

Επικοινωνία για τη νόσο Alzheimer

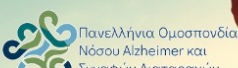


3ΜΗΝΙΑΙΑ ΕΚΔΟΣΗ | ΤΕΥΧΟΣ 100 | ΕΤΟΣ 26^ο | ΜΑΡΤΙΟΣ '25
Πανελλήνια Ομοσπονδία Νόσου Alzheimer και Συναφών Διαταραχών

Διαβάστε στο τεύχος Μαρτίου

Ξεχνάω	Η φωνή του περιθάλποντα	Νεότερα δεδομένα
*Άνοια και οδήγηση *Ψευδαισθήσεις και άνοια *Προλαβαίνοντας την πτώση *Εικαστική θεραπεία *Δράσεις των σωματείων στις Σέρρες, Κατερίνη, Χαλκίδα, Λάρισα	*Σχολείο Περιθαλπόντων στη Χαλκίδα *Βιωματική μαρτυρία συναισθημάτων περιθάλποντα *Ο περιθάλποντας είναι...	*14ο Πανελλήνιο Συνέδριο Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών & 6ο Μεσογειακό Συνέδριο Νευροεκφυλιστικών Νοσημάτων *Προάγγελος αγώνας του 1ου Παγκόσμιου Αγώνα Δρόμου πρόληψης της Νόσου Alzheimer στη Θεσσαλονίκη



 
www.run2stopalzheimers.gr

**1ος Παγκόσμιος Αγώνας Δρόμου
Πρόληψης Νόσου Alzheimer**
Προάγγελος αγώνας

**Κυριακή 6 Απριλίου 2025
ώρα: 12:30, Θεσσαλονίκη**



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

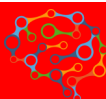
Έδρα: Πέτρου Συνδίκου 13, TK 546 43, Θεσσαλονίκη

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: Μάρτιος- 100^η/Διανέμεται δωρεάν



Αγαπητές φίλες και φίλοι,

Με μεγάλη χαρά κάνουμε τον απολογισμό του 14ου Πανελληνίου Διεπιστημονικού Συνεδρίου για τη Νόσο Alzheimer και του 6ου Μεσογειακού Συνεδρίου. Δεν ήταν μόνο ο μεγάλος αριθμός των συνέδρων (>850), δεν ήταν μόνο η συμμετοχή ξένων ομιλητών και συμμετεχόντων από 16 χώρες. Αυτό που ήταν μοναδικό ήταν η αγάπη που υπήρχε μεταξύ όλων και η διάθεση να βοηθήσει ο ένας τον άλλον έτσι ώστε όλοι μαζί να προχωρήσουμε ένα ακόμη βήμα πιο μπροστά στον Μεγάλο αγώνα που δίνουμε στην χώρα μας για την ποιότητα ζωής των ασθενών με άνοια αλλά και των περιθαλπόντων τους. Ας ευχηθούμε να είμαστε όλοι καλά και μετά δύο χρόνια να απολαύσουμε μία παρόμοια ή ακόμη καλύτερη ευκαιρία για γνώση, αλληλεπίδραση και αποτελεσματικότητα.

Είναι ιδιαίτερη επίσης η χαρά μας που διοργανώνουμε για πρώτη φορά στον κόσμο έναν παγκόσμιο αγώνα δρόμου πρόληψης της άνοιας RUN2STOPALZHEIMER. Ο προάγγελος αυτού του δρόμου θα γίνει στις 6/4/2025 όπου είστε όλοι καλεσμένοι να τρέξουμε ή και να περπατήσουμε και να μεταφέρουμε όλοι μαζί τη γνώση ότι η άνοια προλαμβάνεται σε ένα πολύ μεγάλο ποσοστό (45%) αντιμετωπίζοντας έγκαιρα τους 14 προδιαθεσικούς παράγοντες για την άνοια που είναι πλέον παγκοσμίως αποδεκτοί. Ένας από αυτούς τους παράγοντες είναι και η σωματική άσκηση, η οποία όχι μόνο προλαμβάνει την άνοια αλλά και πολλά άλλα νοσήματα. Ελπίζουμε σύντομα να συνταγογραφείται, έτσι ώστε κάθε Έλληνας, οποιασδήποτε ηλικίας, να έχει την δυνατότητα να ασκεί το σώμα του και συγχρόνως να εργάζεται για έναν υγιή εγκέφαλο.

Η παρουσία σας σ' αυτή τη μεγάλη γιορτή στις 6/4 στη Θεσσαλονίκη, θα μας δώσει πολύ μεγάλη χαρά.

Καλή αντάμωση στο ΣΤΑΔΙΟ της άμιλλας και των αρετών, μιας και βρισκόμαστε και στην Μ. Τεσσαρακοστή!

Μάγδα Τσολάκη

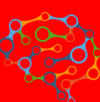


Μπορείτε να ενισχύσετε το έργο της Πανελλήνιας Ομοσπονδίας Νόσου Alzheimer και Συναφών Διαταραχών κάνοντας ονομαστική κατάθεση στον τραπεζικό λογαριασμό που τηρούμε στην τράπεζα Alpha Bank:

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!



14ο Πανελλήνιο Συνέδριο Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών & 6ο Μεσογειακό Συνέδριο Νευροεκφυλιστικών Νοσημάτων

Ολοκληρώθηκε με επιτυχία το 14ο Πανελλήνιο Συνέδριο Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών & 6ο Μεσογειακό Συνέδριο Νευροεκφυλιστικών Νοσημάτων!



Η Πανελλήνια Ομοσπονδία Νόσου Alzheimer και Συναφών Διαταραχών, σε συνεργασία με το Πανελλήνιο Ινστιτούτο Νευροεκφυλιστικών Νοσημάτων και την Alzheimer Ελλάς διοργάνωσαν και φέτος με επιτυχία το 14ο Πανελλήνιο Συνέδριο Νόσου Alzheimer και 6ο Μεσογειακό Συνέδριο Νευροεκφυλιστικών Νοσημάτων, στο Grand Hotel Palace, στη Θεσσαλονίκη, δίνοντας την ευκαιρία σε όλους τους επιστήμονες του κόσμου και το ενδιαφερόμενο κοινό να το παρακολουθήσουν με φυσική παρουσία, αλλά και διαδικτυακά.

850 σύνεδροι επί τέσσερις ημέρες παρακολούθησαν σε τέσσερις παράλληλες αίθουσες με διαφορετική θεματολογία, περισσότερες από 320 εισηγήσεις, 26 ενδιαφέρουσες διαλέξεις, 14 εστιασμένα διαδραστικά σεμινάρια, 1 δορυφορική ομιλία, συνολικά: 110 ώρες συνεδρίου με τα νεότερα επιστημονικά δεδομένα, τις πρόσφατες παγκόσμιες μελέτες και τις τελευταίες εξελίξεις που αφορούν τη Νόσο Alzheimer και τα Νευροεκφυλιστικά Νοσήματα!!!

Την Πέμπτη 13 Φεβρουαρίου πραγματοποιήθηκε η Τελετή Έναρξης του Συνεδρίου την οποία τίμησαν με την παρουσία τους εκπρόσωποι αρχών και φορέων της πόλης μας, μεταξύ άλλων, ο Μητροπολίτης Θεσσαλονίκης, κ. Φιλόθεος,

ο Μητροπολίτης Νεαπόλεως – Σταυρουπόλεως, κ. Βαρνάβας, ο Δήμαρχος Νεάπολης – Συκεών, κ. Σίμος Δανιηλίδης, η Αντιπεριφερειάρχης Υγείας & Κοινωνικής Αλληλεγγύης, κα Μαρία Δερμεντζοπούλου, ο Πρόεδρος του Τμήματος Ιατρικής, κ. Στέφανος Τριαρίδης, ο Υφυπουργός Εσωτερικών Τομέα Μακεδονίας και Θράκης, κ. Κωνσταντίνος Γκιουλέκας, το μέλος της Διοικητικής Επιτροπής του Ε.Β.Ε.Θ., Κωνσταντίνος Μωραϊτίδης, ο Γενικός Διευθυντής της Διαμαντής Μασούτης Α.Ε., κ. Θεόδωρος Γεροστεργιούδης, η κα Ρουκούδη, Υπεύθυνη Τμήματος Εταιρικής Υπευθυνότητας και Βιωσιμότητας Lidl Ελλάς.

Στο πλαίσιο της τελετής έναρξης παρουσιάστηκαν οι υποτροφίες αρίστων επιδόσεων στον τομέα της έρευνας για την πρόληψη και την αντιμετώπιση της Νόσου Alzheimer, οι οποίες επιλέχθηκαν μέσω διαγωνισμού που διοργάνωσε η Πανελλήνια Ομοσπονδία Νόσου Alzheimer και Συναφών Διαταραχών. Ο σκοπός αυτών των υποτροφιών είναι η αναγνώριση και η ενίσχυση του ερευνητικού έργου νέων Ελλήνων επιστημόνων στον τομέα της Άνοιας. Η Διαμαντής Μασούτης Α.Ε., ο Στέφανος Κασσίδης και η οικογένεια ιατρού της πόλης μας στηρίζοντας ενεργά την πρωτοβουλία αυτή, ανακοίνωσαν την χρηματοδότηση μίας υποτροφίας έκαστος, ύψους 36.000 Ευρώ, συμβάλλοντας έτσι στην προώθηση της καινοτομίας και της επιστημονικής γνώσης στον τομέα της υγείας του εγκεφάλου. Επίσης αποτελεί σημαντική προσφορά στους νέους Έλληνες επιστήμονες έτσι ώστε να μην αναζητήσουν βοήθεια για την έρευνά τους σε ξένες χώρες.



