτυπος αυτού του έργου είναι να υποστηρίξει τους ανθρώπους και την κοινωνία να κατανοήσουν καλύτερα τους στόχους των γενετικών εξετάσεων και τη χρησιμότητα της ΓΣ, εμπλέκοντας τους φοιτητές σε ένα καινοτόμο περιβάλλον μάθησης και διδασκαλίας. Το έργο αυτό θα δώσει την ευκαιρία να ληφθούν υπόψη όλοι οι παράγοντες ενός κατάλληλου εκπαιδευτικού προγράμματος για την κοινωνία, εμπλέκοντας τις οικογένειες των ατόμων με νευροεκφυλιστικές διαταραχές στην ανάπτυξη των μαθησιακών και διδακτικών αποτελεσμάτων βελτιώνοντας κατά συνέπεια την προβολή τους και ενισχύοντας το επίπεδο γνώσεων. Για περισσότερες πληροφορίες επισκεφτείτε το: <http://www.genecounsel.eu/>.



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



ΑΡΙΣΤΟΤΕΛΕΙΟ
ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ
ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ



UNIVERSITAT
DE ZARAGOZA



Καταπολεμώντας το στίγμα στην άνοια - Πρόγραμμα ΕΚΔΑ

Το συνέδριο της Alzheimer Europe και ο ρόλος των Εργαζόμενων Δικτύου Αλληλοϋποστήριξης (ΕΚΔΑ) στην άνοια για βελτίωση της ποιότητας ζωής.



Σύμφωνα με τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας, επί του παρόντος περισσότεροι από 55 εκατομμύρια άνθρωποι ζουν με άνοια παγκοσμίως και υπάρχουν σχεδόν 10 εκατομμύρια άνθρωποι που διαγιγνώσκονται με άνοια κάθε χρόνο. Συνεπώς, ο αυξανόμενος αριθμός τους απαιτεί ολοένα και μεγαλύτερη προσοχή στο θέμα, προκειμένου να βελτιωθεί η ποιότητα ζωής των ατόμων που ζουν με άνοια και των περιθάλπόντων τους μέσω υποστηρικτικών και πολυδιάστατων δράσεων. Αυτό το κρίσιμο θέμα αποτέλεσε αντικείμενο εκτενών συζητήσεων και προβληματισμών κατά τη διάρκεια του συνεδρίου της Alzheimer Europe και της συνάντησης των εταίρων του έργου Εργαζόμενοι Δικτύου Αλληλοϋποστήριξης ως Καινοτόμος Δύναμη στη Συνηγορία για τη Φροντίδα της Άνοιας (ΕΚΔΑ), εκδηλώσεις που πραγματοποιήθηκαν από τις 17 έως τις 21 Οκτωβρίου 2022 στο Βουκουρέστι της Ρουμανίας.

Το 32^ο Συνέδριο της Alzheimer Europe

Το συνέδριο οργανώθηκε σε συνεργασία με την Ένωση για τη νόσο Alzheimer της Ρουμανίας και πραγματοποιήθηκε από τις 17-19 Οκτωβρίου στο Βουκουρέστι.



Έχοντας ως σύνθημα το 'Χτίζοντας γέφυρες', το συνέδριο του 2022 ήταν μια εξαιρετική ευκαιρία να δημιουργηθούν επαγγελματικά δίκτυα και να συγκεντρωθούν διάφοροι άνθρωποι: όπως για παράδειγμα άτομα που ζουν με άνοια, οι περιθάλποντές τους, εθελοντές και προσωπικό εταιρειών νόσου Alzheimer, υπεύθυνοι χάραξης πολιτικής για την άνοια, επαγγελματίες υγείας και κοινωνικής φροντίδας, ερευνητές, ακαδημαϊκοί και εκπρόσωποι του κλάδου από όλη την Ευρώπη και παγκοσμίως.

Προκειμένου να προωθηθεί μια πολυδιάστατη και διεπιστημονική προσέγγιση της άνοιας, παρουσιάστηκαν πολυάριθμες πρωτοβουλίες και συζητήθηκαν βασικά θέματα. Μεταξύ αυτών, το πρόγραμμα ΕΚΔΑ ανήκε εξίσου στη θεματολογία του συνεδρίου Alzheimer Europe και κοινοποιήθηκε σε όλους τους συμμετέχοντες στο συνέδριο. Η ψυχολόγος Μαριάννα Τσατάλη, εκπροσωπώντας την Ελληνική εταιρεία νόσου Alzheimer και τους εταίρους του έργου, παρουσίασε το πρόγραμμα ΕΚΔΑ επισημαίνοντας ότι "Λόγω του γεγονότος ότι μια βασική θεματική κατηγορία του συνεδρίου της Alzheimer Europe ήταν οι περιθάλποντες και οι υπηρεσίες για την άνοια σε όλες τις χώρες, καθώς και πρωτοβουλίες φιλικές προς την άνοια, το έργο ΕΚΔΑ ήταν μια επιτυχημένη συμβολή στις δραστηριότητες του Συνεδρίου έχοντας την ευκαιρία να υπογραμμίσει τη σημαντική συμβολή των ΕΔΑ σε όλες τις χώρες της ΕΕ και παγκοσμίως".

Η συνεργασία των εταίρων κατά τη διάρκεια της συνάντησης στη Ρουμανία

Στις 20-21 Οκτωβρίου του 2022, μετά το συνέδριο, πραγματοποιήθηκε η δεύτερη διακρατική συνάντηση του προγράμματος ΕΚΔΑ, που φιλοξενήθηκε από τον συνεργαζόμενο οργανισμό *Asociatia Habilitas*. Κατά τη διάρκεια της συνάντησης, και οι 5 οργανισμοί - εταίροι επανεξέτασαν το έργο και συζητήσαν τα βήματα και τις δραστηριότητες που βρίσκονται επί του παρόντος ή θα πραγματοποιηθούν τους επόμενους μήνες. Τους τελευταίους μήνες, οι εταίροι δημιούργησαν και ανέπτυξαν το Πρόγραμμα Σπουδών Εκπαίδευσης των ΕΔΑ, δημιουργώντας το θεωρητικό και πρακτικό περιεχόμενο για την επίτευξη των μαθησιακών του στόχων. Κάθε οργανισμός μοιράστηκε τις απόψεις του με βάση τα εθνικά του πλαίσια και τις προσδιορισμένες ανάγκες του. Αυτή η συζήτηση παρείχε διάφορες ιδέες για το πώς το έργο ΕΚΔΑ μπορεί να είναι καίριο για τη βελτίωση της ποιότητας ζωής των ατόμων με άνοια και των περιθάλπόντων τους. Τα επόμενα βήματα θα επικεντρωθούν στην εφαρμογή σε κάθε χώρα-εταίρο πιλοτικών κύκλων μαθημάτων για να τη δημιουργία των ΕΔΑ και την ολοκλήρωση της ψηφιακής πλατφόρμας αποκλειστικά για τους ΕΔΑ όπως για παράδειγμα την ανταλλαγή εμπειριών και σχολίων, τόσο σε εθνικό όσο και σε ευρωπαϊκό επίπεδο. Ιδιαίτερη προσοχή δόθηκε στην αξιολόγηση της ποιότητας και του αντίκτυπου του ίδιου του έργου στους συμμετέχοντες και στο ευρωπαϊκό τοπίο, καθώς και στις στρατηγικές για αλλαγή πολιτικής που θα αναπτυχθούν κατά το τρίτο και τελικό αποτέλεσμα του έργου.



