



**INFOCARE**

# InfoCARE: Υποστηρίζοντας τους Άτυπους Περιθάλλποντες των ατόμων με Άνοια

ΣΥΛΛΟΓΗ ΠΡΩΤΟΒΟΥΛΙΩΝ ΚΑΙ  
ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΩΝ ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗΣ  
ΟΜΟΤΙΜΩΝ ΣΤΗΝ ΙΣΠΑΝΙΑ, ΑΥΣΤΡΙΑ,  
ΤΟΥΡΚΙΑ, ΕΛΛΑΔΑ ΚΑΙ ΔΑΝΙΑ

# InfoCARE – ένα Erasmus+ πρόγραμμα

Το έργο InfoCARE στοχεύει να υποστηρίξει τους άτυπους περιθάλποντες ατόμων με άνοια μέσω της παροχής διαφορετικών ειδών πληροφοριακού και εκπαιδευτικού υλικού, το οποίο μπορεί να συμβάλει στη βελτίωση της ζωής των άτυπων περιθαλπόντων και των αγαπημένων τους που πάσχουν από άνοια.

Αυτό το ηλεκτρονικό βιβλίο παρουσιάζει περιπτώσεις πρωτοβουλιών και προγραμμάτων υποστήριξης ομοτίμων στην Ισπανία, την Ελλάδα, την Τουρκία, την Αυστρία και τη Δανία. Η συλλογή περιπτώσεων έχει διεξαχθεί από την κοινοπραξία InfoCARE ως μέρος του Αποτελέσματος 3 του Έργου. Οι περιπτώσεις που παρουσιάζονται εδώ είναι είτε πρωτοβουλίες υποστήριξης από ομοτίμους που σχετίζονται με την άνοια είτε περιπτώσεις που έχουν τη δυνατότητα να προσαρμοστούν και να εφαρμοστούν σε μια άνοια - σχετικό πλαίσιο.



Co-funded by  
the European Union



INFOCARE

# Περιεχόμενα

Σελίδα 4-6: Πρωτοβουλίες υποστήριξης ομότιμων στη Δανία

Σελίδα 7-10: Πρωτοβουλίες υποστήριξης ομότιμων στην Ισπανία

Σελίδα 11-15: Πρωτοβουλίες υποστήριξης ομότιμων στην Ελλάδα

Σελίδα 16-18: Πρωτοβουλίες υποστήριξης ομότιμων στην Τουρκία

Σελίδα 19-21: Πρωτοβουλίες υποστήριξης ομότιμων στην Αυστρία

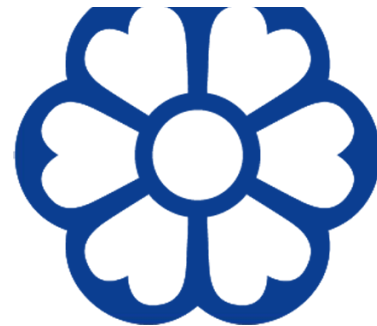
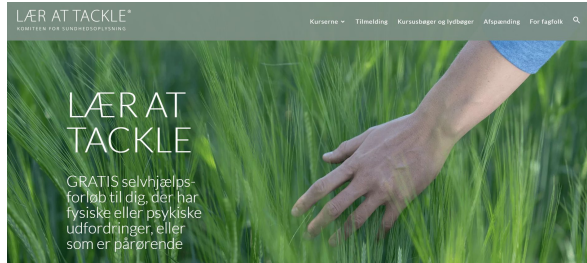


**Danish Committee  
for Health Education**

**ΔANIA**

---

# ΔΑΝΙΑ: ΛÆR AT TACKLE (ΜΑΘΕΤΕ ΝΑ ΖΕΙΤΕ)



**Danish Committee  
for Health Education**

**ΣΧΕΤΙΚΑ ΜΕ ΤΟ ΜΑΘΕΤΕ ΝΑ ΖΕΙΤΕ:** Το ΛÆR AT TACKLE (Μάθετε να Ζείτε) είναι ένα μάθημα αυτοβοήθειας βασισμένο σε επιστημονικές μελέτες, το οποίο αναπτύχθηκε με βάση την έρευνα και το Πρόγραμμα Αυτοδιαχείρισης Χρόνιων Νοσημάτων του Πανεπιστημίου Στάνφορντ. Αποτελείται από τέσσερα βασικά μαθήματα που προσφέρονται σε άτυπους περιθάλποντες ενηλίκων (για παράδειγμα σύζυγο, σύντροφο, γονέα ή ενήλικο παιδί) που ζουν με μια μακροχρόνια ασθένεια. Το μάθημα επικεντρώνεται στους άτυπους περιθάλποντες και τη φροντίδα του εαυτού τους, καθώς και στο πώς να ζήσουν μια καλή ζωή παρά την απρόβλεπτη καθημερινότητα. Το μάθημα σας εξοπλίζει με χρήσιμα εργαλεία που μπορείτε να χρησιμοποιήσετε για να διαχειριστείτε προκλήσεις όπως το άγχος, η έλλειψη πλεονάσματος, η ένοχη συνείδηση κ.λπ. Το μάθημα είναι επίσης μια ευκαιρία για τους άτυπους περιθάλποντες να γνωρίσουν ομότιμους και να ανταλλάξουν εμπειρίες. Η πρωτοβουλία είναι δωρεάν και προσφέρεται στους 2 από τους 3 δήμους της Δανίας.

Πώς μπορεί αυτό να εφαρμοστεί σε ομάδες υποστήριξης για περιθάλποντες άνοιας;

Το μάθημα θα μπορούσε να εισαχθεί σε ομάδες υποστήριξης της Δανίας για άτυπους περιθάλποντες ατόμων με άνοια, καθώς θα μπορούσε να ωφελήσει τη συγκεκριμένη ομάδα.

Ομάδα στόχος: Άτυποι περιθάλποντες ενηλίκων που ζουν με χρόνιες παθήσεις.