Επίσης, η Alzheimer Ελλάς απένειμε Βραβείο Ευγνωμοσύνης στην Εταιρεία Διαμαντής Μασούτης Α.Ε. και στην Lidl Ελλάς αναγνωρίζοντας τη διαχρονική στήριξή τους στο έργο της καθώς και τη βαθιά ευαισθησία που έχουν επιδείξει στην προσπάθεια της εταιρείας να προσφέρει ποιοτικές υπηρεσίες στους ασθενείς με άνοια και τις οικογένειές τους.

Βραβεία απονεμήθηκαν στις μαθήτριες του εργαστηρίου σχεδίου και ζωγραφικής κατάρτισης της Αγγελικής Παπαγεωργίου-Γάτου: Ελένη Γάτου - Μαυρογιαννάκη και Ελπίδα Γερμάνη, και στα μέλη της Alzheimer Ελλάς κες Καπετανή Άννα, Λίνα Κοϊκοπούλου, Βάλια Βουτσά για την μακρόχρονη φροντίδα των συζύγων τους που έπασχαν από άνοια.



Στην τελετή έναρξης η Διευθύνουσα Σύμβουλος της Παγκόσμιας Εταιρείας Νόσου Alzheimer (ADI) κα Paola Barbarino στον χαιρετισμό της τόνισε τη σημασία των αρχών που προωθούν τα συνέδριά μας: έρευνα, καινοτομία, πρόληψη και φροντίδα. Ευχαριστούμε θερμά την κα Paola Barbarino και την Alzheimer's Disease International Alzheimer's Disease International (ADI) για τη συνεχή συνεργασία τόσο με την Alzheimer Ελλάς όσο και

με την Πανελλήνια Ομοσπονδία Νόσου Alzheimer και Συναφών Διαταραχών, η οποία εκπροσωπεί την χώρα μας στον οργανισμό. Η ADI είναι σταθερά δίπλα μας στον αγώνα για καινοτομία και εύρεση νέων τρόπων για τη βελτίωση της ζωής όσων επηρεάζονται απ' τη νόσο.

Τέλος, ο Καθηγητής Νευρολογίας-Επιδημιολογίας της Mayo Clinic-Rochester, κ. Walter Rocca, πραγματοποίησε την καθηλωτική ομιλία του, με θέμα: «Sex, gender, and the brain: Risk and protective factors for dementia – Φύλο, ταυτότητα φύλου και εγκέφαλος: παράγοντες κινδύνου και προστασίας για την άνοια».



Ευχαριστούμε θερμά την Χορωδία της Alzheimer Ελλάς και το Φωνητικό Σύνολο ΕΝΗΧΩ Vocal, που πλαισίωσαν την εκδήλωσή μας καθώς και τη δημοσιογράφο κα Νίκη Στρατηλάτη για την παρουσίαση της Τελετής.

Στο διπλό αυτό συνέδριο, που πραγματοποιείται κάθε δύο χρόνια στη Θεσσαλονίκη και αποτελεί κορυφαία επιστημονική εκδήλωση της Ελλάδας συμμετείχαν με ομιλίες τους 327 καταξιωμένοι Έλληνες και 27 ξένοι επιστήμονες που έχουν αφιερώσει τη ζωή τους στην αντιμετώπιση των νευροεκφυλιστικών νοσημάτων και παρουσίασαν από την πόλη μας προς όλο τον κόσμο εξαιρετικά σημαντικά θέματα όπως η ασφαλής χρήση των αντιαμυλοειδικών φαρμάκων, η Νευροψυχολογική Εκτίμηση και το μέλλον της, ο ρόλος του περιθάλποντα στην ποιότητα ζωής της οικογένειας, οι Νέες Μονάδες Φροντίδας ασθενών με άνοια τελικού σταδίου, Μηνύματα από τα Ευρωπαϊκά Προγράμματα και Τεχνολογίες που βρίσκονται πάντα στο πλευρό της φροντίδας των ασθενών με άνοια καθώς και των περιθαλπόντων τους.

Θεσ/νίκη

Το Συνέδριο ετέθη υπό την αιγίδα του Υπουργείου Υγείας, του Πανελληνίου Ιατρικού Συλλόγου, της Παγκόσμιας Εταιρείας Νόσου Alzheimer, της Περιφέρειας Κεντρικής Μακεδονίας, του Δήμου Θεσσαλονίκης, του Πανελληνίου Φαρμακευτικού Συλλόγου, της Ιατρικής Εταιρείας Θεσσαλονίκης, του Ελληνικού Ερυθρού Σταυρού, της Ιατρικής Σχολής Α.Π.Θ., της Πρυτανείας Α.Π.Θ., του Πανελληνίου Φαρμακευτικού Συλλόγου της Ελληνικής Γeronτολογικής και Γηριατρικής Εταιρείας και του Διεθνούς Ιατρικού Ολυμπιακού Συνδέσμου.

Οι συμμετέχοντες αξιολόγησαν θετικά και το περιεχόμενο του συνεδρίου, αλλά και τη διαδικασία διεξαγωγής του, ενώ βασικό σχόλιο ήταν η αναγκαιότητα ενημέρωσης τόσο των ιατρών και άλλων επαγγελματιών υγείας, όσο και των άμεσα ενδιαφερομένων οικογενειών και ασθενών, πάνω στις νεότερες εξελίξεις σε θέματα που αφορούν τις νεότερες τεχνολογίες και ερευνητικά δεδομένα σχετικά με την άνοια.

Από τις εργασίες του συνεδρίου προέκυψε ένας τόμος Πρακτικών (έχει αναρτηθεί την ιστοσελίδα του συνεδρίου: <http://www.alzheimer-conference.gr>), με συμπυκνωμένα τα αποτελέσματα της επιστημονικής αυτής συνάντησης, ενώ σταδιακά, όλες οι ομιλίες θα είναι διαθέσιμες στο κανάλι της Alzheimer Hellas, στο Youtube.



«Για άλλη μια φορά συγχαρητήρια για το συνέδριο, φέτος ήταν ακόμα καλύτερο από το προηγούμενο, πραγματικά πολύ οργανωμένο και ποιοτικό.»

Λεωνίδας Τρακόλης, Νευροχειρουργός, Καβάλα

«Πολλά συγχαρητήρια για την ενδιαφέρουσα και πολλά υποσχόμενη θεματολογία του 14ου Πανελληνίου Συνεδρίου της Νόσου Alzheimer και 6ου Πανελληνίου Μεσογειακού Συνεδρίου Νευροεκφυλιστικών Νοσημάτων! Ήταν πραγματικά ένα όμορφο και γεμάτο γνώσεις τετραήμερο!»

Ιωαννίδου Σταυρούλα

«Σας συγχαίρω για την άψογη διοργάνωση του συνεδρίου! Για μένα προσωπικά αποτέλεσε έμπνευση και διάθεση για νέα δημιουργικά πράγματα στο χώρο της δουλειάς μου.»

Ελένη Πρινιωτάκη

«Έχω παρακαλουθήσει το συνέδριο διαδικτυακά. Συγχαρητήρια για τις τόσο αξιόλογες και ωφέλιμες παρουσιάσεις!»

Άννα Τσίτση

«Θερμά συγχαρητήρια για τη θαυμάσια οργάνωση του 14ου Πανελληνίου συνεδρίου νόσου Alzheimer και 6ου Μεσογειακού συνεδρίου Νευροεκφυλιστικών νοσημάτων! Ευχαριστώ από καρδιάς για τη θερμή φιλοξενία σας και την άγρυπνη φροντίδα όλων σας. Εύχομαι δύναμη και αισιοδοξία στο μοναδικό έργο σας!

Καλή συνέχεια και σ' άλλα με υγεία!!!»

Με αγάπη

Καλλιόπη - Δέσποινα Καλιγέρη - Βυθούλκα

Το Κέντρο Ημέρα για την άνοια «Ανάπλους» του ΣΟΦΨΥ Ν. Σερρών συμμετείχε στο 14ο Πανελλήνιο Συνέδριο Νόσου Alzheimer & 6ο Μεσογειακό Συνέδριο Νευροεκφυλιστικών Νοσημάτων

Σέρρες



Στα πλαίσια της συνεχούς επιμόρφωσης και εκπαίδευσης, οι επαγγελματίες υγείας που στελεχώνουν το νέο κέντρο ημέρας για την άνοια «Ανάπλους» του ΣΟΦΨΥ Ν. Σερρών, παρευρέθηκαν στο 14ο Πανελλήνιο Συνέδριο Νόσου Alzheimer & Νευροεκφυλιστικών νοσημάτων στη Θεσσαλονίκη που έλαβε χώρα στο ξενοδοχείο Grand Hotel Palace, στις 13-16 Φεβρουαρίου 2025.

Ο επιστημονικά υπεύθυνος κ. Χατζηκωστόπουλος Θάνος του ΚΗ «Ανάπλους», συμμετείχε στο συνέδριο με δύο ομιλίες. Η πρώτη είχε θέμα: «Ομάδες υποστήριξης περιθαλπνώντων στα οικοτροφεία», ενώ η δεύτερη «Διερεύνηση των νευροψυχιατρικών συμπτωμάτων στη νόσο Alzheimer χρησιμοποιώντας βιοδείκτες, νοητικές λειτουργίες και χαρακτηριστικά της προσωπικότητας: Συστηματική ανασκόπηση».