Θεσ/νίκη

Στιγμιότυπα από τα εγκαίνια του Οικοτροφείου «Παναγία η Γλυκοφιλούσα»



Οικοτροφείο ασθενών με άνοια τελικού σταδίου «Παναγία Η Γλυκοφιλούσα», Νικ. Πλαστήρα 65, Θεσσαλονίκη. Τηλ: 2310 316143, E-mail: gykophilousa@alzheimer-hellas.gr

Ευχαριστούμε θερμά τις εταιρείες, οι οποίες σταθερά και με αίσθημα ευθύνης επέλεξαν να εμπιστευτούν το Σωματείο μας και να ενισχύσουν τις προσπάθειές μας είτε μέσω δωρεάς προϊόντων είτε μέσω χρηματικών δωρεών. <https://www.alzheimer-hellas.gr/index.php/en/news/latest-news>

Ρεπορτάζ από τα εγκαίνια του πρώτου στην Ελλάδα Οικοτροφείου για ασθενείς με άνοια τελικού σταδίου «Παναγία η Γλυκοφιλούσα»

Επιτέλους

μετά από 27 χρόνια εγκαινιάστηκε στη Θεσσαλονίκη το 1^ο Οικοτροφείο της χώρας για ασθενείς με Άνοια «Παναγία η Γλυκοφιλούσα»

Με τις ευλογίες του Πανοσιολογιότατου εκπροσώπου του Παναγιωτάτου Μητροπολίτου Θεσσαλονίκης κ. Ανθίμου- πρωτοσυγκέλου και Διευθυντού του Ιδρύματος Παιδείας - Πολιτισμού π. Φωτίου, του Αρχιμανδρίτου π. Ιάκωβου της Ιεράς Μητροπόλεως Θεσσαλονίκης, του Αρχιμανδρίτου π. Αμφιλοχίου συνεργάτου της Alzheimer Hellas, και των πρωτοπρεσβυτέρων π. Βασιλείου και Μιχαήλ τελέσθηκαν στις 6/10/22 από τον Υφυπουργό Εσωτερικών Μακεδονίας Θράκης αρμόδιο Μακεδονίας Θράκης κ. Σταύρο Καλαφάτη, τα εγκαίνια του πρώτου και μοναδικού στην Ελλάδα Οικοτροφείου για ασθενείς με άνοια τελικού σταδίου «Παναγία η Γλυκοφιλούσα».

Από νωρίς το απόγευμα περισσότερα από 300 μέλη, φίλοι και υποστηρικτές του έργου της Ελληνικής Εταιρείας Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών Θεσσαλονίκης και όχι μόνο, κατέκλυσαν τον κοινό αύλειο χώρο του Οικοτροφείου «Παναγία η Γλυκοφιλούσα» και του Ιερού Ναού «Αγίων Πάντων οι εν Θεσσαλονίκη», ο οποίος είχε μετατραπεί σε ένα μεγάλο χώρο υποδοχής, ευλογίας και φιλοξενίας.

Μεταξύ άλλων παρέστησαν: οι Βουλευτές Α΄ Θεσσαλονίκης κ. Θεόδωρος Καράογλου και κα Άννα Ευθυμίου, ο Περιφερειακός Σύμβουλος και Πρόεδρος του Αναπτυξιακού Οργανισμού της Περιφέρειας Κεντρικής Μακεδονίας κ. Νικόλαος Τζόλας, εκπροσωπώντας τον ΠΚΜ Απόστολο Τζιτζικώστα, ο Πρύτανης του Α.Π.Θ. κ. Νικόλαος Παπαϊωάννου, η Αντιδήμαρχος Κοινωνικής Προστασίας Δημόσιας Υγείας και Πρόεδρος της Κοινωφελούς Δημοτικής Επιχείρησης Κορδελιού Ευόσμου κα Φωτεινή Πεσματζόγλου Δεβετζή, η Πρόεδρος της Κοινωφελούς Επιχείρησης του Δήμου Θεσσαλονίκης Δήμητρα Ακριτίδου, η Αντιδήμαρχος Κοινωνικής Πολιτικής Νεάπολης Συκεών κα Ιωάννα Αλεξιάδου, η Αντιδήμαρχος Κοινωνικής Προστασίας, Υγείας και Παιδείας Πυλαίας Χορτιάτη κα Ελένη Γιαννούδη, ο ανεξάρτητος Δημοτικός Σύμβουλος Πυλαίας Χορτιάτη κ. Πάρις Τσογκαρλίδης, ο Γενικός Γραμματέας Κλιματικής Αλλαγής και Περιβάλλοντος κ. Γιώργος Παπαϊωάννου, η Γενική Γραμματέας του Δήμου Θέρμης κα Εύη Λάππα, η Πρόεδρος του Πειθαρχικού Συμβουλίου του Ιατρικού Συλλόγου Θεσσαλονίκης κα Αναστασία Κιζιρίδου, η Πρόεδρος της Φιλοπτώχου Κυριών Θεσσαλονίκης κα Άννα Τσεκούρα και η Γενική Γραμματέας του Ευρωπαϊκού προγράμματος Cyberbullying κα Βασιλική Γκουντσίδου, ενώ χαιρετισμό απέστειλαν: ο Βουλευτής Θεσσαλονίκης κ. Στράτος Σιμόπουλος, η ευρωβουλευτής κα Μαρία Σπυράκη, η Αντιπεριφερειάρχης Υγείας και Κοινωνικής Προστασίας κα Μελίνα Δερμετζοπούλου, ο Κοσμήτορας της Σχολής Επιστημών Υγείας Α.Π.Θ. καθηγητής Ιατρικής κ. Θεόδωρος Δαρδαβέσης, ο Αντιπρόεδρος του Ιατρικού Συλλόγου Θεσσαλονίκης κ. Νίκος Μπάτζιος, και η Πρόεδρος του Συνδέσμου Γυναικών Θεσσαλονίκης Μακεδονίας «Εν Αθήναις» κα Καίτη Γάκη Καψή.

