



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΝΟΣΟΥ ALZHEIMER
ΚΑΙ ΣΥΓΓΕΝΩΝ ΔΙΑΤΑΡΑΧΩΝ

Επικοινωνία

για τη νόσο Alzheimer

3 ΜΗΝΙΑΙΑ ΕΚΔΟΣΗ

ΤΕΥΧΟΣ 59°

ΕΤΟΣ 16°

ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΣ '14

ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΑ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑ ΝΟΣΟΥ ALZHEIMER ΚΑΙ ΣΥΝΑΦΩΝ ΔΙΑΤΑΡΑΧΩΝ

Αγαπητές φίλες και φίλοι,

Και η πρόσφατη περίοδος που πέρασε και ανήκει πλέον στο παρελθόν ήταν πλούσια από τις ευλογίες το Θεού για την Εταιρεία Alzheimer της Θεσσαλονίκης, αλλά και της Πανελληνίας Ομοσπονδίας Νόσου Alzheimer. Χαρήκαμε την 4η Παγκρήτια Διεπιστημονική Συνάντηση στο Ηράκλειο, την Δημερίδα για τα Ηθικά διλήμματα για τις νέες τεχνολογίες στο ΚΕΔΕΑ στη Θεσσαλονίκη, τη συμμετοχή μας στο 3^ο Συνέδριο Ασθενών στην Αθήνα, τις ευκαιρίες Τέχνης με αφορμή την Έκθεση του εκλεκτού ζωγράφου κ. Μητράκα Ιωάννη στο Βαφοπούλειο της Θεσσαλονίκης, και τις επιστημονικές εκδηλώσεις για το κοινό στη Λάρισα, στη Ρόδο και στη Χαλκίδα. Σ' αυτό το τεύχος θα διαβάσετε λεπτομέρειες για όλες τις ανωτέρω εκδηλώσεις αλλά θα χαρείτε και για κάτι που δεν έχει γίνει μέχρι σήμερα στη χώρα μας: Ασθενής με άνοια μαζί με τη σύζυγό του βρέθηκαν στη Γλασκώβη, στο 24^ο συνέδριο της Alzheimer Europe, όπου μοιράστηκαν τις εμπειρίες που έχουν στη δική μας Εταιρεία με άλλους ασθενείς και περιθάλποντες άλλων ευρωπαϊκών χωρών και γύρισαν ενθουσιασμένοι.

Εύχομαι να ευλογεί ο Θεός πάντοτε κάθε μας προσπάθεια στο παρόν και στο μέλλον και να αξιώσει να ζήσουμε Χαρούμενα Χριστούγεννα και μια ευλογημένη καινούργια χρονιά.

Μάγδα Τσολάκη



2310 810411 -- 07.30 - 15:30

ΓΡΑΜΜΗ ΒΟΗΘΕΙΑΣ

2310 909 000 -- 15:30 - 07:30

24 ώρες το 24ωρο

Στόχοι της Πανελληνίας 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 συγγενών 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

Αγγελίδου Ε.	Ευσταθίου Κ.	Μελισσάρη Ι.	Πλατής Α.
Αδαλή Μ.	Ζαγανάς Ι.	Μερτζιάνη Ε.	Πόππη Ε.
Αλεξιάδου Σ.	Ζαρκάδας Ν.	Μεταλληνός Ι.	Ρηγοπούλου Σ.
Αμερίδου Ι.	Ζαφειρίου Δ.	Μούγιας Α.	Σκιάνης Ι.
Ανδριοπούλου Γ.	Ζαχέιλα Κ.	Μπίσσας Κ.	Σουμπάρα Μ.
Βασιλάκης Β.	Κακογιάννη Ν.	Μπουλγκούρα Β.	Σταματάκης Ν.
Βελεγράκη Θ.	Κάλφας Δ.	Μπρουχάτσα Ε.	Τζανακάκη Μ.
Βελημβασάκη Π.	Καπτσιανού Γ.	Οικονομίδης Δ.	Τζανουδάκη Α.
Βήτας Α.	Καραγιώργος Α.	Παγίτσας Ι.	Τζουράκης Π.
Βοσκοπούλου Δ.	Καρτσακλής Λ.	Παναγιωτάκης Σ.	Τσάνταλη Ε.
Γάτος Κ.	Κασσιδιάρης Σ.	Παπαλιάγκας Β.	Τσοκανάρη Ι.
Γεώργιος Μ.	Κουφογιάννη Κ.	Παπαναστασίου Π.	Τσουνη Π.
Γεωργούση Μ.	Κυριακουλάκη Ε.	Παπαποστόλου Π.	Φωτιάδου Α.
Γκλέτσος Α.	Κυριάκου Μ.	Παππά Α.	Φωτόπουλος Δ.
Γκουλιόβα Α.	Λυγερά Τ.	Παρασκευαΐδης Ν.	Χατζηαδαμίδου Θ.
Δήμας Κ.	Μαρκάτη Λ.	Παττακού Β.	Χατζηγεωργίου Γ.
Ελευθερίου Μ.	Μάρκου Ν.	Πέτρου Δ.	Ψαρουδάκη Κ.
Ευθυμίου Α.	Μαυρογιαννάκη Ε.	Πετρούλιας Κ.	

Ε-

Πιμέλεια: Τσολάκη Μάγδα, Νικολαΐδου Ευδοκία

Ηλεκτρονική επιμέλεια: Λυκάκης Ελευθέριος

Ιδιοκτήτης: Πανελλήνια Ομοσπονδία Νόσου Alzheimer & Συναφών Διαταραχών

Εκδότης: Τσολάκη Μάγδα

Επωνυμία: "Επικοινωνία για τη νόσο Alzheimer"

Έδρα: Πέτρου Συνδίκου 13, ΤΚ 546 43, Θεσσαλονίκη

Τηλ: 2310 810411, 2310 909000 **Fax:** 2310 925802 (Αγ. Ελένη),

2310 351451 (Αγ. Ιωάννης), 2310 342653 (Κ.Η.Φ.Η.)

E-mail: info@alzheimer-hellas.gr

Site: <http://www.alzheimer-hellas.gr>

Facebook: <https://www.facebook.com/AlzheimerHellas>

Εκτύπωση: ΚΕΘΕΑ ΣΧΗΜΑ + ΧΡΩΜΑ

Μήνας - Τεύχος: Δεκέμβριος - 59^ο

Μπορώ

να καταλάβω ότι τα υψηλής ποιότητας φάρμακα και η φροντίδα βοήθησαν τους δυο γιους μου να ζουν μια φυσιολογική ζωή, παρόλα τα προβλήματα που τους δημιουργεί η ασθένεια τους.

Μπορώ...

γιατί

η εμπιστοσύνη υπερβαίνει τα αυστηρά παγκόσμια πρότυπα ποιότητάς μας. Αυτό που έχει σημασία πάνω από όλα, είναι ότι νοιαζόμαστε για τους ανθρώπους.

Η Mylan είναι μια κορυφαία φαρμακευτική εταιρεία παραγωγής γενεοσήμων προϊόντων με παρουσία σε πάνω από 140 χώρες σε όλο τον κόσμο. Παρέχει πρόσβαση σε ένα ευρύ φάσμα φαρμάκων υψηλής ποιότητας, προσιτών σε όλους.

Η προτεραιότητα για όλους εμάς στη Mylan είναι η ίδια: εσείς και οι ασθενείς σας.

Επισκεφθείτε: YourMylan.com

Dean και Cole

**Η δική μας
Mylan
είναι η δική
σας Mylan**

Mylan®
Seeing
is believing

MYL_AD_06-04/14

Οικογενειακή..... θεραπεία όχι στην θεωρία αλλά στην πράξη

Η κ. Όλγα, συμμετέχει στις ομάδες περιθαλπόντων πολλά χρόνια. Ο σύζυγός της πάσχει από την νόσο Alzheimer και βρίσκεται σε προχωρημένο στάδιο, έχοντας πολύ χαμηλή λειτουργικότητα και περιορισμένη επικοινωνία. Ένα πρωί η Όλγα ήρθε στην ομάδα και θέλησε να μοιραστεί μαζί μας ένα γράμμα, που είχε λάβει από την αγαπημένη της αδελφή, που ζει σε ένα νησί. Όταν τελείωσε την ανάγνωση όλοι ήμασταν βουρκωμένοι και σιωπηλοί, σεβόμενοι τα λόγια που θα διαβάσετε και εσείς παρακάτω. Η ομάδα για την ημέρα εκείνη είχε τελειώσει, κανείς δεν είχε να πει κάτι παραπάνω, κανένα επιστημονικό άρθρο, έρευνα ή αναφορά δεν μπορούσε να σταθεί δίπλα στα λόγια αγάπης και υποστήριξης που εξέφραζε η αδελφή της Όλγας.. προς όλους μας. Τότε συνειδητοποίησα, ως οικογενειακή θεραπεύτρια, ότι τελικά η «οικογενειακή θεραπεία» να ήταν και κάτι άλλο από αυτό που τόσα χρόνια διαβάζω στα βιβλία. Οικογενειακή θεραπεία, ίσως είναι και η θεραπεία που παίρνουμε από την οικογένεια μας, η αγάπη και η στήριξη, αυτή η αίσθηση του «ανήκειν». Οικογενειακή θεραπεία, ίσως δεν είναι μόνο να διαχειριζόμαστε τις συγκρούσεις σε μια οικογένεια ή να προσπαθούμε να βελτιώνουμε την επικοινωνία. Οικογενειακή θεραπεία ίσως τελικά είναι από μια άλλη ματιά, η θεραπεία που παίρνουμε από την οικογένεια μας. Δυστυχώς μάθαμε να εστιάζουμε στα οικογενειακά προβλήματα που αντιμετωπίζει ένας περιθάλποντας ασθενούς με άνοια. Υπάρχει όμως και η άλλη πλευρά της οικογένειας. Ας εστιάσουμε λοιπόν και στην άλλη πλευρά, σε αυτά που έχουμε και όχι μόνο σε αυτά που δεν έχουμε από την οικογένειά μας.

«Ο αδελφός μας, μου είπε ότι ψες βράδυ πέρασες μια δύσκολη νύχτα αδελφή μου. Σε κούρασε (άθελά του) ο σύντροφός σου κι εσύ κουρασμένη εξαντλημένη κατέρρευσες. Φώναξες βοήθεια, όμως δε σ' άκουσε κανείς. Ούτε ο αδελφός μας, που μένει στον κάτω όροφο. Κι εγώ είμαι χιλιόμετρα μακριά σου, μας χωρίζει μια απέραντη θάλασσα. Δεν μπορούσα να είμαι κοντά σου. Η αργή αλλά σταθερή φθορά του συντρόφου σου, φθίνει και τις δικές σου αντοχές. Γερνάμε καλή μου, έρχεται η ώρα που θα μείνουμε μόνοι, αντιμέτωποι με το χρόνο. Τα παιδιά μας με τις οικογένειες τους είναι μακριά. Δεν περιμένουμε τίποτα από τα σπλάχνα μας.. Μείναμε μόνοι ήδη, το νιώθω. Αυτές τις στιγμές αναπολώ τις ώρες εκείνες που ξέγνοιαστα κοιμόμασταν στρωματσάδα και τα τέσσερα αδέρφια πάνω στην ψάθα. Όλα τα ζούσαμε έντονα, χωροφύλακα που έστεκε έξω από την αυλόπορτα για να ελέγχει τα βήματα του πατέρα, που είχε έρθει με άδεια από την εξορία. Τότε είχαμε άλλες ανασφάλειες. Την μόνη που δεν είχαμε ήτανε της μοναξιάς. Σήμερα, έτσι όπως έχουν ανατραπεί οι ζωές μας, κι εμείς φθάσαμε στη δύση της φθαρτής ύπαρξής μας, εκείνο που μας σκιάζει περισσότερο είναι η μοναξιά. Αναρωτιέμαι ποιο είναι περισσότερο δύσκολο, το πιο τρομερό. Το τότε ή το τώρα; Γέρνω

προς το τώρα αδελφή μου. Ίσως γιατί μας βαραίνει η σκέψη, η έγνοια των παιδιών μας. Τότε εμείς ήμασταν το σήμερα. Σήμερα εμείς είμαστε το χθες. Τα παιδιά και τα εγγόνια μας έχουν πάρει την θέση μας στο σήμερα. Όμως μαύρη πίσσα η ζωή! Σκεφτόμαστε το παρόν τους, το μέλλον τους. Τρέμουμε από φόβο, όχι για μας, για το δικό τους αύριο. Αυτή η έγνοια κάνει πιο δύσκολα τα γηρατιά μας, τη μοναξιά μας. Ένα μόνο να ευχόμαστε, να ζήσουμε ως το τέλος μας όρθιοι και αυτοεξυπηρετούμενοι. Για σένα είναι πολύ δύσκολο αυτό, γιατί βιώνεις καθημερινά τη φθορά του συντρόφου σου. Ίσως πιστεύεις πως οι ευχές δεν πιάνουν και έχεις δίκιο. Κάνε κουράγιο, πρέπει να το αντέξεις.

