Επικοινωνία
για τη νόσο **Alzheimer**

3ΜΗΝΙΑΙΑ ΕΚΔΟΣΗ | ΤΕΥΧΟΣ 101| ΕΤΟΣ 26^{ο} | ΙΟΥΝΙΟΣ ’25
Πανελλήνια Ομοσπονδία Νόσου Alzheimer και Συναφών Διαταραχών

Διαβάστε στο τεύχος Ιουνίου

Ξεχνάω

***Φυτεύουμε μαζί στιγμές χαράς, Χανιά**

***Δράσεις της Αλληλεγγύης, Ηράκλειο**

*** Εκδήλωση στο Κιλκίς**

*** Δράσεις στην Κατερίνη**

*** Η Alzheimer Ελλάς στην κοινότητα**

Η φωνή του περιθάλποντα

*** Σεμινάριο Ψυχοεκπαίδευσης, Καρέλλειο**

*** Τεχνολογικές εξελίξεις και εφαρμογές για την υποστήριξη των ατόμων με άνοια**

*** Χρήση κάμερας για την ασφάλεια των ατόμων με άνοια– Ηθικά διλήμματα**

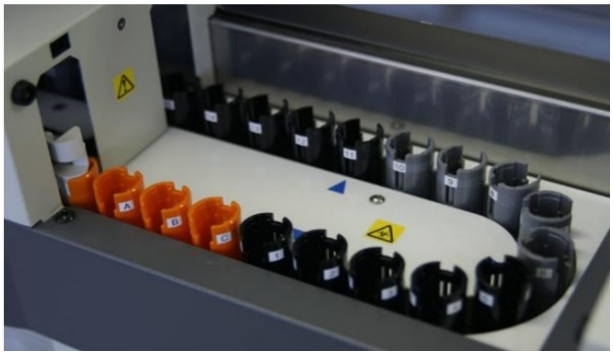
Νεότερα δεδομένα

*** Πρωτοποριακή μέθοδος για την πρόγνωση/ διάγνωση της ΝΑ**

*** Συνεργασία για Υγιή Γήρανση και Μνήμη**

*** Πρόγραμμα ΕΚΑΜΗΔΗ**

*** Παγκόσμια Ημέρα Για τη Σκλήρυνση Κατά Πλάκας**



Alzheimer Hellas T: 2310810411, 2310351451, 2310316143 | **E**: info@alzheimer-hellas.gr **S**: www.alzheimer-hellas.gr
Social media: AlzheimerHellas | **24ωρη Γραμμή Ενημέρωσης**: 2310909000

Στόχοι

της Πανελλήνιας Ομοσπονδίας Νόσου Alzheimer & Συναφών Διαταραχών και του περιοδικού

Η Ομοσπονδία δημιουργήθηκε με στόχο:

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

Επιστημονική Ομάδα της Ελληνικής Ομοσπονδίας Νόσου Alzheimer 2023 - 2027

Αβραμιώτη Έλενα
Αγγελίδου Ευαγγελία
Ανεστάκης Δοξάκης
Αραπίδης Κωνσταντίνος
Ασπρίδης Φίλιππος
Βαντσιούρη Βασιλική
Βελεγράκη Θεοδοσία
Βουχάρας Χρήστος
Γαροπούλου Βασιλική
Γάτος Κωνσταντίνος
Γερομιχάλη Μαγδαληνή
Γιώτα Κυριακή
Γριλάκης Ευάγγελος
Δάλλα Χρυσούλα
Δεσπότη Ακελίνα
Δημήτριος Ζάγκας
Δημοτάκη Άννα
Δουμαράπης Ευγένιος
Ζαφειρόπουλος Σταύρος
Ζαχείλα-Καπελώνη Καίτη
Ιατράκη Ελίζα
Καϊδης Κωνσταντίνος
Καλαβρή Χριστίνα
Κούλα Μαρία-Λαμπρινή
Κουντή-Ζαφειροπούλου Φωτεινή
Κρουσταλλάκη Διονυσία
Κωτούλα Θεοπούλα
Κώτσιου Ευαγγελία
Μανάφη Γεωργία
Μαρής Γεώργιος
Μάρκου Σοφία
Μάστορας Νικόλαος
Μελισσάρη Ιωάννα-Αικατερίνη
Μελισσάρη-Τζανακάκη Μαρία
Μπουτζόνη Σουλτάνα
Μωραΐτου Δέσποινα
Νιφλή Αρτεμισία- Φοίβη
Νομίδου Αικατερίνη
Οικονόμου Αλέξανδρος
Παναγιωτοπούλου Κέλλυ
Πανταζάκη Αναστασία
Παπαγιαννίδου Σοφία
Παπαδημητρίου Χριστίνα
Παπαμιχαήλ Νικόλαος
Παπαντωνίου Γεωργία
Παπαστεφανάκης Μανώλης
Παππάς Γεώργιος
Παττακού-Παρασύρη Βασιλική
Πλατής Αναστάσιος
Σιβαρόπουλος Νεκτάριος
Τέγος Θωμάς
Τσάνταλη Ελένη
Τσάπανου Αγγελική
Τσελεπή Ιωάννα
Τσεντίδου Γλυκερία
Τσολάκη Ανθούλα
Τσολάκη Μαγδαληνή
Φρούντα Μαρία
Χειμαριός Αλέξανδρος
Χρήστος Μουζακίδης

Επιστημονική Επιτροπή της Ελληνικής Ομοσπονδίας Νόσου Alzheimer 2023– 2027

Ανεστάκης Δ., Αραπίδης Κ., Βασιλοπούλου Αιμ., Βουχάρας Χ., Γαροπούλου Β., Δημοτάκη Ά., Ιατράκη Ελ, Καϊδης Κ., Κούλα Μ., Μάρκου Σ., Μελισσάρη Ι.-Α., Μελισσάρη-Τζανακάκη Μ., Μίχη Έ., Μουζακίδης Χ., Μωραΐτου Δ., Νιφλή Α.-Φ., Νομίδου Α., Πανταζάκη Α., Παπαδημητρίου Χ., Παπαλιάγκας Β., Παπαντωνίου Γ., Παττακού-Παρασύρη Β., Σακκά Π., Τέγος Θ., Τσάνταλη Ε., Τσολάκη Μ., Χειμαριός Α.

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 Συνδίκα 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: Ιούνιος 101η**/Διανέμεται δωρεάν**

Αγαπητές φίλες και φίλοι,

Και αυτό, το δεύτερο τρίμηνο του 2025, ήταν γεμάτο με δραστηριότητες σε όλη την Ελλάδα. Σημαντική εξέλιξη για όλον τον κόσμο και για την Ελλάδα είναι η έγκριση των βιοδεικτών στο αίμα για τη διάγνωση της νόσου Alzheimer. Από τον FDA εγκρίθηκε για πρώτη φορά στις 15/5/2025 στο πλάσμα ο λόγος ptau 217/β-αμυλοειδές 1-42 fujirebio. Το εργαστήριό μας -Εργαστήριο μελέτης Νευροεκφυλιστικών νοσημάτων- στο ΚΕΔΕΚ του Α.Π.Θ. αρχίσαμε να εξετάζουμε την πρωτεΐνη ptau 217 από τον Μάρτιο και το β-αμυλοειδές από τον Ιούλιο του 2025 με το μηχάνημα της fujirebio. Ανάλογο εργαστήριο είναι το ιδιωτικό εργαστήριο του Τζάρτου στην Αθήνα.
Ωστόσο, η προσπάθεια για καλύτερη φροντίδα των ασθενών και των περιθαλπόντων τους σε όλη την Ελλάδα βελτιώνεται συνεχώς με αποτέλεσμα την καλύτερη ποιότητα ζωής όλης της οικογένειας. Στην Χαλκίδα συνεχίζουν τα μέλη της Εταιρείας Alzheimer να προσφέρουν εκπαίδευση στους ηλικιωμένους. Στη Θεσσαλονίκη μέσα από την χρηματοδότηση ειδικού προγράμματος προσφέρεται από τα μέλη της εταιρείας μας πρόγραμμα σωματικής άσκησης και διατροφής και σε άλλες ομάδες ασθενών με νευρολογικά νοσήματα. Στην Αθήνα, στο Καρέλλειο συνεχίζουν τα σεμινάρια προς τους περιθάλποντες και τις οικογένειές τους ενώ άρχισαν να χρησιμοποιούν και νέες τεχνολογίες όπως και σε άλλα κέντρα Ημέρας της Ελλάδος. Φυτεύουν όλοι μαζί λουλούδια στα Χανιά ενώ στο Ηράκλειο γιορτάζουν μαζί με τους αντίστοιχους φορείς την παγκόσμια Ημέρα αντισφαίρισης. Στο Νομό Κιλκίς γεμίζουν ασφυκτικά οι αίθουσες όπου διοργανώνονται ενημερωτικές ομιλίες και στον Νομό Πιερίας και στην Κατερίνη και στα περίχωρά της αλλά και στο Λιτόχωρο ο κόσμος ζητάει επειγόντως βοήθεια. Δίνουμε όλοι μαζί το παρόν όπου είμαστε χρήσιμοι.
Δυστυχώς μέσα στους δύο τελευταίους μήνες έφυγαν για τους ουρανούς με τους αγγέλους δύο εξαιρετικές προσωπικότητες της Εταιρείας Alzheimer της Θεσσαλονίκης ο τελευταίος πρόεδρός μας Δημήτριος Ράλλης οδοντίατρος και ο Σπύρος Γκαβόπουλος, παιδοχειρουργός. Αιωνία τους η μνήμη.

Μάγδα Τσολάκη

Μπορείτε να ενισχύσετε το έργο της Πανελλήνιας Ομοσπονδίας Νόσου Alzheimer και Συναφών Διαταραχών κάνοντας ονομαστική κατάθεση στον τραπεζικό λογαριασμό που τηρούμε στην τράπεζα 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!