Επικοινωνία: Komiteen for Sundhedsoplysning

E-mail: vb@sundkom.dk





# ΔΑΝΙΑ: ΚΡΑΕΦΤΒΑΕΡΚΕΤ

**ΣΧΕΤΙΚΑ ΜΕ ΤΟ ΚΡΑΕΦΤΒΑΕΡΚΕΤ:** Ένας φυσικός χώρος στο Rigshospitalet στην Κοπεγχάγη, όπου νέοι (ηλικίας 15-29 ετών) με καρκίνο μπορούν να συναντήσουν συνομηλίκους και να κάνουν παρέα, να συζητήσουν με τον συντονιστή νεολαίας ή τους πρεσβευτές νεολαίας. Εκδηλώσεις και δραστηριότητες όπως βραδιές επιτραπέζιων παιχνιδιών, διαφορετικά εργαστήρια, περίπατοι και ομιλίες, επισκέψεις σε θεματικά πάρκα κ.λπ. οργανώνονται επίσης από τον συντονιστή νεολαίας και τους πρεσβευτές νεολαίας. Αυτοί οι πρεσβευτές είναι νοσοκόμες που έχουν εκπαιδευτεί για να αναλάβουν το ρόλο ως πρεσβευτές νεολαίας για να βοηθήσουν τους νέους με καρκίνο στο Kraeftvaerket.

Πώς μπορεί αυτό να εφαρμοστεί σε ομάδες υποστήριξης για περιθάλποντες άνοιας;

Αυτή η πρωτοβουλία θα μπορούσε να χρησιμεύσει ως έμπνευση για τη δημιουργία πρωτοβουλιών που επικεντρώνονται σε νέους που φροντίζουν άτομα με άνοια. Δημιουργία ενός φυσικού χώρου όπου οι νέοι άτυποι φροντιστές μπορούν να συναντηθούν με συνομηλίκους και συντονιστές νέων και, για παράδειγμα, να μοιραστούν τις εμπειρίες και τις προκλήσεις τους από την απόκτηση ενός παππού με άνοια.

Ομάδα στόχος: Νέοι με καρκίνο (ηλικίας 15-29 ετών)

Οργάνωση: Kræftens Bekæmpelse (Δανική Αντικαρκινική Εταιρεία)

Επικοινωνία: Maiken Hjerming (Συντονιστής Νέων)

E-mail: <https://www.rigshospitalet.dk/kraeftvaerket#>





**20 Aniversario** 2000 - 2020

ΙΣΠΑΝΙΑ

---



# ΙΣΠΑΝΙΑ: TARJETA CUIDADORA

**ΣΧΕΤΙΚΑ ΜΕ ΤΗΝ TARJETA CUIDADORA:** Η Κάρτα Περιθάλποντα στοχεύει να αναγνωρίσει το έργο του περιθάλποντα, να τον συνοδεύσει και να διευκολύνει τα καθήκοντα φροντίδας του, προκειμένου να συμβάλει στην ευημερία του. Είναι διαθέσιμο σε όσους φροντίζουν άρρωστα, εξαρτώμενα ή άτομα με αναπηρίες ή ηλικιωμένους στην πόλη της Βαρκελώνης. Αυτή η κάρτα προσφέρει εξατομικευμένες πληροφορίες και συμβουλές αυτοπροσώπως, διαδικτυακά και τηλεφωνικά, πρόσβαση σε δωρεάν 24ωρη τηλεφωνική υπηρεσία συναισθηματικής υποστήριξης, πρόσβαση σε συγκεκριμένους πόρους για περιθάλποντες σε φαρμακεία, νοσοκομεία, αθλητικές δραστηριότητες κ.λπ. ή πρόσβαση σε ένα σταθερό και εγγύς πρόγραμμα σχεσιακών δραστηριοτήτων, μεταξύ άλλων.

Πώς μπορεί αυτό να εφαρμοστεί σε ομάδες υποστήριξης για περιθάλποντες άνοιας;

Η κάρτα Περιθάλποντα του Ajuntament Barcelona είναι ζωτικής σημασίας για τις Ομάδες Υποστήριξης Περιθαλπόντων Άνοιας. Αυτή η δωρεάν κάρτα αναγνωρίζει και υποστηρίζει τους περιθάλποντες, προσφέροντάς τους εξατομικευμένους πόρους, συμβουλές, συναισθηματική υποστήριξη και πρόσβαση σε διάφορες υπηρεσίες. Οι μηνιαίες ενημερώσεις, οι δωρεάν δραστηριότητες και ένας εικονικός χώρος υποστήριξης δημιουργούν ένα ολοκληρωμένο μοντέλο προσαρμόσιμο για τις Ομάδες Υποστήριξης Περιθαλπόντων Άνοιας.

Ομάδα στόχος: Άτυποι περιθάλποντες

Οργάνωση: Ajuntament de Barcelona

Επικοινωνία: Espacio Barcelona Cuida

Τηλέφωνο: 34 934 132 121

Περισσότερες πληροφορίες (στα Ισπανικά): <https://www.barcelona.cat/ciutatcuidadora/es/espacio-barcelona-cuida/tarjetacuidadora>  
Περισσότερες πληροφορίες (στα αγγλικά): <https://www.barcelona.cat/ciutatcuidadora/en/barcelona-care-centre/carerscard>

Targeta Cuidadora

GUIDEM  
A QUI  
GUIDA





## Programa Alzheimer

El Programa Alzheimer del CCCB fue creado en octubre de 2010 por un grupo de trabajadoras del Centro con el objetivo de acercar el arte y la cultura a personas que sufren los primeros grados de la enfermedad, así como a sus cuidadores y familiares. Ofrece visitas adaptadas a las exposiciones del CCCB y un programa complementario de actividades.

A lo largo de estos diez años de funcionamiento del programa, se ha demostrado el impacto positivo del programa tanto en el bienestar cognitivo y emocional de los participantes como en los cuidadores, familiares, las educadoras y la propia institución.

La oferta de actividad se basa en las visitas adaptadas a las exposiciones. Cuando la visita a la exposición no es posible, se ofrecen actividades alternativas: un programa de cine en nuestro auditorio que incluye una selección de fragmentos clásicos de cine musical internacional y español o bien proyecciones de películas completas, una sesión sobre la historia de la Casa de Caritat basada en las fotografías de Brangulí o un breve itinerario para conocer el entorno del CCCB. Las actividades tienen lugar los lunes y se organizan bajo demanda. Para más información, hay que contactar con el Servicio Educativo ([seducatiu@cccb.org](mailto:seducatiu@cccb.org)).