Με ένα ιδιαίτερα απλό και όπως πάντοτε απόλυτα σαφή ειλικρινή και αληθή λόγο, η επιστημονικά υπεύθυνη του Οικοτροφείου «Παναγία η Γλυκοφιλούσα», καθηγήτρια Α.Π.Θ., Νευρολόγος Ψυχίατρος, Πρόεδρος της Πανελλήνιας Ομοσπονδίας Νόσου Alzheimer και Συναφών Διαταραχών και Συντονίστρια του Εργαστηρίου Νευροεκφυλιστικών



Θεσ/νίκη

Νοσημάτων (ΚΕΔΕΚ), Μάγδα Τσολάκη, αφού καλωσόρισε τους παρευρισκομένους, έκανε μία περιγραφική αναδρομή από το 1995- χρονιά ίδρυσης της πρώτης Ελληνικής Εταιρείας Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών στην Ελλάδα που και αυτή έγινε στη Θεσσαλονίκη, με στόχο την έγκαιρη διάγνωση, τη θεραπεία, την υποστήριξη της έρευνας, την ταχεία εισαγωγή στην χώρα μας νέων θεραπευτικών μεθόδων, τη στήριξη της οικογένειας και τη βελτίωση της ποιότητας ζωής του ασθενούς και των περιθαλπόντων.

Στη συνέχεια απαρίθμησε τους μεγάλους σταθμούς αυτής της πορείας, όπως η δημιουργία των Κέντρων Ημέρας της Μονάδας «Αγία Ελένη», επί της Πέτρου Συνδίκια, της Μονάδας «Άγιος Ιωάννης» επί της Λεωφ. Κων/νου Καραμανλή, αναφέρθηκε με ευγνωμοσύνη στην σημαντική στήριξη που είχε από την πρώτη μέρα και συνεχίζει να έχει η Εταιρεία από τους ΟΤΑ, στις πρωτοβουλίες που βρίσκονται σε εξέλιξη σε όλη τη χώρα, στις νέες στατιστικές και στα νέα δεδομένα για την αντιμετώπιση της Νόσου σε παγκόσμιο και πανελλαδικό επίπεδο, μίλησε με πόνο ψυχής για τις αδικαιολόγητες δυσκολίες, τις απαράδεκτες καθυστερήσεις και για τα εμπόδια που υπάρχουν με την γραφειοκρατία στην χώρα μας, και όπως πάντα κλείνοντας τον χαιρετισμό της ευχαρίστησε με έκδηλη συγκίνηση όλους τους χορηγούς και όλους τους υποστηρικτές του μεγάλου και πολυδάπανου έργου που επιτελεί με τη βοήθεια του Θεού και των Φίλων της, από το 1995 η Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών Θεσσαλονίκης.

Συγκεκριμένα για τη λειτουργία του Οικοτροφείου η κα Τσολάκη δήλωσε ότι «Είναι για ανθρώπους που δεν έχουν οικογένεια να τους φροντίσει ή έχουν περιορισμένη φροντίδα, για αυτούς που ο σύζυγος ή η σύζυγος είναι ασθενής και δεν μπορεί να τους εξυπηρετήσει και για τα παιδιά που θέλουν να ανοίξουν τα φτερά τους». Η ίδια τόνισε πως ο αριθμός των ασθενών που μπορούν να φιλοξενηθούν είναι πολύ μικρός μπροστά στους 3.000 με 5.000 ανθρώπους σε τελικό στάδιο, γι' αυτό η επιλογή θα γίνεται με εισοδηματικά κριτήρια, ενώ η εταιρεία θα συνεχίσει να προσφέρει φροντίδα κατ' οίκον. Το οικοτροφείο άνοιξε την 1η Σεπτεμβρίου 2022 και ήδη υποδέχτηκε τους πρώτους ασθενείς, ωστόσο αυτή τη στιγμή υπάρχει δυσκολία να δεχτεί νέους, καθώς απαιτείται δικαστική συμπαράσταση για τη φιλοξενία τους, κάτι που έχει κόστος και δυσκολεύει τους συγγενείς τους. «Τώρα όλοι οι ασθενείς που έρχονται, γιατί έχουμε μία λίστα 40 ασθενών, έχουν μπει στη διαδικασία της δικαστικής συμπαράστασης, παρά τις προσπάθειες που έχουμε κάνει με το υπουργείο Υγείας να ξεπεραστεί αυτός ο σκόπελος».

Αξίζει να σημειωθεί ότι ο κόσμος ήταν πολύ χαρούμενος για την ίδρυση του Οικοτροφείου γι' αυτό και ήταν πολύ εκδηλωτικός και με το δυνατό και παρατεταμένο χειροκρότημα του, πολλές φορές διέκοπτε την κα Τσολάκη, κατά τη διάρκεια της ομιλίας, άλλοτε φωνάζοντας της ΜΠΡΑΒΟ- ΜΠΡΑΒΟ και άλλοτε αποκαλώντας την ΑΞΙΑ - ΑΞΙΑ!!! γεμίζοντας τα μάτια της με δάκρυα...

Αμέσως μετά προβλήθηκε μαγνητοσκοπημένο μήνυμα της υφυπουργού Ψυχικής Υγείας Ζωής Ράπτη, η οποία ανέφερε πως η Κυβέρνηση με πόρους από το Ταμείο Ανάκαμψης δημιουργεί μετά από διαγωνιστικές διαδικασίες νέες δομές και συγκεκριμένα Κέντρα Ημέρας για την άνοια αλλά και Οικοτροφεία, τα οποία μπορούν να υποστηρίξουν πολίτες που πρέπει να διαμείνουν σ' αυτά, δομές που υπήρχαν σε έλλειψη σε όλη την χώρα. Παράλληλα, η Κυβέρνηση έχει ενισχύσει και το εθνικό σύστημα υγείας με κέντρα ημέρας και προγράμματα τα οποία αφορούν σε απομακρυσμένες περιοχές τόσο σε νησιά όσο και σε ορεινές περιοχές της χώρας. Τόνισε δε ότι πρόθεση της Κυβέρνησης είναι να δημιουργήσει και νέες δομές και υπηρεσίες μέσα στο 2023, συμπληρώνοντας τις δράσεις της με κινητές μονάδες, οι οποίες σε συνεργασία με τα δημόσια νοσοκομεία θα μπορούν

να επισκέπτονται κατά τόπους τους ασθενείς και να δίνουν υποστήριξη. Επίσης, η κα Ράπτη επισήμανε ότι σήμερα στην Ελλάδα υπάρχουν 160.000 ασθενείς με Αλτσχάιμερ καθώς και 200.000 άτομα με ήπια νοητική διαταραχή. Πρόσθεσε δε ότι η άνοια και η νόσος Αλτσχάιμερ αφορούν πάνω από ένα εκατομμύριο πολίτες αν συνυπολογιστούν οι περιθάλποντες αυτών των ασθενών και οι οικογένειές τους.