Θεσ/νίκη

Πρωτοποριακή μέθοδος για την πρόγνωση και διάγνωση της νόσου Alzheimer με ένα απλό αιματολογικό τεστ

Η νόσος Alzheimer βρίσκεται ανάμεσα στις έξι κυριότερες αιτίες θανάτου, αλλά είναι η μόνη από αυτές που δεν μπορεί να προληφθεί, να επιβραδυνθεί ή να θεραπευτεί. Θα κοστίζει πάνω από 1 τρισεκατομμύριο δολάρια ετησίως στο αμερικανικό σύστημα υγείας και εκτιμάται ότι έως το 2050 θα επηρεάζει 140 εκατομμύρια ανθρώπους παγκοσμίως παραμένοντας ο άλυτος γρίφος για την ιατρική και τις συναφείς επιστήμες. Σήμερα, περισσότεροι από 50 εκατομμύρια ασθενείς σε όλο τον κόσμο ζουν με τη διάγνωση της νόσου Alzheimer, στη Ευρώπη 8 εκατ., και στην Ελλάδα περίπου 160.000.

Η διάγνωση απαιτούσε μέχρι πρόσφατα λήψη εγκεφαλονωτιαίου υγρού (ΕΝΥ) μέσω οσφυονωτιαίας παρακέντησης — μια επεμβατική και συχνά επώδυνη διαδικασία — ή PET αμυλειδούς σε συνδυασμό με Tau-PET. Σε δείγματα ΕΝΥ πραγματοποιούνταν μέτρηση δύο ουσιών που ονομάζονται πεπτίδια του βήτα αμυλοειδούς (Αβ40 και Αβ42), η ολική Τ πρωτεΐνη και η φωσφορυλιωμένη Τ πρωτεΐνη. Αυτό αποθάρρυνε σημαντικό αριθμό ασθενών ή και φυσιολογικών ηλικιωμένων που είχαν υποψίες άνοιας να προβούν σε οσφυονωτιαία παρακέντηση. Έτσι, εδώ και χρόνια η επιστήμη αναζητά με επιμονή τη δυνατότητα πραγματοποίησης μιας εξέτασης στο αίμα.

Νέα έγκριση FDA

Τον Μάιο του 2025, ο Οργανισμός Τροφίμων και Φαρμάκων των ΗΠΑ (FDA) κατέληξε σε μια απόφαση ορόσημο, την ανακοίνωση της πρώτης έγκρισης σε μία επαναστατική **αιματολογική εξέταση** για τη διάγνωση της νόσου Alzheimer πριν από την εμφάνιση σοβαρών συμπτωμάτων άνοιας.

Πλεονεκτήματα της νέας εξέτασης

Η πρόσφατη αυτή έγκριση θα προσφέρει στους ασθενείς έναν εύκολο, γρήγορο και ανώδυνο τρόπο **να ανιχνεύσουν και να ταυτοποιήσουν τη νευροεκφυλιστική νόσο και ως εκ τούτου να ακολουθήσουν εγκαίρως αγωγή**. Η αιματολογική εξέταση στοχεύει στην επιτάχυνση της διαδικασίας διάγνωσης. Η συγκεκριμένη αιματολογική εξέταση μπορεί να πραγματοποιηθεί από τον βιοδιαγνωστικό αναλυτή υψηλής ακριβείας Lumipulse, που αναπτύχθηκε από την ιαπωνική εταιρεία Fujirebio Diagnostics. Ο συγκεκριμένος αναλυτής έχει την δυνατότητα να μετρήσει τον λογο δύο πρωτεϊνών που βρίσκονται στο πλάσμα του αίματος, την p-Tau217 και το β Αμυλοειδές 1-42 (Αβ42). Η μέτρηση αυτή συσχετίζει τα επίπεδα της αναλογίας στο αίμα με την συσσώρευση των λεγόμενων «πλακών αμυλοειδούς» στον εγκέφαλο, οι οποίες εντοπίζονται στους ασθενείς με νόσο Alzheimer από τα αρχικά της στάδια. Το Lumipulse G pTau217/β-Amyloid 1-42 Plasma Ratio, αναπτύχθηκε από τη Fujirebio Diagnostics και προσδιορίζεται στον επιτραπέζιο αναλυτή LUMIPULSE® G600II. Ο Lumipulse δίνει τη δυνατότητα για γρήγορες και αξιόπιστες μετρήσεις βιοδεικτών σε ορό, πλάσμα ή ούρα.

Θεσ/νίκη

Το Εργαστήριο Νευροεκφυλιστικών Νοσημάτων (LND) του **Αριστοτελείου Πανεπιστημίου Θεσσαλονίκης**, το οποίο βρίσκεται στο κτίριο του **Κέντρου Διεπιστημονικής Έρευνας και Καινοτομίας (ΚΕΔΕΚ)** στη Θέρμη (Balcan Centrer, Κτίριο Α), έχει προμηθευτεί τον επιτραπέζιο αναλυτή LUMIPULSE® G600II της Fujirebio, ο οποίος αξιοποιεί τις πλέον καινοτόμες τεχνολογίες της ανίχνευσης πρωτεϊνών που σχετίζονται με ανθρώπινες νόσους, συμπεριλαμβανομένης της νόσου Alzheimer.

Το εργαστήριό μας, μετά την έγκριση από τον FDA, μπορεί να προσφέρει άμεσα στους ασθενείς την ως άνω εξέταση. Ένα ειδικά εκπαιδευμένο προσωπικό, ο Δρ. Γεώργιος Κατσίπης και η Δρ. Ελένη Τζεκάκη (μεταδιδακτορικοί ερευνητές βιοχημείας), πραγματοποιεί ήδη τη νέα αυτή εξέταση, υπό την επίβλεψη της καθηγήτριας Βιοχημείας του Τμήματος Χημείας του Α.Π.Θ. κ. Αναστασία Πανταζάκη, η οποία συνδυάζεται πάντοτε με την πλήρη κλινική αξιολόγηση από την νευρολόγο και ομότιμο καθηγήτρια κ. Μαγδαληνή Τσολάκη, συντονίστρια του Εργαστηρίου Νευροεκφυλιστικών Νοσημάτων, διασφαλίζοντας υπεύθυνη και ολοκληρωμένη προσέγγιση. Οι ερευνητές μας έχουν λάβει ειδική εκπαίδευση πάνω στον συγκεκριμένο αναλυτή και αποτελούν καταρτισμένο επιστημονικό προσωπικό, το οποίο διεξάγει τα τελευταία χρόνια σημαντική ερευνητική προσπάθεια στις νευροεκφυλιστικές παθήσεις. Οι αναλύσεις πραγματοποιούνται στα πλαίσια ενός ερευνητικού έργου παροχής υπηρεσιών υπό την αιγίδα της Επιτροπής Ερευνών του Α.Π.Θ. με την έγκριση της Επιτροπής Βιοηθικής του Α.Π.Θ. σεβόμενοι τον νόμο περί προσωπικών δεδομένων των ασθενών. Για την αξία της νέας μεθόδου μπορείτε να διαβάσετε και στην ακόλουθη ηλεκτρονική διεύθυνση: https://www.fda.gov/news-events/press-announcements/fda-clears-first-blood-test-used-diagnosing-alzheimers-disease, όπου αναφέρεται ότι: «Σε μελέτη με 500 δείγματα πλάσματος ενηλίκων με νοητική εξασθένηση, η συνολική ακρίβεια για ανίχνευση αμυλοειδικών πλακών ήταν 91,7% και για αποκλεισμό της νόσου 97,3%».

Θα χαρούμε να σας υποδεχτούμε στους χώρους μας, τόσο στο ΚΕΔΕΚ όσο και στην Εταιρεία Νόσου Αλτσχάιμερ και Συγγενών Διαταραχών, ώστε να λύσουμε όποιες τυχόν απορίες έχετε, καθώς και για τη συμμετοχή σας στην νέα αυτή μέθοδο διάγνωσης της νόσου Alzheimer με μία απλή αιματολογική εξέταση!

Μπορείτε να απευθυνθείτε στην Νευρολόγο Ομότιμο Καθηγήτρια κ. Τσολάκη Μαγδαληνή στο Οικοτροφείο για ασθενείς με άνοια τελικού σταδίου «Παναγία η Γλυκοφιλούσα» Πλαστήρα 65, Πυλαία, Θεσσαλονίκης. Τηλ. 2310 316143.

Αναστασία Πανταζάκη
Καθηγήτρια Βιοχημείας
Πρόεδρος της Ελληνικής Εταιρίας Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών

Χαλκίδα

Συνεργασία για Υγιή Γήρανση και Μνήμη: Μια νέα πρωτοβουλία έρευνας στη Στερεά Ελλάδα με σκοπό τη βελτίωση της ποιότητας ζωής στις μεγαλύτερες ηλικίες

Σε μια εποχή όπου οι διαταραχές μνήμης αποτελούν μια από τις σημαντικότερες προκλήσεις για τα άτομα μεγαλύτερων ηλικιών και τις οικογένειές τους, μια καινοτόμος δράση ανοίγει νέους ορίζοντες. Η πρόσφατη εκδήλωση έναρξης του ερευνητικού έργου της REMIND-Alzheimer Χαλκίδας που υλοποιείται στην Περιφέρεια Στερεάς Ελλάδας, με στόχο την «Διερεύνηση και Χαρτογράφηση των Αναγκών Τρίτης Ηλικίας στον Τομέα των Προβλημάτων Μνήμης», αποτελεί ένα ζωντανό παράδειγμα συνεργασίας όλων των μερών για την ποιότητα ζωής στη τρίτη ηλικία.

Το Νέο Ερευνητικό Έργο

Το έργο στοχεύει στην εμπεριστατωμένη χαρτογράφηση της υφιστάμενης κατάστασης σε περιφερειακό επίπεδο, από την ανίχνευση προστατευτικών και επιβαρυντικών παραγόντων έως τη διάχυση καλών πρακτικών και την κάλυψη συγκεκριμένων αναγκών ενημέρωσης. Αυτή η προσέγγιση στοχεύει όχι μόνο στην αναβάθμιση της φροντίδας αλλά στη δημιουργία ενός ζωντανού δικτύου συνεργασίας μεταξύ ατόμων μεγαλύτερων ηλικιών και φορέων που εμπλέκονται στην ενδυνάμωσή τους. Συγκεκριμένα, το έργο φέρνει κοντά άτομα μεγαλύτερων ηλικιών, περιθάλποντες και επαγγελματίες υγείας στην Περιφέρειας Στερεάς Ελλάδας, έχοντας ανοίξει τη συζήτηση για τις ανάγκες ενημέρωσης σε θέματα αλλαγών μνήμης χωρίς την πίεση του φόβου και των στερεοτύπων.