# ΙΣΠΑΝΙΑ: ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ALZHEIMER

**ΣΧΕΤΙΚΑ ΜΕ ΤΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ALZHEIMER:** Το Πρόγραμμα Alzheimer ξεκίνησε τον Οκτώβριο του 2010 από μια ομάδα προσωπικού του Κέντρου με στόχο να φέρει τέχνη και πολιτισμό σε άτομα που πάσχουν από τα αρχικά στάδια της νόσου, καθώς και στους περιθάλποντες και τα μέλη της οικογένειάς τους. Το πρόγραμμα έδειξε τη θετική επίδραση που είχε στη νοητική και συναισθηματική ευημερία των συμμετεχόντων καθώς και των περιθάλποντων, των μελών της οικογένειας, των εκπαιδευτικών και του ίδιου του ιδρύματος. Οι προσφερόμενες δραστηριότητες βασίζονται σε εξατομικευμένες επισκέψεις στις εκθέσεις. Όταν δεν είναι δυνατό να επισκεφθούν την έκθεση, προσφέρονται εναλλακτικές δραστηριότητες: ένα κινηματογραφικό πρόγραμμα στο αμφιθέατρο που περιλαμβάνει μια επιλογή από κλασικά κομμάτια του διεθνούς και ισπανικού μουσικού κινηματογράφου ή προβολές ολοκληρωμένων ταινιών, μια συνεδρία για την ιστορία του Casa de Caritat με βάση σε φωτογραφίες του Brangulí ή μια μικρή βόλτα με το αυτοκίνητο για να γνωρίσουν το περιβάλλον του CCCB.

Πώς μπορεί να εφαρμοστεί αυτό το πρόγραμμα και για ομάδες υποστήριξης για περιθάλποντες άνοιας:

Το πρόγραμμα Alzheimer, με τον θετικό του αντίκτυπο στην ευημερία, είναι πολύτιμο για τις Ομάδες Υποστήριξης Περιθάλποντων Άνοιας. Οι προσαρμοσμένες εκθέσεις και ο ευέλικτος προγραμματισμός παρέχουν ένα μοντέλο για την προσαρμογή των δραστηριοτήτων σε άτομα με άνοια. Η δέσμευση του CCCB για συμμετοχή σε πολιτιστικές δραστηριότητες ευθυγραμμίζεται με τους στόχους των ομάδων υποστήριξης της άνοιας, δίνοντας έμφαση στην κανονικότητα παρά τις προκλήσεις. Επιπλέον, το CCCB εκφράζει ενδιαφέρον να ενημερώνεται για την έρευνα για το Alzheimer, προσφέροντας εκπαιδευτικές ευκαιρίες για υποστήριξη ομάδων.

Ομάδα στόχος: Άτυποι περιθάλποντες ατόμων με άνοια

Διοργάνωση: Centre de Cultura Contemporània de Barcelona

Επικοινωνία: Centre de Cultura Contemporània de Barcelona

Email: [info@cccb.org](mailto:info@cccb.org)

Περισσότερες πληροφορίες (στα Ισπανικά): <https://www.cccb.org/es/el-cccb/programa-alzheimer/231797>

Περισσότερες πληροφορίες (στα Αγγλικά): <https://www.cccb.org/en/the-cccb/alzheimer-programme/231797>



# ΙΣΠΑΝΙΑ: ESCUELA DE CUIDADORES



**ΣΧΕΤΙΚΑ ΜΕ ΤΟ ESCUELA DE CUIDADORES:** Το Σχολείο Περιθαλπόντων είναι ένας χώρος μετάδοσης των βασικών αξιών της φροντίδας στον οποίο παρέχονται τα απαραίτητα εργαλεία για τη διευκόλυνση της εργασίας των οικογενειακών περιθαλπόντων και των εθελοντών. Ο οργανισμός προσφέρει έναν μονογραφικό κύκλο εργαστηρίων είτε με φυσική παρουσία είτε διαδικτυακά, διάρκειας 1,30 έως 2 ωρών το καθένα, που απευθύνεται σε τουλάχιστον 10 άτομα και κατ' ανώτατο όριο 15, και με επικεφαλής ειδικούς στους διάφορους τομείς του σχολείου (ψυχολογία, νοσηλευτική, φυσιοθεραπεία και κοινωνική εργασία). Το εκπαιδευτικό περιεχόμενο του σχολείου διαρθρώνεται σε τρεις τομείς: - Γνώσεις: τεχνικό περιεχόμενο. Με στόχο την απόκτηση γνώσεων. - Υπαρξη: αρχές και αξίες. Επικεντρώνεται στην ανάγνωση της στοργής και των κινήτρων (συναίσθημα). - Κανόντας: εργαλεία και δεξιότητες. Με στόχο τη διευκόλυνση πρόσβασης σε πόρους και την ενδυνάμωση των περιθαλπόντων.

Πώς μπορεί αυτό να εφαρμοστεί σε ομάδες υποστήριξης για περιθάλποντες άνοιες;

Το Σχολείο Περιθαλπόντων παρέχει κρίσιμη υποστήριξη για τις Ομάδες Υποστήριξης Περιθαλπόντων Άνοιας. Αυτό το εικονικό εργαστήριο, με επικεφαλής ειδικούς, εξοπλίζει μη επαγγελματίες περιθάλποντες με βασικές γνώσεις, τεχνικές και δεξιότητες για προχωρημένη άνοια ή φροντίδα στο τέλος της ζωής. Η ευέλικτη μορφή, διαθέσιμη αυτοπροσώπως και εικονικά, ενισχύει τις δυνατότητες των περιθαλπόντων, διασφαλίζοντας την προσαρμοστικότητα για ένταξη στις Ομάδες Υποστήριξης Περιθαλπόντων Άνοιας.

Ομάδα στόχος: Άτυποι Περιθάλποντες

Οργάνωση: Fundación "la Caixa"

Επικοινωνία: Fundación "la Caixa"

E-mail: [info@escueladecuidadores.lacaixa.org](mailto:info@escueladecuidadores.lacaixa.org)

Περισσότερες πληροφορίες (στα Ισπανικά):  
<https://fundacionlacaixa.org/es/atencion-integral-personas-enfermedades-avanzadas-cuidadores>

Περισσότερες πληροφορίες (στα Αγγλικά): <https://lacaixafoundation.org/en/>



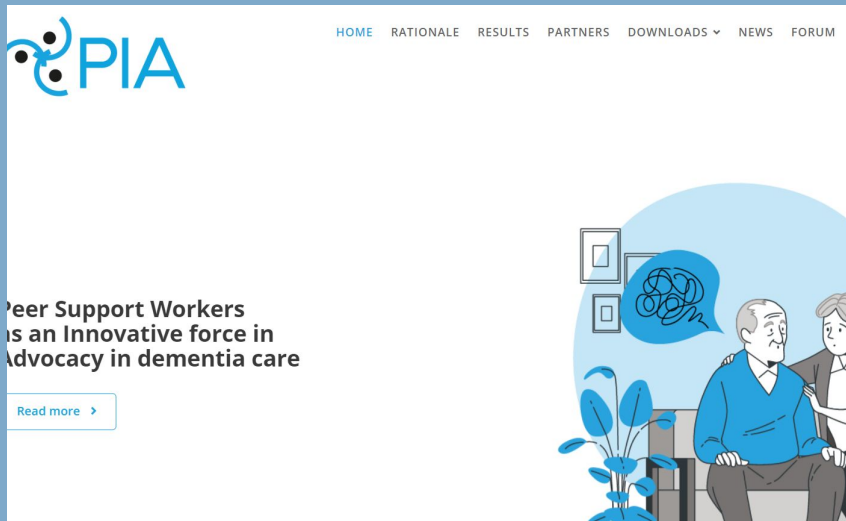
---

ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΝΟΣΟΥ ALZHEIMER ΚΑΙ ΣΥΓΓΕΝΩΝ ΔΙΑΤΑΡΑΧΩΝ