Είχαμε την χαρά να συνομιλήσουμε με συναδέλφους από άλλα Κέντρα Ημέρας της Ελλάδας για την άνοια και να ανταλλάξουμε απόψεις και εμπειρίες, κάτι που μας βοηθά στο να γινόμαστε καλύτεροι και πιο αποτελεσματικοί.

Η ανατροφοδότηση ήταν επιτυχής, καθώς πλαισιώθηκε άρτια επιστημονικά και πολυδιάστατα, με στόχο την πλήρη ενημέρωση, κατανόηση και αντιμετώπιση των συμπτωμάτων της άνοιας.





Ξεχνάω...

Λάρισα

Δράσεις της Ελληνικής Εταιρείας Νόσου Alzheimer Λάρισας

Στα πλαίσια ενημέρωσης για τη νόσο Alzheimer, της υποστήριξης των ατόμων με άνοια, των περιθαλπόντων και των ηλικιωμένων για υγιή γήρανση, πραγματοποιήθηκαν οι ακόλουθες δράσεις:

Ιανουάριος 2025:

25/01/2025, Επίσκεψη στην Έκθεση:

"Νερό, πηγή ζωής", 100 χρόνια ΔΕ.Υ.Α.Λ.

30/01/2025, Κοπή βασιλόπιτας

Φεβρουάριος 2025:

05/02/2025, γιορτάζοντας τις Απόκριες: μνήμες, μεταμφιέσεις και χαρτοπόλεμος



14/02/2025, 14ο Πανελλήνιο Συνέδριου Νόσου Alzheimer και 6ο Μεσογειακό Νευροεκφυλιστικών νοσημάτων με performance art!



Μάρτιος 2025:

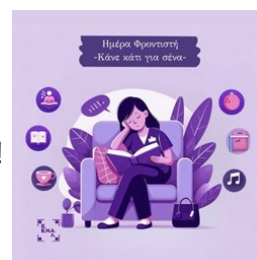
01/03/2025, Μάρτης:

έθιμα, δημιουργίες και καλωσόρισμα της Άνοιξης
07/03/2025, τιμή στη γυναίκα: δημιουργία ενός δυνατού συνθήματος: "Γυναίκες ενωμένες, ποτέ νικημένες"



19/03/2025, Επίσκεψη στην έκθεση: "Η Ελληνίδα στον πόλεμο"

Ημέρα Περιθαλπόντα - Κάνε κάτι για σένα!



Επικοινωνία για τη Νόσο Alzheimer



Οι ψευδαισθήσεις ως σύμπτωμα της άνοιας

Αθήνα
Καρέλλιο

Κατά τη διάρκεια οποιασδήποτε μορφής άνοιας είναι πολύ συνηθισμένη η εμφάνιση των συμπεριφορικών και ψυχολογικών συμπτωμάτων, τα οποία επιβαρύνουν τόσο τους πάσχοντες, όσο και τους περιθάλποντές τους. Στα πιο συχνά συμπεριφορικά συμπτώματα συγκαταλέγονται και οι ψευδαισθήσεις. Πρόκειται για λανθασμένη αντίληψη αντικειμένων ή γεγονότων, κατά την οποία εμπλέκονται οι αισθήσεις, και είναι πιθανόν να οφείλεται στον εκφυλισμό που υφίσταται ο εγκέφαλος στην άνοια, σε προβλήματα όρασης ή ακοής, σε κάποια φαρμακευτική αγωγή ή να σχετίζεται με κάποιο άλλο παθολογικό ή ψυχιατρικό πρόβλημα.

Οι ψευδαισθήσεις, συνήθως εμφανίζονται σε πιο προχωρημένο στάδιο της νόσου και οι πιο συνηθισμένες είναι οι οπτικές (βλέπουν, δηλαδή, αντικείμενα ή ανθρώπους που δεν υπάρχουν), οι οποίες έχουν συνδεθεί περισσότερο με την άνοια με σωμάτια Lewy και την άνοια που οφείλεται στη νόσο του Parkinson, και οι ακουστικές ψευδαισθήσεις (ακούν φωνές ή ήχους που δεν υπάρχουν). Άλλες μορφές ψευδαισθήσεων, πιο σπάνιες, είναι οι οσφρητικές (όσφρηση μυρωδιάς χωρίς το αντίστοιχο ερέθισμα), απτικές (η λανθασμένη αίσθηση ότι κάτι αγγίζει το δέρμα) και οι γευστικές (αίσθηση γεύσης στο στόμα χωρίς το αντίστοιχο ερέθισμα).

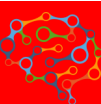
Ανάλογα με το είδος τους, οι ψευδαισθήσεις, είναι δυνατόν να βιώνονται από το άτομο ως κάτι ιδιαίτερα αγχωτικό που προκαλεί φόβο, ή ως κάτι συνηθισμένο, ακόμα και ευχάριστο. Σε κάθε περίπτωση, είναι αναγκαίο να γίνει μια αξιολόγηση της κατάστασης από τον περιθάλποντα του ατόμου που εμφανίζει τις ψευδαισθήσεις και να προσπαθήσει να τον καθησυχάσει.



Κάποιοι τρόποι διαχείρισης στους οποίους μπορεί να προβεί ένας περιθάλπωντας, όταν αντιληφθεί ότι το άτομο που φροντίζει έχει ψευδαισθήσεις, είναι:

- ▶ Να προσπαθήσει να τον ηρεμήσει και να βρει πιθανές εξηγήσεις γι' αυτό που βλέπει ή ακούει χωρίς να διαφωνήσει μαζί του ή να τον αμφισβητήσει.
- ▶ Ένας ήρεμος τρόπος αντιμετώπισης είναι απαραίτητος, ειδικά στην περίπτωση που νιώθει φόβο ή ανησυχία.
- ▶ Η προσπάθεια απόσπασης της προσοχής με κάποιο άλλο ερέθισμα ή συζήτηση.
- ▶ Η απομάκρυνση από τον χώρο αντικειμένων ή άλλων ερεθισμάτων που πιθανόν να ευθύνονται για τις ψευδαισθήσεις, όπως έπιπλα που μπορεί να δημιουργούν σκιές στον τοίχο, καθρέφτες ή συσκευές που μπορεί να παράγουν ενοχλητικούς ήχους.
- ▶ Η επικοινωνία με τον γιατρό που τον παρακολουθεί σχετικά με τη φαρμακευτική αγωγή του ή την πιθανότητα ύπαρξης κάποιου άλλου παθολογικής φύσης προβλήματος, που ενδέχεται να προκαλεί τέτοιου είδους συμπτώματα.

Παναγιώτα Γκογκολάκη, Κλινική Νευροψυχολόγος, MSc, Ολοκληρωμένη Μονάδα Αντιμετώπισης Νόσου Alzheimer & Συναφών Παθήσεων, «Καρέλλιο» - ΜΚΟ Αποστολή, Ιερά Αρχιεπισκοπή Αθηνών



Σέρρες

Εγκαίνια του Κέντρου Ημέρας «ΑΝΑΠΛΟΥΣ» του ΣΟΦΨΥ Ν. Σερρών

Την Παρασκευή 7 Μαρτίου 2025, πραγματοποιήθηκαν με μεγάλη επιτυχία τα εγκαίνια του νέου Κέντρου Ημέρας για την άνοια «Ανάπλους» του ΣΟΦΨΥ Ν. Σερρών.

Την κορδέλα έκοψαν ο Διοικητής του ΓΝ Σερρών κ. Φαρμάκης Νικόλαος, η κα Τιτοπούλου Αλεξάνδρα, Υποδιοικήτρια της 4ης ΥΠΕ ως εκπρόσωπος του Υφυπουργού Ψυχικής Υγείας κ. Βαρτζόπουλου Δημητρίου, η κα Νομίδου Ελένη Πρόεδρος του ΣΟΦΨΥ Ν. Σερρών και ο Αντιπεριφερειάρχης Π.Ε. Σερρών κ. Σπυρόπουλος Παναγιώτης.

Μαζί μας ήταν οι εκπρόσωποι των τοπικών αρχών και φορέων της Π.Ε. Σερρών, οι Επιστημονικά Υπεύθυνοι των Μονάδων Χαλκιδικής της ΑΜΚΕ ΣΥΝΘΕΣΗ- Μαρία Τζιαφέρη και Άντζελα Ζαρζοπούλου του Κέντρου Ημέρας «Ανατολή», η Επιστημονικά Υπεύθυνη του Κέντρου Ημέρας Δράμας «Πολυδεύκης» και του κλιμακίου «Βοήθεια κατ' οίκον Δράμας»- Θάλεια Κοτζαμπασίδου και στελέχη των μονάδων, η Πρόεδρος και μέλη του Δ.Σ. του Συλλόγου Οικογενειών για την Ψυχική Υγεία ΣΟΨΥ Θεσσαλονίκης – Ελένη Καπασακάλη.

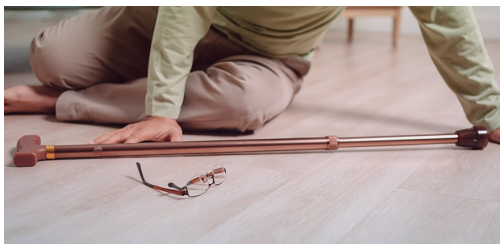
Η συμμετοχή, η αγάπη και η υποστήριξη του κόσμου, έδωσαν δύναμη και αισιοδοξία για το σημαντικό έργο του ΚΗ «Ανάπλους» που ξεκίνησε δυναμικά στην πόλη των Σερρών.