Πόσο θα 'θελα πιασμένες χέρι χέρι να βαδίσουμε στην ακροθαλασσιά όπου θα μας περιμένει το καϊκάκι για να μας ταξιδέψει σε ανοιχτές θάλασσες. Κι εκεί σ' ανοιχτά να κάνουμε την κατάδυσή μας σαν καλές κολυμβήτριες. Χωρίς να φοβόμαστε τη θάλασσα, γιατί δεν ξέρουμε κολύμπι, όπως είχε συμβεί όταν ήσουν κοπελίτσα και αναποδογύρισε η βάρκα σου μαζί με τους υπόλοιπους της παρέας. **Αλλά εσύ κρατήθηκες στον αφρό γιατί έψαχνες να βρεις το καινούργιο πεδλάκι σου, που ξέφυγε από το πόδι, θυμάσαι;** Δυο μέρες δουλειάς σκυμμένη στην ραπτομηχανή είχαν στοιχίσει εκείνα τα πεδλάκια κι εσύ, με τίποτα δεν ήθελες να τα χάσεις. Αυτό σ' έσωσε τότε από τον πνιγμό. **Τώρα τα παιδιά μας είναι τα καινούργια μας πεδλάκια...** Γι' αυτά αξίζει να μείνουμε στον αφρό, όσο περισσότερο μπορούμε. Μη φοβάσαι ίσως υπάρχει χαρούμενο μέλλον και για μας. Το τέλος, η ανάπαυση του κορμιού μας. Κάποτε θα ξεκουραστούμε, δεν θα πονάμε, ούτε θα πικραινόμαστε καθώς αέναα θα ταξιδεύουμε στο σύμπαν και θα βλέπουμε τις ζωές των παιδιών μας. Το ελπίζω αδελφή μου, να το ελπίζεις κι εσύ. **Μπορεί οι ελπίδες να είναι καλύτερες από τις ευχές, ίσως και να πραγματοποιούνται, γιατί πιστεύω εξαρτώνται κι από τη δική μας θέληση και τον προσωπικό μας αγώνα μικρό ή μεγάλο για να ανατείλει κάποτε ο ήλιος της δικαιοσύνης, όπως λέει ο ποιητής.**

Σ' αγαπώ και σε φιλώ γλυκά. Καλό κουράγιο, καλή δύναμη.

Η αδελφή σου.»

**Τουμπαλίδου Μαρία,
Ψυχολόγος- Οικογενειακή Θεραπεύτρια**



Δελτίο Τύπου 4ης Παγκρήτιας Διεπιστημονικής Συνάντησης - Αποτελέσματα

Ολοκληρώθηκαν με επιτυχία οι εργασίες της 4^{ης} Παγκρήτιας Διεπιστημονικής Συνάντησης Νόσου Alzheimer και Συναφών Διαταραχών που διοργάνωσε η Εταιρεία του Ηρακλείου «ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗ», σε συνεργασία με την Ιατρική Σχολή του Πανεπιστημίου Κρήτης, στο πλαίσιο εορτασμού της Παγκόσμιας Ημέρας Νόσου Alzheimer και της Παγκόσμιας Ημέρας για την Τρίτη Ηλικία. Η Επιστημονική Συνάντηση έλαβε χώρα στο Ηράκλειο, στο Ξενοδοχείο Galaxy, από τις 26 μέχρι και τις 28 Σεπτεμβρίου, με διεθνή συμμετοχή.

Το Συνέδριο τέθηκε υπό την αιγίδα της Περιφέρειας Κρήτης και της 7^{ης} Υγειονομικής Περιφέρειας, του Κέντρου Ευρωπαϊκής Πληροφόρησης Κρήτης, του Δήμου Ηρακλείου και του Ιατρικού Συλλόγου Ηρακλείου, της Ιατρικής Εταιρείας Κρήτης και της Ελληνικής Ομοσπονδίας Νόσου Alzheimer. Πραγματοποιήθηκε επίσης με τη συνεργασία των Ερευνητικών Προγραμμάτων του Πανεπιστημίου Κρήτης «ΘΑΛΗΣ» και «ΣΚΕΨΗ - Διασυνοριακού Προγράμματος Ελλάδας-Κύπρου» καθώς και των Εταιρειών Νόσου Alzheimer Νομών Χανίων, Ρεθύμνου και Λασιθίου.

Μεγάλος αριθμός επαγγελματιών υγείας, που εμπλέκονται στη φροντίδα των ασθενών με άνοια και των οικογενειών τους, όπως ιατροί, ψυχολόγοι, κοινωνικοί λειτουργοί, νοσηλευτές, διαιτολόγοι, λογοθεραπευτές, φυσιοθεραπευτές, εργασιοθεραπευτές, φοιτητές, καθώς και κοινό του Ηρακλείου παρακολούθησαν το συνέδριο.

Στο συνέδριο διατυπώθηκαν σύγχρονα δεδομένα σχετικά με την αιτιοπαθογένεια της άνοιας από τις Η.Π.Α. και την Ιατρική Σχολή Mount Sinai της Ν. Υόρκης, νέες τεχνικές και κλίμακες στη διάγνωση της ήπιας νοητικής διαταραχής καθώς και ψυχοθεραπευτικές παρεμβάσεις για ανακοπή της πορείας της προς άνοια. Επίσης παρουσιάστηκαν νεώτερα και αισιόδοξα δεδομένα για ουσίες που σχετίζονται με τη νευρογένεση του ενήλικα εγκεφάλου και την πιθανή χρήση τους στο μέλλον για θεραπεία της νόσου από το εργαστήριο Ιατρικής Φαρμακολογίας της Ιατρικής Σχολής του Πανεπιστημίου Κρήτης και για τη χρήση των ρομπότ στην υπηρεσία των ασθενών με άνοια από το εργαστήριο Ρομποτικής του ΙΤΕ.

Την τελευταία ημέρα του Συνεδρίου παρουσιάστηκαν τα πρώτα αποτελέσματα από τα μεγάλα Προγράμματα «ΘΑΛΗΣ» και «ΣΚΕΨΗ» που τρέχουν στο νομό και την πόλη του Ηρακλείου τα τελευταία δύο έτη από το Πανεπιστήμιο. Αντικείμενο της μελέτης των προγραμμάτων είναι η διάγνωση της Νόσου Alzheimer και της ήπιας νοητικής διαταραχής σε ένα πληθυσμό 3200 ατόμων που προσήλθαν στα αγροτικά ιατρεία του νομού και στη συνέχεια επιλεκτικά παραπέμφθηκαν στα εξειδικευμένα ιατρεία του Προγράμματος, καθώς και 300 ατόμων με δυσκολίες στη μνήμη. Με βάση τα πρώτα δεδομένα



αξιολογήθηκε η πιθανή επίδραση πληθώρας παραγόντων στις νοητικές λειτουργίες των ηλικιωμένων, όπως η διατροφή, η παρουσία άλλων ασθενειών, προβλήματα στο ύπνο, καθώς και συναισθηματικές δυσκολίες στην καθημερινή ζωή.

Τέλος, κατά τη διάρκεια του Συνεδρίου, αναδείχθηκε η σημασία της ολιστικής και διεπιστημονικής προσέγγισης του ηλικιωμένου ασθενή και του ασθενή με άνοια και επισημάνθηκε η δύναμη και η αξία του εθελοντισμού, ιδιαίτερα στις μέρες μας.

Για την Οργανωτική Επιτροπή

Ιωάννα Κορτσιδάκη Συμεών Παναγιωτάκης

Για την Επιστημονική Επιτροπή

Αλέξανδρος Βγόντζας Δημήτριος Μπούμπας

Χρήστος Λιονής Παναγιώτης Σίμος

Ιωάννης Ζαγανάς

Θερμές ευχαριστίες απευθύνουμε σε όλους όσους με την ηθική και υλική τους συμπαράσταση συνέβαλαν στην επιτυχία της διοργάνωσης:

AEGEAN, Οπτικά Μαρκάκης, HaMed, ξενοδοχείο Galaxy, Πλαστικά Κρήτης, Δήμο Ηρακλείου, Περιφέρεια Κρήτης, europe direct, Εφημερίδα ΠΑΤΡΙΣ, ΚΡΗΤΗ TV, TV CRETA, 4U CHANNEL, Εθνική Τράπεζα, ξενοδοχείο Αστόρια, ξενοδοχείο EL GRECO

Επίσης, ευχαριστούμε το Ιστορικό Μουσείο Κρήτης, που μας έδωσε την ευκαιρία να συμμετέχουμε στον εορτασμό των 400 χρόνων από το θάνατο του Δομήνικου Θεοτοκόπουλου, με ξενάγηση στους χώρους του.

Τέλος, ευχαριστούμε ιδιαίτερα, όλους μαζί και καθένα ξεχωριστά, τους εθελοντές της Εταιρείας Νόσου Alzheimer και συναφών διαταραχών Νομού Ηρακλείου «ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗ» για την ανεκτίμητη προσφορά τους όλα αυτά τα χρόνια.

Η Εταιρεία του Ηρακλείου «ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗ» παραμένει ανοικτή σε όλους με τα καθημερινά κατά τόπους προγράμματά της που αφορούν τη νοητική ενδυνάμωση των ασθενών, τα προγράμματα λογοθεραπείας καθώς και τις ομάδες ενημέρωσης εκπαίδευσης και ψυχολογικής υποστήριξης των περιθαλπόντων και των οικογενειών.

Πληροφορίες: τηλέφωνα 2810226308, 6974192595



Βραδιά του Ερευνητή

Στις 26 Σεπτεμβρίου η επιστήμη γιόρτασε τη Βραδιά του Ερευνητή. Η φετινή βραδιά διοργανώθηκε σε 9 πόλεις στην Ελλάδα με σύνθημα «Η έρευνα σε ταξιδεύει παντού». Στη Θεσσαλονίκη η διοργάνωση έλαβε χώρα στην Αποθήκη Γ' στο Λιμάνι. Παραθέτουμε απόσπασμα από την επίσημη σελίδα της διοργάνωσης

www.rengreece.gr

“Πλήθος κόσμου στη «Βραδιά του Ερευνητή» στη Θεσσαλονίκη

Κατακλύστηκε από κόσμο κάθε ηλικίας η Αποθήκη Γ' στο Λιμάνι Θεσσαλονίκης το βράδυ της Παρασκευής 26 Σεπτεμβρίου 2014, όπου το Εθνικό Κέντρο Έρευνας και Τεχνολογικής Ανάπτυξης συντόνισε για μία ακόμη χρονιά την πανευρωπαϊκή Βραδιά του Ερευνητή στη Θεσσαλονίκη. Κατά τη διάρκεια της βραδιάς, οι επισκέπτες είχαν την ευκαιρία να συμμετάσχουν μέσα από τα εκθέματα του ΕΚΕΤΑ σε μία πληθώρα διαδραστικών πειραμάτων, δρώμενων και συζητήσεων σε θέματα που αφορούν στις έξυπνες πόλεις, στην οδική ασφάλεια, στην καθαρή ενέργεια, στο περιβάλλον, στις ρομποτικές εφαρμογές, στην υγεία, στο Infotainment, στον πολιτισμό, στη διατροφή καθώς και σε πολλά άλλα.

Συγκεκριμένα οι πολίτες της Θεσσαλονίκης είδαν από κοντά τα έξυπνα οχήματα του μέλλοντος, παρατήρησαν το DNA των οργανισμών, εξερεύνησαν το ταλέντο τους στην αγγειοπλαστική με τη βοήθεια της εικονικής πραγματικότητας, εκπαιδεύτηκαν σε τεχνικές ασφαλούς οδήγησης χρησιμοποιώντας τον προσομοιωτή οδήγησης, συνομίλησαν με το ρομπότ βοηθό, διαγωνίστηκαν στο διαδραστικό πίνακα ανανακλαστικών, γνώρισαν από κοντά τους ερευνητές και συζήτησαν μαζί τους επίκαιρα θέματα και λύσεις που δίνει η έρευνα και η τεχνολογία σε προβλήματα της καθημερινότητας. Στην παιδική γωνιά, οι μικροί επισκέπτες είχαν την ευκαιρία να κατανοήσουν με εύκολο και ευχάριστο τρόπο διάφορα θέματα της έρευνας και της τεχνολογίας μέσα από παιδικές παραστάσεις, διαδραστικά παιχνίδια, ζωγραφιές κ.ά.

Παράλληλα κατά τη διάρκεια των ομιλιών ο κ. Δημήτρης Λακασάς, Πρόεδρος της Αλεξάνδρειας Ζώνης Καινοτομίας μίλησε για την Καινοτομία και Εξωστρέφεια ως το βασικό μοχλό ανάπτυξης μιας κοινωνίας ενώ η διευθύντρια Ερευνών του Ινστιτούτου Βιώσιμης Κινητικότητας και Δικτύων Μεταφορών του ΕΚΕΤΑ κα. Γ. Αύφαντοπούλου αναφέρθηκε σε συστήματα έξυπνης μεταφοράς στις πόλεις και στη χρήση νέων τεχνολογιών στις καθημερινές

μετακινήσεις. Ο κ. Αναγνώστης Αργυρίου, ερευνητής του Ινστιτούτου Εφαρμοσμένων Βιοεπιστημών του ΕΚΕΤΑ επεσήμανε τις ευκαιρίες που δημιουργούν οι εξελίξεις στις νέες γονιδιωματικές τεχνολογίες για την ανάπτυξη νέων καινοτόμων προϊόντων και υπηρεσιών ενώ στη συνέχεια η ερευνητρια του Ινστιτούτου Χημικών Διεργασιών και Ενεργειακών Πόρων του ΕΚΕΤΑ κα. Σ. Μπαλωμένου παρουσίασε τεχνολογίες παραγωγής και αποθήκευσης ενέργειας για διαστημικές εφαρμογές. Η Βραδιά έκλεισε με το πρωτότυπο μουσικό – επιστημονικό δρώμενο “The Street value of Science» όπου ο Θανάσης Κωνσταντόπουλος του ΕΚΕΤΑ με τη μουσική συνοδεία ενός από τα δυναμικότερα Blues – Rock group της Ευρώπης «Νίκος Ντουρούσης και οι Backbone», ανέλυσε επίκαιρα ερευνητικά θέματα και ήρθε σε ζωντανό διάλογο με τους επισκέπτες.