ΕΛΛΑΔΑ

---





# ΕΛΛΑΔΑ: ΟΙ ΕΡΓΑΖΟΜΕΝΟΙ ΣΤΗΡΙΞΗΣ ΟΜΟΤΙΜΩΝ ΩΣ ΚΑΙΝΟΥΡΙΑ ΔΥΝΑΜΗ ΣΤΗΝ ΥΠΕΡΑΣΠΙΣΗ ΣΤΗΝ ΠΕΡΙΘΑΛΨΗ ΤΗΣ ΑΝΟΙΑΣ

**ΣΧΕΤΙΚΑ ΜΕ ΤΟ PSW-PIA:** Το Peer Support Workers (PSW) είναι μια καινοτόμος δύναμη στην υπεράσπιση στη φροντίδα της άνοιας (PIA) με στόχο να δημιουργήσει βιώσιμες και ανταγωνιστικές υπηρεσίες για άτομα με άνοια, βρίσκοντας νέους τρόπους για τη συμμετοχή πρώην και νυν περιθαλπόντων σε υπηρεσίες άνοιας που μπορούν να παρέχουν την πολύτιμη προοπτική τους στη φροντίδα της άνοιας και στην καθημερινή πρακτική. Το έργο έχει στόχο να μειώσει το στίγμα που σχετίζεται με την άνοια, επομένως να επιτρέψει στα άτομα με διάγνωση άνοιας να αναζητήσουν βοήθεια όταν βρίσκονται σε πρώιμο στάδιο.

Πώς μπορεί αυτό να εφαρμοστεί σε ομάδες υποστήριξης για περιθαλπόντες άνοιας;

Αυτό το έργο διοργάνωσε ομάδες υποστήριξης περιθαλπόντων άνοιας και έχει επίσης αναπτύξει υλικό για το πώς να δημιουργηθούν ομάδες εργαζόμενων υποστήριξης από ομότιμους και δραστηριότητες

Ομάδα στόχος: Άτυποι περιθαλπόντες ενηλίκων που ζουν με άνοια

Οργανισμοί: Alzheimer Hellas (Ελλάδα), Επαγγελματική σχολή ΚΒΤ (Νορβηγία), Habilitas (Ρουμανία), Anziani e Non Solo (Ιταλία), ASOCIATIA AFECT (Ρουμανία)

E-mail: [tsolakim1@gmail.com](mailto:tsolakim1@gmail.com)

Περισσότερες πληροφορίες (Στα Αγγλικά): <https://piaproject.eu/>



# ΕΛΛΑΔΑ: ΠΑΡΕΜΒΑΣΕΙΣ ΓΙΑ ΠΕΡΙΘΑΛΠΟΝΤΕΣ ΑΤΟΜΩΝ ΜΕ ΑΝΟΙΑ ΣΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ

ΣΧΕΤΙΚΑ ΜΕ ΤΙΣ ΠΑΡΕΜΒΑΣΕΙΣ ΓΙΑ ΠΕΡΙΘΑΛΠΟΝΤΕΣ ΑΤΟΜΩΝ ΜΕ ΑΝΟΙΑ ΣΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ: Η Πανελλήνια Ομοσπονδία Νόσου Αλτσχάιμερ και Συναφών Διαταραχών (PFADRD) είναι ένας μη κερδοσκοπικός οργανισμός που ιδρύθηκε το 2007. Η Πανελλήνια Ομοσπονδία Συνδέσμων για τη Νόσο Αλτσχάιμερ αποτελείται από όλους τους συλλόγους της νόσου Αλτσχάιμερ. Η ομοσπονδία προσφέρει διαφορετικές παρεμβάσεις για περιθάλποντες ατόμων με άνοια. Οι υποστηρικτικές παρεμβάσεις έχουν αναπτυχθεί σε διάφορες μορφές, όπως πρόσωπο με πρόσωπο και διαδικτυακή μορφή, προκειμένου να καλύψουν τις ανάγκες του πληθυσμού των περιθαλπόντων. Οι παρεμβάσεις που παρέχονται στους περιθάλποντες είναι (α) ψυχοεκπαιδευτική ομάδα, (β), διαδικτυακή ψυχοεκπαιδευτική ομάδα, (γ) παρέμβαση υποστήριξης οικογένειας, (δ) ομάδα ψυχολογικής υποστήριξης, (ε) ομάδα υποστήριξης με χρήση βιβλιογραφίας με τίτλο «Listen to my story», (στ) «θέατρο των καταπιεσμένων», (ζ) παρέμβαση χαλάρωσης, (η) ομάδα υποστήριξης θλίψης και (ι) προσέγγιση της κοινότητας: παρέμβαση για παιδιά με τίτλο «Ποιος είμαι παππούς;» και ραδιοφωνικό πρόγραμμα «Όλα για την άνοια».

Πώς μπορεί αυτό να εφαρμοστεί σε ομάδες υποστήριξης για περιθάλποντες άνοιας:

Αυτές οι παρεμβάσεις προσφέρονται σε επίσημους και άτυπους περιθάλποντες ατόμων με άνοια. Σε ορισμένες παρεμβάσεις όπως η «ομάδα ψυχολογικής υποστήριξης», οι περιθάλποντες μαθαίνουν πώς να υποστηρίζουν ο ένας τον άλλον μέσω ομάδων υποστήριξης ομότιμων.