Μέσα σ' αυτό το ζεστό και φιλικό περιβάλλον φανερά χαρούμενος αλλά και συγκινημένος, ο Υφυπουργός Μακεδονίας – Θράκης, Σταύρος Καλαφάτης, «έκοψε την κορδέλα» των εγκαινίων και στον σύντομο χαιρετισμό του, χαρακτήρισε τη σημερινή ημέρα «σημαντική» για όλη την Ελλάδα και ειδικότερα για τη Θεσσαλονίκη, γιατί με τα σημερινά εγκαίνια -η πόλη μας είπε - χάρη στον άοκνο πολυετή επιστημονικό, ιατρικό, κοινωνικό και εθελοντικό αγώνα σε τοπικό, πανελλαδικό, πανευρωπαϊκό και παγκόσμιο επίπεδο της κας Μάγδας Τσολάκη, αναδεικνύεται πρωταγωνίστρια στην αντιμετώπιση μιας τόσο δύσκολης ασθένειας όπως είναι η Άνοια. Στη συνέχεια ο κ. Καλαφάτης ανέφερε τις ενέργειες της Κυβέρνησης οι οποίες εντάσσονται στο εθνικό σχέδιο δράσης και αντιμετώπισης της Άνοιας, επισημαίνοντας ότι η χρηματοδότηση του οικοτροφείου είναι διασφαλισμένη από το ΕΣΠΑ μέχρι τέλος του 2023 και μετά η λειτουργία θα συνεχιστεί με χρηματοδότηση του υπουργείου Υγείας και τέλος ότι έχει εγκριθεί η δημιουργία ανάλογης δομής στην Καλαμάτα, στη Ρόδο, στην Αθήνα και στην Κέρκυρα και έκλεισε τον χαιρετισμό του τονίζοντας «Συνεχίστε! Είμαι μαζί σας, είμαι κοντά σας σε ότι χρειασθείτε ».

Στις πρωτοβουλίες της Περιφέρειας Κεντρικής Μακεδονίας αναφέρθηκε ο Περιφερειακός Σύμβουλος και Πρόεδρος του Αναπτυξιακού Οργανισμού της Περιφέρειας Κεντρικής Μακεδονίας Νικόλαος Τζόλας εκπροσωπώντας τον ΠΚΜ Απόστολο Τζιτζικώστα.

Ακολούθησε πλούσιο γεύμα για όλους – μετά μουσικής – από την υπέροχη χορωδία της Ελληνικής Εταιρείας Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών, με Μαέστρο τον κ. Καλαμάρα και ξενάγηση στους χώρους.

ΤΑΥΤΟΤΗΤΑ ΤΟΥ ΟΙΚΟΤΡΟΦΕΙΟΥ «ΠΑΝΑΓΙΑ ΓΛΥΚΟΦΙΛΟΥΣΑ»

Το Οικοτροφείο διαθέτει εννέα δίκλινα και επτά μονόκλινα δωμάτια τα οποία τηρούν όλες τις απαιτούμενες προδιαγραφές για τη φιλοξενία ασθενών με άνοια τελικού σταδίου και το προσωπικό του αποτελείται από 24 άτομα εκ των οποίων οι 12 είναι νοσηλευτικό προσωπικό. Στο προσωπικό περιλαμβάνονται γιατροί, ψυχολόγος, κοινωνικός λειτουργός και φυσικοθεραπευτής.

Οι ασθενείς που θα φιλοξενοούνται θα πρέπει να έχουν κάποια από τα εξής συμπτώματα: μη ικανότητα λεκτικής επικοινωνίας, ανάγκη βοήθειας για σίτιση και τήρηση προσωπικής υγιεινής, συχνές πτώσεις, έλλειψη ισορροπίας, καθήλωση σε αναπηρικό αμαξίδιο /κρεβάτι, ακράτεια ούρων, σύγχυση, αυπνίες, κ.α.

Το Οικοτροφείο στεγάζεται σε ένα διώροφο κτίριο ιδιοκτησίας της Μητρόπολης Θεσσαλονίκης, το οποίο βρίσκεται σε μία έκταση 2.000 στα όρια του δήμου Θεσσαλονίκης με τον δήμο Πυλαίας-Χορτιάτη, επί της οδού Νικολάου Πλαστήρα 65 (2310 316143).

Κοινή ευχή όλων,
να δημιουργηθούν γρήγορα και άλλα οικοτροφεία
ένα σε κάθε Δήμο σε όλη τη χώρα.

Γιατί όπως λέει η κα Τσολάκη

«Αυτό ΔΕΝ είναι ούτε αδύνατο ούτε ανέφικτο. Είναι καθήκον και υποχρέωση όλων μας προς τους ανθρώπους που μας έφεραν στη ζωή και τους χρωστάμε τη ζωή μας. Τους γονείς μας».

Ρεπορτάζ: Νίκη Στρατηλάτη, Δημοσιογράφος



Αθήνα

Τέσσερα νέα Κέντρα Ημέρας για την Εταιρεία Alzheimer Αθηνών

Στην εκπνοή του χρόνου και στο ξεκίνημα του νέου, η Εταιρεία Alzheimer Αθηνών κάνει ένα μεγάλο βήμα μπροστά. Είναι η στιγμή που οι δυνάμεις της μεγαλώνουν, οι υπηρεσίες της προς τα άτομα με άνοια πολλαπλασιάζονται και οι άνθρωποι που θα μπουν κάτω από τον επιστημονικό, προστατευτικό της *μανδύα* αυξάνονται. Είναι η στιγμή που η Εταιρεία Alzheimer Αθηνών εγκαινιάζει τέσσερις νέες δομές Κέντρων Ημέρας για άτομα με άνοια, τρεις στο λεκανοπέδιο της Αττικής και μια εκτός, στην πόλη της Άρτας.

Ο Πειραιάς, το Ηράκλειο, ο Ασπρόπυργος στην Αττική και η Άρτα γίνονται πόλεις – έδρες νέων Κέντρων Ημέρας, ως αποτέλεσμα μιας επίμονης προσπάθειας να ενισχυθούν οι υπηρεσίες φροντίδας κοντά στις κατοικίες των πασχόντων και των οικογενειών τους. Κάθε νέα μονάδα – με τη χρηματοδότηση του Υπουργείου Υγείας και του Ταμείου Ανάκαμψης - θα στελεχωθεί πλήρως με επιστημονικό προσωπικό και επαγγελματίες υγείας. Ωστόσο, το σπουδαιότερο της πρωτοβουλίας έγκειται στην δυνατότητα διάθεσης μιας Κινητής Μονάδας για κάθε μια από αυτές. Αυτό σημαίνει πως εξειδικευμένοι επαγγελματίες υγείας της Εταιρείας θα μπορούν να παρεμβαίνουν στα σπίτια των ασθενών και συνάμα θα λειτουργούν ως γέφυρα διασύνδεσης τους με άλλες υπηρεσίες Πρωτοβάθμιας Φροντίδας Υγείας, όταν αυτό κρίνεται αναγκαίο.