Μετά τη μεγάλη επιτυχία που σημείωσε η Βραδιά του Ερευνητή, οι διοργανωτές δίνουν ραντεβού στον κόσμο της Θεσσαλονίκης για τον ερχόμενο Σεπτέμβρη με ακόμα περισσότερα δρώμενα, έρευνα και τεχνολογία.”

Η Alzheimer Hellas συμμετείχε στην εκδήλωση με πλούσιο ενημερωτικό υλικό και με 2 ερευνητικές προτάσεις!

Νικολαΐδου Ευδοκία

Ψυχολόγος, Α.Π.Θ., MSc Διοίκηση Μονάδων Υγείας



21η Σεπτεμβρίου: Τι θα πει «Ημέρα του Alzheimer»;

Είναι η 21η Σεπτεμβρίου «Ημέρα του Alzheimer». Αυτές οι - ορισμένες από τον ΟΗΕ ή την Ε.Ε.- «Ημέρες του [της]» έχουν εντελώς αμφίβολη χρησιμότητα. Μάλιστα φορές-φορές καταλήγουν να λειτουργούν γραφικά, σχεδόν μειωτικά για τα (όχι σπάνια) σημαντικά μέτρωπα προβληματισμού και ευαισθητοποίησης που πάνε να αναδείξουν.



ανεύρεσης σκευάσματος -για να ονομασθεί κάτι φάρμακο πρέπει να περάσει από τριάντα κύματα δοκιμών! - για το Alzheimer, μόλις κατατέθηκε ως πατέντα στις ΗΠΑ. Να δούμε].

Αντώνης Παπαγιαννίδης, Δημοσιογράφος

Τα νέα του Διοικητικού Συμβουλίου της Ομοσπονδίας

Αγαπητά μέλη του Δ.Σ. και μέλη της Ομοσπονδίας, **Θ**α θέλαμε να σας ευχαριστήσουμε για την παρουσία σας την Πέμπτη 20/9/14 και την επιτυχή διεξαγωγή του 8^{ου} Δ.Σ. της Πανελληνίας Ομοσπονδίας Νόσου Alzheimer και Συναφών Διαταραχών. Αναφέρουμε κάποια βασικά σημεία της συνάντησης προς ενημέρωση όσων δεν μπόρεσαν να παραστούν:

- Ενημέρωση για τα προγραμματιζόμενα συνέδρια και ημερίδες στην Ελλάδα (Ηθικά διλήμματα και νέες τεχνολογίες, Κατευθυντήριες οδηγίες, Εθνικό Στρατηγικό Σχέδιο, Παγκρήτια, Γεροντολογική, Patients in Power)
- Συζήτηση για τις εκδηλώσεις εορτασμού της Παγκόσμιας Ημέρας Νόσου Alzheimer από τις εταιρείες μέλη της Ομοσπονδίας που δραστηριοποιούνται ανά την Ελλάδα
- Παραύσιαση της έκθεσης της Παγκόσμιας Εταιρείας Νόσου Alzheimer (ADI) για τη Νόσο
- Ενημέρωση για την πορεία εργασιών σχετικά με το Εθνικό Στρατηγικό Σχέδιο και τις Κατευθυντήριες οδηγίες για την άνοια
- Ενημέρωση για τα αποτελέσματα της πρωτοβουλίας για την υπογραφή δέσμευσης για την άνοια στα πλαίσια των δημοτικών-περιφερειακών εκλογών και των ευρωεκλογών
- Αλλαγή στην εκπροσώπηση της Ρόδου στην Ομοσπονδία
- Δραστηριότητα και νέα των εταιρειών στην Κρήτη, τον Βόλο και τη Χίο
- Προγραμματισμός διεξαγωγής του νέου Συμβουλίου τον Μάιο του 2015



Έτυχε αυτές τις μέρες να βρεθούμε στη Θεσσαλονίκη, παρακολουθώντας τις εργασίες της Διημερίδας «Ηθικά Διδάγματα και Νέες Τεχνολογίες για την Άνοια». Σε αυτήν, με τον συντονισμό της καθηγήτριας Μάγδας Τσολάκη και την συνεργασία/στήριξη του Κέντρου Διάδοσης Ερευνητικών Αποτελεσμάτων του Αριστοτελείου, του Πανελληνίου Ινστιτούτου Νευροεκφυλιστικών Νοσημάτων, της Ελληνικής Εταιρείας Νόσου Alzheimer, των Ερευνητικών Προγραμμάτων ASPAD και Εν-ΝΟΗΣΗΣ αλλά και των Υποτροφιών Αγγελουπούλου CGIU (υπότροφος η Βαΐτσα Γιαννούλη). Δόθηκε η ευκαιρία σ' ένα κοινό που περιλάμβανε ερευνητές, γιατρούς, κοινωνικούς λειτουργούς, νομικούς -αλλά και πολλούς άμεσα ενδιαφερόμενους για τους οποίους το πρόβλημα της άνοιας είναι άμεσο βίωμα- να δουν τι δρόμος ανοίγεται μπροστά. Από τις τεχνολογικές καινοτομίες που επιστρατεύουν έξυπνους αισθητήρες ή τρισδιάστατες αναπαραστάσεις (μέχρι επισκέψεις εικονικών μουσείων!), ή πάλι γεννούν εικονικούς "βοηθούς" (έως και εικονικές νοσοκόμες ή/και κατοικίδια συντροφιάς) μέχρι την αναζήτηση μη-φαρμακευτικών παρεμβάσεων (32 κατηγορίες απαρτιμεί η Alzheimer Ελλάς: χαλάρωση με πολυαισθητηριακά ερεθίσματα, ασκήσεις λόγου, νοητική εκπαίδευση μέσω παιχνιδιού, διαχείριση άγχους, οικογενειακή εκπαίδευση, χορωδία, στρατηγικές άσκησης μνήμης...), ένας ολόκληρος κόσμος μη-παραίτησης διεκδίκησε την προσοχή. Από δίπλα, και η μελέτη των άνευ τέλους νομικών ζητημάτων που βρίσκουν μπροστά τους οι οικογένειες των ασθενών με άνοια, αλλά και το βουνό των ηθικών διλημάτων που ορθώνεται -ακόμη πιο απειλητικά- όσο η ίδια η ιατρική και η τεχνολογία προχωρούν.

Ως εδώ, θα σκεφθείς φίλε αναγνώστη, τίποτε το συγκλονιστικό: σ' όλες τις επιστήμες έχουμε προόδους, στις επιστήμες της ζωής πολύ περισσότερο. Δύο στοιχεία, όμως, διαφοροποίησαν τη Διημερίδα της Θεσσαλονίκης και για μας είναι η αιτία αυτού του σημειώματος. Ακόμη και τα πιο «ξερά» θέματα είχαν ανθρώπινη παρουσία, στιγμές-στιγμές (όπως αυτή της χορωδίας ηλικιωμένων) συγκινησιακά φορτισμένη. Ενώ γνώσια αντιπροσωπεύθηκε, στην πράξη, το Μπρεχτικό «Σκοπός της επιστήμης δεν είναι να ξεπερνιούνται τα όρια, αλλά να τίθενται όρια στο άπειρο λάθος».

[Και ένα παραλείπόμενο, από άλλο περιβάλλον: με ελληνική πρωτοβουλία και μετά από δοκιμές σε ελληνικό εργαστήριο φαίνεται πως μία ακόμη προσπάθεια

Παγκόσμια Εταιρεία Alzheimer - ADI



Alzheimer's Disease International

The global voice on dementia

Η ΕΚΘΕΣΗ ΤΗΣ ΠΑΓΚΟΣΜΙΑΣ ΕΤΑΙΡΕΙΑΣ ΝΟΣΟΥ ALZHEIMER ΑΠΟΚΑΛΥΠΤΕ ΠΕΙΣΤΙΚΑ ΤΕΚΜΗΡΙΑ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΛΑΤΤΩΣΗ ΤΟΥ ΚΙΝΔΥΝΟΥ ΕΜΦΑΝΙΣΗΣ ΑΝΟΙΑΣ

Ο κίνδυνος εμφάνισης άνοιας μπορεί να τροποποιηθεί με τον έλεγχο του καπνίσματος και την πρόληψη, την έγκαιρη διάγνωση και τον έλεγχο της υπέρτασης και του διαβήτη.

Λονδίνο, 17 Σεπτεμβρίου 2014: Η Παγκόσμια Έκθεση Alzheimer για το 2014 «Άνοια και μείωση του κινδύνου: Μια ανάλυση των παραγόντων προστασίας και τροποποίησής του», που ανακοινώθηκε σήμερα, προτείνει να συμπεριληφθεί η άνοια τόσο στα εθνικά όσο και στα παγκόσμια προγράμματα υγείας στις άλλες σημαντικές μη μεταδοτικές νόσους (NCDs).

Η Παγκόσμια Εταιρεία Νόσου Alzheimer (ADI) ανέθεσε σε μια ομάδα ερευνητών, της οποίας ηγούνταν ο καθηγητής του King's College του Λονδίνου Martin Prince, να συντάξει την έκθεση. Η ADI δημοσιεύει αυτή την έκθεση, συνδυάζοντάς την με την Παγκόσμια Μέρα Alzheimer's™ (21 Σεπτεμβρίου) και ως μέρος του Παγκόσμιου Μήνα Alzheimer, μιας παγκόσμιας καμπάνιας για την ευαισθητοποίηση του κοινού και την απομάκρυνση του στίγματος σχετικά με τη νόσο.

Η έκθεση αποκαλύπτει ότι η ρύθμιση του διαβήτη και της υψηλής αρτηριακής πίεσης καθώς και μέτρα που θα ενθαρρύνουν τη διακοπή του καπνίσματος και την ελάττωση των καρδιαγγειακών απειλών, παρέχουν τη δυνατότητα να μειωθεί ο κίνδυνος εμφάνισης άνοιας ακόμα και σε μεγάλη ηλικία. Η έκθεση αποκάλυψε ότι ο διαβήτης μπορεί να αυξήσει τον κίνδυνο εμφάνισης άνοιας σε ποσοστό 50%. Η παχυσαρκία και η έλλειψη φυσικής δραστηριότητας αποτελούν σημαντικούς παράγοντες κινδύνου για την εμφάνιση διαβήτη και υπέρτασης και συνακόλουθα ενοχοποιούνται.

Ενώ η καρδιαγγειακή υγεία βελτιώνεται σε πολλές χώρες υψηλού εισοδήματος, σε πολλές χώρες χαμηλού και μεσαίου εισοδήματος εμφανίζεται αύξηση σε συμπεριφο-

ρές έκθεσης σε παράγοντες επιβαρυντικούς για την καρδιαγγειακή υγεία, οδηγώντας έτσι σε αυξημένα ποσοστά εμφάνισης διαβήτη, καρδιακών νόσων και εγκεφαλικών επεισοδίων.

Στην έκθεση η διακοπή του καπνίσματος συνδέεται ισχυρά με τη μείωση του κινδύνου εμφάνισης άνοιας. Για παράδειγμα, έρευνες έχουν δείξει ότι ανάμεσα σε άτομα ηλικίας 65 ετών και άνω οι πρώην καπνιστές είχαν τις ίδιες πιθανότητες ανάπτυξης άνοιας με όσους δεν είχαν καπνίσει ποτέ. Αντίθετα, όσοι συνέχισαν να καπνίζουν αντιμετωπίζουν πολύ μεγαλύτερο κίνδυνο.

Επιπλέον, η έκθεση απέδειξε ότι όσοι είχαν ευκαιρία να λάβουν υψηλότερα επίπεδα εκπαίδευσης αντιμετωπίζουν μικρότερο κίνδυνο εμφάνισης άνοιας σε όσημη ηλικία. Τα ερευνητικά στοιχεία καταλήγουν ότι ενώ η εκπαίδευση δεν έχει αντίκτυπο στις αλλαγές που συμβαίνουν στον εγκέφαλο και οδηγούν στην άνοια, ωστόσο ελαττώνει την επίπτωση που αυτές έχουν στις διανοητικές λειτουργίες.

Στοιχεία της έκθεσης υποδεικνύουν ότι αν στην έναρξη των γηρατειών έχουμε έναν καλύτερα ανεπτυγμένο και υγιέστερο εγκέφαλο, είναι πιο πιθανό να ζήσουμε περισσότερο και να έχουμε πιο ευτυχή και ανεξάρτητη ζωή, με μια κατά πολύ μειωμένη πιθανότητα ανάπτυξης άνοιας. Η προφύλαξη της υγείας του εγκέφαλου σε όλη την πορεία της ζωής του ανθρώπου, και πιο ειδικά στη μέση ηλικία, είναι πολύ σημαντική καθώς οι αλλαγές στον εγκέφαλο μπορεί να ξεκινήσουν δεκαετίες προτού εμφανιστούν τα συμπτώματα.