Το έργο υλοποιείται έως το Δεκέμβριο 2025 στο πλαίσιο της Πράξης «Περιφερειακό Παρατηρητήριο Κοινωνικής Ένταξης - Δομή ΓΕΦΥΡΑ» της Περιφέρειας Στερεάς Ελλάδας, στο πλαίσιο του Προγράμματος «Στερεά Ελλάδα 2021–2027» (Κ.Α. 2023ΕΠ05670064). Οι δράσεις περιλαμβάνουν ενημερωτικές καμπάνιες, έρευνα και αξιοποίηση τοπικών δεδομένων στη δημιουργία και διάχυση υλικού πρακτικών οδηγιών, ανταλλαγή καλών πρακτικών και αξιολογήσεις μνήμης και διάθεσης σε απομακρυσμένες περιοχές.

Η Εκδήλωση: 60 λεπτά γεμάτα διάδραση

Με επιτυχία υλοποιήθηκε στις 19 Μαΐου 2025, η εναρκτήρια εκδήλωση του νέου ερευνητικού έργου για τη χαρτογράφηση αναγκών ενημέρωσης σε ζητήματα της μνήμης, στη Συνεδριακή Αίθουσα Π.Ε. Εύβοιας αλλά και διαδικτυακά μέσω της πλατφόρμας Zoom. Με ένα φιλόξενο καλωσόρισμα, οι παρευρισκόμενοι ενημερώθηκαν για τους κύριους στόχους και τους πυλώνες του έργου. Η παρουσίαση οπτικοακουστικών μέσων που διευκολύνθηκε από το έμπειρο προσωπικό της Περιφέρειας Στερεάς Ελλάδας, βοήθησε να γίνει κατανοητή σε βάθος

Χαλκίδα

Στη συνέχεια, το κοινό συμμετείχε σε έναν διαδραστικό "γύρο μνήμης και εμπειριών", όπου συμμετέχοντες μοιράστηκαν προσωπικές ιστορίες. Αυτή η προσέγγιση οδήγησε σε μια ανοιχτή και συγκινητική συζήτηση, ενισχύοντας τις συνδέσεις. Ο χώρος αποτέλεσε ζωντανό εργαστήριο διαλόγου, όπου ερωτήσεις και απαντήσεις καλλιέργησαν κλίμα εμπιστοσύνης, ενώ ολοκληρώθηκε με μια θετική ανασκόπηση και κάλεσμα για συνεχή συμμετοχή.

Την εκδήλωση παρακολούθησαν 40 άτομα στην Περιφέρεια Στερεάς Ελλάδας και 64 επαγγελματίες των Κέντρων Ημέρας για την Άνοια σε όλη την Ελλάδα. Η προσέγγιση που επιλέχθηκε έλαβε θερμές κριτικές και αποτελεί ένα υπόδειγμα για το πώς μπορούμε να ενισχύσουμε την ενημέρωση και την κοινωνική συνεργασία σε απομακρυσμένες περιοχές. Μάλιστα, ένα από τα πιο καινοτόμα στοιχεία θεωρήθηκαν τα "community cafes" – χώροι συζητήσεων σε μονάδες που εξυπηρετούν άτομα μεγαλύτερων ηλικιών αλλά και χώρους πολιτισμού που θα αναδείξουν τις καθημερινές εμπειρίες και θα δώσουν φωνή σε όλα τα

άτομα.

Την εκδήλωση χαιρέτησαν ο Πανοσιολογιότατος πατέρας Νικόλαος Πριμηκύριος, εκπροσωπώντας την Ιερά Μητρόπολη Χαλκίδας και ο Εντεταλμένος Περιφερειακός Σύμβουλος Κοινωνικής Μέριμνας Ευάγγελος Ι. Χαϊνάς. Συγκεκριμένα, ο Πανοσιολογιώτατος πατέρας Νικόλαος, τόνισε ότι τα ζητήματα της μνήμης μας αφορούν όλους και ο κύριος Χαϊνάς αναφέρθηκε στον πολυεπίπεδο χαρακτήρα του έργου και στον πρότυπο χαρακτήρα της προσέγγισης που σχεδιάστηκε. Το έργο παρουσίασαν, η Πρόεδρος του φορέα Ευαγγελία Αγγελίδου, MSc Ψυχοθεραπεύτρια Σ.Ψ.Υ και η Χριστίνα Καλαβρή, MSc, Ψυχολόγος, Επιστημονικά Υπεύθυνη Κέντρου Ημέρας «Αγία Ειρήνη».

Η εκδήλωση απέδειξε πως, όταν ενώνουμε τις δυνάμεις μας, ενισχύονται τα δίκτυα με όραμα για μια καλύτερη ζωή για όλους. Με δέσμευση και ανανεωμένο αίσθημα κοινότητας, είμαστε έτοιμοι να συνεισφέρουμε στις επερχόμενες δράσεις.

Επόμενα βήματα

Η δράση αυτή είναι ένας σημαντικός σταθμός του μακροχρόνιου ταξιδιού της REMIND-Alzheimer Χαλκίδας για την προαγωγή της υγείας και της ευημερίας σε περιφερειακό επίπεδο. Ευχαριστούμε θερμά την Περιφέρεια Στερεάς Ελλάδας, για την ευαισθητοποιημένη υποστήριξη στα ζητήματα που αφορούν τα άτομα μεγαλύτερων ηλικιών. Μαζί, δίνουμε δύναμη στη μνήμη και στα όνειρα και δημιουργούμε ένα περιβάλλον γεμάτο ελπίδα και νέα ξεκινήματα!

Παραμείνετε συνδεδεμένοι, να μοιραστούμε απόψεις και να συμβάλλουμε μαζί στην πρόληψη και στην ενίσχυσης της νοητικής υγείας! Ενημερωθείτε για το έργο στην ιστοσελίδα μας: www.alzheimer-chalkida.org.Παρακολουθείτε @AlzheimerChalkida – Κέντρο Ημέρας «Αγία Ειρήνη» Alzheimer Χαλκίδας στο Facebook. Επικοινωνείτε στο e-mail μας info@alzheimer-chalkida.org και στο τηλέφωνο 2221181071.

Θεσ/νίκη

Πρόγραμμα ΕΚΑΜΗΔΗ – Επίσκεψη φοιτητών NYC

Στο πλαίσιο υλοποίησης του προγράμματος με τίτλο «Πρόληψη: Παρέμβαση σωματικής άσκησης και διατροφής σε ενήλικες 50 ετών και άνω με στόχο την υγιή γήρανση – 'Εκαμήδη'», το οποίο πραγματοποιείται από το Πανελλήνιο Ινστιτούτο Νευροεκφυλιστικών Νοσημάτων (PINDIS) σε συνεργασία με το Ελληνικό Εθνικό Κέντρο Exercise is Medicine – Greece, και με τη χρηματοδοτική υποστήριξη του Κοινωφελούς Ιδρύματος Κοινωνικού και Πολιτιστικού Έργου – ΚΙΚΠΕ για την περίοδο 2024–2025, πραγματοποιήθηκε μια σημαντική δράση ακαδημαϊκής και κοινωνικής δικτύωσης.

Ειδικότερα, στο πλαίσιο του προγράμματος «Εκαμήδη» που διεξάγεται στις αθλητικές εγκαταστάσεις της Alzheimer Hellas στη Θεσσαλονίκη, είχαμε τη χαρά να υποδεχθούμε φοιτητές του προγράμματος Bachelor of Science (BSc Hons) in Sports Science and Coaching του New York College. Οι συμμετέχοντες, μελλοντικοί επαγγελματίες στον χώρο της άσκησης και της υγείας, είχαν την ευκαιρία να ενταχθούν ενεργά στην πρακτική εφαρμογή των παρεμβάσεων, υπό την επιστημονική επίβλεψη της Δρ. Βασιλικής Σ. Γαροπούλου, υπεύθυνης του προγράμματος εκ μέρους του PINDIS.

Η παρουσία και η ενεργή συμμετοχή των φοιτητών αναδείχθηκε καθοριστικής σημασίας όχι μόνο για την ακαδημαϊκή τους κατάρτιση, αλλά και για την καλλιέργεια επαγγελματικών δεξιοτήτων σε πραγματικό πλαίσιο παρέμβασης. Μέσα από τη βιωματική μάθηση, ενίσχυσαν την ικανότητά τους στην αξιολόγηση και εφαρμογή επιστημονικά τεκμηριωμένων πρωτοκόλλων άσκησης, αναπτύσσοντας παράλληλα κοινωνικές και επικοινωνιακές δεξιότητες, αλλά και αίσθημα κοινωνικής ευθύνης.

Η εν λόγω δράση αποτέλεσε επίσης γόνιμο έδαφος για την ενίσχυση της εξωστρέφειας και της κοινωνικής αποστολής του Ιδρύματος Μποδοσάκη. Η διασύνδεση φοιτητών, ακαδημαϊκών φορέων και ερευνητικών ιδρυμάτων με κοινωφελείς πρωτοβουλίες στον τομέα της πρόληψης και της υγιούς γήρανσης επιτρέπει τη δημιουργία ενός πολυεπίπεδου οικοσυστήματος γνώσης και προσφοράς. Μέσα από τέτοιου είδους συνέργειες, επιτυγχάνεται η ουσιαστική σύνδεση της θεωρητικής κατάρτισης με τις ανάγκες της κοινωνίας, προάγοντας μια δυναμική κουλτούρα καινοτομίας και κοινωνικής υπευθυνότητας. Το παράδειγμα αυτό αναδεικνύει τη στρατηγική σημασία της συνεργασίας μεταξύ ιδρυμάτων εκπαίδευσης, έρευνας και κοινωνικής δράσης για τη διαμόρφωση μιας ολοκληρωμένης προσέγγισης στην προαγωγή της δημόσιας υγείας.

Παγκόσμια Ημέρα για τη Σκλήρυνση Κατά Πλάκας 2025

Θεσ/νίκη

Λίστα Ελέγχου για Νεοδιαγνωσθέντες με Πολλαπλή Σκλήρυνση (ΠΣ)
Μπορεί να βιώσετε ένα φάσμα συναισθημάτων μετά τη διάγνωση με ΠΣ. Αν και η προσαρμογή στη νέα πραγματικότητα απαιτεί χρόνο, υπάρχουν ορισμένα πράγματα που αξίζει να σκεφτείτε άμεσα ώστε να διασφαλίσετε την ποιότητα ζωής σας μακροπρόθεσμα. Αυτή η λίστα θα σας βοηθήσει να αντιμετωπίσετε τα πιο σημαντικά επόμενα βήματα μετά τη διάγνωση. Ο όγκος των νέων πληροφοριών και των αποφάσεων που θα χρειαστεί να λάβετε μπορεί να είναι τρομακτικός — προχωρήστε με τον δικό σας ρυθμό.