Κάθε νέο Κέντρο Ημέρας θα λειτουργεί ως ένας τόπος υποστηρικτικής φροντίδας και ψυχικής ανάτασης για άτομα με άνοια, τους περιθάλλοντες και τους οικείους τους - όπως συμβαίνει και στις πέντε δομές της Εταιρείας που λειτουργούν μέχρι σήμερα (Παγκράτι, Αμπελόκηποι, Μαρούσι, Ηλιούπολη, Ίλιον). Κάθε Κέντρο Ημέρας θα είναι η βάση ενός Ιατρείου Μνήμης για την έγκαιρη και έγκυρη διάγνωση της νόσου, αλλά και ο

πυρηνικός χώρος για ένα πλήθος μη φαρμακευτικών θεραπειών που στοχεύουν στη νοητική ενδυνάμωση, την κοινωνικοποίηση, τη δημιουργική απασχόληση των ατόμων με άνοια, ανάλογα με την στάδιο της νόσου στο οποίο βρίσκονται. Θεραπείες τέχνης, γυμναστική, λογοθεραπεία, εργοθεραπεία μέσα σε ομαδικά και ατομικά προγράμματα θα δίνουν ένα καθημερινό κίνητρο καλύτερης ποιότητας ζωής σε περισσότερους συνανθρώπους μας από τον Πειραιά, από τον Ασπρόπυργο, από το Ηράκλειο και την Άρτα.

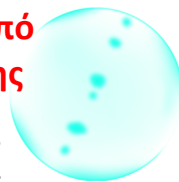
Αναλυτικότερα, ο Πειραιάς - η δεύτερη μεγαλύτερη πόλη της Αττικής, φτωχή σε υπηρεσίες Ψυχικής Υγείας και χωρίς απολύτως καμία δομή για την άνοια – εγκαινιάζει το Κέντρο Ημέρας που υπολογίζεται να εξυπηρετεί καθημερινά 40 άτομα. Την ίδια ώρα, η Κινητή Μονάδα του θα καλύπτει κατ' οίκον ανάγκες τουλάχιστον 20 ατόμων ημερησίως. Στον Ασπρόπυργο, ύστερα από πρωτοβουλία της δημοτικής αρχής και της Κοινωνικής Υπηρεσίας του Δήμου, το Κέντρο Ημέρας έρχεται ως μια σημαντική χειρονομία σε μια περιοχή με χαμηλό βιοτικό επίπεδο.

Το τρίτο Κέντρο Ημέρας χωροθετείται στο Ηράκλειο, δηλαδή στο Κέντρο του Βόρειου Τομέα της Αττικής, με δυνατότητα να υποστηρίζει και κατοίκους όμορων δήμων που, επίσης, δεν διαθέτουν υπηρεσίες για την αντιμετώπιση της άνοιας. Και εδώ σε χώρο που παραχωρεί η τοπική δημοτική αρχή, υπολογίζεται να εξυπηρετούνται ημερησίως περί τα 50 άτομα με άνοια και μέλη των οικογενειών τους ενώ η Κινητή Μονάδα της δομής αναμένεται να καλύπτει ανάγκες 20 ατόμων με άνοια και των περιθαλπόντων τους.

Τέλος, στην Άρτα (στην πρώτη περιοχή παρέμβασης εκτός Αττικής της Εταιρείας Alzheimer Αθηνών) το Κέντρο Ημέρας και η Κινητή Μονάδα του έρχεται να απαντήσει σε πλείστες καταγεγραμμένες ανάγκες του



13 Νέες Δομές Alzheimer στην χώρα από το ΥΓΚΑ μέσω του Ταμείου Ανάκαμψης



δήμου Αρταίων και των όμορων περιοχών που υποφέρουν από ένα χρονίζον έλλειμμα αντίστοιχων υπηρεσιών στην περιφέρεια τους. Η δομή θα φιλοξενηθεί σε χώρο που παραχώρησε το Γενικό Νοσοκομείο Άρτας, στο κέντρο της πόλης.

Και τα τέσσερα νέα Κέντρα Ημέρας δεν θα αποτελούν μόνο χώρους ημι-ημερήσιας φιλοξενίας και φροντίδας των ασθενών αλλά και μια κοιτίδα εκπαίδευσης και ανακούφισης για τους περιθάλποντές τους - τον έτερο πυλώνα ενδιαφέροντος της δράσης της Εταιρείας Alzheimer Αθηνών. Μέσα από προγράμματα ψυχοκοινωνικής υποστήριξης, εκπαίδευσης και ενημέρωσής τους, το φορτίο απαλύνεται, ο χειρισμός της νόσου βελτιώνεται, η επικοινωνία με τα αγαπημένα τους πρόσωπα διευκολύνεται. Η εξακτίωση των υπηρεσιών της Εταιρείας Alzheimer Αθηνών σημαίνει πως εκατοντάδες συνάνθρωποι μας που παλεύουν με τη νόσο και άλλες συναφείς διαταραχές θα βρουν δωρεάν επιστημονική στήριξη και καθοδήγηση κοντά στο σπίτι τους. Είναι ένα ακόμα βήμα προς την σωστή κατεύθυνση οργανωμένης και συστηματικής αντιμετώπισης του προβλήματος της άνοιας στη χώρα μας. Είναι ένα ακόμα δυνατό σήμα προς την κοινωνία να αγκαλιάσει με σεβασμό τη νόσο μέσα στους κόλπους της, μέσα στις γειτονιές και τις συνοικίες της, αποφορτίζοντας το στίγμα που την συνοδεύει. Είναι η στιγμή που η έννοια της αξιοπρεπούς διαβίωσης ηλικιωμένων συνανθρώπων μας με άνοια και νόσο Alzheimer πραγματώνεται!

Παρασκευή Σακκά, νευρολόγος – ψυχίατρος. Πρόεδρος της Εταιρείας Alzheimer Αθηνών και του Εθνικού Παρατηρητηρίου για την Άνοια

Η ίδρυση και λειτουργία των νέων δομών, των 6 Κέντρων Ημέρας, των 4 Κινητών Μονάδων και των 7 Οικοτροφείων, στο πλαίσιο της Ψυχιατρικής Μεταρρύθμισης, έχει ως βασικό στόχο την ενίσχυση της παροχής υπηρεσιών ψυχικής υγείας στους πολίτες μέσα στην κοινότητα και υπηρεσιών πρόληψης, νοσηλείας ή και ειδικής φροντίδας ψυχικής υγείας κατ' οίκον.

Τα Κέντρα Ημέρας και οι Κινητές Μονάδες Ψυχικής Υγείας έχουν ως στόχους την παραμονή του λήπτη υπηρεσιών εντός της κοινότητας, την αποτροπή της κοινωνικής απομόνωσης και περιθωριοποίησής του, τη βελτίωση εκείνων των δεξιοτήτων και ικανοτήτων που επιτρέπουν την κοινωνική ενσωμάτωση και την αύξηση της διαπραγματευτικής / διεκδικητικής του ικανότητας, ώστε να ασκεί τα δικαιώματά του ως πολίτης. Ειδικότερα, τα εξειδικευμένα οικοτροφεία, στο πλαίσιο της Ψυχιατρικής Μεταρρύθμισης και της ενίσχυσης της ψυχικής υγείας στην Κοινότητα στη χώρα σκοπεύουν στη φιλοξενία για διαβίωση, θεραπεία και υποστήριξη ατόμων με οργανικά ψυχοσύνδρομα, νόσο Alzheimer και συναφείς διαταραχές, ώστε να διασφαλισθεί η παραμονή τους στην κοινότητα και η συνέχιση των σχέσεων των ατόμων αυτών με τη ζωή και τη δράση της τοπικής κοινωνίας.