Η έκθεση, επίσης, προτρέπει τα προγράμματα για τις μη μεταδοτικές ασθένειες (NCDs) να είναι δεκτικά και στα ηλικιωμένα άτομα, προωθώντας το μήνυμα ότι δεν είναι ποτέ αργά να αλλάξει ο τρόπος ζωής. Η μελλοντική εξέλιξη της παγκόσμιας επιδημίας της άνοιας είναι πολύ πιθανό να εξαρτηθεί κατά κύριο λόγο από την επιτυχία ή την αποτυχία των προσπαθειών να βελτιωθεί η δημόσια υγεία του παγκόσμιου πληθυσμού. Ο συνδυασμός των προσπαθειών για την αντιμετώπιση του όλο και αυξανόμενου παγκοσμίως φορτίου των NCDs κρίνεται στρατηγικά σημαντική, αποδοτική και αποτελεσματική. Η υιοθέτηση ενός πιο υγιεινού τρόπου ζωής αποτελεί ένα θετικό βήμα για την πρόληψη εμφάνισης πολλών χρόνιων νόσων, συμπεριλαμβανομένων του καρκίνου, των καρδιακών νόσων, του εγκεφαλικού επεισοδίου και του διαβήτη.

Ωστόσο, ερευνητικά στοιχεία που δημοσίευσε η Bupa απέδειξαν ότι πολλοί άνθρωποι δεν γνωρίζουν τις αιτίες και τις ενέργειες στις οποίες πρέπει να προβούν για να μειώσουν δυναμικά τον κίνδυνο εμφάνισης άνοιας. Μόλις το 1/6 (17%) των ατόμων συνειδητοποιούσαν ότι η κοινωνική δραστηριότητα με φίλους και οικογένεια θα μπορούσε να έχει επίπτωση στη μείωση του κινδύνου. Μόνο το 1/4 (25%) ταυτοποίησε το υπερβολικό βάρος ως ένα πιθανό επιβαρυντικό παράγοντα, και μόλις ο 1 στους 5 (23%) είπε ότι η φυσική δραστηριότητα μπορεί

να επηρεάσει τον κίνδυνο που αντιμετωπίζουν για την ανάπτυξη άνοιας και την απώλεια των αναμνήσεών τους. Η έκθεση, ακόμα, αποκάλυψε ότι πάνω από τα 2/3 (68%) των ατόμων που ερωτήθηκαν παγκοσμίως ανησυχούν για το αν θα αναπτύξουν άνοια σε όψιμη ηλικία.



Ο καθηγητής του Ινστιτούτου Ψυχιατρικής, Ψυχολογίας και Νευροεπιστημών του King's College του Λονδίνου Martin Prince και συγγραφέας της έκθεσης, σχολίασε: «Υπάρχουν αποδείξεις από διάφορες έρευνες ότι η συχνότητα εμφάνισης άνοιας μειώνεται στις χώρες υψηλού εισοδήματος, μείωση συνδεδεμένη με τη βελτίωση της εκπαίδευσης και της καρδιαγγειακής υγείας. Πρέπει να κάνουμε ό,τι μπορούμε για να επιτείνουμε αυτές τις τάσεις. Με ένα εκτιμώμενο παγκόσμιο κόστος της νόσου που ξεπερνά τα 600 δισεκατομμύρια δολάρια, το διακύβευμα δεν θα μπορούσε να είναι υψηλότερο».



Ο Marc Wortmann, Διευθυντής της Παγκόσμιας Εταιρείας Νόσου Alzheimer είπε: «Από την άποψη της δημόσιας υγείας, είναι σημαντικό να αναδειχθεί ότι οι περισσότεροι παράγοντες κινδύνου για την εμφάνιση άνοιας επικαλύπτουν τους αντίστοιχους για τις άλλες μεγάλες NCDs. Σε χώρες υψηλού εισοδήματος, υπάρχει μια αυξημένη προσοχή στην υιοθέτηση πιο υγιεινού τρόπου ζωής, αλλά το ίδιο δεν συμβαίνει σε χαμηλού ή μεσαίου εισοδήματος χώρες. Ως το 2050, εκτιμάται ότι το 71% των ατόμων με άνοια θα ζουν σε αυτές τις περιοχές και γι' αυτό η εφαρμογή αποτελεσματικών εκστρατειών για τη δημόσια υγεία μπορεί να βοηθήσει στην ελάττωση του παγκόσμιου κινδύνου».

Ο καθηγητής Graham Stokes, Διευθυντής της Φροντίδας για την Άνοια στη Bupa, είπε: «Ενώ η ηλικία και οι γενετικοί παράγοντες είναι κομμάτι των παραγόντων κινδύνου εμφάνισης της νόσου, το να μη καπνίζει κανείς, το να τρώει υγιεινά, το να ασκείται και να έχει ένα καλό επίπεδο εκπαίδευσης, σε συνδυασμό με την εξάσκηση του εγκεφάλου ώστε να κρατιέται ενεργός, όλα μπορούν να παίξουν ρόλο στη μείωση των πιθανοτήτων ανάπτυξης άνοιας. Άτομα που έχουν ήδη άνοια, ή σημάδια της, μπορούν επίσης να ακολουθήσουν αυτές τις πρακτικές, οι οποίες μπορεί να βοηθήσουν στη μείωση εξέλιξης της νόσου».

Μπορείτε να διαβάσετε την πλήρη έκθεση εδώ: www.alz.co.uk/worldreport2014

Τα πλήρη αποτελέσματα της έρευνας της Bupa στο: www.bupa.com/dementia

Κακοποίηση ηλικιωμένων

Σύμφωνα με τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας, το ποσοστό των ηλικιωμένων που κακοποιούνται κυμαίνεται από 4% έως 6% του πληθυσμού. Οι γυναίκες και τα άτομα μεγαλύτερης ηλικίας (80 έως 84 ετών) είναι οι κοινωνικές ομάδες που πλήττονται περισσότερο από όλες τις μορφές βίας, ιδιαίτερα στις χώρες του νότου, όπως καταδεικνύει πρόσφατα η ευρωπαϊκή έρευνα ABUEL (Abuse of Elderly in Europe). Η βία δεν είναι μόνο σωματική, αλλά διακρίνεται σε ψυχολογική βία, σωματική κακοποίηση, οικονομική εκμετάλλευση, σεξουαλική κακοποίηση, εγκατάλειψη / περιθωριοποίηση. Σχεδόν το ήμισυ των πολιτών της Ένωσης (47%) θεωρούν το φαινόμενο πολύ διαδεδομένο στη χώρα τους, και η πρόκληση θα γίνει ακόμη μεγαλύτερη καθώς η δημογραφική γήρανση πλήττει ήδη την Ευρώπη. Οι υπεύθυνοι χάραξης πολιτικής θα πρέπει να συζητήσουν για την ποιότητα φροντίδας των ευπαθών ηλικιωμένων και την πρόληψη της κακοποίησής τους.



Κάθε πολίτης οφείλει να βρίσκεται σε επαγρύπνηση, ώστε να καταγγέλλει περιπτώσεις όπου θεωρεί πως υπάρχει οποιαδήποτε μορφή κακοποίησης σε ευπαθείς ομάδες. Επικοινωνήστε με αρμόδιες αρχές, όπως το πλησιέστερο αστυνομικό τμήμα ή συμβουλευτείτε κάποιον ειδικό (κοινωνικό λειτουργό, δικηγόρο κτλ) προκειμένου να σας συμβουλευθεί για το πώς να ενεργήσετε.

Η αποσιώπηση και η απόκρυψη των περιστατικών βίας μας κάνει συνένοχους στη διαίωσή της!

Νικολαΐδου Ευδοκία
Ψυχολόγος, ΑΠΘ, MSc Διοίκησης Μονάδων Υγείας

Εικαστική έκθεση του Αρχοντα Αγιογράφου του Οικουμενικού Πατριαρχείου κ. Ι. Μητράκα

Η Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών με τη στήριξη του Συλλόγου «Φίλοι του Βαφοπούλειου Πνευματικού Κέντρου Δήμου Θεσσαλονίκης», έκανε κάλεσμα για την εικαστική έκθεση του Αρχοντα Αγιογράφου του Οικουμενικού Πατριαρχείου, κ. **Ι. Μητράκα**.

Η Έκθεση, με θέμα: «**Βυζαντινή Πρωτοπορία**», έχει τεθεί υπό την αιγίδα της Περιφέρειας Κεντρικής Μακεδονίας και πραγματοποιήθηκε στο Βαφοπούλειο Πνευματικό Κέντρο από την Τετάρτη 22 Οκτωβρίου 2014 έως την Πέμπτη 20 Νοεμβρίου 2014.

Τα εγκαίνια της Έκθεσης πραγματοποιήθηκαν την Τετάρτη 22/10/2014 στις 20.00, με τη συμμετοχή της Χορωδίας «Εύφωνον» του Ι.Ν. Αγίου Φωτίου του Μεγάλου Θεσσαλονίκης, υπό την καλλιτεχνική διεύθυνση του πρωτοψάλτη Σ. Ζαχαρίου.

Η α θέλαμε να ευχαριστήσουμε τον κ. Ιωάννη Μητράκα, Αρχοντα Αγιογράφο του Οικουμενικού Πατριαρχείου της Κωνσταντινουπόλεως, για τη θετική του απάντηση στην πρόσκλησή μας με αποτέλεσμα να πραγματοποιηθεί στην πόλη μας η παρουσίαση του σημαντικού έργου του.

Παράλληλες Εκδηλώσεις που πραγματοποιήθηκαν στα πλαίσια της έκθεσης αυτής ήταν η «Βραδιά Ποίησης» που πραγματοποιήθηκε την Πέμπτη 13/11/2014 και κατά την οποία διάβασαν έργα τους οι ποιητές: Ζαχαρίας Προδρόμου, Ιωάννης Μητράκας, Ελένη Αντωνιάδου και Ευφροσύνη Βυζοβίτου. Κιθάρα έπαιξε ο κ. Γεώργιος Κισκούκης. Την Παρασκευή 14/11/2014 πραγματοποιήθηκε η ομιλία της αρχαιολόγου Δρ. Δέσποινας Μακροπούλου με θέμα: «Ανατέμνοντας τη Βυζαντινή Θεσσαλονίκη. Περίληψη μιας μεγάλης ιστορίας». Ευχαριστούμε όλους θερμά για την συμμετοχή τους στη διοργάνωση των ανωτέρω εκδηλώσεών μας.

Ευχαριστούμε θερμά:

- την Περιφέρεια Κεντρικής Μακεδονίας που έθεσε υπό την Αιγίδα της την εκδήλωση
- το Σύλλογο των Φίλων του Βαφοπούλειου Πνευματικού Κέντρου για τη στήριξή τους σ' αυτή μας την έκθεση
- τη διευθύντρια του Βαφοπούλειου Πνευματικού Κέντρου, κα Τατάγια
- την προϊσταμένη του Βαφοπούλειου Πνευματικού Κέντρου κα Τσιτσιμίκη
- τον κ. Κώστα Μελίδη και όλο το προσωπικό του Βαφοπούλειου Πνευματικού Κέντρου που με ευγένεια και προθυμία ήταν δίπλα μας
- τις κυρίες και κυρίους που εθελοντικά προσέφεραν το χρόνο τους για τη φύλαξη των έργων
- τη χορωδία του Ι.Ν. Αγίου Φωτίου του Μεγάλου «ΕΥΦΩΝΟΝ», που υπό την καλλιτεχνική διεύθυνση του πρωτοψάλτη κ. Στυλιανού Ζαχαρίου, πλαισίωσαν τη βραδιά των εγκαινίων

- Τα Μ.Μ.Ε. της πόλης μας για την προβολή της προσπάθειας αυτής.
- την ομάδα οργάνωσης (Έρση Γραμματικού, Εύη Σιαχούδη, Ξένια Μαϊόβη, Αναστασία Αποστολίδου και Λευτέρη Λυκάκη)

Γλυκερία Τσαπικίδου
Μέλος Δ.Σ.

Έργα του κ. Μητράκα σε Μουσεία και Πινακοθήκες

- Οικουμενικού Πατριαρχείου Κωνσταντινουπόλεως
- Αρχιεπισκοπής Βορείου και Νοτίου Αμερικής και Αυστραλίας
- Λευκού Οίκου Αμερικής
- Εθνικής Πινακοθήκης Ελλάδος
- Βυζαντινού και Χριστιανικού Μουσείου Αθηνών
- Μουσείου της Πόλεως των Αθηνών
- Μητρόπολης Ελβετίας. Σαμπεζύ Γενεύης Ελβετίας
- Πινακοθήκης LA CITÉ ET LES NAÏFS Παρισίων
- Εθνικής Πινακοθήκης Βουλγαρίας, Σόφια
- Πινακοθήκης Δήμου Μπάκολι Ιταλίας
- Πανεπιστημίου Φριβούργου Γενεύης Ελβετίας
- Πανεπιστημίων Αθηνών, Θεσσαλονίκης, Δημοκρίτειου Θράκης, Μουσείο Μπενάκη Αθηνών, Λαογραφικό Μουσείο Κομοτηνής
- Μουσείο Αρχαιοφίλων Αλεξανδρούπολης
- Περιφέρειας Μακεδονίας Θράκης
- Δημοτικές Πινακοθήκες Αθηνών, Θεσσαλονίκης, Σπάρτης, Κύμης, Χαλκίδας, Ορεσιτιάδας, Τυχερού, Σερρών, Κομοτηνής, Ξάνθης, Αλεξανδρούπολης
- Νομαρχίες Έβρου, Ροδόπης, Ξάνθης, Σαμοθράκης
- Συλλογής Δημόσιας Επιχείρησης Ηλεκτρισμού Δ.Ε.Η.
- Συλλογής Αγροτικής Τράπεζας Ελλάδας
- Αγιογράφησε τον Ιερό Ναό Απ. Παύλου Σαμπεζύ Γενεύης.
- Δωδεκάορτα Ιερών Ναών Πρασίνου και κοιμητηρίων Ναών Παρθενίου, Μηλακίου, Δροσιάς, Αχλαδερής, Αλιβερίου Ευβοίας, Μανδρακίου.