Προλαβαίνοντας την πτώση

Η πτώση είναι ένα από τα συνηθέστερα προβλήματα που αντιμετωπίζουν οι ηλικιωμένοι. Σχετίζεται με σημαντικά ποσοστά θνησιμότητας, με νοσηρότητα, με μειωμένη λειτουργικότητα και με πρόωρες εισαγωγές στα γηροκομεία. Είναι αποτέλεσμα διαφόρων παραγόντων μερικοί από τους οποίους, όμως, μπορούν να αντιμετωπιστούν ή έστω να περιοριστούν.



Οι παράγοντες αυτοί αφορούν την ηλικία, την ύπαρξη κάποιας ασθένειας καθώς και κινδύνους που μπορεί να υπάρχουν στο περιβάλλον. Συχνά οι ηλικιωμένοι αγνοούν αυτούς τους κινδύνους και δεν αντιλαμβάνονται τα ενδεχόμενα προβλήματα που μπορεί να επιφέρει μια πτώση στην καθημερινότητά τους. Περίπου το 5% των ηλικιωμένων που πέφτουν χρειάζονται νοσηλεία. Σύμφωνα με τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας, η πτώση κατατάσσεται ως η δεύτερη αιτία ακούσιου τραυματισμού που οδηγεί στον θάνατο παγκοσμίως. Αναλυτικότερα, μερικοί από τους κινδύνους που δύνανται να οδηγήσουν σε πτώση είναι οι εξής:

Αδυναμία κάτω άκρων

Αστάθεια στη βάδιση και δυσκολία στην ισορροπία

Προβλήματα όρασης

Έλλειψη βιταμίνης D

Ακατάλληλα υποδήματα

Χαλιά

Αντικείμενα πεταμένα στο σπίτι (ακαταστασία)

Ο κίνδυνος πτώσης αυξάνεται σταθερά μετά την ηλικία των 60 και σημαντικά μετά την ηλικία των 75.

Η νόσος Alzheimer πρωτίστως επηρεάζει τη νοητική λειτουργία, ενώ παράλληλα μειώνει την κινητική λειτουργία, τουλάχιστον στα τελευταία στάδια της νόσου. Το ποσοστό πτώσης των ηλικιωμένων με Alzheimer είναι τρεις φορές μεγαλύτερο σε σχέση με άτομα ίδιας ηλικίας χωρίς Alzheimer. Η βάδιση θεωρείται μια αυτόματη διαδικασία η οποία

απαιτεί μικρή νοητική συμμετοχή, συνεπώς εύλογα διερωτάται κανείς πώς ο κίνδυνος πτώσης αυξάνεται σημαντικά σε άτομα με Alzheimer. Πρόσφατες αναφορές όμως έχουν δείξει ότι η βάδιση, ακόμα και κάτω από συνήθεις συνθήκες, μπορεί να απαιτεί προσοχή και εκτελεστική λειτουργία. Επιπλέον, όπως όλες οι ανθρώπινες κινήσεις, η μετακίνηση περιλαμβάνει πρόθεση, άρα και νοητική συμμετοχή. Συνεπώς η νοητική εξασθένηση μπορεί να συμβάλλει στις διαταραχές της βάδισης και να αυξήσει τον κίνδυνο πτώσης. Το βήμα προγραμματίζεται στο επίπεδο του νωτιαίου μυελού. Η άνοια μπορεί να προκαλέσει προοδευτική μείωση της νοητικής λειτουργίας με ταυτόχρονη αποδιοργάνωση του δικτύου που ελέγχει την κίνηση, οδηγώντας τελικά σε εξασθενημένο χρονισμό βάδισης και έλεγχο στάσης του σώματος. Τα άτομα με Alzheimer έχουν διαφορετικά μοτίβα βάδισης που φαίνεται ότι αυξάνουν την αστάθεια. Συγκεκριμένα έχει παρατηρηθεί μικρότερο μήκος διασκελισμού, χαμηλότερη ταχύτητα βάδισης και συχνότητα διασκελισμού και μεγαλύτερη ταλάντωση του σώματος. Συνεπώς είναι εξαιρετικά σημαντικό να προσέξουμε ιδιαίτερα και να περιορίσουμε όσο το δυνατόν περισσότερο τον κίνδυνο πτώσης σε αυτούς τους ανθρώπους. Όσον αφορά την πρόληψη, ο ΠΟΥ προτείνει τα εξής:

Βάδισμα, ισορροπία και λειτουργική προπόνηση

Αξιολόγηση του σπιτιού και τροποποιήσεις

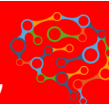
Ατομικές αξιολογήσεις κινδύνου πτώσης

Επανεξέταση φαρμακευτικής αγωγής σε συνεννόηση με τον γιατρό

Συμπληρώματα βιταμίνης D για όσους έχουν έλλειψη

Κλείνοντας, είναι σημαντικό να τονίσουμε και τη σημασία της νοητικής ενδυνάμωσης στη βελτίωση της ισορροπίας και της βάδισης. Συνοπτικά, η παρέμβαση θα πρέπει να είναι πολυπαραγοντική και το πρόγραμμα πρόληψης θα πρέπει να δομηθεί με γνώμονα την ολιστική θεώρηση του ανθρώπου με άνοια, ώστε να μπορεί να μειωθεί σημαντικά το ρίσκο πτώσης και να προληφθούν τα προβλήματα που μπορεί να προκαλέσει ένα τέτοιο γεγονός. Προκοπίου Ναταλία, Γυμνάστρια, Ολοκληρωμένη Μονάδα Αντιμετώπισης Νόσου Alzheimer & Συναφών Παθήσεων, «Καρέλλιο» - ΜΚΟ Αποστολή, Ιερά Αρχιεπισκοπή Αθηνών

Αθήνα
Καρέλλιο



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

Με μεγάλη χαρά μέλη του επιστημονικού προσωπικού του Κέντρου Ημέρας για την Άνοια, «Παναγία η Βηματάρισσα», στις 7 Φεβρουαρίου επισκεφθήκαμε τον Ξενώνα Φροντίδας Ηλικιωμένων "Ανδρομάχη" στο Κεραμίδι Πιερίας. Σκοπός της επίσκεψης ήταν η ενημέρωση των φιλοξενούμενων για ζητήματα που αφορούν στην άνοια καθώς και για τις υπηρεσίες του Κέντρου Ημέρας. Η χαρά και η ευγνωμοσύνη των ανθρώπων ήταν συγκινητική! Ευχαριστούμε θερμά την υπεύθυνη της δομής, κα Αναστασιάδου, για την υποδοχή καθώς και την κα Κατερίνα Κάλφα, διοικητικά υπεύθυνη του Κέντρου Ημέρας Κατερίνης, για την οργάνωση.

89 ωφελούμενοι του Κέντρου Ημέρας συμμετείχαν στη δωρεάν αξιολόγηση ακοής, η οποία πραγματοποιήθηκε με την ευγενική συνδρομή της Εταιρείας Earmedical.



Την Παρασκευή 21/3 στο Περιφερειακό Τμήμα του Ε.Ε.Σ. (Αγίας Παρασκευής 33, Κατερίνη) πραγματοποιήθηκε ομιλία για τα κλινικά συμπτώματα, την πρόληψη και την αντιμετώπιση της νοητικής έκπτωσης.

Οι ομιλίες πραγματοποιήθηκαν από το επιστημονικό προσωπικό του Κ.Η. για άτομα με άνοια "Παναγία η Βηματάρισσα", την κα Χατζηρούμπη Ράνια, Ψυχολόγο-Φιλόλογο, Επιστημονικά Υπεύθυνη του Κ.Η. και την κα Τσεντίδου Γλυκερία, Διδάκτορα Ψυχολογίας. Ακολούθησε ενδιαφέρουσα συζήτηση με το κοινό απαντώντας στα ερωτήματα που γεννήθηκαν από τις χρήσιμες παρουσιάσεις.



Η εικαστική θεραπεία στην άνοια



Ως εικαστική θεραπεία ορίζεται η μορφή ψυχοθεραπείας κατά την οποία χρησιμοποιούνται διάφορες μορφές τέχνης με σκοπό την ενίσχυση της συναισθηματικής έκφρασης, της επικοινωνίας και της ευεξίας του ατόμου. Το άτομο δεν χρειάζεται να διαθέτει εμπειρία ή ανεπτυγμένες δεξιότητες, ενώ ο θεραπευτής από την πλευρά του δεν επιδιώκει να κάνει μια αισθητική ή διαγνωστική αξιολόγηση της εικόνας του ατόμου. Ως γενικός στόχος ορίζεται η δυνατότητα του θεραπευόμενου να αναπτυχθεί σε προσωπικό επίπεδο μέσω της χρήσης υλικών τέχνης σε ένα ασφαλές περιβάλλον. Χρησιμοποιείται σε διάφορα κλινικά πλαίσια, σε ατομικό και ομαδικό επίπεδο, υπό την καθοδήγηση ενός θεραπευτή.

Εστιάζοντας στα άτομα με νόσο Alzheimer και άλλες μορφές άνοιας, η εικαστική θεραπεία φαίνεται να αποτελεί μια αποτελεσματική μη φαρμακευτική παρέμβαση. Πλήθος μελετών υπογραμμίζει τη σημασία της στην ενίσχυση των νοητικών λειτουργιών, όπως η λεκτική επικοινωνία, η προσοχή και η μνήμη, καθώς και των λειτουργικών κινητικών δεξιοτήτων του ατόμου, όπως η λεπτή κινητικότητα και ο οπτικοκινητικός συντονισμός.