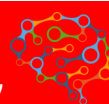
Τα νέα Οικοτροφεία θα λειτουργήσουν στον Βόρειο τομέα Αθηνών, στη Φθιώτιδα, τη Λάρισα, την Ηλεία, την 3ο ΤΟΨΥ Αττικής, την Κέρκυρα και τη Ρόδο.

Κέντρα ημέρας με Κινητές μονάδες θα λειτουργήσουν στο Ν. Ηράκλειο Αττικής, Πειραιά, Άρτα και Ηράκλειο Κρήτης.

Κέντρα ημέρας σε Κατερίνη και Χαλκίδα.

Χρόνος υλοποίησης: έναρξη έως τον Απρίλιο 2023.

Πανελλήνια Ομοσπονδία Νόσου Alzheimer και Συναφών Διαταραχών



Δραστηριότητες για την περίοδο των εορτών για όσους φροντίζετε άτομο που ξεχνά..



από τους επαγγελματίες υγείας των Μονάδων Alzheimer
«Αγία Ελένη και «Άγιος Ιωάννης»
της Alzheimer Ελλάς στη Θεσσαλονίκη

✚ Μπορείτε να συζητήσετε μαζί με το άτομο που ξεχνά:

- Τι γιορτάζουμε τα Χριστούγεννα;
- Πότε στολίζουμε το χριστουγεννιάτικο δέντρο;
- Πώς γιορτάζουν συνήθως οι άνθρωποι τα Χριστούγεννα; Τι έθιμα υπάρχουν;
- Ποια είναι τα φαγητά και τα γλυκά των Χριστουγέννων;
- Ποια τραγούδια τραγουδάμε τα Χριστούγεννα;
- Ποιες αναμνήσεις έχει από τα κάλαντα;
- Πότε ήταν η τελευταία φορά που κάλεσε φίλους για το χριστουγεννιάτικο τραπέζι;
- Έχει τύχει ποτέ να διαβάσει ή να ακούσει για κάποιον μύθο γύρω από τα Χριστούγεννα;
- Έχει τύχει ποτέ να γνωρίσει ανθρώπους που δουλεύουν τις ημέρες των γιορτών;
- Πότε ήταν η τελευταία φορά που έκανε Χριστούγεννα εκτός σπιτιού;

Συμβουλές:

- ✓ Μπορείτε να χρησιμοποιήσετε σχετικές φωτογραφίες και εικόνες Χριστουγέννων και να βάλετε να παίζουν Κάλαντα και Χριστουγεννιάτικη μουσική!
- ✓ Αν στον άνθρωπό σας αρέσει η ζωγραφική και οι κατασκευές μπορείτε να κάνετε μαζί μια ευχετήρια κάρτα, μια ζωγραφιά ή μια μικρή Χριστουγεννιάτικη κατασκευή (π.χ. ένα στολίδι για το δέντρο).

✚ Ασκήσεις για το άτομο που ξεχνά:

1) **Να βρείτε μέχρι εννιά λέξεις στην κάθε περίπτωση που να αρχίζουν από:**

δώ-(π.χ. δώρο):

δέ-(π.χ. δέντρο):

στο-(π.χ. στολίδια):

(Εξαιρούνται τα κύρια ονόματα και τα ονόματα πόλεων και να αποφεύγετε να γράφετε παράγωγα λέξεων)

2) Με τη βοήθεια της αντιστοίχισης να βρείτε τα 4 συνώνυμα των λέξεων της πρώτης στήλης και στη συνέχεια τα αντίστοιχα αντίθετα της τρίτης στήλης: (*οι 4 λέξεις που θα αντιστοιχίσετε να έχουν σχέση μόνο με το θέμα: ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΑ)

A. ΣΤΗΛΗ πολυκοσμία	B. ΣΤΗΛΗ κοινωνικό	Γ. ΣΤΗΛΗ άχρωμο
φιλικό	ευδιάθετο	μοναξιά
βουλιμία	τεράστιο	δυσάρεστο
ευχάριστο	κοσμοπλημμύρα	αφαγία
αμμουδιά	πέτρινος	ασεβής
αλμυρό	θεοσεβούμενος	δυσάρεστο
ευσεβής	πολυφαγία	άσημος
σκηνικό	ξακουστός	κάδρο

3) Να δώσετε ονομασία στα παρακάτω:

α) Πώς λέγεται το μέρος του στάβλου που τοποθετείται η τροφή για τα ζώα:
.....

β) Πώς λέγεται το ιδιαίτερο ψωμί που ετοιμάζεται για τα Χριστούγεννα:
.....

γ) Πώς λέγεται η αποχή από ορισμένες τροφές πριν τα Χριστούγεννα:
.....

4) Κυκλώστε το σωστό:

Τα Χριστούγεννα είναι:

- α. καλλιτέχνης
- β. τροφή
- γ. γιορτή
- δ. ρούχο

5) Να γράψετε μία πρόταση με νόημα που να έχει μέσα της τις παρακάτω λέξεις:
αγορά, έλατο, μπάλες.

6) Γράψτε 10 λέξεις που αρχίζουν από ΧΡ (όπως Χριστούγεννα)

7) Γράψτε 10 λέξεις που αρχίζουν από ΠΡ (όπως Πρωτοχρονιά)

8) Γράψτε 10 δέντρα (όπως Έλατο)

9) Γράψτε 10 φαγητά ή γλυκά που τρώμε την περίοδο των Χριστουγέννων ή της Πρωτοχρονιάς

10) Γράψτε 10 έθιμα Χριστουγέννων ή Πρωτοχρονιάς

11) Γράψτε 10 λέξεις που αρχίζουν από Φ και τελειώνουν σε Α (όπως ΦΩΤΑ)

12) Βρείτε τις 10 Χριστουγεννιάτικες λέξεις στο κρυπτόλεξο (οριζόντια και κάθετα):

A	P	K	H	P	Ω	Δ	H	Σ	Γ
Z	Φ	A	T	N	H	N	X	N	E
Ξ	A	Λ	Π	N	A	Υ	I	A	N
Δ	K	A	B	O	Σ	K	O	Σ	N
H	Z	N	E	A	B	E	N	N	H
Ξ	Ω	T	I	K	O	A	I	Γ	Σ
T	B	A	B	B	Ξ	O	Φ	Λ	H
M	Δ	Δ	X	M	A	Γ	O	I	A
Ψ	A	Λ	M	Ω	Δ	I	E	Σ	Λ
B	T	A	Θ	Δ	Ω	P	A	Υ	K

Και τοποθετήστε τις λέξεις με αλφαβητική σειρά:

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.
- 7.
- 8.
- 9.
- 10.