Βιβλία για το έργο του:

- 1) Ι. Μητράκας (εκδ. Δ.Π.Θεσ/νίκης),
- 2) Ο Βυζαντινός κόσμος του Μητράκα,
- 3) Ο Βυζαντινός κόσμος του Μητράκα (εκδ. Δ.Π. Θεσ/νίκης),
- 4) Σαμπεζύ Γενεύης (εκδ. Οικ. Πατριαρχείου),
- 5) 40 χρόνια Δημιουργίας,
- 6) Σαμοθράκη μυριαγαπημένη ουρανόεσσα,
- 7) Ροδανθίσματα λόγου και τέχνης



Αρχων Αγιογράφος Οικουμενικού Πατριαρχείου

Λίγα λόγια για τον Ιωάννη Μητράκα...

Ο ζωγράφος Ιωάννης Μητράκας είναι γνωστός ευφώνως στο θρακικό και το ελληνικό ευρύτερο κοινό. Θρακιώτης ο ίδιος, έχει βιώσει τη θεματική ενότητα και τη χρονική συνέχεια της Ρωμιοσύνης «εξ απαλών ονύχων». Πρόκειται για μια ιδιαίτερη και μοναδική μορφή ζωγράφου της ρωμιοσύνης, με βυζαντινές και λαϊκές καταβολές, αφομοιωμένες γόνιμα στο εντελώς ιδιαίτερο προσωπικό του καλλιτεχνικό ύφος, καθώς στο έργο του αναπροσδιορίζονται με μοναδικό τρόπο το λαϊκό και το προσωπικό, το λαϊκότροπο και το έντεχνο. Ο καθηγητής λαογραφίας του Δημοκρίτειου Πανεπιστημίου Θράκης κ. Μ. Γ. Βαρβούνης υπογραμμίζει σε άρθρο του: «...Γι' αυτό και οι ορατές συγγενείς του με τον Φώτη Κόντογλου και τον Ράλη Κοψίδη. Στη δυάδα των δύο μεγάλων αυτών ζωγράφων έρχεται τώρα να προστεθεί ο Γιάννης Μητράκας, ώστε να συναρτισθεί η ρωμαίικη Τριάδα της νεοελληνικής τέχνης μας. Μια τριάδα που κρατά ζωντανή την παράδοση, ακριβώς επειδή δεν την αναπαράγει μηχανικά, αλλά την ανανεώνει, την προχωρά, την εξελίσσει χωρίς να την αποκόπτει και από τις ζωογόνες ρίζες της.»

Τα γνωρίσματα του Ιωάννη Μητράκα οδήγησαν στη συνεργασία του με το Οικουμενικό Πατριαρχείο. Επιβραβεύοντας την καλλιτεχνική του πορεία και την προσφορά του στο Γένος, ο Οικουμενικός Πατριάρχης κ. Βαρθολομαίος του απένειμε το οφίκιο του Αρχοντος Αγιογράφου της Μεγάλης του Χριστού Εκκλησίας, τον Ιούλιο του 2000.

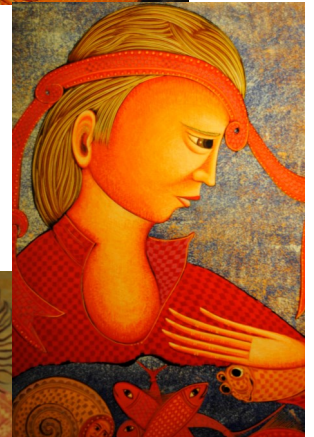
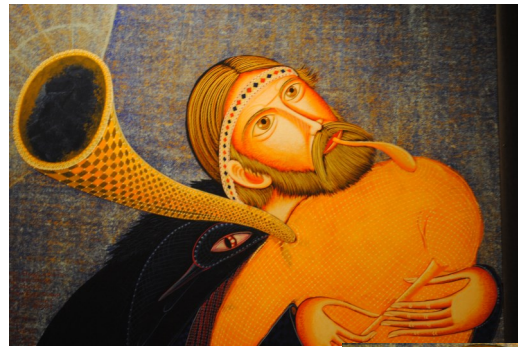
Σημαντική πηγή έμπνευσής του αποτελεί η ιστορία της γενέθλιας γης, της αγαπημένης του Θράκης, αλλά και το ολυμπιακό ιδεώδες και πνεύμα, μαζί με τελετουργικές σκηνές των σύγχρονων ολυμπιακών αγώνων που ανάγονται στο παρελθόν. Η ελληνική φύση, οι αγροί και τα λουλούδια και η αρμονική συνύπαρξη ανθρώπου και περιβάλλοντος, μαζί με τις αλληγορίες των εννοιών του χρόνου, τον συναρπάζουν και τον εμπνέουν.

Στο έργο του συμπεριλαμβάνονται οι τοιχογραφίες του στο ναό του Αποστόλου Παύλου, στο Ορθόδοξο Κέντρο του Οικουμενικού Πατριαρχείου, στο Σαμπεζύ της Γενεύης, οι φορητές εικόνες του, αλλά και τα έργα κοσμικής ζωγραφικής που έχει φιλοτεχνήσει (οροφωγραφίες, λιγνιτωρύχοι, ακρίτες, θεματοφύλακες, προσωπογραφίες, ηθογραφικές σκηνές με έθιμα, αγροτικές σκηνές, γλέντια, έργα ιστορικά, μυθολογικά και αλληγορικά, αλλά και φιλοσοφικά), εικονογραφήσεις βιβλίων, αλλά και ζωγραφικές διακοσμήσεις σε έπιπλα και βότσαλα.

Οι νέες οπτικές του στη βυζαντινότροπη και λαϊκή τέχνη μας, τόσο σε τεχνοτροπικό, όσο και σε θεματολογικό επίπεδο, έχει εμπνεύσει και απασχολήσει πολλούς ειδικούς τεχνοκρίτες και ερευνητές. Ο ιστορικός της τέχνης Στέλιος Λυδάκης του έχει αποδώσει το χαρακτηρισμό «βυζαντινότροπος μανιεριστής ναΐφ» ζωγράφος.

Ο κ. Μητράκας συνεχίζει να μας εκπλήσσει με την οργανική δημιουργική φαντασία του.

Στις 28 Νοεμβρίου 2014 οργανώνεται στο Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Οργανώνεται Συνέδριο για το έργο του, ενώ τον Φεβρουάριο-Μάρτιο του 2016 προγραμματίζεται έκθεση στο Μουσείο Μπενάκη, στην Αθήνα.





ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ ΚΟΙΝΟΤΙΚΩΝ ΥΠΗΡΕΣΙΩΝ
ΨΥΧΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ ΠΑΙΔΙΩΝ ΚΑΙ ΕΝΗΛΙΚΩΝ

Η νόσος Alzheimer είναι η πιο συχνή μορφή άνοιας και αποτελεί ένα μείζον ιατρικό, κοινωνικό και οικονομικό ζήτημα που θα συνεχίσει και στο μέλλον να είναι στο προσκήνιο με αυξητική τάση. Η ασθένεια πλήττει όχι μόνο τον ασθενή αλλά και ολόκληρη την οικογένειά του που επωμίζεται το φορτίο της φροντίδας.

Τα τελευταία χρόνια οι συστηματικές έρευνες μας δίνουν ελπίδες γιατί υποστηρίζουν ότι η πρόληψη της Νόσου Alzheimer είναι γεγονός. Με την υιοθέτηση ενός συγκεκριμένου τρόπου ζωής που περιλαμβάνει συστηματική σωματική και πνευματική άσκηση, τακτικό έλεγχο των αγγειακών παραγόντων αλλά και την υγιεινή διατροφή μειώνεται σημαντικά ο κίνδυνος εμφάνισης μνημονικών διαταραχών. Απλές πρακτικές όπως ο έλεγχος της αρτηριακής πίεσης, του σωματικού βάρους, των επιπέδων σακχάρου και χοληστερόλης στο αίμα, το διάβασμα, η λύση σταυρολέξων, το περπάτημα και η κοινωνική συναναστροφή μπορούν όχι μόνο να προστατέψουν αλλά και να ενισχύσουν θετικά τη λειτουργία της μνήμης. Για την **21η Σεπτεμβρίου 2014** λοιπόν, παγκόσμια ημέρα νόσου Alzheimer, επανερχόμαστε στο αρχαίο ρητό «**Νοῦς ὑγίης ἐν σώματι ὑγιεί**» και προλαμβάνουμε τη νόσο Alzheimer!

Κέντρο ημερήσιας φροντίδας ασθενών με άνοια
«**Αρσινόη**»



Χορηγοί:

Με τη στήριξη: **Δημοτικός Οργανισμός Πολιτισμού - Αθλητισμού Ρόδου**

Χορηγός Επικοινωνίας:



Διατροφικές συμβουλές Ακολουθείστε τις αρχές της Μεσογειακής Διατροφής

Η Μεσογειακή Διατροφή, προβλέπει υψηλή κατανάλωση σε λαχανικά, όσπρια, φρούτα, δημητριακά ολικής άλεσης, ψάρια, ακόρεστα λιπαρά οξέα (κυρίως από το ελαιόλαδο).



Αποφύγετε τα κορεσμένα λιπαρά οξέα

Όπως λιπαρά κρέατα, λουκάνικα, αλλαντικά, βούτυρο, τηγανητά φαγητά, σφολιατοειδή, φαγητό τύπου fast food, επεξεργασμένα τρόφιμα, μπισκότα, γαλακτοκομικά υψηλά σε λίπος, κρέμες ζαχαροπλαστικής και άλλα.

Καταναλώστε σε μέτριο βαθμό ημιαποβουτυρωμένα γαλακτοκομικά και άπαχα κρέατα

Καταναλώστε σε μέτρια ποσότητα αιθανόλη, κυρίως με τη μορφή κρασιού και γενικά κατά τη διάρκεια των γευμάτων

Το κρασί φαίνεται να περιλαμβάνει πολλά συστατικά που ωφελούν στη νοητική απόδοση.

Προτιμήστε τρόφιμα πλούσια σε Ω3 και Ω6 λιπαρά οξέα όπως ψάρια, θαλασσινά και ξηρούς καρπούς

Καταναλώστε τροφές πλούσιες σε αντιοξειδωτικά όπως τα φρούτα (κυρίως τα εσπεριδοειδή), τα λαχανικά (κυρίως τα πράσινα φυλλώδη) και οι χυμοί τους

Συμπεριλάβετε στην διατροφή σας τροφές πλούσιες σε βιταμίνη Ε (τοκοφερόλη)
Η βιταμίνη Ε συναντάται κυρίως στα φυτικά έλαια, στα σιτηρά, στους σπόρους (σουσάμι, λιναρόσπορος), στα όσπρια και στους ξηρούς καρπούς.

Υιοθετήστε μία ισορροπημένη διαίτα, που να αποτελείται από μικρά και τακτά γεύματα κατά την διάρκεια της ημέρας

Δώστε έμφαση στα χρώματα

Οι έντονοι χρωματισμοί σε φρούτα και λαχανικά, υποδηλώνουν υψηλή περιεκτικότητα σε αντιοξειδωτικές ουσίες και παράλληλα κάνουν το φαγητό πιο ευχάριστο.

Προτιμήστε υγιεινά γλυκίσματα με βάση την σοκολάτα υγείας ή το μέλι όπως είναι το μελεκούνι

Είναι πολύ πλούσια σε αντιοξειδωτικά και τοκοφερόλες, ενώ υπάρχουν πολλές μελέτες που τα συσχετίζουν με την πρόληψη της νόσου.



Ιωακειμίδου Σουζάνα,

M.Sc. Κλινική Διαιτολόγος—Διατροφολόγος

Επιστημονική Διημερίδα: Ηθικά Διλήμματα και Νέες Τεχνολογίες στην Άνοια

Η Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών, σε συνεργασία με το Πανελλήνιο Ινστιτούτο Νευροεκφυλιστικών Νοσημάτων, το Ερευνητικό Πρόγραμμα ASPAD—ΑΠΘ, το Ερευνητικό Πρόγραμμα Εν-ΝΟΗΣΗΣ — ΑΠΘ και τις Υποτροφίες Αγγελοπούλου, διοργάνωσαν με μεγάλη επιτυχία τη Διημερίδα με τίτλο: «Ηθικά Διλήμματα και Νέες Τεχνολογίες στην Άνοια», στις 19-20 Σεπτεμβρίου 2014, στο Κέντρο Διάδοσης Ερευνητικών Αποτελεσμάτων ΑΠΘ, Θεσσαλονίκη.