Συγκρότηση Ομάδας Φροντίδας
Συγκεντρώστε μια ομάδα επαγγελματιών υγείας, όπως γιατρό, νευρολόγο και άλλους ειδικούς. Μπορεί να μην τους δείτε όλους στην ίδια επίσκεψη, αλλά ο καθένας θα συμβάλει στην κάλυψη των σωματικών και συναισθηματικών σας αναγκών μετά τη διάγνωση.

Ανάπτυξη Σχεδίου Θεραπείας
Συνεργαστείτε με την ομάδα φροντίδας για να αναπτύξετε ένα σχέδιο που θα περιλαμβάνει τροποποιητικές της νόσου θεραπείες. Συζητήστε τα οφέλη, τους κινδύνους και τις παρενέργειες.

Εύρεση Οργάνωσης για την ΠΣ
Κανείς δεν χρειάζεται να αντιμετωπίσει την ΠΣ μόνος του. Υπάρχουν οργανώσεις σε όλο τον κόσμο που μπορούν να σας βοηθήσουν να πλοηγηθείτε στη διάγνωση, παρέχοντας πληροφορίες, πόρους και υποστήριξη.

Μάθετε για την ΠΣ
Ενημερωθείτε για την ΠΣ και για τρόπους διαχείρισής της:
Εξετάστε την Εργασία σας
Σκεφτείτε τις προσαρμογές ή αλλαγές που ίσως χρειαστεί να κάνετε στη δουλειά σας.
Ερευνήστε τις πολιτικές του χώρου εργασίας για αναρρωτικές άδειες, αναπηρία, επανεκπαίδευση ή συνέχιση σπουδών.

Αποφασίστε Ποιον να Ενημερώσετε

Σκεφτείτε σε ποιον θα αποκαλύψετε τη διάγνωσή σας και ποιες επιπτώσεις μπορεί να έχει αυτό στις σχέσεις ή την καριέρα σας.

Σχεδιάστε το Οικονομικό σας Μέλλον

Η προετοιμασία μπορεί να μειώσει το άγχος που προκαλεί η ΠΣ. Φτιάξτε ένα εξατομικευμένο οικονομικό πλάνο με ευελιξία για πιθανές αλλαγές. Συνεργαστείτε με λογιστή, οικονομικό σύμβουλο και δικηγόρο για προγραμματισμό.

Παγκόσμια Ημέρα για τη Σκλήρυνση Κατά Πλάκας 2025 (συνέχεια)

Θεσ/νίκη

Φροντίστε τον Εαυτό σας
Υιοθετήστε υγιεινή διατροφή, ασκηθείτε, ξεκουραστείτε επαρκώς και διαχειριστείτε το άγχος. Αυτά τα βήματα μπορούν να επιβραδύνουν την εξέλιξη της ΠΣ, να μεγιστοποιήσουν τις ικανότητές σας και να αποτρέψουν επιπλοκές.

Ενεργοποιήστε το Δίκτυο Υποστήριξής σας
Η υποστήριξη από αγαπημένα πρόσωπα είναι σημαντικό συμπλήρωμα στην ομάδα φροντίδας σας. Μοιραστείτε μαζί τους πόρους ώστε να κατανοήσουν καλύτερα την εμπειρία σας και πώς να σας φροντίσουν αποτελεσματικά.

Επιστημονικό υλικό προσαρμοσμένο στην ελληνική γλώσσα με αφορμή την Παγκόσμια Ημέρα ΠΣ που εορτάζεται στις 30 Μαΐου κάθε έτους

Χρήσιμοι σύνδεσμοι:
https://www.nationalmssociety.org/
https://www.msif.org/living-with-ms/treatments/
https://worldmsday.org/online-course/
https://www.msif.org/living-with-ms/find-ms-support-near-you/
https://www.msif.org/living-with-ms/wellness-practices/

Επιστημονική επιμέλεια - Μετάφραση:
Dr. Βασιλική Σ. Γαροπούλου M.Sc^{s}., Ph.D., P.D.
Καθ. Επιστήμης Ειδ. Φυσικής Αγωγής & Αθλητισμού - Μεταδιδάκτωρ Ιατρική Σχολή Α.Π.Θ.
Καθ. ΔτΠΜΣ "Νευροεπιστήμες και Νευροεκφυλιστικά Νοσήματα" Α.Π.Θ.
Επιστημονική Συνεργάτης «Πανελλήνιο Ινστιτούτο Νευροεκφυλιστικών Νοσημάτων» & Alzheimer Hellas
Αναπληρωματικό μέλος Δ.Σ .& Τακτικό μέλος **Exercise is Medicine-Greece**

Dr. Χρήστος Α. Μουζακίδης M.Sc., Ph.D.
Καθ. Επιστήμης Φυσικής Αγωγής & Αθλητισμού Alzheimer Hellas
Επιστημονικός Συνεργάτης «Πανελλήνιο Ινστιτούτο Νευροεκφυλιστικών Νοσημάτων»
Τακτικό μέλος **Exercise is Medicine-Greece**

Η Alzheimer Ελλάς ευχαριστεί
την κα Βασιλική Χριστίδου για τη δωρεά εις μνήμη Κωνσταντίνου Ρειζόπουλου.

Αθήνα
Καρέλλειο

Σεμινάριο Ψυχοεκπαίδευσης για την Άνοια από το Κέντρο Ημέρας του «Καρελλείου»

Δωρεάν Σεμινάριο Ψυχοεκπαίδευσης για την Άνοια (δια ζώσης και διαδικτυακά) πραγματοποιήθηκε από το επιστημονικό προσωπικό του Κέντρου Ημέρας της Ολοκληρωμένης Μονάδας Αντιμετώπισης Νόσου Alzheimer και Συναφών Παθήσεων- Καρέλλειο στο Χαλάνδρι το διήμερο 31 Μαρτίου- 1 Απριλίου 2025.

Κάθε ημέρα περιλάμβανε τρεις εισηγήσεις από διαφορετικές ειδικότητες του επιστημονικού προσωπικού και ακολουθούσαν ερωτήσεις – συζήτηση τόσο με τους παρευρισκόμενους, όσο και με τους διαδικτυακούς συμμετέχοντες.

Έτσι την 1η ημέρα του Σεμιναρίου έγιναν οι εισηγήσεις από τον ψυχίατρο, τον ψυχολόγο και τη γυμνάστρια, ενώ τη 2η ημέρα ακολούθησαν οι εισηγήσεις από την παθολόγο, τον κοινωνικό λειτουργό και την ψυχολόγο του Κέντρου Ημέρας με στόχο την εκπαίδευση και την υποστήριξη περιθαλπόντων, επαγγελματιών υγείας, εθελοντών και φοιτητών σχετικά με την άνοια και τη διαχείρισή της. Οι εισηγητές του σεμιναρίου ανέπτυξαν θεματικές ενότητες που αφορούσαν στην πρώιμη αναγνώριση των συμπτωμάτων της άνοιας, τη συνεισφορά του νευροψυχολογικού ελέγχου στη διάγνωση, τη θεραπευτική συμβολή του χορού, τη διατροφή των ατόμων με άνοια, την ψυχολογική επιβάρυνση των περιθαλπόντων, καθώς και τα διαθέσιμα προγράμματα κοινωνικής πρόνοιας.

Πιο συγκεκριμένα την πρώτη ημέρα έγινε αναφορά στα αίτια, τις μορφές, την εξέλιξη, τα στάδια και τα συμπτώματα της άνοιας, την πρόληψη και τη θεραπευτική αντιμετώπιση. Ακολούθησε εκτενής αναφορά στη σημασία του νευροψυχολογικού ελέγχου στη διαγνωστική διαδικασία, τις νοητικές λειτουργίες που εξετάζονται, τις δοκιμασίες που χορηγούνται και την τελική συνεκτίμηση, λαμβάνοντας υπόψιν τα αποτελέσματα του νευροψυχολογικού ελέγχου, το ιστορικό, τις προσκομισθείσες εξετάσεις (γενική αίματος, CT- MRI εγκεφάλου) και την κλινική εικόνα του εξεταζόμενου. Στη συνέχεια τονίστηκαν τα οφέλη του χορού στην κινητικότητα, την ισορροπία, τη συναισθηματική και κοινωνική ευεξία.

Τη δεύτερη μέρα ψυχοεκπαίδευσης δόθηκε έμφαση στη σίτιση και τη σωστή διατροφή την ενυδάτωση, τις διατροφικές προτιμήσεις και ιδιαιτερότητες των ατόμων με άνοια και δόθηκαν κατευθυντήριες οδηγίες καθώς η νόσος εξελίσσεται. Στη συνέχεια τονίστηκε ο ρόλος του περιθάλποντα, η σωματική και ψυχολογική επιβάρυνση και η διαχείριση των συναισθημάτων του. Περιεγράφηκαν τεχνικές αντιμετώπισης του άγχους και της κατάθλιψης που βιώνουν συχνά οι περιθάλποντες και η σημασία της αυτό-φροντίδας. Η τελευταία εισήγηση αφορούσε στις διαδικασίες ορισμού δικαστικού συμπαραστάτη, τη λήψη επιδομάτων αναπηρίας και τα απαραίτητα δικαιολογητικά.

Οι συμμετέχοντες είχαν την ευκαιρία να ενημερωθούν για τις σύγχρονες εξελίξεις που αφορούν στη νόσο, να ανταλλάξουν εμπειρίες και να αποκτήσουν πρακτικές γνώσεις που θα διευκολύνουν την καθημερινότητά τους. Με την ολοκλήρωση του σεμιναρίου δόθηκαν βεβαιώσεις παρακολούθησης στους συμμετέχοντες.

Τα θετικά σχόλια και η ανατροφοδότηση των συμμετεχόντων αναδεικνύουν την ανάγκη για τέτοιες εκδηλώσεις. Έτσι το «Καρέλλειο» συνεχίζει τη δράση του στον τομέα της ενημέρωσης και υποστήριξης των ατόμων με άνοια και των οικογενειών τους, προγραμματίζοντας νέες εκπαιδευτικές πρωτοβουλίες.