Ομάδα στόχος: Άτυποι περιθάλποντες ενηλίκων που ζουν με άνοια

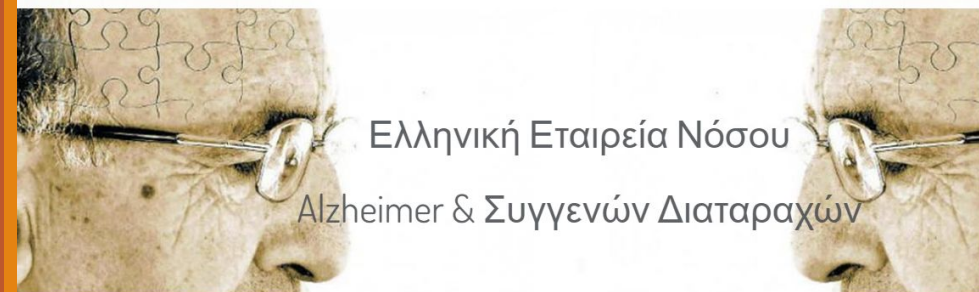
Οργάνωση: Πανελλήνια Ομοσπονδία Νόσου Αλτσχάιμερ και Συναφών Διαταραχών

Επικοινωνία: Ομοσπονδία Αλτσχάιμερ

E-mail: [info@alzheimer-federation.gr](mailto:info@alzheimer-federation.gr)

Περισσότερες πληροφορίες (Στα Αγγλικά):  
<https://www.alzheimer-hellas.gr/index.php/el/services/kentro-frontidas>

InfoCARE: Υποστηρίζοντας τους Άτυπους Περιθάλποντες των ατόμων με Άνοια



Ελληνική Εταιρεία Νόσου  
Alzheimer & Συγγενών Διαταραχών



ΤΜΗΜΑ ΠΕΡΙΘΑΛΠΟΝΤΩΝ-ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΣ

Το Τμήμα Περιθαλπόντων παρέχει υποστηρικτικές, εκπαιδευτικές και συμβουλευτικές υπηρεσίες στους περιθάλποντες και στις οικογένειες των ατόμων με άνοια. Στόχος αυτών των παρεμβάσεων είναι η βελτίωση τόσο της παρεγόμενης φροντίδας όσο και της





# ΕΛΛΑΔΑ: ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗ ΑΤΥΠΩΝ ΠΕΡΙΘΑΛΠΟΝΤΩΝ: ΟΛΙΣΤΙΚΗ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗ ΤΗΣ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΣ ΚΑΙ ΤΗΣ ΖΩΗΣ



ΣΧΕΤΙΚΑ ΜΕ ΤΟ S.IN.CA.L.A: Οι κύριοι στόχοι αυτού του έργου ήταν: (1) Να αναπτυχθεί και να δοκιμασθεί μια παιδαγωγική μέθοδος βασισμένη στην αφήγηση, προσαρμοσμένη σε διαφορετικά περιβάλλοντα χωρών της ΕΕ, με στόχο νοικοκυριά που φροντίζουν μεγαλύτερα μέλη της οικογένειας. (2) Να παρέχει στους άτυπους περιθάλποντες την ευκαιρία να συμμετάσχουν σε μια παρέμβαση που έχει σχεδιαστεί ειδικά για αυτούς. (3) Να διατεθεί σε εκπαιδευτικούς και επαγγελματίες που εργάζονται με οικογενειακούς περιθάλποντες το μάθημα S.IN.CA.L.A E-Learning (MOOC).



Πώς μπορεί αυτό να εφαρμοστεί σε ομάδες υποστήριξης για περιθάλποντες άνοιας;

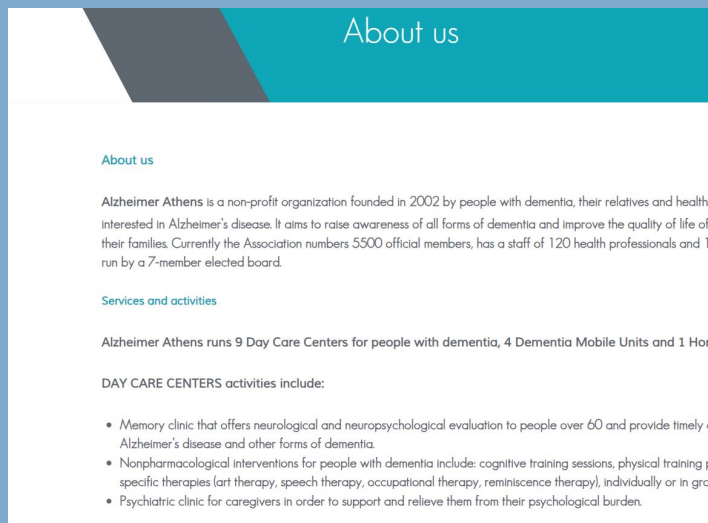
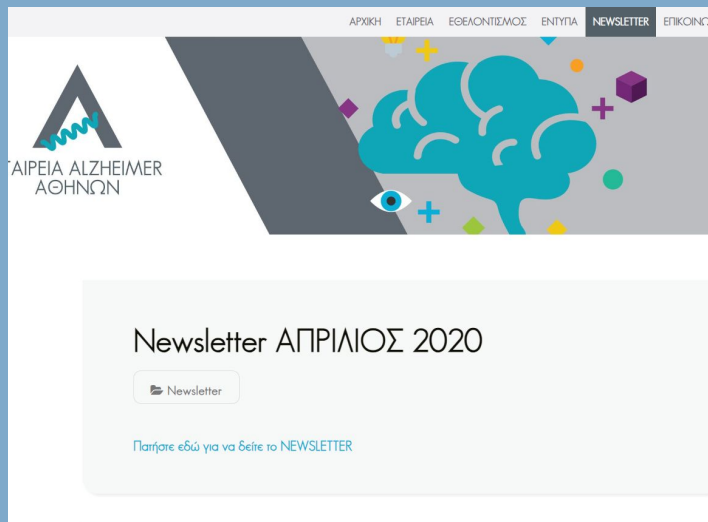
Αυτή η παρέμβαση και αυτό το μάθημα περιελάμβαναν οδηγίες για την υποστήριξη των περιθάλποντων και την οργάνωση ομάδων υποστήριξης.