13) Να αντιστοιχίσετε τις λέξεις :

1. Τρεις	Τυμπανιστής
2. Χριστουγεννιάτικο	Χρόνος
3. Θείο	Μάγοι
5. Άγιος	Νύχτα
6. Άγια	Δέντρο
7. Μικρός	Βρέφος
8. Καινούργιος	Βασίλης

Από τα 8 παραπάνω ζεύγη που βρήκατε, χρησιμοποιήστε τα 4 και γράψτε μία μικρή ιστορία:

14) Βρείτε τις λέξεις που σχηματίζονται :

1. Ω Δ Ρ Ο
2. Ρ Α Ε Ι Τ Σ
3. Υ Π Σ Ε Κ Ο Ρ Ι Μ Α
4. Δ Τ Λ Σ Ι Ο Α Ι
5. Σ Α Ι Τ Β Ο Π Α Λ Ι
6. Γ Σ Α Ο Γ Ε Λ
7. Λ Ο Ι Φ Υ Ρ
8. Μ Α Π Ι Κ Α Λ Α
9. Ν Ρ Α Ω Τ Ι Γ
10. Η Ν Γ Ε Ν Σ Η

15) Να αντιστοιχίσετε την κατηγορία με τη σωστή λέξη:

Γλυκό	Ρόδι
Δέντρο	Φώτα
Φαγητό	Μελομακάρονα
Φρούτο	Γέννηση Ιησού
Τραγούδι	Γεμιστή γαλοπούλα
Γεγονός	Έλατο
Γιορτή	Άγια Νύχτα

16) Να κυκλώσετε τις λέξεις που σχετίζονται με τα Χριστούγεννα ή την Πρωτοχρονιά

Φάκελος	Κουρτίνα	Βασιλόπιτα
Φάτνη	Βουνό	Τρίγωνο
Μάγοι	Θάλασσα	Κουραμπιές
Παράθυρο	Γέννηση	Χαρταετός
Κουτάλα	Αρνί	Λαμπιόνια
Δώρα	Βάγια	Στρατός
Γιρλάντα	Σούβλα	Μπάμιες
Κάλαντα	Ανάσταση	Δελφίни
Καλάθι	Άγιος Βασίλειος	Επιτάφιος
Αυγό	Μαγειρίτσα	Διάδρομος

17) Να κυκλώσετε τα ονόματα και να υπογραμμίσετε αυτά που τρώγονται στις παρακάτω λέξεις

ΙΩΣΗΦ	ΚΑΛΑΝΤΑ	ΑΣΤΕΡΙ ΜΑΡΙΑ	
ΜΕΛΟΜΑΚΑΡΟΝΑ		ΣΤΟΛΙΔΙΑ	ΓΙΟΡΤΗ
ΕΛΑΤΟ	ΓΑΛΟΠΟΥΛΑ	ΦΑΤΝΗ	ΙΗΣΟΥΣ
ΑΓΑΠΗ ΣΤΑΒΛΟΣ	ΕΛΚΗΘΡΟ		ΦΩΤΗΣ
	ΚΟΥΡΑΜΠΙΕΔΕΣ		

Βρείτε τα 8 ζεύγη λέξεων που αρχίζουν από το ίδιο γράμμα και γράψτε τα παρακάτω

Παράδειγμα: ΙΩΣΗΦ - ΙΗΣΟΥΣ

18. Δημιουργήστε μία πρόταση με νόημα που να περιέχει τις λέξεις Κάλαντα και Χιόνι

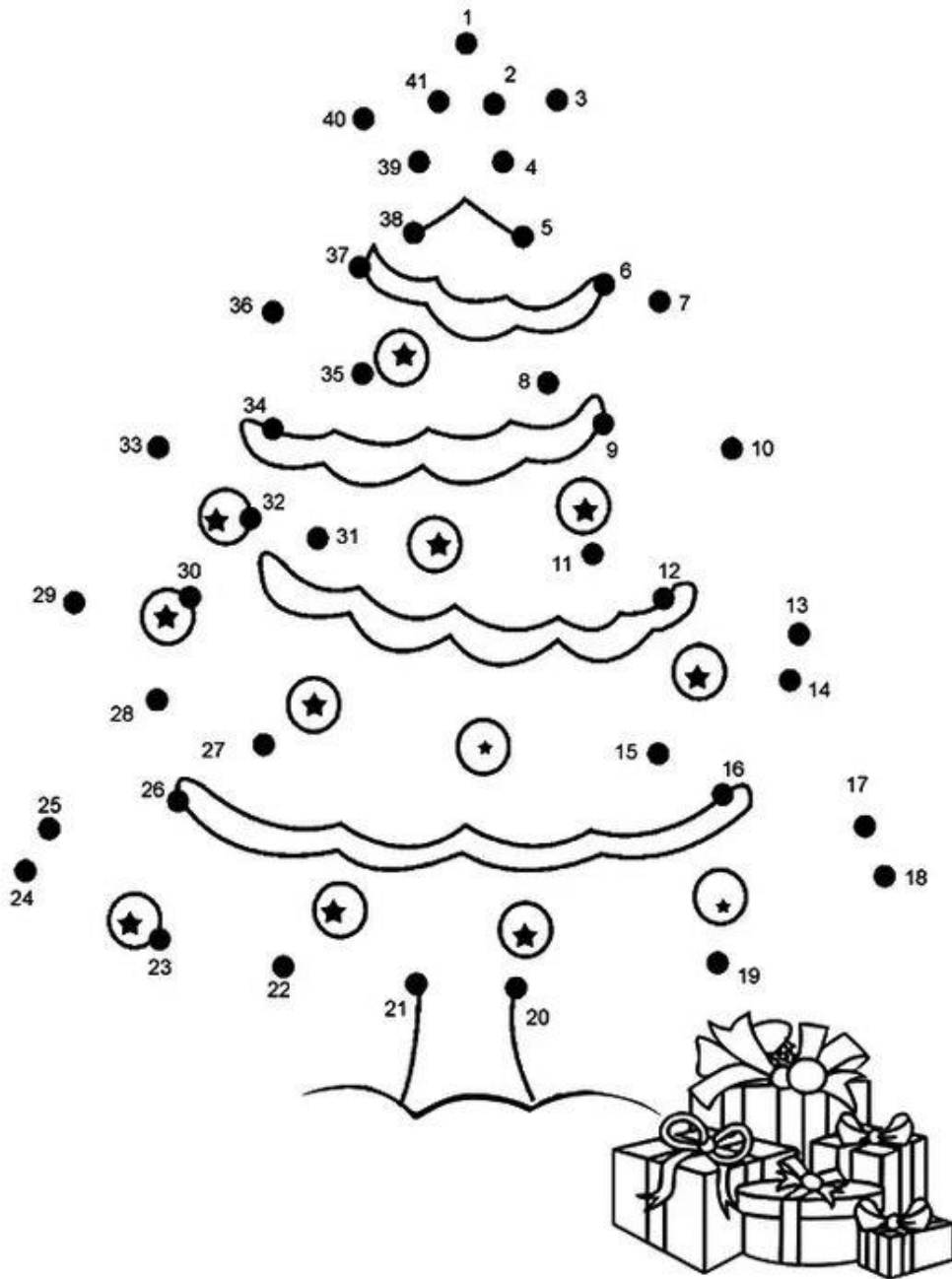
19. Δημιουργήστε μια ιστορία με τις παρακάτω λέξεις:

Δεκέμβριος, κρύο, δώρα, στολίδια, τζάκι

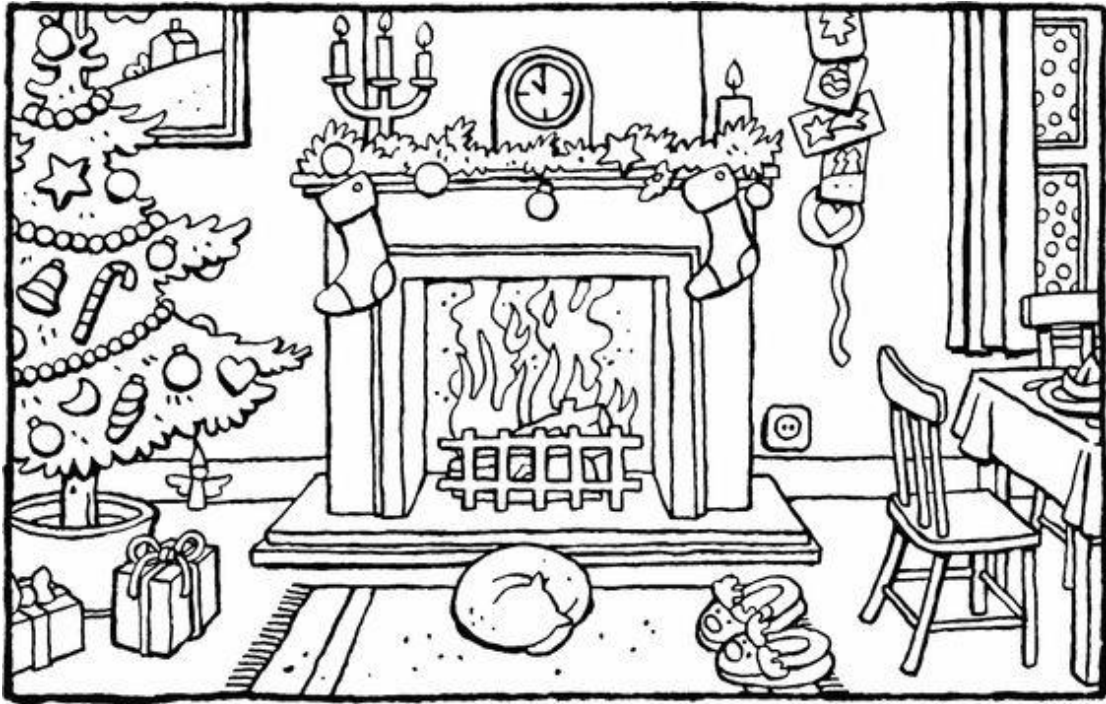
20. Βρείτε τις λέξεις που λείπουν από Κ στις παρακάτω προτάσεις:

1. Εκτός από τα μελομακάρονα τρώμε και _____
2. Στόλισα το έλατο με χρυσά και με _____ στολίδια
3. Το πρωί χτύπησε το _____ και ήταν τα παιδιά της γειτονιάς που λένε τα _____
4. Είναι πλέον χειμώνας και έξω έχει πολύ _____ και θα φορέσω _____
5. Δεν μας αρέσει η γαλοπούλα, οπότε γεμίζουμε μία _____ για να τη φάμε
6. Ξύπνησα και έστρωσα το _____ μου και έφτιαξα να πιω έναν _____. Έπειτα έκατσα στον _____ δίπλα στο παράθυρο και έξω έπεφτε χιόνι. Τράβηξα την _____ για να δω καλύτερα

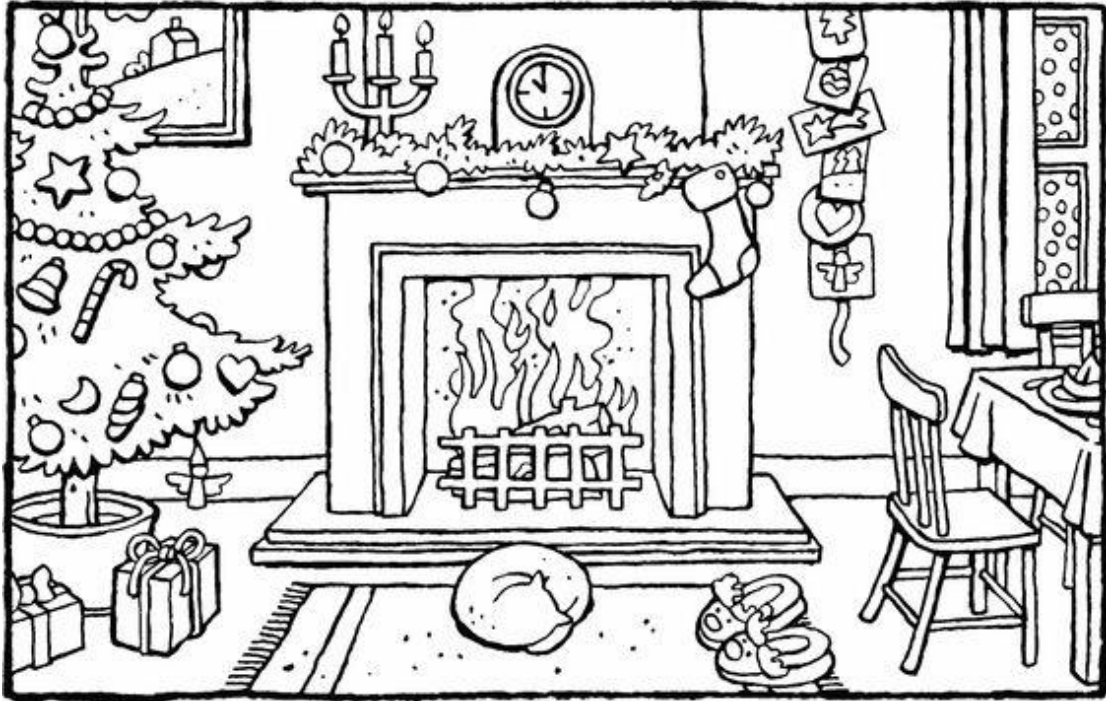
21. Ένωσε τους αριθμούς με τη σειρά για να σχηματιστεί το δέντρο!



22. Οι παρακάτω εικόνες διαφέρουν σε 5 σημεία. Μπορείτε να τα βρείτε;



www.kiddicolour.com ©2017



Καλές γιορτές!