Γιώργος Παππάς, Ψυχολόγος, MSc Κλινικής Ψυχολογίας, Επιστημονικά Υπεύθυνος Κέντρου Ημέρας Ολοκληρωμένης Μονάδας Αντιμετώπισης Νόσου Alzheimer & Συναφών Παθήσεων, «Καρέλλειο» - ΜΚΟ Αποστολή, Ιερά Αρχιεπισκοπή Αθηνών

Τεχνολογικές εξελίξεις και εφαρμογές για την υποστήριξη των ατόμων με άνοια

Αθήνα Καρέλλειο

Η άνοια επηρεάζει εκατομμύρια ανθρώπους σε ολόκληρο τον κόσμο και συνιστά ένα από τα πιο σοβαρά ζητήματα της σύγχρονης δημόσιας υγείας. Καθώς το προσδόκιμο ζωής αυξάνεται, τα ποσοστά της άνοιας παρουσιάζουν συνεχώς ανοδική πορεία, θέτοντας ολοένα και μεγαλύτερες προκλήσεις στα συστήματα υγείας και στην κοινωνική μέριμνα. Η καθημερινή φροντίδα των ατόμων που ζουν με άνοια απαιτεί συνεχή ανθρώπινη παρουσία και επαγρύπνηση. Κι ενώ προς το παρόν δεν υπάρχει οριστική θεραπεία, οι ραγδαίες τεχνολογικές εξελίξεις προσφέρουν ελπίδα και ουσιαστική υποστήριξη — τόσο στους ίδιους τους πάσχοντες όσο και στους περιθάλποντές τους. Μέσα από εργαλεία που ενισχύουν την αυτονομία, την ασφάλεια και την ποιότητα ζωής, η τεχνολογία μετατρέπεται σε έναν πολύτιμο σύμμαχο στη μάχη ενάντια στη φθορά των νοητικών λειτουργιών και της καθημερινότητας.

Ψηφιακές Εφαρμογές

Τα τελευταία χρόνια παρατηρείται σημαντική πρόοδος στην ανάπτυξη ψηφιακών εφαρμογών που αποσκοπούν στη διατήρηση και ενδυνάμωση των νοητικών λειτουργιών. Οι εφαρμογές αυτές περιλαμβάνουν διαδραστικά παιχνίδια και ασκήσεις, σχεδιασμένα να ενισχύουν τη μνήμη, την προσοχή, τις οπτικοχωρικές δεξιότητες και συνολικά τις νοητικές λειτουργίες που επηρεάζονται από διάφορες μορφές άνοιας. Τα προγράμματα είναι εξατομικευμένα και προσαρμόζονται στο επίπεδο κάθε χρήστη, γεγονός που τα καθιστά ιδιαίτερα αποτελεσματικά στην επιβράδυνση της νοητικής έκπτωσης.

Επιπλέον, υπάρχουν ηλεκτρονικές εφαρμογές που διευκολύνουν τη διαχείριση της φαρμακευτικής αγωγής, υπενθυμίζοντας στους χρήστες πότε να πάρουν τα φάρμακά τους, ενώ παράλληλα παρέχουν στους περιθάλποντες τη δυνατότητα παρακολούθησης της συμμόρφωσης του ασθενούς.

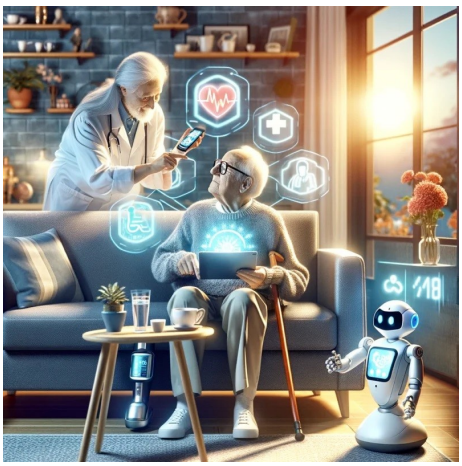
Συστήματα Παρακολούθησης και Ασφαλείας

Η ασφάλεια αποτελεί βασική προτεραιότητα για τα άτομα με άνοια, καθώς συχνά παρουσιάζουν άσκοπη περιπλάνηση, ξεχνούν που βρίσκονται και αδυνατούν να βρουν τον προσανατολισμό τους. Σύγχρονα συστήματα παρακολούθησης με GPS έχουν βρει ευρεία εφαρμογή σε αυτόν τον τομέα, επιτρέποντας στους περιθάλποντες να παρακολουθούν σε πραγματικό χρόνο τη θέση του αγαπημένου τους προσώπου. Σε περίπτωση που το άτομο βρεθεί εκτός προκαθορισμένης ασφαλούς ζώνης, αποστέλλεται άμεσα ειδοποίηση, επιτρέποντας την έγκαιρη παρέμβαση του περιθάλποντα.

Παράλληλα, οι αισθητήρες πτώσης που τοποθετούνται σε σημεία του σπιτιού ή ενσωματώνονται σε φορητές συσκευές, μπορούν να ανιχνεύσουν ατυχήματα και να ειδοποιήσουν αυτόματα τους περιθάλποντες ή το προσωπικό του ιατρικού πλαισίου στο οποίο διαμένουν, προσφέροντας άμεση ενημέρωση και μειώνοντας τον χρόνο απόκρισης σε περίπτωση έκτακτης ανάγκης. Η χρήση αυτών των τεχνολογιών μπορεί να αποδειχθεί σωτήρια, καθώς οι πτώσεις είναι ένα αρκετά συχνό και επικίνδυνο φαινόμενο για τα άτομα με άνοια, ιδιαίτερα όταν δεν βρίσκονται υπό συνεχή επίβλεψη.

Έξυπνα Σπίτια και Διασυνδεδεμένες Τεχνολογίες

Αθήνα Καρέλλειο



Τα έξυπνα σπίτια αποτελούν έναν ταχέως αναπτυσσόμενο τομέα με σημαντικές δυνατότητες για την υποστήριξη των ατόμων που ζουν με άνοια. Μέσω της ενσωμάτωσης αισθητήρων, καμερών, συστημάτων φωνητικής αναγνώρισης και τεχνολογιών αυτοματισμού, καθίσταται πλέον δυνατή η παρακολούθηση της καθημερινής δραστηριότητας του χρήστη. Ο στόχος είναι η έγκαιρη αναγνώριση δυσλειτουργικών ή ασυνήθιστων συμπεριφορών, ώστε να ενισχύεται η ασφάλεια και να προλαμβάνονται πιθανοί κίνδυνοι. Συστήματα όπως οι έξυπνοι φούρνοι, οι αισθητήρες σε πόρτες και παράθυρα, αλλά και οι ανιχνευτές νερού και φωτιάς, λειτουργούν προληπτικά, αποτρέποντας ατυχήματα και διασφαλίζοντας την ασφάλεια του ατόμου. Ταυτόχρονα, οι περιθάλποντες μπορούν να παρακολουθούν εξ αποστάσεως την κατάσταση του χρήστη, προσφέροντας φροντίδα και υποστήριξη ακόμη και όταν δεν βρίσκονται εκεί φυσικά παρόντες.

Ο βασικός στόχος αυτών των λύσεων είναι η βελτίωση της ποιότητας ζωής τόσο για τα άτομα με άνοια όσο και για τις οικογένειές τους. Παράλληλα, συμβάλλουν στην αποσυμφόρηση των υπηρεσιών υγείας και στη μείωση των σχετικών δαπανών, καθιστώντας τη φροντίδα πιο αποδοτική και βιώσιμη. Η ενσωμάτωση αυτών των παρεμβάσεων, με σεβασμό στην προσωπικότητα και την ιδιωτικότητα κάθε ατόμου, προσφέρει μια πιο υποστηρικτική και λιγότερο επιβαρυντική εμπειρία για τις οικογένειες και τους περιθάλποντες.

Κρυστάλλη Γρύλλου, Κλινική Νευροψυχολόγος, «Μονάδας Αντιμετώπισης Νόσου Alzheimer-Καρέλλειο» του Φιλανθρωπικού Οργανισμού «ΑΠΟΣΤΟΛΗ» της Ιεράς Αρχιεπισκοπής Αθηνών

Χρήση κάμερας για την ασφάλεια ατόμων με άνοια – Ηθικά διλήμματα

Η χρήση κάμερας για την ασφάλεια των ατόμων με άνοια μπορεί να χρησιμοποιηθεί προς όφελος τους, αλλά συγχρόνως μπορεί να παραβιαστεί το δικαίωμα της ιδιωτικότητας τους και αυτό είναι κάτι που πρέπει να εξεταστεί προσεκτικά. Η επίβλεψή τους όλο το εικοσιτετράωρο είναι σχεδόν αδύνατη, αλλά υπάρχουν πολλά συστήματα που μπορούν να παρέχουν τη δυνατότητα για παρακολούθηση, ανίχνευση και ειδοποίηση.

Εάν οι κάμερες καταγράφουν και αποθηκεύουν πληροφορίες, τότε είναι σημαντικό να γνωρίζουμε πού αποθηκεύονται τα δεδομένα και ποιος μπορεί να τα δει. Αν έχουν καταγράψει κακοποίηση ή παραμέληση του ατόμου, τότε αυτό πρέπει να κοινοποιείται άμεσα στις αρμόδιες αρχές.

Κάθε απόφαση που λαμβάνουμε πρέπει να είναι προς το συμφέρον του ατόμου με άνοια και να μην περιορίζει τις προσωπικές του ελευθερίες. Για αυτό καλό είναι να συζητάμε για τα θέματα που μπορεί να προκύψουν με τους κατάλληλους επαγγελματίες (κοινωνικές υπηρεσίες, επαγγελματίες υγείας και δικηγόρους για τα νομικά ζητήματα που εγείρονται).

Αθήνα Καρέλλειο

Χρήση κάμερας για την ασφάλεια ατόμων με άνοια – Ηθικά διλήμματα (συνέχεια)

Αν είναι σε θέση να αποφασίσει για τον εαυτό του για τη χρήση ή όχι κάμερας στον χώρο του, αυτό είναι δείγμα ότι έχει την απαραίτητη νοητική αντίληψη ώστε να λάβει μια συγκεκριμένη απόφαση.