Ομάδα στόχος: Επίσημοι και άτυποι περιθάλποντες καθώς και επαγγελματίες υγείας

Οργανισμοί: Κέντρο Υποστήριξης και Πληροφόρησης Γυναικών (WSIC) (Εσθονία). Ελληνική Ένωση Νόσου Αλτσχάιμερ και Συναφών Διαταραχών (Alzheimer Hellas) (Ελλάδα) Ένωση Συλλόγων Γυναικών Ηρακλείου (Ελλάδα); Anziani e non solo (Ιταλία); CASO50+ Centro de Atendimento e Servicos 50+, Associacao (Πορτογαλία); Sromincica, Alzheimer Slovenija (Σλοβενία); TARTU ULIKOOL - Πανεπιστήμιο του Tartu (UT)

Επικοινωνία: Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών (Alzheimer Hellas)

E-mail: [mkozori@yahoo.com](mailto:mkozori@yahoo.com)



# ΕΛΛΑΔΑ: ΣΧΟΛΕΙΑ ΓΙΑ ΠΕΡΙΘΑΛΠΟΝΤΕΣ ΑΤΟΜΩΝ ΠΟΥ ΠΑΣΧΟΥΝ ΑΠΟ ΑΝΟΙΑ

ΣΧΕΤΙΚΑ ΜΕ ΤΑ ΣΧΟΛΕΙΑ ΓΙΑ ΠΕΡΙΘΑΛΠΟΝΤΕΣ ΑΤΟΜΩΝ ΜΕ ΑΝΟΙΑ ΚΑΙ ΝΟΣΟ ALZHEIMER: Η Εταιρεία Αλτσχάιμερ Αθηνών υποστηρίζει ενεργά τα άτομα με άνοια, τις οικογένειές τους και τους περιθάλποντες τους εδώ και χρόνια. Αναγνωρίζοντας το βάρος που φέρουν οι περιθάλποντες ατόμων με άνοια -τόσο σωματικό όσο και ψυχολογικό- και τα πρακτικά ζητήματα που προκύπτουν από τη φροντίδα, η Εταιρεία Αλτσχάιμερ Αθηνών έχει αφιερώσει μεγάλο μέρος των δραστηριοτήτων της στην ψυχολογική υποστήριξη και την εκπαίδευση των περιθάλποντων. Έτσι, η Εταιρεία Αλτσχάιμερ Αθηνών διοργάνωσε τα τελευταία χρόνια τη «Σχολή περιθάλπόντων ατόμων με άνοια και νόσο Αλτσχάιμερ». Είναι ένα πρόγραμμα που περιλαμβάνει πολλές ενημερωτικές και εκπαιδευτικές διαλέξεις για περιθάλποντες. Επαγγελματίες από όλη την Ελλάδα κάνουν μια παρουσίαση σε μια ομάδα περιθάλπόντων και προσπαθούν επίσης να τους υποστηρίξουν μέσα από την ομαδική συνεδρία και να δημιουργήσουν μια σύνδεση μεταξύ των συμμετεχόντων. Οι συναντήσεις είναι δύο ωρών και είναι δωρεάν.

Πώς μπορεί αυτό να εφαρμοστεί σε ομάδες υποστήριξης για περιθάλποντες άνοιας:

Αυτά τα σχολεία είναι χρήσιμα για τους περιθάλποντες και μαθαίνουν πώς να υποστηρίξουν τον εαυτό τους και τους άλλους συμμετέχοντας σε ομάδες υποστήριξης

Ομάδα στόχος: Άτυποι περιθάλποντες ατόμων με άνοια

Οργάνωση: Εταιρεία Alzheimer Αθηνών

Επικοινωνία: Εταιρεία Alzheimer Αθηνών

E-mail: [info@alzheimerathens.gr](mailto:info@alzheimerathens.gr)

Περισσότερες πληροφορίες (στα Ελληνικά):

<https://alzheimerathens.gr/%CF%83%CF%87%CF%BF%CF%BB%CF%B5%CF%B9%CF%BF-%CF%86%CF%81%CF%BF%CF%BD%CF%84%CF%B9%CF%83%CF%84%CF%89%CF%BD/>



**EURASIA INSTITUTE**

**TOYPKIA**

---

**& Gönüllü Olun** **Bize Danışın**



**anda** **Hasta Yakınları İçin** **Sizin Destekleri**



**toplantısı**  
**GİLENDİRME TOPLANTISI**

**2023**

# ΤΟΥΡΚΙΑ: ΖΗΣΤΕ ΕΝΕΡΓΑ, ΑΠΟΦΥΓΕΤΕ ΤΟ ΑΛΤΣΧΑΙΜΕΡ

**ΣΧΕΤΙΚΑ ΜΕ ΤΟ ΖΗΣΤΕ ΕΝΕΡΓΑ, ΑΠΟΦΥΓΕΤΕ ΤΟ ΑΛΤΣΧΑΙΜΕΡ:** Το παράρτημα του Denizli της Ένωσης Αλτσχάιμερ Τουρκίας δίνει προτεραιότητα στη βελτίωση της ζωής των περιθαλπόμενων για την άνοια. Οι υπηρεσίες περιλαμβάνουν ψυχολογική συμβουλευτική, ομαδικές συνεδρίες υποστήριξης και κοινωνικο-πολιτιστικές δραστηριότητες για συναισθηματική ευεξία. Οι ατομικές και ομαδικές ψυχοθεραπείες στοχεύουν σε συγκεκριμένες ανάγκες, ενώ τα εκπαιδευτικά εργαστήρια προσφέρουν ενημερωμένες πληροφορίες για το Αλτσχάιμερ. Τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης κρατούν την κοινότητα ενήμερη. Ο σύλλογος φιλοξενεί επίσης δραστηριότητες ανοιχτές στο κοινό, προωθώντας έναν ενεργό τρόπο ζωής. Από τον λαϊκό χορό και το θέατρο μέχρι τις συνεδρίες σκάκι και ρυθμικής, οι συμμετέχοντες ασχολούνται με πνευματικά διεγερτικές και δημιουργικές αναζητήσεις. Συνεργασίες με εκπαιδευτικά κέντρα και εθελοντές φέρνουν δραστηριότητες λιθοτεχνίας και χειροτεχνίας. Το ποικίλο πρόγραμμα στοχεύει στη δημιουργία μιας υποστηρικτικής κοινότητας, ενισχύοντας την ενότητα μέσω εκδρομών, πικνίκ και ετήσιων εκδηλώσεων.

Πώς μπορεί αυτό να εφαρμοστεί σε ομάδες υποστήριξης για περιθαλπόμενες άνοιες;

Οι προσφορές του Συλλόγου Denizli Alzheimer, όπως η ψυχολογική συμβουλευτική, οι ομαδικές συνεδρίες υποστήριξης και οι ποικίλες κοινωνικο-πολιτιστικές δραστηριότητες, όπως μαθήματα θεάτρου και μουσικής, μπορούν να εφαρμοστούν απευθείας στις Ομάδες Υποστήριξης Περιθαλπόμενων Άνοιας. Αυτές οι δραστηριότητες συμβάλλουν στη συναισθηματική ευεξία, προσφέρουν δημιουργικές διεξόδους και ενισχύουν την αίσθηση της κοινότητας μεταξύ των περιθαλπόμενων.