Παράλληλα, ο ρόλος της φαίνεται να είναι σημαντικός στην ανακούφιση των ψυχολογικών και συμπεριφορικών συμπτωμάτων, που συχνά συνοδεύουν τις περισσότερες μορφές άνοιας. Οι εικαστικές τέχνες (ζωγραφική, γλυπτική, κολάζ) βοηθούν το άτομο να εκφράσει έντονα συναισθήματα που δυσκολεύεται να επικοινωνήσει λεκτικά, όπως τον φόβο και το άγχος που συχνά συνοδεύουν τα αρχικά στάδια της νόσου. Αντ' αυτού, ο χρόνος που αφιερώνεται σε μια δημιουργική δραστηριότητα, μπορεί να συμβάλλει στην ανάπτυξη θετικών συναισθημάτων και στη βελτίωση της διάθεσης του ατόμου.

Η ολοκλήρωση ενός έργου τέχνης, είτε πρόκειται για ζωγραφική είτε για κάποια άλλη δημιουργική ασχολία, έχει συχνά θετικό αντίκτυπο στην ψυχολογία του θεραπευόμενου. Αυτή η διαδικασία δεν περιορίζεται μόνο στην έκφραση, αλλά ενισχύει την αίσθηση ικανοποίησης, προάγει την ανεξαρτησία και την ενεργητικότητα, και βοηθά τον θεραπευόμενο ν' ανακτήσει τον έλεγχο της ζωής του, με τελικό αποτέλεσμα την ενίσχυση της αυτοεκτίμησής του.

Αναλογιζόμενοι τη σημασία της κοινωνικής συνδιαλλαγής για τα άτομα με άνοια, η ομαδική εικαστική θεραπεία προάγει τις διαπροσωπικές σχέσεις και την αλληλεπίδραση μεταξύ ανθρώπων που βρίσκονται σε ίδιο ή σε παρόμοιο ηλικιακό στάδιο και αντιμετωπίζουν κοινούς περιορισμούς, οι οποίοι είναι συνυφασμένοι με την εξέλιξη των διαταραχών της άνοιας. Ποικίλες μελέτες έχουν καταδείξει τη σημασία των κοινωνικών σχέσεων στη βελτίωση της ποιότητας ζωής αυτών των ατόμων, καθώς συντελούν στην ενίσχυση των νοητικών λειτουργιών, στη μείωση των επιπέδων άγχους και κατάθλιψης, καθώς και στον περιορισμό της μοναξιάς και της κοινωνικής απομόνωσης.

Με δεδομένη τη δυσκολία στην ανάπτυξη φαρμακευτικών θεραπειών τροποποίησης του Alzheimer και των άλλων ανοιών, και λαμβάνοντας υπόψη τη σημαντική κοινωνική διάσταση της ασθένειας, πληθώρα ψυχοκοινωνικών, μη φαρμακευτικών προσεγγίσεων χρησιμοποιούνται για την αντιμετώπισή της. Η εικαστική θεραπεία, ως εναλλακτική ψυχοκοινωνική στρατηγική για την υποστήριξη των ατόμων με άνοια, αναδεικνύεται στη γενική βιβλιογραφία, ως μια ιδιαίτερα αποτελεσματική μέθοδος με πολύ σημαντικά οφέλη στη νοητική και συναισθηματική κατάσταση, τη λειτουργικότητα και την ποιότητα ζωής του ατόμου.

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

Αθήνα
Καρέλλειο



Δράσεις του Κέντρου Ημέρας για την άνοια «ΑΝΑΠΛΟΥΣ» του ΣΟΦΨΥ Ν. Σερρών - «Ώρα να δράσουμε για την Άνοια και τη Νόσο Alzheimer»



Στις 19-02-2025, το Καλαμπάκι του Δήμου Δοξάτου ήταν ο επόμενος σταθμός του Κ.Η. «Ανάπλους» του ΣΟΦΨΥ Ν. Σερρών στα πλαίσια της διασύνδεσης με την Π.Ε. Δράμας. Παράλληλα, δόθηκε ιδιαίτερη έμφαση σε πρακτικούς τρόπους για την πρόληψη της άνοιας και ακολούθησε διαδραστική συζήτηση στην οποία οι παρευρισκόμενοι εξέφρασαν τις απορίες τους και ανταλλάξαν εμπειρίες σχετικά με την εξέλιξη της νόσου και τις δυσκολίες που αντιμετωπίζουν όντας περιθάλποντες των ατόμων που νοσούν. Στο τέλος, διενεργήθηκε σημαντικός αριθμός τεστ μνήμης και έγινε παραπομπή στις ανάλογες υπηρεσίες των περιπτώσεων στις οποίες εντοπίστηκε κάποιος βαθμός νοητικής έκπτωσης.

Εορτασμός Τσικνοπέμπτης



Το Κέντρο Ημέρας «Ανάπλους» γιόρτασε την Τσικνοπέμπτη στον ανακαινισμένο χώρο του, με μουσική, χορό και φαγητό, όπως αρμόζει στη μέρα. Ήταν όλοι εκεί, το προσωπικό και οι φίλοι του Κ.Η., έγιναν μια μεγάλη και χαρούμενη παρέα που διασκέδασε με την ψυχή της, πέρα από κάθε ηλικιακό διαχωρισμό ή την όποια ψυχική διαφορετικότητα, αυτό είναι το ηχηρό μήνυμα που θα θέλαμε να στείλουμε για μια κοινωνία πιο συνεκτική και συμπεριληπτική για όλους χωρίς στίγματα και διακρίσεις. Και του χρόνου με υγεία!



Ημερίδα «Η Άνοια ως σύντροφος... μια μοναδική σχέση»

Την Τετάρτη 19 Μαρτίου 2025 και ώρα 18:00 μ.μ. στην αίθουσα εκδηλώσεων του Δήμου Σερρών, το Κέντρο Ημέρας για την άνοια «Ανάπλους» του ΣΟΦΨΥ Ν. Σερρών με αφορμή την Ημέρα Περιθάλποντα ατόμων με άνοια, πραγματοποίησε ενημερωτική ημερίδα με ανοιχτή πρόσκληση. Η Ημερίδα ήταν αφιερωμένη στους περιθάλποντες και τις καθημερινές δυσκολίες που καλούνται να αντιμετωπίσουν, ενώ παράλληλα δόθηκαν πρακτικές συμβουλές για την ανακούφισή τους. Κεντρικός ομιλητής: Θάνος Χατζηκωστόπουλος, Ψυχολόγος, Υποψήφιος Διδάκτωρ του τμήματος Ψυχολογίας του Α.Π.Θ. και Επιστημονικά Υπεύθυνος του Κέντρου Ημέρας για την άνοια «Ανάπλους».

Άνοια και οδήγηση

Αθήνα
Καρέλλειο

Η άνοια αποτελεί μία νοσολογική οντότητα, με προοδευτική και χρόνια εξέλιξη, στην οποία προκαλείται σταδιακή απώλεια της μνήμης, της σκέψης, της κρίσης και άλλων νοητικών ικανοτήτων. Οι άνθρωποι με άνοια αντιμετωπίζουν δυσκολίες στις ανώτερες νοητικές λειτουργίες, με τελικό αποτέλεσμα να παρεμποδίζεται η καθημερινή λειτουργικότητα του ατόμου. Στο πλαίσιο αυτό επηρεάζεται η ικανότητα οδήγησης, γεγονός που συνιστά πρόκληση, για την έγκαιρη διάγνωση της νοητικής έκπτωσης.



Η διατήρηση της ικανότητας οδήγησης για τα άτομα που βρίσκονται σε αρχικό στάδιο άνοιας, αποτελεί μια από τις πιο σοβαρές προκλήσεις για τους ίδιους και τους οικείους τους, αλλά και για την κοινωνία στο σύνολό της. Αυτό συμβαίνει καθώς στην άνοια επηρεάζονται πολλές βασικές ικανότητες που είναι κρίσιμες για την ασφαλή οδήγηση όπως: Μνήμη και προσοχή: Η αδυναμία να θυμούνται σημαντικές πληροφορίες όπως σημεία αναγνώρισης δρόμων, κανόνες κυκλοφορίας, σημεία στροφής ή ακόμα και την οδό που ακολουθούν καθιστά τη διαδρομή επικίνδυνη.

Αντίληψη και συγκέντρωση: Η αδυναμία να παρατηρούν ή να αντιδρούν γρήγορα σε οδικές συνθήκες, όπως τα φανάρια ή οι αλλαγές της κυκλοφορίας μπορεί να οδηγήσει σε ατυχήματα.

Πρόβλεψη και αντίδραση: Η καθυστέρηση στην αντίληψη και αντίδραση σε επικίνδυνες καταστάσεις, όπως το απότομο φρενάρισμα ή η ανάγκη αποφυγής άλλου οδηγού, αυξάνει τον κίνδυνο ατυχήματος.