Το άτομο πρέπει να κατανοήσει τι του προτείνουμε, να σταθμίσει τα πλεονεκτήματα και τα μειονεκτήματα και να πάρει μια απόφαση. Εάν το άτομο μπορεί να πάρει απόφαση μόνο του, τότε αυτή πρέπει να τηρηθεί από την οικογένεια και τους περιθάλποντες.

Εάν δεν έχει τη νοητική ικανότητα να λάβει ορθές αποφάσεις για τον εαυτό του (σύμφωνα και με την διάγνωση νευρολόγου ή ψυχίατρου), τότε την απόφαση την παίρνει ο δικαστικός συμπαραστάτης του ατόμου με άνοια (συνήθως οι συγγενείς) και ο οποίος θα αποφασίζει για αυτό.

Ωστόσο κάθε απόφαση που λαμβάνεται πρέπει να είναι πάντα προς το συμφέρον και την ασφάλειά τους.

Φίλιππος Ασπρίδης, Επιστημονικά Υπεύθυνος - Εργοθεραπευτής Οικοτροφείου Μονάδας Alzheimer – "Καρέλλειο", του Φιλανθρωπικού Οργανισμού "Αποστολή", της Ιεράς Αρχιεπισκοπής Αθηνών

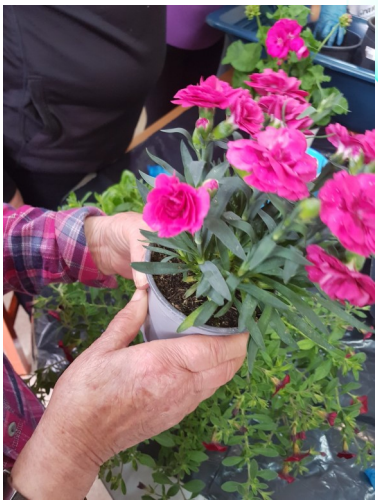
Με ειλικρινή θλίψη και οδύνη αποχαιρετήσαμε αυτόν τον Απρίλιο τον Πρόεδρο του Δ.Σ. της Alzheimer Ελλάς, Δημήτριο Ράλλη. Από το 2019 κ.ε. προσέφερε με όλες του τις δυνάμεις και με αστείρευτη αγάπη τις υπηρεσίες του για την προώθηση των σκοπών του σωματείου μας τόσο σε επιστημονικό όσο και σε κοινωνικό επίπεδο. Ευγενής, αγαπητός απ' όλους, καλλιτεχνική φύση και με αστείρευτη αγάπη για νέες γνώσεις...μέχρι τέλους δεν σταμάτησε να σχεδιάζει και να δημιουργεί.

Στα τέλη του Ιούνη αποχαιρετήσαμε και τον πρώην Πρόεδρό μας, τον αγαπητό Σπυρίδωνα Γκαβόπουλο, πρώην Διευθυντή Παιδοχειρουργικής Κλινικής του Ιπποκρατείου Νοσοσκομείου Θεσσαλονίκης. Ήταν ακούραστος και μαχητικός συμπαραστάτης των δράσεών μας. Μοιράστηκε τα οράματα του σωματείου μας με απόλυτο γνώμονα το καλό των συνανθρώπων μας που δοκιμάζονται.

Και οι δύο επιστήμονες που υπηρέτησαν το αξίωμα του Προέδρου της Alzheimer Ελλάς άφησαν το αποτύπωμά τους σε όλους μας, εργαζόμενους κι ωφελούμενους των Δομών. Καλό Παράδεισο. Θερμά συλλυπητήρια στις οικογένειές και τους οικείους τους.

Χανιά

Φυτεύουμε μαζί στιγμές χαράς στο Κέντρο Ημέρας νόσου Alzheimer Χανίων



Με χρώμα, φροντίδα και πολλή αγάπη, η ομάδα εργοθεραπείας του Κέντρου Ημέρας νόσου Alzheimer Χανίων οργάνωσε μία ξεχωριστή δράση, η οποία ενεργοποίησε μνήμες, ενίσχυσε τη σύνδεση με τη φύση και σκόρπισε χαμόγελα σε όλους τους παρευρισκόμενους.

Οι ωφελούμενοι φόρεσαν γάντια, πήραν τα εργαλεία στα χέρια και με ζωντάνια έγιναν οι «κηπουροί» του Κέντρου. Κάθε μέλος υιοθέτησε το δικό του φυτό –καλλωπιστικό ή κηπευτικό – και συμμετείχε με ενθουσιασμό στη δράση, δίνοντας ζωή στον νέο θεραπευτικό μας κήπο.

Καθώς τα χέρια βυθίζονταν στο χώμα, ξεπηδούσαν κουβέντες, αναμνήσεις και τραγούδια. Οι συμμετέχοντες διασκέδασαν, συγκινήθηκαν, θυμήθηκαν και δημιούργησαν μαζί μια εμπειρία ουσιαστική – ένα ακόμα κεφάλαιο στη συλλογική ιστορία του Κέντρου.

Τα οφέλη του θεραπευτικού κήπου είναι πολλαπλά: συμβάλλει στη βελτίωση της διάθεσης και της ψυχικής ευεξίας, μειώνει το άγχος και την αίσθηση απομόνωσης, ενισχύει τη συγκέντρωση και τη μνήμη, κινητοποιεί τις αισθήσεις και ενδυναμώνει τη λεπτή και αδρή κινητικότητα. Αποτελεί, τέλος, έναν χώρο όπου κάθε άτομο νιώθει ότι ανήκει, προσφέρει, συμμετέχει.

Η δράση αυτή αποτελεί μέρος μιας περιοδικής θεραπευτικής προσέγγισης που επιστρέφει κάθε φορά με νέα ερεθίσματα, εποχικά φυτά και ευκαιρίες για ενεργή συμμετοχή. Η φροντίδα του κήπου συνεχίζεται από τους ωφελούμενους και την ομάδα, ενισχύοντας έτσι την έννοια της συνέχειας, της υπευθυνότητας και της φροντίδας. Κάθε φορά που επανερχόμαστε στον κήπο, επανερχόμαστε και στις ρίζες της ανθρώπινης σύνδεσης, της δημιουργικότητας και της χαράς.

Ένα μεγάλο ευχαριστώ απευθύνουμε στον κύριο Νίκο Ξερογιαννάκη για την πολύτιμη χορηγία του σε φυτά και υλικά. Η προσφορά του αποτέλεσε θεμέλιο λίθο για την επιτυχία της δράσης και αναδεικνύει έμπρακτα την κοινωνική του ευαισθησία.

Το Κέντρο Ημέρας νόσου Alzheimer Χανίων συνεχίζει με αφοσίωση να επενδύει σε βιωματικές δράσεις που ενδυναμώνουν και στηρίζουν τους ανθρώπους του. Γιατί κάθε μέρα αξίζει να έχει νόημα, κάθε χέρι να αισθάνεται χρήσιμο, και κάθε στιγμή να ανθίζει σαν λουλούδι.

Φυτεύουμε στιγμές χαράς, καλλιεργούμε σχέσεις, ανθίζουμε μαζί!

Μαριέττα Αργυρίου, **Εργοθεραπεύτρια,**
Κέντρο Ημέρας Νόσου Alzheimer Χανίων
Δ/νση: Χρυσοπηγής 60, 73100 Χανιά
Τηλ.: 28210 76050
E-mail: inerekal@otenet.gr
Web: www.alzheimer-chania.gr

Ηράκλειο

Δράσεις της Εταιρείας Νόσου Alzheimer και Υγιούς Γήρανσης Ν. Ηρακλείου «ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗ»

Παγκόσμια ημέρα επιτραπέζιας αντισφαίρισης

23/4/25 Με επιτυχία ολοκληρώθηκε η εκδήλωση της γιορτής της Παγκόσμιας ημέρα Επιτραπέζιας Αντισφαίρισης, που φέτος είχε ως θέμα τη "Διαφορετικότητα και την Συμπερίληψη". Η «Αλληλεγγύη» από το Ηράκλειο Κρήτης επιλέχθηκε από την Παγκόσμια Ομοσπονδία Επιτραπέζιας Αντισφαίρισης, να εκπροσωπήσει την Ελλάδα, ως μία από τις 30 πόλεις παγκοσμίως ανάμεσα στις 200 και πλέον αιτήσεις.

Ο σύλλογό μας «Αλληλεγγύη» για τη νόσο Alzheimer και την Υγιή Γήρανση, με την εκδήλωση αυτή περνάει το μήνυμα της συνύπαρξης όλων των ατόμων στο κοινωνικό σύνολο χωρίς διακρίσεις και αποκλεισμούς. Κάθε δραστηριότητα που περιλαμβάνει ευαίσθητες κοινωνικές ομάδες, έχει πάντα ξεχωριστή βαρύτητα και σημασία για εμάς.

Η ελεύθερη πρόσβαση και οι ίσες ευκαιρίες σε όλους ήταν το δυνατό μήνυμα που δόθηκε στους συμπολίτες μας και στη δημοτική αρχή.

Δεν πρέπει να αποτελεί εμπόδιο η αρτιμέλεια, η εθνικότητα, η οικονομική κατάσταση, το φύλο ή και οι διαφορετικές θρησκευτικές ή πολιτικές πεποιθήσεις.

Ο κόσμος που παραβρέθηκε στην πλατεία του Αγίου Τίτου είχε την ευκαιρία να παίξει πινγκ πονγκ με τους πρωταθλητές μας Παναγιώτη Γκιώνη (με 6 συμμετοχές σε Ολυμπιακούς αγώνες) και Τάσο Ρηνιώτη (Ευρωπαϊκό πρωταθλητή) καθώς επίσης και με τα μέλη/αθλητές τρίτης ηλικίας του συλλόγου μας (με συμμετοχή σε 2 Παγκόσμια πρωταθλήματα) ζώντας μια μοναδική και αξέχαστη εμπειρία !

Την εκδήλωση τίμησε με την παρουσία του και ο Αρχιεπίσκοπος Κρήτης κ.κ. Ευγένιος ο οποίος και έπαιξε πινγκ πονγκ με τους παρευρισκόμενους.