Ομάδα στόχος: Ασθενείς με Αλτσχάιμερ, μέλη της οικογένειας και γενικά ηλικιωμένοι

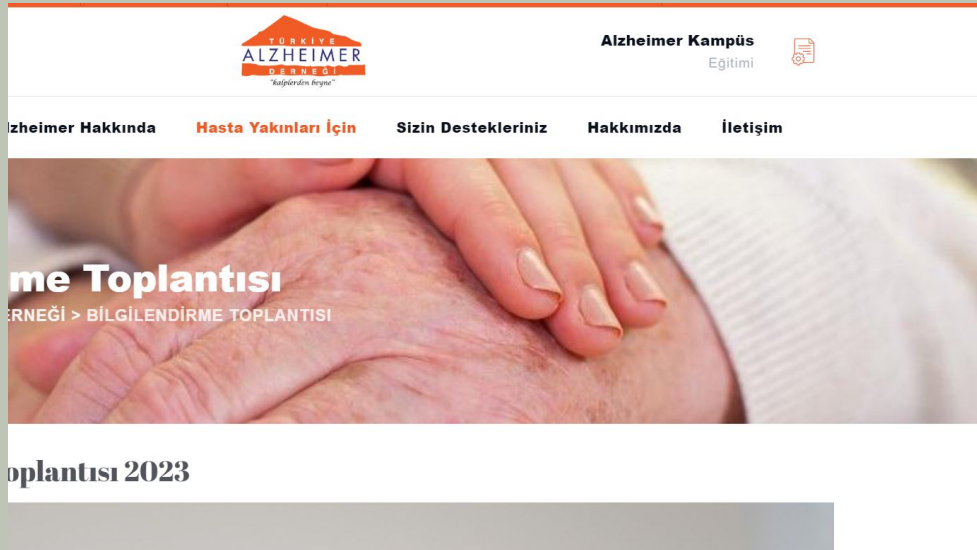
Διοργάνωση: Türkiye Alzheimer Derneği Denizli

Επικοινωνία: Hatice Hülya ERYILMAZ

E-mail: [denizlialzheimert20@hotmail.com](mailto:denizlialzheimert20@hotmail.com)

Περισσότερες πληροφορίες (στα Τουρκικά): <https://www.alzheimerderneği.org.tr/sube-ve-temsilcilikler/denizli-subesi-etkinlikleri/>  
Περισσότερες πληροφορίες (στα Αγγλικά): <https://www.alzheimerderneği.org.tr/english/>

# ΤΟΥΡΚΙΑ: ΣΥΝΑΝΤΗΣΕΙΣ ΤΗΝ ΩΡΑ ΤΟΥ ΤΣΑΓΙΟΥ



**ΣΧΕΤΙΚΑ ΜΕ ΤΙΣ ΣΥΝΑΝΤΗΣΕΙΣ ΤΗΝ ΩΡΑ ΤΟΥ ΤΣΑΓΙΟΥ:** Οι συναντήσεις Alzheimer Tea Time Meetings, που φιλοξενούνται στο Alzheimer Gündüz Bakımevi Yaşamevi, αποτελούν ένα στοχευμένο πρόγραμμα υποστήριξης για περιθάλποντες άνοιας. Αυτή η πρωτοβουλία εκτείνεται σε μηνιαίες συνεδρίες από τον Νοέμβριο του 2023 έως τον Ιούνιο του 2024, με συζητήσεις από εμπειρογνώμονες για θέματα όπως τα θεμελιώδη στοιχεία της νόσου, οι νομικές εκτιμήσεις, η επίγνωση και η γεροντολογική φροντίδα. Οι δομημένες συναντήσεις λειτουργούν σε ένα ασφαλές περιβάλλον, προσφέροντας ψυχοκοινωνική βοήθεια, ψυχική αποκατάσταση και πολύτιμη ανάπαυλα στους περιθάλποντες, ενισχύοντας τελικά τη συνολική ευημερία όσων φροντίζουν άτομα με άνοια.

Πώς μπορεί αυτό να εφαρμοστεί σε ομάδες υποστήριξης για περιθάλποντες άνοιας;

Η μηνιαία δομή του προγράμματος, που ενσωματώνει την ψυχοκοινωνική υποστήριξη και την ανάπαυλα του περιθάλποντα, ταιριάζει άμεσα στις ανάγκες των Ομάδων Υποστήριξης Περιθάλποντων Άνοιας. Αυτές οι συνεδρίες χρησιμεύουν ως υποδειγματικό μοντέλο για δραστηριότητες της ομάδας υποστήριξης, παρέχοντας βασικές γνώσεις, ενθάρρυνση της κοινότητας και προσφέρουν πρακτική καθοδήγηση, ζωτικής σημασίας για τους περιθάλποντες που διαχειρίζονται την πολυπλοκότητα της φροντίδας για την άνοια καθ' όλη τη διάρκεια του προγράμματος.

Ομάδα στόχος: Περιθάλποντες ατόμων με άνοια

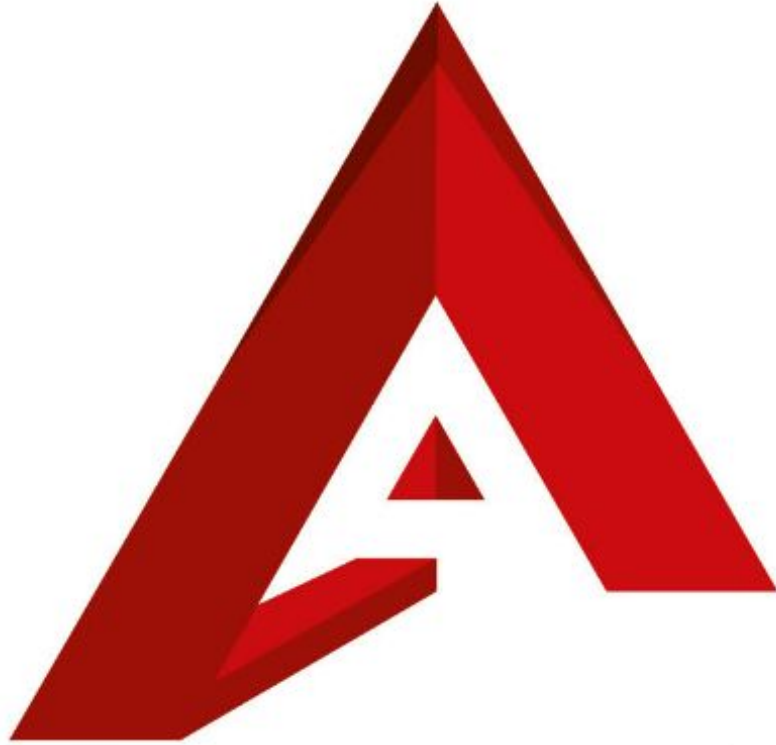
Οργάνωση: Gerontolojik Hizmetler Birimi- Sosyal Destek Hizmetleri Müdürlüğü- Şişli Belediyesi and Turkey Alzheimer Association