Για τα άτομα που έχουν διαγνωστεί με άνοια ή βρίσκονται σε ήπια νοητική έκπτωση, η αξιολόγηση της ικανότητάς τους να οδηγούν πρέπει να είναι συστηματική και να λαμβάνει υπόψη τις νοητικές τους ικανότητες, προκειμένου να αποφευχθούν επικίνδυνες καταστάσεις στον δρόμο. Η αξιολόγηση της ικανότητας οδήγησης είναι

μια διαδικασία που απαιτεί προσοχή και κλινική εκτίμηση. Συχνά, οι ειδικοί, προτείνουν αξιολόγηση μέσω ψυχολογικών και νευρολογικών τεστ, τα οποία περιλαμβάνουν τεστ μνήμης, συγκέντρωσης, αντίληψης και ικανότητας για γρήγορη λήψη αποφάσεων. Επίσης, μπορεί να εξεταστούν και άλλοι παράγοντες, όπως η προσωπική ιστορία του ασθενούς, η σοβαρότητα των συμπτωμάτων και οι συνθήκες υγείας του. Σε πολλές περιπτώσεις, η συμβουλή των επαγγελματιών υγείας είναι να σταματήσουν τα άτομα με άνοια την οδήγηση, καθώς οι κίνδυνοι αυξάνονται σημαντικά. Ωστόσο, σε αρχικά στάδια, μπορεί να υπάρξουν περιπτώσεις όπου οι ασθενείς διατηρούν μια σχετικά καλή ικανότητα οδήγησης, ενώ η πρόοδος της άνοιας θα απαιτήσει σταδιακή αξιολόγηση. Εάν η απόφαση για διακοπή της οδήγησης είναι αναπόφευκτη, η υποστήριξη των οικογενειών και των περιθαλπόντων παίζει καθοριστικό ρόλο. Είναι σημαντικό οι συγγενείς να έχουν ανοιχτό διάλογο με τον ασθενή και να εξηγήσουν τις ανησυχίες τους για την ασφάλεια του ατόμου και των άλλων. Η απομάκρυνση από την οδήγηση μπορεί να προκαλέσει συναισθηματική δυσφορία, καθώς η οδήγηση συχνά συνδέεται με την ανεξαρτησία, αλλά είναι αναγκαία για την αποφυγή ατυχημάτων. Στην περίπτωση της άνοιας, η χρήση εναλλακτικών μεταφορικών μέσων (όπως δημόσια συγκοινωνία ή υπηρεσίες μετακίνησης με ταξί), είναι συχνά η πιο ασφαλής λύση για τη διατήρηση της ανεξαρτησίας του ατόμου χωρίς τον κίνδυνο της οδήγησης. Η άνοια επηρεάζει σοβαρά την ικανότητα για ασφαλή οδήγηση, και είναι σημαντικό να αξιολογούνται προσεκτικά τα άτομα που εμφανίζουν νοητικές διαταραχές, καθώς η οδήγηση σε αυτούς μπορεί να είναι επικίνδυνη. Η κατανόηση των κινδύνων και η ικανότητα οδήγησης, είναι μείζονος σημασίας, για την ασφάλεια του κοινωνικού συνόλου. Η έγκαιρη διάγνωση μπορεί να συμβάλει στην πρόληψη ατυχημάτων και στη διασφάλιση της ασφάλειας όλων στο οδικό δίκτυο.

Αραμπατζή Ελένη, Κοινωνική Λειτουργός Οικοτροφείου «Μονάδας Αντιμετώπισης Νόσου Alzheimer-Καρέλλειο» του Φιλανθρωπικού Οργανισμού «ΑΠΟΣΤΟΛΗ», της Ιεράς Αρχιεπισκοπής Αθηνών



Χαλκίδα

Πιο συνειδητές επιλογές από σήμερα: Ολιστικές προσεγγίσεις στη νοητική υγεία από το Κέντρο Ημέρας «Αγία Ειρήνη» στη Χαλκίδα

Οι επιλογές που κάνουμε σήμερα επηρεάζουν την ποιότητα ζωής μας αύριο, ιδιαίτερα αναφορικά με **την υγεία του νου και την ευεξία**. Στο Κέντρο Ημέρας «Αγία Ειρήνη» στη Χαλκίδα, με μια ολιστική προσέγγιση που γίνεται πράξη μέσα από καινοτόμα προγράμματα, οργανώνουμε δραστηριότητες για τις ομάδες πρόληψης, οι οποίες υπογραμμίζουν τη σημασία των καθημερινών επιλογών, δίνουν τη δυνατότητα σε άτομα άνω των 60 ετών να ενισχύσουν τη νοητική τους υγεία και συμβάλλουν στη δημιουργία νέων σχέσεων που μειώνουν τη μοναξιά.

Με βάση την προσέγγιση που ακολουθούμε στις ομάδες πρόληψης, της οποίας επίκεντρο είναι η σύνθεση της προσωπικής ανάπτυξης με την κοινωνική σύνδεση, σε εβδομαδιαία βάση παρέχονται ομαδικά προγράμματα σωματικής και νοητικής ενδυνάμωσης και θεματικές παρουσιάσεις. Οι θεματικές παρουσιάσεις από εξειδικευμένους επαγγελματίες, αφορούν, τα θέματα διατροφής, τα οφέλη των δημιουργικών δραστηριοτήτων, την χρήση εφαρμογών νοητικής άσκησης, το ρόλο της καρδιάς στη ρύθμιση των συναισθημάτων, την υγιεινή του ύπνου, τα θέματα σχέσεων κ.ά.



Τα συναισθήματα που θεραπεύουν... Τον Μήνα Μάρτιο, πραγματοποιήθηκε το δωρεάν σεμινάριο διάρκειας 4 ωρών «Τα συναισθήματα που θεραπεύουν», αφιερωμένο στους περιθάλποντες ατόμων με άνοια. Παρουσιάστηκε ο τρόπος που τα συναισθήματα επιδρούν στο ορμονικό σύστημα και με αναφορά στη δύναμη

του νου και των συναισθημάτων απαντήθηκαν ερωτήματα που αφορούν ζητήματα της μείωσης του άγχους. Επίσης, έγινε εκπαίδευση σε τεχνικές για τη βελτίωση της ανθεκτικότητας από τον δρ Γεώργιο Χαριτάκη, Καρδιολόγο. Το σύνολο των συμμετεχόντων (59 άτομα από 55-83 ετών) δήλωσαν πάρα πολύ ικανοποιημένοι από τη δράση και συμφώνησαν ότι τα θέματα που παρουσιάστηκαν είναι κατανοητά και σχετικά με τις ανάγκες της καθημερινότητάς τους και ότι είναι έτοιμοι να τα εφαρμόσουν. Μάλιστα, το ενδιαφέρον των συμμετεχόντων διατηρήθηκε αμείωτο σε όλη τη διάρκεια της παρουσίασης και ο εισηγητής υποσχέθηκε στο ενθουσιασμένο ακροατήριο ότι θα υπάρχει συνέχεια μ' ένα δεύτερο μέρος!

Αξίζει να σημειωθεί ότι, **στις ομάδες πρόληψης**, το νεοσύστατο κέντρο μας έχει ως σήμερα υποδεχτεί πάνω από 90 ωφελούμενους που αναζητούσαν τρόπους να ενισχύσουν τη νοητική τους υγεία και την κοινωνική αλληλεπίδραση. Οι δραστηριότητες διεξάγονται σε τριμηνιαίους κύκλους. Η συμμετοχή είναι δωρεάν. Τα οφέλη αποτυπώνονται με ποσοτικούς και ποιοτικούς δείκτες, ενώ ιδιαίτερη έμφαση δίνεται στο στοιχείο της κοινωνικής αλληλεπίδρασης, επιβεβαιώνοντας τον καίριο ρόλο της κοινωνικής υποστήριξης.

Χαρτογραφώντας το μέλλον. Κάθε φαινομενικά μικρή μας επιλογή σήμερα, μια απλή χειροτεχνία, ένας περίπατος σε ένα αξιοθέατο της πόλης ή μια τεχνική αναπνοής, αποτελεί ένα βήμα προς ένα υγιέστερο μέλλον. Με πιο συνειδητές επιλογές σήμερα μπορούμε να χαράξουμε το μέλλον και αυριανό μας παρελθόν!

Επικοινωνία με το φορέα: 2221181071, info@alzheimer-chalkida.org.



“Προάγγελος Αγώνας Δρόμου Πρόληψης Νόσου Alzheimer—6/4/25”

Η Πανελλήνια Ομοσπονδία Νόσου Alzheimer αναλαμβάνει για πρώτη φορά ένα παγκόσμιο εγχείρημα, το οποίο μας αφορά όλους το ίδιο και βασίζεται σε μια ριζοσπαστική εναλλακτική αθλητική και ιατρική πρωτοβουλία που δίνει στον Αθλητισμό την κοινωνική διάσταση που του αξίζει. Η Ομοσπονδία μας ενώνει τη δύναμη του Αθλητισμού με τη θέληση των ανθρώπων για μια καλύτερη ζωή και:

- Σας ενημερώνει ότι ο «1ος Παγκόσμιος Αγώνας Δρόμου Πρόληψης Νόσου Alzheimer» θα διεξαχθεί το Φθινόπωρο του 2025 στη Θεσσαλονίκη.
- Συμμετέχει στις 6.4.2025 στον 19ο Διεθνή Μαραθώνιο «ΜΕΓΑΣ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ», στον προάγγελο αγώνα δρόμου πρόληψης της Νόσου Alzheimer!
- Απευθύνει ανοικτή πρόσκληση συμμετοχής σε όλους!
- Στέλνει από την Ελλάδα και από την έδρα της Πανελλήνιας Ομοσπονδίας μας –τη Θεσσαλονίκη- το πιο ηχηρό και αισιόδοξο μήνυμα, σε όλο τον κόσμο, ότι «ο δρόμος της πρόληψης για την Άνοια- Άνοιξε» και ότι πολυετείς έρευνες δείχνουν ότι η άνοια μπορεί να προληφθεί σε μεγάλο ποσοστό (45%)!