Ηράκλειο

Εκδήλωση συλλόγου «Αλληλεγγύη»

Ο σύλλογός μας «Αλληλεγγύη» συμμετείχε, με το τμήμα Γυμναστικής και του Πινγκ πονγκ, στην εκδήλωση του Πολιτιστικού συλλόγου Αγίου Ιωάννη με θέμα την Πρόληψη και την Ευαισθητοποίηση για το Αλκοόλ. Μια εξαιρετική εκδήλωση στην ύπαιθρο, με συμμετοχές από διάφορες κοινωνικές ομάδες και απλούς πολίτες.

Ήταν μια ευκαιρία να δώσουμε πληροφορίες και να ενημερώσουμε τους παρευρισκόμενους για την Alzheimer και την πρόληψή της, μέσω της Γυμναστικής και του Πινγκ Πονγκ.

Παρουσίαση βιβλίου

Ο σύλλογός μας «Αλληλεγγύη» παρευρέθηκε στην παρουσίαση του νέου βιβλίου του Σπύρου Πετρουλάκη με τίτλο : «Η Σονάτα των αθέατων πουλιών».

Η υπόθεση του βιβλίου διαπραγματεύεται τη νόσο Alzheimer με πολύ όμορφη και συγκινητική γραφή.

Το βιβλίο προλόγισε ο Αντιπρόεδρος του συλλόγου Παύλος Ποτουρίδης, ο οποίος μάλιστα τόνισε ότι: «*το βιβλίο μπορεί να χαρακτηριστεί και ως μικρός οδηγός για περιθάλποντες της νόσου Αλτσχάϊμερ».*

Στην εκδήλωση παραβρέθηκαν πολλά από τα μέλη του συλλόγου μας καθώς και η Πρόεδρος κ. Κορτσιδάκη Ιωάννα και μέλη του Δ.Σ.

Παύλος Ποτουρίδης, Αντιπρόεδρος του συλλόγου "Αλληλεγγύη"

Κιλκίς

Εκδήλωση από την ΕΕΝΑΣΔ Κιλκίς

Πολύ μικρή για να ανταποκριθεί στο ενδιαφέρον των δημοτών κατά βάση των κατοίκων της Αξιούπολης, αλλά και όχι μόνον, στάθηκε η αίθουσα δεξιώσεων της ιεράς μονής «Παναγία Αξιον Εστί» στην Αξιούπολη για την παρακολούθηση της πολύ ενδιαφέρουσας εκδήλωσης από πλευράς της εταιρείας Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών νομού Κιλκίς, η οποία πραγματοποιήθηκε την Κυριακή του Θωμά στις 27 Απριλίου με ομιλητές πρόσωπα από τον ακαδημαϊκό χώρο με σπουδαία και μακρά πορεία στα ζητήματα που αφορούν τις εν λόγω ασθένειες.

Δείγμα γραφής για το πόσο απασχολούν και την τοπική κοινωνία του δήμου Παιονίας τα θέματα που σχετίζονται με τις επίμαχες ασθένειες, οι οποίες παρουσιάζουν συνεχή άνοδο κρουσμάτων στις κοινωνίες παγκοσμίως, όπως επεσήμανε και στην ομιλία της η κύρια ομιλήτρια της εκδήλωσης καθηγήτρια του ΑΠΘ και πρόεδρος μεταξύ άλλων της Πανελλήνιας Ομοσπονδίας Alzheimer και Συναφών Διαταραχών κ. Μαγδαληνή Τσολάκη, επισημαίνοντας ότι ένας στους τρεισήμισι κατοίκους περίπου, θα βρεθεί αντιμέτωπος με την ασθένεια τις επόμενες λίγες δεκαετίες σε παγκόσμιο επίπεδο.

Η εκδήλωση που ουσιαστικά έρχεται ως συνέχεια αυτής που έχει πραγματοποιηθεί στην πόλη του Κιλκίς στις 15 Δεκεμβρίου 2024 καταδεικνύει την αυξημένη προσήλωση του διοικητικού συμβουλίου της εταιρείας και των μελών της στην ενημέρωση και ευαισθητοποίηση της κοινωνίας των δύο δήμων του νομού μας και την στόχευσή της για την «δημιουργία ενός κέντρου ημέρας ολικής φροντίδας ψυχικής υγείας, για άτομα με άνοια – Alzheimer στο οποίο οι παρεχόμενες υπηρεσίες θα είναι εντελώς δωρεάν, όπως ανέφερε στην ομιλία της ανάγοντας στην εκδήλωση η πρόεδρος της εταιρείας στο νομό Κιλκίς πρώην δήμαρχος Αξιούπολης και φαρμακοποιός Σόνια Συμεωνίδου.

Στην εκδήλωση για όλες τις πτυχές και παραμέτρους των ασθενειών, τους τρόπους διάγνωσης και θεραπείας τους, όπως επίσης για τις επιπτώσις που εμφανίζονται στα άτομα που εξυπηρετούν ασθενείς αναφέρθησαν εξειδικευμένοι επιστήμονες καθηλώνοντας το πολυπληθές κοινό πλην της κ. Τσολάκη, η Αρχοντία Δελαρούδη, ο Χρήστος Γουλής και ο Στέλιος Παντελόπουλος ενώ την εκδήλωση συντόνισε με την πάντα ενδιαφέρουσα προσέγγιση του ο καταξιωμένος Αξιουπολίτης δημοσιογράφος Παντελής Σαββίδης.

Σε αυτή παρευρέθησαν πλην της αθρόας συμμετοχής κατοίκων της Αξιούπολης και της ευρύτερης περιοχής, ο δήμαρχος Παιονίας Κωνσταντίνος Σιωνίδης, ο οποίος στον χαιρετισμό του εξέφρασε την πρόθεση του δήμου για συνεργασία και συμπαράσταση στις επιδιώξεις της εταιρείας, όπως άλλωστε συνέβη και στην διοργάνωση της εκδήλωσης, πλήθος δημοτικών αξιωματούχων και δημοτικών συμβούλων του δήμου Παιονίας πολιτευτές του νομού, αλλά και μέλη της ακαδημαϊκής κοινότητας Θεσσαλονίκης όπως ο ομότιμος καθηγητής φαρμακολογίας κ. Αστέριος Τσιφτσόγλου.

Δράσεις του Κέντρου Ημέρας για άτομα με άνοια «Παναγία η Βηματάρισσα» στην Κατερίνη

Κατερίνη

04.04.2025, ΚΑΠΗ Λιτοχώρου: Ομιλία / εξέταση (διερεύνηση) ενδιαφερόμενων. Διανομή ενημερωτικών φυλλαδίων.

11.4.2025, Παναγία η Βηματάρισσα: Επίσκεψη μαθητών Γυμνασίου (Ιδιωτικά Εκπαιδευτήρια Πλάτων). Προσφορά χειροποίητων λαμπάδων σε ωφελούμενους του Κέντρου.

11.6.2025, Ομιλία στον Σύλλογο Λιβαδιωτών : Στον πολιτιστικό Σύλλογο Λιβαδιωτών Κατερίνης «Ο Γεωργάκης Ολύμπιος», πραγματοποιήθηκε ομιλία από την κα Αμανατίδου Φωτεινή, ψυχολόγο του Κέντρου Ημέρας για την άνοια ‘’Παναγία η Βηματάρισσα ‘’.

Σκοπός της εκδήλωσης ήταν η ενημέρωση του κοινού για την πρόληψη έναντι της άνοιας καθώς και για τις υπηρεσίες του Κέντρου Ημέρας. Η συμμετοχή ήταν μεγάλη, απαντήθηκαν ερωτήματα σε σχέση με τις νευροεκφυλιστικές νόσους και ιδιαίτερα τη νόσο Alzheimer, ενώ παράλληλα έγινε διανομή ενημερωτικού υλικού για τους παράγοντες κινδύνου.

Δράσεις της Alzheimer Ελλάς στην κοινότητα

Θεσ/νίκη

Το προσωπικό των Δομών της Alzheimer Ελλάς συμμετείχε στο 5^{ο} Φεστιβάλ για την Ψυχική Υγεία, στο 1ο Φεστιβάλ Ατόμων με Αναπηρία "Μία πόλη για Όλους" και την Ημερίδα για τους «Περιθάλποντες και την Κατάθλιψη» από το σωματείο Epioni. Οι εκδηλώσεις αυτές αποτέλεσαν μια εξαιρετική ευκαιρία για την ευαισθητοποίηση και την ενημέρωση του κοινού σχετικά με την πρόληψη, τη διάγνωση και τις διαθέσιμες θεραπείες και υπηρεσίες υποστήριξης. Επίσης, είναι ένας εξαιρετικός τρόπος συνεργασίας με άλλους οργανισμούς, δημόσιους φορείς και επαγγελματίες του τομέα, για την ανταλλαγή ιδεών, την κοινοποίηση βέλτιστων πρακτικών και τη διερεύνηση πιθανών μελλοντικών συνεργασιών, ενισχύοντας τις φωνές και την προβολή των ατόμων με άνοια και των περιθαλπόντων τους.