Επικοινωνία: Gerontologist Tuğçe TINGİR

E-mail: sosyal.destek@sisli.bel.tr

Περισσότερες πληροφορίες (στα Τουρκικά):  
<https://www.sisli.bel.tr/haberler/alzheimer-gunduz-yasam-evi-cay-saati-programi> and  
<https://www.sisli.bel.tr/hizmet-merkezi/alzheimer-gunduz-yasam-evi> and  
<https://www.alzheimerdernegi.org.tr/bilgilendirme-toplantisi/>






Austrian Association of  
Inclusive Society

ΑΥΣΤΡΙΑ


---

Die Weiterbildung umfasst folgende Module:

- „kick off“ — Kennenlernen, Einführung in das Thema
- Krankheitsbilder und Therapien
- Kommunikation und Konfliktbewältigung, Krisenintervention
- Beziehungsgestaltung und Rollenwechsel
- Umgang mit Verlust und Trauer
- Eigene Themen der Teilnehmer\*innen
- Soziale und rechtliche Fragen
- „Kreativer Abschluss“



**Antonia Croy**  
 Personenzentrierte Psychotherapeutin,  
 Vorsitzende Alzheimer Austria  
 croy.antonina@empathie.cc  
 0699/135 641 61



**Mag. Sabine Hofer-Freundorfer**  
 Personenzentrierte Psychotherapeutin,  
 Pädagogin, Sonder- und Heilpädagogin  
 hofer.sabine@empathie.cc  
 0699/122 900 31

# ΑΥΣΤΡΙΑ: FIT@CARE

ΣΧΕΤΙΚΑ ΜΕ ΤΟ FIT@CARE: Γίνεσαι ανταγωνιστικός στην φροντίδα και την βοήθεια. Προσωποκεντρική εκπαίδευση για συγγενείς ατόμων με άνοια σε 8 ενότητες.

Πώς μπορεί αυτό να εφαρμοστεί σε ομάδες υποστήριξης για περιθάλποντες άνοιας;

Το έργο στοχεύει να διδάξει δεξιότητες σε περιθάλποντες ασθενών με άνοια μέσα σε 8 ολοκληρωμένες ενότητες, που περιλαμβάνουν πολλές σημαντικές πληροφορίες που θα τους καθοδηγήσουν. Οι ενότητες επικεντρώνονται σε πρότυπα και θεραπείες ασθενειών, στην επικοινωνία και διαχείριση συγκρούσεων, στην παρέμβαση κρίσεων, στην διαμόρφωση σχέσεων και αλλαγή ρόλων, στην αντιμετώπιση απώλειας και της θλίψης καθώς και σε κοινωνικά και νομικά ζητήματα. Οι συμμετέχοντες έχουν επίσης την ευκαιρία να αναφέρουν τα δικά τους θέματα σε μία από τις ενότητες.

Ομάδα στόχος: Caring Relatives of Dementia Patients

Οργάνωση: Alzheimer Austria

Επικοινωνία: Antonia Croy

E-mail: antonia.croy@chello.at

Περισσότερες πληροφορίες (στα Γερμανικά):

<https://www.alzheimer-selbsthilfe.at/wp-content/uploads/2022/02/fit@care-mit-Logos.pdf>

Anmeldung
Fit@care work



Unterstützung für Angehörige und Betroffene

Antonia Croy  
 croy.antonina@empathie.cc  
 0699/135 641 61





Gefördert aus den Mitteln der Sozialversicherung



Mit freundlicher Unterstützung von Roche Austria GmbH

Fit werden in Betreuung und Pflege



# ΑΥΣΤΡΙΑ: ΕΙΝΕ BIBLIOTHEK FÜR ALLE – DIE DEMENZFREUNDLICHE BIBLIOTHEK WIENER NEUSTADT

ΣΧΕΤΙΚΑ ΜΕ ΤΟ DIE DEMENZFREUNDLICHE BIBLIOTHEK WIENER NEUSTADT: Το έργο εστιάζει στην εκπαίδευση για την υγεία και την κοινωνική συμμετοχή των ατόμων με άνοια και των οικογενειακών περιθαλπόντων τους. Έχει σχεδιαστεί ως ένα έργο με ενεργή συμμετοχή έργο προκειμένου να ληφθούν υπόψη πτυχές του προσανατολισμού των αναγκών και της βιωσιμότητας από την αρχή.

Πώς μπορεί αυτό να εφαρμοστεί σε ομάδες υποστήριξης για περιθάλποντες άνοιας:

Το έργο μπορεί να υποστηρίξει Ομάδες Υποστήριξης Περιθαλπόντων Άνοιας προάγοντας την εκπαίδευση για την υγεία, την προώθηση της κοινωνικής συμμετοχής, την υιοθέτηση συμμετοχικής προσέγγισης, την προτεραιότητα της βιωσιμότητας και τη συνεργασία με την κοινότητα για την ευαισθητοποίηση σχετικά με την άνοια και τις επιπτώσεις της σε άτομα και οικογένειες.

Ομάδα στόχος: Ευρύ κοινό, ιδιαίτερα οι ηλικιωμένοι, υπάλληλοι της βιβλιοθήκης, του κέντρου εξυπηρέτησης πολιτών και του μουσείου της πόλης, άτομα με γνωστική διαταραχή/άνοια, περιθάλποντες  
Οργάνωση: Fachhochschule Wiener Neustadt in cooperation with others

Επικοινωνία: Dr.in phil. Verena C. Tatzler, MSc

E-mail: [verena.tatzler@fhwn.ac.at](mailto:verena.tatzler@fhwn.ac.at)

Περισσότερες πληροφορίες (στα Γερμανικά): <https://www.fhwn.ac.at/hochschule/infrastruktur/bibliothek/dembib/projektbeschreibung>  
Περισσότερες πληροφορίες (στα Αγγλικά) : : <https://www.fhwn.ac.at/en/>





Co-funded by  
the European Union

Κοινοπραξία  
InfoCARE

# Θέλετε να μάθετε περισσότερα;



@infocareproject [www.infocare.me](http://www.infocare.me)

[infocare.erasmusproject@gmail.com](mailto:infocare.erasmusproject@gmail.com)



Co-funded by  
the European Union