Ευχαριστούμε θερμά τους ηθοποιούς που συμμετείχαν αφιλοκερδώς στην παραγωγή των ενημερωτικών βίντεο για τον 1ο Παγκόσμιο Αγώνα Δρόμου για την Πρόληψη της Άνοιας

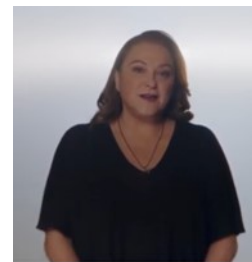
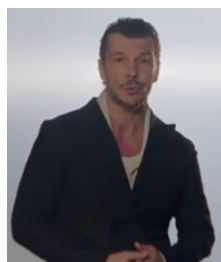
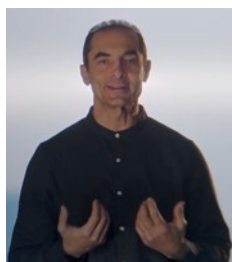
(με σειρά εμφάνισης)

Αλέκο Συσσωνίτη
Ιωάννη Παπαζήση
Ελένη Ράντου
Κατερίνα Λέχου
Ρένια Λουιζίδου

& την Εταιρεία Παραγωγής



Μπορείτε να δείτε τα σχετικά βίντεο που ετοιμάσαμε μαζί με αγαπημένους και ευαισθητοποιημένους ηθοποιούς στον αγώνα μας ενάντια στη νόσο στο κανάλι της Alzheimer Ελλάς στο [Youtube](#), αναδεικνύοντας τους [παράγοντες κινδύνου](#) και την αξία της αλλαγής του τρόπου ζωής μας ως προς αυτούς στην προσπάθεια πρόληψης της νόσου.



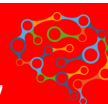
Η οικογένεια της Alzheimer Ελλάς είναι φτωχότερη μετά την απώλεια της Βασιλικής Παπουτσή, πολύτιμης και αγαπημένης συνεργάτιδας στη Μονάδα «Άγιος Ιωάννης».

Η Βασιλική ήταν ένα φωτεινό πλάσμα γεμάτο πίστη, ευγένεια, γέλιο κι αγάπη για τη ζωή και τους συνανθρώπους της.

Ως και την τελευταία στιγμή δεν άλλαξε αυτό..

Με βαθιά οδύνη την αποχαιρετήσαμε κι εμείς, οι φίλοι και συνάδελφοί της.

Ευχόμαστε συλλυπητήρια και δύναμη στην οικογένειά της. Βασιλική, δεν θα σε ξεχάσουμε ποτέ..



Χαλκίδα

Σχολείο Περιθαλπόντων στη Χαλκίδα-Ένα νέο κεφάλαιο στη φροντίδα!

Στον πυρήνα κάθε κοινότητας βρίσκεται η **αλληλεγγύη και το μοίρασμα**, αξίες που μας ενώνουν και μας κάνουν πιο δυνατούς. Το νέο σχολείο περιθαλπόντων ατόμων με άνοια στο Κέντρο Ημέρας «Αγία Ειρήνη» στη Χαλκίδα, έρχεται να υλοποιήσει αυτές τις αξίες, προσφέροντας ουσιαστική υποστήριξη, γνώση, ζεστασιά και ελπίδα σε όσους τη χρειάζονται περισσότερο. Με έναν συνδυασμό βιωματικών μεθόδων και οικογενειακού κλίματος, ανοίγει ένα νέο κεφάλαιο στη φροντίδα!

Επικοινωνία και Φροντίδα

Πώς θα επικοινωνείτε αποτελεσματικά με ένα αγαπημένο πρόσωπο που ζει με άνοια; Το σχολείο αυτό προσφέρει λύσεις, πρακτικές και καθημερινές συμβουλές που κάνουν τη διαφορά. Μέσα από βιωματικές ασκήσεις, οι περιθάλποντες έχουν τη μοναδική ευκαιρία να "μπαίνουν στη θέση" των αγαπημένων τους, καλλιεργώντας ενσυναίσθηση και χτίζοντας κατανόηση με τη λεκτική και μη λεκτική επικοινωνία. Η επικοινωνία με τους αγαπημένους τους να γίνεται μέρα με τη μέρα πιο ουσιαστική, μεταμορφώνοντας την καθημερινή αλληλεπίδραση και με αισθητή βελτίωση της ποιότητας ζωής για όλα τα μέλη των οικογενειών.

**Ο ρόλος της κοινωνικής υποστήριξης**

Πέρα από γνώσεις και δεξιότητες, το σχολείο συμβάλει στη δημιουργία ενός σημαντικού κύκλου αλληλοϋποστήριξης, όπου περιθάλποντες κι εθελοντές αλληλοεπιδρούν ουσιαστικά σε κοινό έδαφος, αντλώντας δύναμη από τη μοναδικότητα κάθε εμπειρίας. Το μοίρασμα εμπειριών προσφέρει συνεχείς ευκαιρίες στους περιθάλποντες να αισθάνονται ότι δεν είναι μόνοι στις προκλήσεις τους.

Οι εθελοντές φέρνουν κι εκείνοι τη δική τους προοπτική, εμπλουτίζοντάς την με τις εμπειρίες των περιθαλπόντων, ενώ τα άτομα που ζουν με άνοια εισπράττουν τη ζεστασιά και την κατανόηση μιας αληθινής κοινότητας.

Μέσα σε αυτό το περιβάλλον, η αλληλεγγύη γίνεται καθημερινή πράξη, μεταμορφώνοντας τη ζωή κάθε μέλους της κοινότητας!



Ευαγγελία Αγγελίδου,
MSc Ψυχοθεραπεύτρια Σ.Ψ.Υ., Πρόεδρος REMIND-Alzheimer Χαλκίδας



Βιωματική μαρτυρία συναισθημάτων με αφορμή την ημέρα του περιθάλποντα ατόμων με άνοια

Θεσσαλονίκη

«Ανησυχία..... Άγχος.....Αγωνία.....
Εκνευρισμός.....Θυμός.....
Θλίψη.....
Στέρηση.....
Υπομονή.....
ΑΠΟΔΟΧΗ.....
Κατανόηση.....
Δύναμη.....
Ενοχές.....
Υπευθυνότητα.....
Αυτοεκτίμηση.....



Όσο προχωράει η άνοια του αγαπημένου μου προσώπου, τόσο τα αρνητικά συναισθήματα έχουν μικρότερη ένταση, χωρίς αυτό να σημαίνει ότι δεν υπάρχουν εναλλαγές συναισθημάτων, κατά διαστήματα.

Ο ρόλος του περιθάλποντα ανεκτίμητος, συχνά με κόστος τη δική του υγεία, που δυστυχώς δεν έχει αναγνωριστεί ακόμη πλήρως.

Πηγή βοήθειας η ομάδα ψυχολογικής υποστήριξης για περιθάλποντες της Ελληνικής Εταιρείας Νόσου Alzheimer & Συγγενών Διαταραχών, όπου μπορούμε να μοιραστούμε κοινούς προβληματισμούς, λύσεις, υποστήριξη...!»

Κ.Σ



Ο περιθάλπωντας είναι...

«Ο περιθάλπων για μένα...το σωσίβιο του ασθενούς. Είναι η παρηγοριά.

Ο περιθάλπων είναι η φροντίδα του ασθενούς, είναι το στήριγμά του, είναι ΟΛΑ!»

Ανώνυμο

«Περιθάλπωντας για μένα είναι ο άνθρωπος που θα πρέπει ανά πάσα στιγμή να βρίσκεται δίπλα στο άτομο που έχει την ασθένεια της άνοιας.

Να φροντίζει δηλαδή ένα μικρό παιδί σε μεγάλη ηλικία και να συμφωνεί με όλα αυτά που λέει και να αφήνει πάντα τη σκέψη του να την ολοκληρώνει κι ας είναι λάθος.

Ένας σύγχρονος Θ.Β. (Θανάσης Βέγγος)»

Θ.Ξ.