Όπως επισημαίνεται από την Πρόεδρο της Οργανωτικής Επιτροπής, Καθηγήτρια Νευρολογίας Μ. Τσολάκη: «Οι νέες τεχνολογίες έχουν μπει στη ζωή μας εδώ και πολλά χρόνια και αλλάζουν τη ζωή μας σε πολλά επίπεδα. Τα τελευταία χρόνια παρόλο που έχουν γίνει πολλές προσπάθειες για την αντιμετώπιση της άνοιας, τα αποτελέσματα είναι πενιχρά. Οι νέες τεχνολογίες έρχονται να ανοίξουν ένα παράθυρο στο σκοτεινό της δωμάτιο έτσι ώστε να μπει φως με το οποίο να βοηθηθούν και οι ασθενείς αλλά και οι περιθάλπτοντες, τα δεύτερα θύματα της νόσου».

Κατά τη διάρκεια της Διημερίδας, αναπτύχθηκαν πολλές θεματικές ενότητες σε σχέση με την άνοια, όπως: Νέες Τεχνολογίες, Νεώτερα δεδομένα, Νομικά και Κοινωνικά Θέματα, Ερευνητικά Προγράμματα, Κέντρα Ημέρας, Μη Φαρμακευτικές Παρεμβάσεις, κ.ά. Συνολικά πραγματοποιήθηκαν 7 Στρογγυλές Τράπεζες στις οποίες παρουσιάστηκαν 18 εισηγήσεις.

Την Παρασκευή 19 Σεπτεμβρίου πραγματοποιήθηκε η τελετή έναρξης, την οποία χαιρέτισαν εκπρόσωποι της πολιτικής κοινότητας και άλλων φορέων. Κύρια ομιλήτρια ήταν η κα Τσολάκη, Καθηγήτρια Νευρολογίας ΑΠΘ η οποία ανέπτυξε την ομιλία με θέμα: «Ηθικά διλήμματα στην εφαρμογή νέων τεχνολογιών στην άνοια». Τη Διημερίδα χαιρέτησε ο εκπρόσωπος των Υποτροφιών Αγγελοπούλου, κ. Α. Παπαγιαννίδης. Τέλος, η τελετή έκλεισε μελωδικά με τη χορωδία της Alzheimer Ελλάς και με μουσικό ντουέτο με βιολί και πιάνο και ακολούθησε δεξίωση, κάνοντας αναφορά στον εορτασμό της Παγκόσμιας Ημέρας Νόσου Alzheimer.

Συνοπτικά, τα συμπεράσματα αφορούν την ανάγκη για τακτικότερη συνάντηση των επιστημόνων διαφόρων ειδικοτήτων και άμεση ενημέρωση για τα πορίσματα του ερευνητικού τους έργου, καθώς και για επισήμανση της προτεραιότητας που οφείλει να δοθεί από την πλευρά της κρατικής μέριμνας, στην πρόληψη, στήριξη και νοσηλεία των ασθενών και των οικογενειών τους.



Ο Εκπρόσωπος των Υποτροφιών Αγγελοπούλου κ. Α. Παπαγιαννίδης και η Πρόεδρος της Ομοσπονδίας Alzheimer Καθηγήτρια Μ. Τσολάκη



Η κα Τζανακάκη - Μελισσάρη Μαρία, Νευρολόγος - Ψυχίατρος, Επιστημονικά Υπεύθυνη Κέντρου Ημέρας Ασθενών Νόσου Alzheimer Χανίων, Πρόεδρος Εταιρίας Νόσου Alzheimer Χανίων



Διακρίνονται οι Δικηγόροι Τ. Περβίζος, Ι. Ζησιού, Δ. Γούλας, Γ. Χατζηδημητρίου

3ο Συνέδριο Ασθενών

Για τρίτη συνεχόμενη χρονιά, εκπρόσωποι δεκάδων οργανώσεων ασθενών από όλη την Ελλάδα συζήτησαν με όλους τους εταίρους στην υγεία μια σειρά πολύ σοβαρών προβλημάτων που απασχολούν τους ασθενείς, αξιολόγησαν τις πολιτικές υγείας που υλοποιούνται από την πολιτική ηγεσία, ως προς την αξία τους για τους ασθενείς και την προαγωγή της υγείας εν γένει, και διατύπωσαν προτάσεις για μείζονα ζητήματα που αφορούν το σύστημα υγείας και τους ασθενείς. Οι σύλλογοι εξέφρασαν την απαίτηση να έχουν ισότιμο ρόλο στο σχεδιασμό αποφάσεων που τους αφορούν.

Η έναρξη του συνεδρίου έγινε από τον Αναπληρωτή υπουργό Υγείας, Λεωνίδα Γρηγοράκο και την Υφυπουργό Υγείας, Κατερίνα Παπακώστα. Ο κ. Γρηγοράκος τόνισε ότι τα τελευταία χρόνια η κρίση παρέσυρε όλο το εθνικό σύστημα υγείας, με αλλαγές στις εργασιακές σχέσεις των γιατρών, νοσηλευτών, φαρμακοποιών και άλλων επαγγελματιών υγείας, με δυσμενές αποτέλεσμα στους αποδέκτες των υπηρεσιών υγείας, τους ασθενείς. Τόνισε ότι γίνονται προσπάθειες να ισορροπήσει το σύστημα και να βελτιωθούν οι σχέσεις του υπουργείου με τους ασθενείς, οι οποίες έχουν διαταραχθεί. Ειδικά για τα νοσοκομεία επανέλαβε τις δεσμεύσεις του υπουργείου για προσλήψεις.

Η υφυπουργός Υγείας Κατερίνα Παπακώστα - Σιδηροπούλου ανέφερε ότι στα μέτρα που λαμβάνει το υπουργείο περιλαμβάνονται: η ένταξη των ανασφάλιστων στην ομπρέλα του υπουργείου Υγείας, σχεδιασμός ενός προγράμματος κατ' οίκον παράδοσης φαρμάκων σε ασθενείς, καθώς και μέτρα για τους ψυχικώς πάσχοντες. Επίσης ανέφερε ότι σε συνεργασία με το υπουργείο Εργασίας γίνεται προσπάθεια να λυθεί το θέμα των ΚΕΠΑ. Η Γενική Γραμματέας Δημόσιας, Χριστίνα Παπανικολάου, ανέφερε την πρωτοβουλία για τον ιατρικό φάκελο που έχει δημιουργήσει η ΗΔΙΚΑ και από το πρώτο τρίμηνο του 2015 θα λειτουργήσει πιλοτικά σε νοσοκομεία. Από την πλευρά της οργανωτικής επιτροπής, η Καίτη Αποστολίδου, πρόεδρος ΔΕΔΙΔΙΚΑ-Διασωματειακής Επιτροπής Δικαιωμάτων Ασθενών με Καρκίνο και Αντιπρόεδρος ECPC, ανέφερε ότι η μεταρρύθμιση στην υγεία δεν είναι κάτι που πρέπει να περιμένουμε παθητικά να συμβεί από άλλους, αλλά αρχίζει με τον καθένα από εμάς.

Ο Χρήστος Λιονής, καθηγητής Γενικής Ιατρικής και ΠΦΥ στο Πανεπιστήμιο Κρήτης αναφερόμενος στη σημερινή κατάσταση στην ΠΦΥ, επεσήμανε τα αυξημένα επίπεδα επαγγελματικής εξουθένωσης που μαστίζουν τους γενικούς ιατρούς της Ελλάδας, ενώ τόνισε ότι απαιτούνται επειγόντως πρωτόκολλα φροντίδας για αστέγους και φτωχούς. Τέλος, ανέφερε ότι πλέον ελαττώνεται η χρήση ΠΦΥ στα χρόνια της κρίσης.

Η Πρόεδρος της Πανελληνίας Ομοσπονδίας Νόσου Alzheimer και συναφών διαταραχών, καθηγήτρια ΑΠΘ, κα Μάγδα Τσολάκη συντόνισε συζήτηση με θέμα «Νοσοκομεία: Ο μεγάλος ασθενής», με τη συμμετοχή

επαγγελματιών υγείας από όλη την Ελλάδα, εκπροσώπους συλλόγων ασθενών και της φαρμακευτικής βιομηχανίας.

Το Σάββατο διοργανώθηκε στο χώρο του συνεδρίου Workshop με θέμα: «Βιώσιμες οργανώσεις ασθενών σε εποχή οικονομικής κρίσης». Οι συμμετέχοντες εργάστηκαν σε ομάδες για τη σύνταξη στρατηγικού σχεδίου και στρατηγικής επικοινωνίας, ώστε να μπορούν να ετοιμάσουν πειστική τεκμηρίωση για την υποστήριξη αιτήματός τους.

Στο συνέδριο συμμετείχαν εκπρόσωποι της Πανελληνίας Ομοσπονδίας Νόσου Alzheimer και Συναφών Διαταραχών, της Ελληνικής Εταιρείας Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών (Alzheimer Hellas) και της Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Δ. Ηρακλείου «Αλληλεγγύη»:

Κα Μάγδα Τσολάκη, Πρόεδρος της Πανελληνίας Ομοσπονδίας Ν. Alzheimer και Συναφών Διαταραχών
Κα Ιωάννα Κορτσιδάκη, Α' Αντιπρόεδρος της Πανελληνίας Ομοσπονδίας Ν. Alzheimer και Πρόεδρος της Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Δ. Ηρακλείου «Αλληλεγγύη»

Κα Ελένη Αντωνιάδου, μέλος Δ.Σ. του συλλόγου φίλων Ελλ. Εταιρείας Ν. Alzheimer & Συγγενών Διαταραχών
Κ. Συμεών Παναγιωτάκης, παθολόγος-γηγίαιρος, μέλος Επιστημονικής Επιτροπής Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Δ. Ηρακλείου «Αλληλεγγύη»

Κα Ξένια Μαϊόβη, Γραμματέας της Πανελληνίας Ομοσπονδίας Ν. Alzheimer και Συναφών Διαταραχών



Ανατρέχοντας στο διαδίκτυο

Ανατρέχοντας στο διαδίκτυο σ' έναν ιστότοπο για την υγεία και την ευεξία, στην ηλεκτρονική διεύθυνση "trainyourbrain.gr", το μάτι μου στάθηκε σε μια ανάρτηση που αφορούσε τη μία ανάμνηση, αυτή τη μια και μοναδική ανάμνηση που θα ήθελε ο καθένας μας να κρατήσει για πάντα αν, ό μη γένοιτω, η μνήμη του χανόταν οριστικά και αμετάκλητα.

Πόσο σκληρό να σκέφτεται κανείς, πως όλα όσα έζησε, όλα όσα αγάπησε μπορεί κάποια στιγμή να σβηστούν από τη μνήμη του;

Πόσο τραγικό είναι αλήθεια να βυθιστεί το μυαλό σ' ένα απέραντο σκοτάδι και να χαθεί κάθε επαφή με την πραγματικότητα και τους συνανθρώπους;

Είναι δυνατόν να χαθεί για πάντα η ανάμνηση της μάνας, η θύμηση του πατέρα, η λαχτάρα του πρώτου έρωτα, το αθώο βλέμμα και οι αγκαλιές των παιδιών;

Κι όμως, αυτός ο εφιάλτης της Άνοιας, (που σ' ένα ποσοστό πάνω από 60% οφείλεται στη νόσο Alzheimer, η οποία αποτελεί πλέον την 4η αιτία θανάτου σε όλο τον κόσμο) εξαπλώνεται διαρκώς!!

Ένας εφιάλτης που στο διάβα του παρασύρει ολόκληρη την οικογένεια και προκαλεί πολλά και δυσεπίλυτα προβλήματα. Τι να πρωτο-αποδεχτεί και τι να αντιμετωπίσει κανείς; Το γεγονός πως ο άνθρωπός του οδηγείται με μαθηματική ακρίβεια σε μια κατάσταση απόλυτης ΑΓΝΩΣΙΑΣ που θα τον "μεταμορφώσει" από νοήμον άτομο, σε ένα πλάσμα απόλυτα εξαρτώμενο από τους άλλους; Την πλήρη έλλειψη υποδομών και βοήθειας από την πολιτεία; Τον κοινωνικό αποκλεισμό που θα βιώσει, αφενός για να προστατέψει τον άνθρωπό του και αφετέρου γιατί είναι αναγκασμένος να παραμένει συνεχώς δίπλα του για να τον φροντίζει; Την κούραση, την εξάντληση, τα ατελείωτα ξενύχτια, την αγωνία, τη διαρκή προσπάθεια να κατανοήσει τις ανάγκες του αρρώστου,

την "απουσία" του από την κοινή τους ζωή, την αδυναμία να μοιραστεί με κάποιον όλα αυτά τα προβλήματα, την κατάθλιψη που δύσκολα θα αποφύγει, την επιδείνωση της δικής του υγείας που πάντα θα έρχεται σε δεύτερη μοίρα;

Δυστυχώς, από ένα σημείο και πέρα το μεγαλύτερο πρόβλημα το αντιμετωπίζει ο περιθάλπων. Αυτός είναι που πολεμά στο πλευρό του αγαπημένου του ενάντια σε μια ασθένεια με προδιαγεγραμμένη πορεία και άδοξο τέλος χωρίς ουσιαστικά να έχει τη βοήθεια και τη στήριξη που χρειάζεται.

Δομές ελάχιστες, άγνοια περισσή και δυστυχώς οι άνθρωποι που επιθυμούν να βοηθήσουν δεν επαρκούν για να καλύψουν τις πολλαπλές ανάγκες των ασθενών και των περιθαλπόντων τους. Ο εθελοντισμός από μόνος του δεν αρκεί. Και αυτό γιατί δεν είναι δυνατόν οι ελάχιστοι αυτοί άνθρωποι να προσφέρουν εσαεί το χρόνο και τις υπηρεσίες τους αφιλοκερδώς, ειδικά σε εποχή σοβαρής οικονομικής κρίσης.