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 **Ε**: contact@caregiver.gr **S**: www.caregiver.gr

2. Εταιρεία Νόσου Alzheimer & Συναφών Διαταραχών Αθηνών
* Κέντρο Ημέρας για Άτομα με Άνοια Παγκρατίου Μάρκου Μουσούρου 89 & Στίλπωνος 33, Παγκράτι, **Τ**: 2107013271
* Υπηρεσία Φροντίδα στο Σπίτι για Άτομα με Άνοια στην Αττική **Τ**: 2107013271, **Ε**: info@alzheimerathens.gr **S**: www.alzheimerathens.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, Φιλιατών 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, **Ε**: irakleioattikis@alzheimerathens.gr
*Κέντρο Ημέρας και Κινητή Μονάδα για Άτομα με Άνοια Πειραιά, 34ου Συντάγματος Πεζικού & Ευαγγελιστρίας 21, Πειραιάς, **Τ**: 2104221259 **Ε**: peiraias@alzheimerathens.gr
*Κέντρο Ημέρας για άτομα με άνοια Ασπροπύργου, Φυλής 75, Ασπρόπυργος, **Τ**: 2105573964

3. Ψυχογηριατρική Εταιρεία «Ο Νέστωρ»
*Κέντρο Ημέρας για την άνοια & Ξενώνας 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: 2114184034
Ε: 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 «Καρέλλειο», Αφροδίτης 1, Χαλάνδρι, **Τ**: 2130227965, 2130057225 **Ε**: alzheimer@mkoapostoli.gr **S**: www.mkoapostoli.com

5. Ελληνικό Δίκτυο Φροντιστών ΕΠΙΟΝΗ, Βίκτωρος Ουγκώ 15, Μεταξουργείο **Τ**: 2118507085, **Ε**: infoepioni@gmail.com **S**: www.epioni.gr

6. ΚΣΔΕΟ ΕΔΡΑ, Γαστούνης & Γουμενίτσης 14, Περιστέρι, **Τ**: 210-5913826, **Ε**: mko.edra@gmail.com **S**:www.edra-coop.gr

7. ΙΑΣΙΣ, Αχαρνών 297, **Τ**: 210 8655039, **Ε**: amkeiasis@gmail.com **S**: www.iasismed.eu

8. Ελληνική Εταιρεία Ιατρικής Ψυχολογίας, Μακεδόνων 8, Πλατεία Μαβίλη **Τ**: 2106441945 **Ε**: info@MedicalPsychology.eu **S**: medicalpsychology.eu *Οικοτροφείο ΙΝΙΜΑ για ασθενείς με άνοια τελικού σταδίου στα Μέγαρα **Τ**: 2296771310 και στην Κέρκυρα **Τ**: 2661047877

ΑΡΤΑ

9. ΕΕΝΑΣΔ Άρτας, Λόφος Περάνθης (Γενικό Νοσοκομείο Άρτας) **Ε**:alzheimerartas@gmail.com **Τ:** 2681361293
*Κέντρο Ημέρας και Κινητή Μονάδα για Άτομα με Άνοια (**Alzheimer Αθηνών**), Αλεξάνδρου Ζάρρα 2, **Τ:** 2681079206,**Ε**: arta@alzheimerathens.gr

ΑΧΑΪΑ

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

11.ΙΚΕΛΟΣ, Ακτή Δυμαίων 25 & Αρχιεπισκόπου Ιεροθέου 7, Πάτρα, **Τ:** 2616 007918, **Ε:** info@somateio-ikelos.gr

ΒΟΛΟΣ

12. Ινστιτούτο Alzheimer Βόλου "Η Αγία Σοφία", Ρόζου 135, **Κ**: 6944693900 **Ε**: alzheimer.inst.volos@gmail.com

ΕΔΕΣΣΑ

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

ΕΥΒΟΙΑ

14. REMIND Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Δ. Χαλκίδας
*Κέντρο Ημέρας Άτομα με άνοια «Αγία Ειρήνη» Τσιριγώτη 14, **Τ**: 2221181071,**Ε**: info@alzheimer-chalkida.org **S**: www.alzheimer-chalkida.org

ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ

15. Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Δ. - Alzheimer Hellas
* Μονάδα Αντιμετώπισης Προβλημάτων Ν. Alzheimer "Αγία Ελένη" Πέτρου Συνδίκα 13, **Τ**: 2310810411
* Μονάδα Αντιμετώπισης Προβλημάτων Ν. Alzheimer "Άγιος Ιωάννης" Λεωφ. Κωνσταντίνου Καραμανλή 164, **Τ**: 2310351451-5, **F**: 2310351456 **Γραμμή Υποστήριξης: 2310909000**, **Ε**: info@alzheimer-hellas.gr **S**: www.alzheimer-hellas.gr
* Οικοτροφείο για ασθενείς με άνοια τελικού σταδίου «Παναγία η Γλυκοφιλούσα» Νικ. Πλαστήρα 65, Τ: 2310 316143, 314601 **Ε:** glykophilousa@alzheimer-hellas.gr **S**: www.dementia-homecare.gr

16. Σύλλογος φίλων Ελληνικής Εταιρείας Νόσου Alzheimer & Συγγενών Διαταραχών Λεωφ. Κ. Καραμανλή 164, **Τ**: 2310351451-5

17. Πανελλήνια Βιοτράπεζα Νευρολογικών Νοσημάτων Πέτρου Συνδίκα 13, **Τ**: 2310810411, **Κ**: 6972697072 **Ε**: info@neuro-bio.gr **S**: www.neuro-bio.gr

18. Πανελλήνιο Ινστιτούτο Νευροεκφυλιστικών Νοσημάτων (PINDIS) Πέτρου Συνδίκα 13, **Τ**: 2310 830667, **Ε**: info-pindis@gmail.com

19. Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Δ. Θέρμης, 1ο χλμ Θέρμης– Τριαδίου **Τ**: 2310466339 **Ε**: kep.ygeias@thermi.gov.gr

ΙΩΑΝΝΙΝΑ

20. Εταιρεία Ψυχοκοινωνικής Έρευνας και Παρέμβασης (Ε.Ψ.Ε.Π.) Σικελιανού 2, **Τ**: 2651039820, **Ε**: epsep_ioa@yahoo.gr
*Κέντρο Ημέρας Άνοιας Ιωαννίνων, Οδός Αρχ. Μακαρίου 11 **Τ**: 26510-34200, **Ε**: kenanoias_ioa@yahoo.com

21. Σύλλογος Συγγενών και Φίλων Ατόμων με Νόσο Alzheimer και Συναφείς Διαταραχές Νομού Ιωαννίνων **Τ**:6945942575, **Ε**: alzheimer.ioannina@gmail.com

ΚΑΤΕΡΙΝΗ

22. Εταιρεία Νόσου Alzheimer και συγγενών διαταραχών Πιερίας, **Κ**: 6972507281
*Κέντρο Ημέρας για άτομα με άνοια «Παναγία η Βηματάρισσα» (**Alzheimer Ελλάς**), 7ης Μεραρχίας 14, Κατερίνη, **Τ**: 23510-76942 **Ε**: infokaterini@alzheimer-hellas.gr

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

24. ΚΟΖΑΝΗ Εταιρεία Νόσου Alzheimer & Συγγενών Διαταραχών, "Ο Άγιος Νικόλαος" Παύλου Χαρίση 13, **Κ**: 6938442200, **Ε**: voucharas@gmail.com
*Ειδικό Κέντρο Ημέρας για πάσχοντες από Alzheimer και Πρόγραμμα Διασύνδεσης με Μονάδες Ο.Τ.Α. (**Ψυχογηριατρική Εταιρεία «Ο Νέστωρ»**) Φιλίππου Β΄ 7, **Τ**: 2461461400 **Ε**: khkozanis@nstr.gr **S**: www.nstr.gr

25. ΚΟΥΦΑΛΙΑ Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Δ. Δήμου Χαλκηδόνος έδρα Κουφάλια, ΚΑΠΗ Κουφαλίων, **Τ**: 6972980536 **Ε**: d2009sxm50s@gmail.com

ΚΡΗΤΗ

26. Αλληλεγγύη Ηρακλείου για τη Νόσο Alzheimer και την Υγιή Γήρανση, Νταλιάνη 22, Ηράκλειο **Κ**: 6974192595 **F**: 2810360047 **Ε**: allilegyi.alzheimer@gmail.com **S**: www.alzheimeheraklion.gr
*Κέντρο Ημέρας για Άτομα με άνοια, Πνευματικό Κέντρο Ι.Ν. Αγίου Γεωργίου, Κομνηνών 6 & Κονίτσης, Ηράκλειο Κρήτης, **Κ**: 6906095746, 6974192595

27. Ινστιτούτο Έρευνας - Εκπαίδευσης Ψυχιατρικών Ανοϊκών Ασθενών Alzheimer Χανίων, Χρυσοπηγής 58, Νεροκούρου, Χανιά
*Κέντρο Ημέρας Νόσου Alzheimer Χανίων, Χρυσοπηγής 58, **Τ**: 2821076050, **Ε**: inerekal@otenet.gr **S**: www.alzheimer-chania.gr

28. Εργαστήρι Διεπιστημονικής Προσέγγισης για τη Βελτίωση της Ποιότητας Ζωής (QoL Lab) Τ: 28210379551 **Ε**: akalaitzaki@hmu.gr

ΛΑΡΙΣΑ

29. Ελληνική Εταιρεία Ν. Alzheimer & Συναφών Διαταραχών Λάρισας Γ' ΚΑΠΗ περιοχής ΑΤΑ, Χατζηγιάννη 3 **Τ**: 2410281999 **Κ**: 6938805781, **Ε**: alzheimer.lar@gmail.com

ΞΑΝΘΗ

30. Σωματείο Alzheimer Ξάνθης, 28η Οκτωβρίου 252, **Κ**: 6977720669, **Ε**:alzhimerksantis@gmail.com

ΡΟΔΟΣ

31. Εταιρεία Ανάπτυξης Κοινοτικών Υπηρεσιών Ψυχικής Υγείας Παιδιών και Ενηλίκων «Πανάκεια», Στ. Καζούλη 18, **Τ**: 2241078315 **Ε**: koronis_panakeia@yahoo.gr **S**: www.panakeia.org.gr
* Κέντρο Ημερήσιας Φροντίδας για ασθενείς με άνοια «Αρσινόη», Στ. Καζούλη 18, **Τ**: 2241078315 **Ε**: arsinoi_panakeia@yahoo.gr
* Οικοτροφείο για ασθενείς με άνοια τελικού σταδίου, «Παναγιά η Κυρά», Αρχάγγελος, **Τ**: 2244023307 **Ε**: oikotrofeiopanakeia@yahoo.com

ΣΕΡΡΕΣ

32. Σύλλογος Οικογενειών και Φίλων για την Ψυχική Υγεία (Σ.Ο.Φ.Ψ.Υ.) Ορφέως 12, **Τ**: 2321063388, **F**: 2321063559 **Ε**: sofpsi-s@otenet.gr **S**: www.sofpsi-ser.gr
*Κέντρο Ημέρας για την Άνοια "ΑΝΑΠΛΟΥΣ", Ορφέως 12, Σέρρες, **Τ**: 23210 62415 **Ε**: kh.anaplous@sofpsi-ser.gr

ΧΑΛΚΙΔΙΚΗ

33. Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Δ. Ν. Καλλικράτεια, Χατζηαργύρου 68, **Κ**: 6974900754, **Ε**: info@tsantalieleni.gr

34. ΧΙΟΣ Ελληνική Εταιρεία Αγωγής Υγείας Παράρτημα Χίου Αλ. Παχνού 11, **Τ**: 2271041020, **F**: 2271081491 **Ε**: gmaris.chi@gmail.com