Ομοσπονδία Νόσου Alzheimer στην Ελληνική Επικράτεια

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

ΑΘΗΝΑ

1. **Σωματείο Αλληλοβοήθειας Φροντιστών Ασθενών με Νόσο Alzheimer**, Ιωάννου Δροσοπούλου 22, Κυψέλη, Τ: 2108235180
E: contact@caregiver.gr S: www.caregiver.gr
2. **Εταιρεία Νόσου Alzheimer & Συναφών Διαταραχών Αθηνών**
* Κέντρο Ημέρας για Άτομα με Άνοια Παγκρατίου
Μάρκου Μουσούρου 89 & Στύλωνος 33, Παγκράτι, Τ: 2107013271
* Υπηρεσία Φροντίδα στο Σπίτι για Άτομα με Άνοια στην Αττική
Τ: 2107013271, E: 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, E: irakleioattikis@alzheimerathens.gr
* Κέντρο Ημέρας και Κινητή Μονάδα για Άτομα με Άνοια Πειραιά, 34ου Συντάγματος Πεζικού & Ευαγγελιστρίας 21, Πειραιάς, Τ: 2104221259
E: peiraias@alzheimerathens.gr
* Κέντρο Ημέρας για άτομα με άνοια Ασπροπύργου, Φυλής 75, Ασπρόπυργος, Τ: 2105573964
3. **Ψυχογериατρική 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
E: contact@nstr.gr S: www.nstr.gr
4. **Ολοκληρωμένη Μονάδα Αντιμετώπισης Νόσου Alzheimer & Συναφών Παθήσεων Ιεράς Αρχιεπισκοπής Αθηνών**, Αφροδίτης 1 & Ηρώδου Αττικού, Τ: 2130227965, F: 2130055308
* Ολοκληρωμένη Μονάδα Αντιμετώπισης Νόσου Alzheimer & Συναφών Παθήσεων «Καρέλλειο», Αφροδίτης 1, Χαλάνδρι, Τ: 2130227965, 2130057225 E: alzheimer@mkoapostoli.com S: www.mkoapostoli.com
5. **Ελληνικό Δίκτυο Φροντιστών ΕΠΙΟΝΗ**, Βίκτωρος Ουγκώ 15, Μεταξουργείο Τ: 2118507085, E: infoepioni@gmail.com S: www.epioni.gr
6. **ΚΣΔΕΟ ΕΔΡΑ**, Γαστούνης & Γουμένισσης 14, Περιστερί, Τ: 210-5913826, E: mko.edra@gmail.com S: www.edra-coop.gr
7. **ΙΑΣΙΣ**, Αχαρνών 297, Τ: 210 8655039, E: amkeiasis@gmail.com S: www.iasismed.eu
8. **Ελληνική Εταιρεία Ιατρικής Ψυχολογίας**, Μακεδόνων 8, Πλατεία Μαβίλη Τ: 2106441945 E: 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 Περάνθη (Γενικό Νοσοκομείο Άρτας)
E: alzheimerartas@gmail.com Τ: 2681361293
* Κέντρο Ημέρας και Κινητή Μονάδα για Άτομα με Άνοια (Alzheimer Αθηνών), Αλεξάνδρου Ζάρρα 2, Τ: 2681079206, E: arta@alzheimerathens.gr
- ΑΧΑΪΑ**
10. **Κοινοφελές Σωματείο Αρωγής και Φροντίδας Ηλικιωμένων & ΑμεΑ-ΦΡΟΝΤΙΖΩ - Πάτρα**
* Κέντρο Ημέρας για άτομα με άνοια, Φαναρίου 25, Τ: 2610 240242
E: info@frodizo.gr, www.frodizo.gr S: www.frodizo.gr
11. **ΙΚΕΛΟΣ**, Ακτή Δυμαίων 25 & Αρχιεπισκόπου Ιεροθέου 7, Πάτρα, Τ: 2616 007918, E: info@somateio-ikelos.gr
- ΒΟΛΟΣ**
12. **Ινστιτούτο Alzheimer Βόλου "Η Αγία Σοφία"**, Ρόζου 135, Κ: 6944693900 E: alzheimer.inst.volos@gmail.com
- ΕΛΕΣΣΑ**
13. **Εταιρεία Νόσου Alzheimer και συγγενών διαταραχών Π.Ε. Πέλλας**
Κ: 6974408978 E: so_markou@yahoo.gr
- ΕΥΒΟΙΑ**
14. **REMIND Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Α. Χαλκίδας**
* Κέντρο Ημέρας Άτομα με άνοια «Αγία Ειρήνη» Τσιριγώτη 14, Τ: 2221181071, E: info@alzheimer-chalkida.org S: www.alzheimer-chalkida.org
- ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ**
15. **Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Α. - Alzheimer Hellas**
* Μονάδα Αντιμετώπισης Προβλημάτων Ν. Alzheimer "Αγία Ελένη" Πέτρου Συνδίκου 13, Τ: 2310810411

- * Μονάδα Αντιμετώπισης Προβλημάτων Ν. Alzheimer "Άγιος Ιωάννης" Λεωφ. Κωνσταντίνου Καραμανλή 164, Τ: 2310351451-5, F: 2310351456
Γραμμή Υποστήριξης: 2310909000, E: info@alzheimer-hellas.gr
S: www.alzheimer-hellas.gr
- * Οικοτροφείο για ασθενείς με άνοια τελικού σταδίου «Παναγία η Γλυκοφιλούσα» Νικ. Πλαστήρα 65, Τ: 2310 316143, 314601
E: 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 Συνδίκου 13, Τ: 2310810411, Κ: 6972697072
E: info@neuro-bio.gr S: www.neuro-bio.gr
- 18. **Πανελλήνιο Ινστιτούτο Νευροεκφυλιστικών Νοσημάτων (PINDIS)**
Πέτρου Συνδίκου 13, Τ: 2310 830667, E: info-pindis@gmail.com
- 19. **Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Α. Θέρμης**, 1^ο χλμ Θέρμης-Τριαδίου Τ: 2310466339
E: kep.ygeias@thermi.gov.gr
- ΙΩΑΝΝΙΝΑ**
- 20. **Εταιρεία Ψυχοκοινωνικής Έρευνας και Παρέμβασης (Ε.Ψ.Ε.Π.)**
Σικελιανού 2, Τ: 2651039820, E: epsep_ioa@yahoo.gr
* Κέντρο Ημέρας Άνοιας Ιωαννίνων, Οδός Αρχ. Μακαρίου 11
Τ: 26510-34200, E: kenanoias_ioa@yahoo.com
- 21. **Σύλλογος Συγγενών και Φίλων Ατόμων με Νόσο Alzheimer και Συναφείς Διαταραχές Νομού Ιωαννίνων**
Τ: 6945942575, E: 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), 7^ης Μεραρχίας 14, Κατερίνη, Τ: 23510-76942 E: infokaterini@alzheimer-hellas.gr
- 23. **ΚΙΑΚΙΣ** Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Α. Κιλκίς, Γ. Καπέτα 17 Τ: 6944946376
- 24. **ΚΟΖΑΝΗ** Εταιρεία Νόσου Alzheimer & Συγγενών Διαταραχών, "Ο Άγιος Νικόλαος" Παύλου Χαρίση 13, Κ: 6938442200, E: voucharas@gmail.com
* Ειδικό Κέντρο Ημέρας για πάσχοντες από Alzheimer και Πρόγραμμα Διασύνδεσης με Μονάδες Ο.Τ.Α. (Ψυχογериατρική Εταιρεία «Ο Νέστωρ») Φιλίππου Β' 7, Τ: 2461461400 E: khkozanis@nstr.gr S: www.nstr.gr
- 25. **ΚΟΥΦΑΛΙΑ** Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Α. Δήμου Χαλκιδόνας έδρα Κουφάλια, ΚΑΠΗ Κουφαλίων, Τ: 6972980536 E: d2009sxm50s@gmail.com
- ΚΡΗΤΗ**
- 26. **Αλληλεγγύη Ηρακλείου για τη Νόσο Alzheimer και την Υγιά Γήρανση**, Νταλιάνη 22, Ηράκλειο Κ: 6974192595 F: 2810360047 E: allileg-gyi.alzheimer@gmail.com S: www.alzheimheraklion.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, E: inerekal@otenet.gr S: www.alzheimer-chania.gr
- 28. **Εργαστήριο Διεπιστημονικής Προσέγγισης για τη Βελτίωση της Ποιότητας Ζωής (QoL Lab)** Τ: 28210379551 E: akalaitzaki@hmu.gr
- ΛΑΡΙΣΑ**
- 29. **Ελληνική Εταιρεία Ν. Alzheimer & Συναφών Διαταραχών Λάρισας**
Γ' ΚΑΠΗ περιοχής ΑΤΑ, Χατζηγιάννη 3
Τ: 2410281999 Κ: 6938805781, E: alzheimer.lar@gmail.com
- ΞΑΝΘΗ**
- 30. **Σωματείο Alzheimer Ξάνθης**, 28η Οκτωβρίου 252, Κ: 6977720669, E: alzheimersantis@gmail.com
- ΡΟΔΟΣ**
- 31. **Εταιρεία Ανάπτυξης Κοινωνικών Υπηρεσιών Ψυχικής Υγείας Παιδιών και Ενηλίκων «Πανάκεια»**, Στ. Καζούλη 18, Τ: 2241078315
E: koronis_panakeia@yahoo.gr S: www.panakeia.org.gr
* Κέντρο Ημερήσιας Φροντίδας για ασθενείς με άνοια «Αρσινόη», Στ. Καζούλη 18, Τ: 2241078315 E: arsinoi_panakeia@yahoo.gr
* Οικοτροφείο για ασθενείς με άνοια τελικού σταδίου, «Παναγία η Κυρά», Αρχάγγελος, Τ: 2244023307 E: oikotrofeiopanakeia@yahoo.com
- ΣΕΡΡΕΣ**
- 32. **Σύλλογος Οικογενειών και Φίλων για την Ψυχική Υγεία (Σ.Ο.Φ.Ψ.Υ.)**
Ορφέως 12, Τ: 2321063388, F: 2321063559 E: soppsi-s@otenet.gr
S: www.soppsi-ser.gr
* Κέντρο Ημέρας για την Άνοια "ΑΝΑΠΛΟΥΣ", Ορφέως 12, Σέρρες, Τ: 23210 62415 E: kh.anaplous@soppsi-ser.gr
- ΧΑΛΚΙΔΙΚΗ**
- 33. **Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Α. Ν. Καλλικράτεια**, Χατζηαργύρου 68, Κ: 6974900754, E: info@tsantalieleni.gr
- 34. **ΧΙΟΣ** Ελληνική Εταιρεία Αγωγής Υγείας Παράρτημα Χίου Αλ. Παχνού 11, Τ: 2271041020, F: 2271081491 E: gmaris.chi@gmail.com