Σε ότι αφορά τη νοσηλεία, οι χώροι που μπορούν να προσφέρουν, την ιδιαίτερη περίθαλψη και τη φροντίδα που απαιτείται, και που στελεχώνονται εκτός από το ιατρικό, από έμπειρο εξειδικευμένο νοσηλευτικό προσωπικό που να αντιμετωπίζει με απόλυτο σεβασμό τον ασθενή με άνοια, είναι λίγοι.

Το "παρκάρισμα" σε μια οποιαδήποτε κλινική για κοινωνικούς ή άλλους λόγους σίγουρα δεν είναι η λύση, πολύ δε περισσότερο στη σημερινή εποχή που κάποιοι ίσως αδυνατούν να ανταπεξέλθουν οικονομικά ακόμα και στη φαρμακευτική περίθαλψη των ασθενών.

Όσοι περιθάλποντες είναι γνώστες της τεχνολογίας έχουν τη δυνατότητα να λάβουν διαδικτυακή υποστήριξη από σχετικές ιστοσελίδες [Alzheimer HELLAS (Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών), Στον



κόσμο της άνοιας, Αντιμετωπίζοντας τη νόσο Alzheimer κλπ]. Οι ηλικιωμένοι όμως περιθάλποντες που δεν είναι σε θέση να χειριστούν τον υπολογιστή και δύσκολα δέχονται να μιλήσουν για όσα τους απασχολούν σε άλλους ανθρώπους, πραγματικά υποφέρουν.

Είναι πολύ άσχημο να ακούει, να βλέπει κανείς την απελπισία και την απογοήτευση αυτών των ανθρώπων που γνωρίζουν καλά ότι δεν έχουν τίποτε να περιμένουν από το επίσημο κράτος.

Για αυτούς τους ανθρώπους, που όλη η ζωή τους είναι μια αγωνιώδης προσπάθεια να προσφέρουν με αυτοθυσία, αγάπη, φροντίδα και μια αξιοπρεπή διαβίωση μέχρι το τέλος στον αγαπημένο τους, δεν υπάρχει κανείς να ενδιαφερθεί;

Πολλές φορές αναρωτήθηκα, αν είναι σωστό για τη μνήμη του αγαπημένου προσώπου, να δημοσιοποιούνται οι δύσκολες προσωπικές στιγμές που βίωσε κάποιος στη διάρκεια της ασθένειας. Κατάλαβα όμως γρήγορα, ότι γι' αυτές τις δύσκολες στιγμές και τα αξεπέραστα προβλήματα, η μοναδική αιτία είναι η ίδια η ασθένεια και πως η δημοσιοποίησή τους σε καμιά περίπτωση δε μειώνει την προσωπικότητα του αρρώστου, αντίθετα δείχνει την αμείλικτη δύναμη με την οποία η ασθένεια επιτίθεται σε όλους ανεξαρτήτως ηλικίας, κοινωνικής θέσης και μόρφωσης, και ταυτόχρονα δίνει το κουράγιο και σε άλλους περιθάλποντες να μοιραστούν τις εμπειρίες τους "ελαφρύνοντας" με αυτόν τον τρόπο το βαρύ φορτίο που έχουν επωμιστεί, γιατί όπως λέει και ο σοφός λαός "μοιρασμένη λύπη, μισή λύπη".

Για να μην παρεξηγηθώ. Το επίπεδο του νοσηλευτικού προσωπικού στη χώρα μας είναι ιδιαίτερα υψηλό. Οι ελλείψεις όμως που υπάρχουν, ο φόρτος εργασίας (πολλές φορές με ελάχιστη αμοιβή) ο αυξημένος αριθμός ασθενών που αναλογούν σε κάθε νοσηλευτή σίγουρα είναι παράγοντες που υποβαθμίζουν τις παρεχόμενες υπηρεσίες.

Παρόλ' αυτά όμως θα πρέπει να γίνει κατανοητό ότι ο σεβασμός στον ασθενή με άνοια, ακόμα κι όταν αυτός έχει επιθετική συμπεριφορά και αρνείται να συνεργαστεί ή όταν πια δεν είναι σε θέση να αντιληφθεί και να αντιδράσει, είναι αναφαίρετο δικαίωμά του και πρέπει να υπερισχύει της κόπωσης (σωματικής και ψυχολογικής των νοσηλευτών). Γι' αυτό και η αναφορά περί έμπειρου εξειδικευμένου νοσηλευτικού προσωπικού.

Έπη Μίχη

24ο Συνέδριο της Alzheimer Europe

Το 24^ο Πανευρωπαϊκό Συνέδριο της Alzheimer Europe πραγματοποιήθηκε στις 20-22 Οκτώβρη 2014 στη Γλασκώβη της Σκωτίας. Το θέμα του φετινού συνεδρίου ήταν «Αξιοπρέπεια και αυτονομία στην άνοια».



Το συνέδριο συνέδεσε την αναγνώριση των ανθρωπίνων δικαιωμάτων των ατόμων με άνοια, των περιθάλπτοντων και των οικογενειών τους με τη διασφάλιση της αξιοπρέπειας και του σεβασμού απέναντί τους, καθώς και την αντιμετώπιση του στίγματος. Παρουσιάστηκαν, επίσης, βέλτιστες πρακτικές αναφορικά με την ενημέρωση και την ενίσχυση όσων πλήττονται από την άνοια ώστε να μπορούν να πάρουν ζωτικής σημασίας αποφάσεις που αφορούν τη δική τους υποστήριξη και τη φροντίδα των καθημερινών τους αναγκών. Υπογραμμίστηκε η ανάγκη συμμετοχής των ασθενών με άνοια και των περιθάλπτοντων τους σε τοπικό, εθνικό και διεθνές επίπεδο, στη διαμόρφωση των πολιτικών υγείας και κοινωνικής φροντίδας.

Με την τοποθέτηση της αξιοπρέπειας και της αυτονομίας στην καρδιά του φετινού συνεδρίου, οι διοργανωτές ήθελαν να αναδείξουν την ευθύνη των εθνικών και διεθνών φορέων χάραξης πολιτικής, των τοπικών φορέων λήψης αποφάσεων, των επαγγελματιών υγείας και κοινωνικής φροντίδας καθώς και του συνόλου της κοινωνίας στην επίτευξη της αλλαγής για τους ανθρώπους με άνοια. Το συνέδριο της Alzheimer Europe συγκέντρωσε ένα ευρύ φάσμα συμμετεχόντων, συμπεριλαμβανομένων ατόμων με άνοια και των περιθάλπτοντων τους, υπευθύνων χάραξης πολιτικής, επαγγελματιών υγείας, ακαδημαϊκών και ερευνητών, προσωπικού και εθελοντών των σωματείων Alzheimer και εκπροσώπων της φαρμακευτικής βιομηχανίας.

Την Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών (Alzheimer Hellas) εκπροσώπησε στο συνέδριο επωφελούμενος του Κ.Η. Αγία Ελένη και η περιθάλπουσά του. Τους δόθηκε έτσι μια πρώτης τάξεως ευκαιρία να ανταλλάξουν απόψεις με ασθενείς με περιθάλποντες από άλλες χώρες της Ευρώπης και να μοιραστούν την εμπειρία τους από τις παρεχόμενες υπηρεσίες στα Κ.Η. της Alzheimer Hellas.



Συγκέντρωση φαρμάκων για τους ανασφάλιστους συμπολίτες μας

Η Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών (Alzheimer Hellas) σε συνεργασία με τους Γιατρούς του Κόσμου **σας προσκαλεί να συγκεντρώσετε φάρμακα**, προκειμένου να χορηγηθούν σε ανασφάλιστους ασθενείς που υποστηρίζονται από το Ανοιχτό Πολυιατρείο των Ιατρών του Κόσμου στη Θεσσαλονίκη (Πτολεμαίων 29Α).

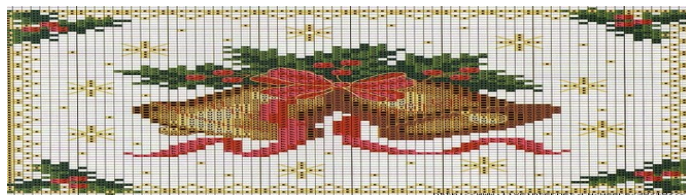


Δεκτά είναι όλα τα φάρμακα που δεν έχουν λήξει και δεν τα χρειάζεστε (εξαιρούνται τα συνταγογραφούμενα φάρμακα με κόκκινη γραμμή).

Τα φάρμακα μπορείτε να τα παραδώσετε στα Κέντρα Ημέρας της Εταιρείας «Αγία Ελένη» (Πέτρου Συνδίκου 13) και «Άγιος Ιωάννης» (Κων. Καραμανλή 164). Στη συνέχεια τα φάρμακα θα παραδίδονται στους εθελοντές των Γιατρών του Κόσμου ώστε να διατεθούν στους συμπολίτες μας που χρειάζονται τη στήριξή όλων μας.



Προσεχείς εκδηλώσεις της Alzheimer Hellas



Η Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών σας προσκαλεί στις εκδηλώσεις της για το μήνα Δεκέμβριο:

Την **Τετάρτη 10/12/2014**, στις 20:00, η **Χορωδία του Σωματείου**

«Οι Φίλοι του Μουσείου Βυζαντινού Πολιτισμού» θα δώσει συναυλία «Με την Ελλάδα караβοκύρη», στην Αίθουσα Τελετών του ΑΠΘ.

Την **Κυριακή 14/12/2014** η Alzheimer Hellas θα συμμετάσχει για 9^η συνεχόμενη χρονιά στο **Χριστουγεννιάτικο Bazaar του κολεγίου Ανατόλια**.

Στις **5 και 6/12/2014** θα πραγματοποιηθεί **Χριστουγεννιάτικο Bazaar** στον χώρο του Γυμναστηρίου του Κ.Η. Αγία Ελένη (Πέτρου Συνδίκου 13).



Το Δ.Σ. της Alzheimer Hellas εκφράζει τα θερμά συλλυπητήρια στην οικογένεια της κυρίας Καρατζίδου και τους ευχαριστεί για τη δωρεά της προς την εταιρεία.

Η Ελληνική Εταιρία Νόσου Alzheimer και Συναφών Διαταραχών Ν. Λάρισας

Η Ελληνική Εταιρία Νόσου Alzheimer και Συναφών Διαταραχών Ν. Λάρισας σε συνεργασία με τους εθελοντές συνεχίζει το έργο της με κέντρο αναφοράς τον άνθρωπο και στόχευση την διατήρηση της αξιοπρέπειας αυτού. Οι άξονες λειτουργίας της Εταιρίας κατά τα έτη 2012-14 επικεντρώθηκαν στα ακόλουθα:

Ενημέρωση των μελών των ΚΑΠΗ Α,Β,Γ του Δήμου Λάρισας με τα αντίστοιχα Στέκια σχετικά με τη νόσο Alzheimer, την ποιότητα ζωής, τη διατροφή, την άσκηση και την ψυχική υγεία.

Λήψη 300 νοσηλευτικών ιστορικών με παράλληλη καταγραφή υγειονομικών, ψυχολογικών και κοινωνικοοικονομικών προβλημάτων.

Διεξαγωγή τεστ μνήμης.

Κάλυψη ασθενών με μη φαρμακευτικές παρεμβάσεις, κοινωνική και ψυχολογική φροντίδα.

Παροχή γνωστικών παρεμβάσεων, ατομική - ομαδική απασχόληση σε ηλικιωμένους.

Υποστήριξη περιθαλπόντων προσωπικά και σε κλειστή ομάδα με εθελόντρια ψυχολόγο - ψυχοθεραπεύτρια.

Ενίσχυση της έρευνας με συμμετοχή σε Πανελλήνια Συνέδρια που πραγματοποιήθηκαν στην Θεσσαλονίκη (23/2-3/3/2013), στην Λευκάδα 23-26/5 2013 και στα Ιωάννινα 8-11/5 2014.

Η Ε.Ε.Ν.Α.Λ. ενόψει του εορτασμού της 21-9-2014, ημέρας Alzheimer, ευχαριστεί από καρδιάς τους εθελοντές που προσέφεραν και προσφέρουν με επιστημονική γνώση και αγάπη για τον συνάνθρωπο υποστήριξη στους ασθενείς και στους περιθάλποντές τους και καλεί σε συστράτευση εθελοντισμού τους επιστήμονες επαγγελματίες υγείας.

Στο Β ΚΑΠΗ Λάρισας (Τέρμα Λαγού και Κραννώνος, τηλ. 2410620014) την Πέμπτη 25 Σεπτεμβρίου ώρα 11.00 το πρωί οι εθελοντές της Ε.Ε.Ν.Α.Λ. σε συνεργασία με το προσωπικό του ΚΑΠΗ καλούν για ενημέρωση και ψυχαγωγία τους ασθενείς, τους περιθάλποντες και τους πολίτες που νοιάζονται για τον διπλανό τους.



Μία ενδιαφέρουσα και σεμνή εκδήλωση με αφορμή την Παγκόσμια Ημέρα Νόσου Alzheimer πραγματοποιήθηκε από την Ελληνική Εταιρία Νόσου Alzheimer και Συναφών Διαταραχών Νομού Λάρισας (ΕΕΝΑΛ) για ενημέρωση και ψυχαγωγία των ασθενών, των περιθαλπόντων και των πολιτών που νοιάζονται για τον διπλανό τους.

Κεντρικός ομιλητής στην εκδήλωση ήταν ο κ. Ευθύμιος Δαρδιώτης, Επίκουρος Καθηγητής Νευρολογίας και Αισθητηρίων Οργάνων της Ιατρικής Σχολής του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας.

Με την εισήγησή του ο κύριος Δαρδιώτης βοήθησε τους παρισταμένους να κατανοήσουν τους λόγους της ραγδαίας εξάπλωσης της νόσου και τα συμπτώματα αυτής, τις σύγχρονες επιστημονικές μεθόδους διάγνωσης, τις φαρμακευτικές και μη φαρμακευτικές παρεμβάσεις που συμβάλλουν στην αντιμετώπιση της νόσου. Εξήγησε, επίσης, τη σημασία της έγκαιρης διάγνωσης για την εξέλιξη της άνοιας και πρότεινε το τρίπτυχο της πρόληψης στην άνοια: μεσογειακή/λιτή διατροφή - πνευματική άσκηση - κοινωνικότητα.

Την επιστημονική της γνώση και τη βιωματική της εμπειρία ως καθηγήτρια Νοσηλευτικής και ως εθελόντρια κατέθεσε και η κυρία Ελένη Καμπούρα-Νιφλή. Η εισήγησή της επικεντρώθηκε στους περιθάλποντες, που παρέχουν καθημερινά φροντίδα στον άνθρωπο με άνοια επωμιζόμενοι ένα τεράστιο πρακτικό, οικονομικό και ψυχικό φορτίο.

Ο διάλογος που ακολούθησε κατέληξε στην υπόσχεση κατάθεσης πρότασης εκ μέρους της ΕΕΝΑΛ προς την Δημοτική Αρχή για την οργάνωση και λειτουργία ενός Κέντρου Ημέρας με παραρτήματα σε όλα τα ΚΑΠΗ υπό την επιστημονική και οργανωτική υποστήριξη της Νευρολογικής Κλινικής του ΠΠΓΝ Λάρισας και της ΕΕΝΑΛ και με στόχους: πρώτον την πρόληψη, δεύτερον την ενδυνάμωση των ασθενών με μη φαρμακευτικές παρεμβάσεις (νοητική και σωματική άσκηση), και τη στήριξη των περιθαλπόντων (πρακτική και ψυχολογική υποστήριξη) και τρίτον την συμβολή στην προαγωγή της επιστημονικής έρευνας.

Την εκδήλωση διάνθισε με το μουσικό της πρόγραμμα η χορωδία των μαθητών του 8ου Γυμνασίου Λάρισας υπό την καθοδήγηση της μουσικού κυρίας Ουρανίας Καλέση.

Το ΔΣ της ΕΕΝΑΛ εξέφρασε ευχαριστίες προς την Δημοτική Αρχή για την παραχώρηση στέγασης στο Β ΚΑΠΗ και για την φιλοξενία σε όλα τα ΚΑΠΗ με τα αντίστοιχα Στέκια για την πραγματοποίηση των εθελοντικών της δράσεων από το 2005 την οποία συνεχίζει στηρίζοντας και την εκδήλωση αυτή.

Στο τέλος της εκδήλωσης το ΔΣ εξέφρασε την ευγνωμοσύνη του στις εθελόντριες ψυχολόγους Χριστίνα Γιαννιού, Μαρία Ματούλα και Άννα Κανέλη για την εθελοντική προσφορά τους με ευαισθησία, στις εθελόντριες του ΕΕΣ του Περιφερειακού Τμήματος Λάρισας και στην Διευθύντρια του 8ου Γυμνασίου Λάρισας κυρία Αργυρώ Καραγκούνη.

Δελτίο εγγραφής μέλους

ΑΙΤΗΣΗ

Επιθυμώ να γίνω μέλος / να ανανεώσω την ετήσια συνδρομή μου στην **Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer & Συγγενών Διαταραχών** και να έχω όλα τα προνόμια καθώς και τη συμμετοχή στις διάφορες δραστηριότητες της Εταιρείας.

Το ποσό της ετήσιας συνδρομής είναι 30 €.

ΠΡΟΣΩΠΙΚΑ ΣΤΟΙΧΕΙΑ

ΟΝΟΜΑΤΕΠΩΝΥΜΟ

ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ ΑΡΙΘΜ. Τ.Κ.

ΠΟΛΗ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑ ΤΗΛ

Ηλεκτρονική Διεύθυνση (E-mail)

Η διεύθυνση αποστολής της ταχυδρομικής επιταγής είναι:

ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΝΟΣΟΥ ALZHEIMER & ΣΥΓΓΕΝΩΝ ΔΙΑΤΑΡΑΧΩΝ
ΠΕΤΡΟΥ ΣΥΝΔΙΚΑ 13, ΤΚ 546 43 ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ, ΤΗΛ: 2310 810411, FAX: 2310 925802
e-mail: info@alzheimer-hellas.gr



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΝΟΣΟΥ ALZHEIMER
ΚΑΙ ΣΥΓΓΕΝΩΝ ΔΙΑΤΑΡΑΧΩΝ

**ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑ ΝΟΣΟΥ ALZHEIMER ΣΤΗΝ ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΕΠΙΚΡΑΤΕΙΑ
ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΝΟΣΟΥ ALZHEIMER & ΣΥΓΓΕΝΩΝ ΔΙΑΤΑΡΑΧΩΝ (Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Δ.)**

ΑΓΙΟΣ ΝΙΚΟΛΑΟΣ

Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Δ. Ν. Λασιθίου
Επιμενίδου 39γ, ΤΚ 721 00, Άγιος Νικόλαος,
☎28413 41330, ☎: 28410 24554, ✉ky.therapeytirio@gmail.com

ΑΘΗΝΑ

• **Σωματείο Αλληλοβοήθειας Φροντιστών Ασθενών με Νόσο Alzheimer**

Κάντιγγος 23, ΤΚ 106 77, Αθήνα
☎210 3811604, ☎: 210 3840317, Γρ. Βοήθειας: 210 3303678
✉ hagg@otenet.gr, @ www.gerontology.gr

• **Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συναφών Διαταραχών Αθηνών**

Κέντρο Ημέρας Ανοϊκών Ασθενών
Μάρκου Μουσούρου 89 & Στίλπωνος 33, Παγκράτι,
ΤΚ 116 36, Αθήνα. ☎210 7013271, ☎: 210 6012239
✉ info@alzheimerrathens.gr, @ www.alzheimerrathens.gr

ΑΡΓΑΛΑΣΤΗ Ν. ΜΑΓΝΗΣΙΑΣ

Σωματείο Νόσου Alzheimer Αργαλαστής Πηλίου
Δημαρχείο Αργαλαστής, Τ. Κ. 37006, Νομός Μαγνησίας
☎/☎: 24210 58218

ΑΧΑΪΑ

• **Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Δ. “Μνημοσύνη” Πάτρας**
Σωσικράτους 12, ΤΚ 264 43, Πάτρα,
☎: 6945395040, ✉ traviata@otenet.gr

ΒΟΛΟΣ

Ινστιτούτο Alzheimer Βόλου “Η Αγία Σοφία”
Ρόζου 135, ΤΚ 383 33, Βόλος
☎24210 43448, ☎: 24210 44984, Γρ. Βοήθειας: 24210 43448
✉ volos2@otenet.gr, @ www.institutoalzheimerr.gr

ΕΥΒΟΙΑ

Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Δ. Κονιστρών Ευβοίας
Κονίστρες Εύβοιας, ΤΚ 340 16
☎22220 58540, ☎: 24210 49984, ✉ konistra@hotmail.com

ΗΡΑΚΛΕΙΟ

Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Δ “Αλληλεγγύη” Ηρακλείου
Νταλιάνη 22, 713 06, Ηράκλειο, ☎2810 226308, ☎2810 360047
✉ alzheimerr.heraklion@gmail.com, @ www.alzheimerrheraklion.gr

ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ

• **Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Δ.**
Μονάδα Αντιμετώπισης Προβλημάτων Νόσου Alzheimer “Αγία Ελένη”, Πέτρου Συνδίκου 13, 546 43, Θεσσαλονίκη
☎2310 810411, ☎: 2310 925802
Μονάδα Αντιμετώπισης Προβλημάτων Νόσου Alzheimer “Άγιος Ιωάννης”, Κωνσταντίνου Καραμανλή 164, ΤΚ 542 48
☎2310 351451, ☎: 2310 351456, Γρ. Βοήθειας: 2310 909000
✉ info@alzheimerr-hellas.gr, @ www.alzheimerr-hellas.gr

• **Σύλλογος φίλων Ελληνικής Εταιρείας Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών**

Κ. Καραμανλή 164, Τ.Κ. 542 48, Θεσσαλονίκη, ☎2310 351451
• **Πανελλήνια Βιοτράπεζα Νευρολογικών Νοσημάτων**
Πέτρου Συνδίκου 13, Τ.Κ. 54643, Θεσσαλονίκη
☎2310 810411, ☎: 6972697072

✉ info@neuro-bio.gr, @ www.neuro-bio.gr
• **Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Δ. Εύοσμου - Κορδελιού και Καλαμαριάς**
Καραβαγγέλη 12 και Κατσταντώνη γωνία ΤΚ 563 34
☎: 6973302750

• **Πανελλήνιο Ινστιτούτο Νευροεμφυλιστικών Νοσημάτων**
Κατακόμβη Αγ. Νεκταρίου, ΤΚ 543 52,

☎2310 830667, ✉ info-pindis@gmail.com

• **Εταιρεία Μελέτης Νόσου Alzheimer & Αγγειακών Ανοιχτών Κεντρικής Μακεδονίας**

Στεφάνου Τάττη 10, ΤΚ546 21, Θεσσαλονίκη
☎2310 280707, ☎: 2310 261226, ✉ nkalzheimer@gmail.com

ΚΑΡΥΩΤΙΣΣΑ - Ν. ΠΕΛΛΑΣ

Σωματείο στήριξης ασθενών νόσου Alzheimer - Συναφών Διαταραχών & υπερηλίκων Νομού Πέλλας
Κ.Η. Καρυώτισσας, ΤΚ 580 01, ☎24210 58218

ΚΟΜΟΤΗΝΗ

Σύλλογος οικογενειών & φίλων πασχόντων από νόσο Alzheimer & συναφείς διαταραχές, «Ο Λόγος»
Πολυλειτουργικό Κέντρο Δήμου Κομοτηνής, Γρ. Μαρασλή 1,
ΤΚ 691 00, ☎25310 83844, ✉ ntinakom@gmail.com

ΛΑΡΙΣΑ

Κέντρο Ημέρας Ε.Ε.Ν.Α.Α.
Β' ΚΑΠΗ Λάρισας, Τέρμα Λαγού, ΤΚ 412 22, Λάρισα,
☎2410 620014, 6932 822858, ✉ alzheimerr.lar@gmail.com

ΛΕΣΒΟΣ

Λεσβιακός Σύλλογος Νόσου Alzheimer & Συγγενών Διαταραχών Μυτιλήνης

Ερμού 104, ΤΚ 81100, Μυτιλήνη
☎22510 61906, ☎: 2251026091, ✉ nikh_tso@yahoo.gr

ΝΕΑ ΚΑΛΛΙΚΡΑΤΕΙΑ Ν. ΧΑΛΚΙΔΙΚΗΣ

Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Δ. Ν. Καλλικράτειας
Χατζηαργύρου 68, ΤΚ 630 80
☎6974 900754, ✉ info@tsantalieleni.gr

ΞΑΝΘΗ

Σωματείο Alzheimer Ξάνθης
28η Οκτωβρίου 252, ΤΚ 671 00
Ξάνθη, ☎6977 720669, ✉ alzxtnt@in.gr

ΠΕΙΡΑΙΑΣ

Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Δ. Β' Πειραιά
Κλεισόβης 93, ΤΚ 185 39,
Πειραιάς, ☎210 4222522, ✉ drnsta@yahoo.gr

ΡΕΘΥΜΝΟ

Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Δ. Νομού Ρεθύμνης «Συμπαράσταση»,
Μάχης Ποταμών 9, Καλλιθέα, ΤΚ 741 00, Ρέθυμνο
☎2831101645, ✉ alzheimerr.ret@gmail.com

ΡΟΔΟΣ

Εταιρεία Αντιμετώπισης Νόσου Alzheimer και άλλων μορφών άνοιας

Στ. Καζούλη 18, ΤΚ 851 00, Ρόδος, ☎22410 78315
✉ koronis_panakeia@yahoo.gr, @ www.panakeia.org.gr

ΧΑΛΚΙΔΑ

Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Δ. Χαλκίδας
Κ. Η. «Αγία Ειρήνη» Μεσσαπίων 4, Τ. Κ. 34100, Χαλκίδα
☎22210 84773, ✉ eva2gel@hotmail.com

ΧΑΝΙΑ

• **Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Δ. Χανίων**
• **Ινστιτούτο έρευνας -εκπαίδευσης ψυχιατρικών ανοϊκών ασθενών Alzheimer**

Χρυσοπηγής 58, ΤΚ 731 00, Χανιά, ☎28210 76050
✉ inerekal@otenet.gr, @ www.alzheimer-chania.gr

ΧΙΟΣ

Ελληνική Εταιρεία Αγωγής Υγείας Παράρτημα Χίου
Αλ. Παχνού 11, ΤΚ 821 00, Χίος
☎22710 41020, ☎:22710-81491, ✉ gmaris.chi@gmail.com