

# Επικοινωνία για τη νόσο Alzheimer

3 ΜΗΝΙΑΙΑ ΕΚΔΟΣΗ

ΤΕΥΧΟΣ 61<sup>ο</sup>

ΕΤΟΣ 17<sup>ο</sup>

ΙΟΥΝΙΟΣ '15

ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΑ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑ ΝΟΣΟΥ ALZHEIMER ΚΑΙ ΣΥΝΑΦΩΝ ΔΙΑΤΑΡΑΧΩΝ

# A

γαπητές φίλες και φίλοι,

Πριν ένα μήνα βρεθήκαμε όλοι μαζί στην πόλη μας, στην πόλη του Αγίου Δημητρίου και χαρήκαμε την παρουσία και τη συμβολή όλων σας έτσι ώστε ένα ακόμη συνέδριο να ολοκληρωθεί και όλοι σας να φύγετε για τις πόλεις και τα χωριά σας με περισσότερες εμπειρίες και γνώσεις για να είστε περισσότερο χρήσιμοι για τους ασθενείς με άνοια.

Όλοι, Έλληνες και ξένοι, διαπιστώσαμε για άλλη μία φορά ότι η γνώση εξελίσσεται με ταχύτατους ρυθμούς και χρειάζεται πολλή δουλειά από όλους μας έτσι ώστε να φτάσουμε σε κείνο το επίπεδο που όλοι επιθυμούμε: Οι ασθενείς με άνοια καθώς και οι περιθάλποντές τους αλλά και όλοι οι ηλικιωμένοι με νοητικά προβλήματα στην Ελλάδα να τυγχάνουν της καλύτερης φροντίδας που είναι δυνατόν να προσφέρεται σήμερα στον πλανήτη μας.

Κάνουμε έκκληση -από το βήμα αυτό του περιοδικού μας- όλους, που θα μπορούσαν να βοηθήσουν αυτή την κρίσιμη περίοδο που περνάει η χώρα μας, την προσπάθεια της Πανελληνίας Ομοσπονδίας να οργανώσει ομάδες εργασίες προκειμένου να υπάρχουν συγκεκριμένες προτάσεις στην πολιτεία για την εκπαίδευση, την έρευνα, τις υπηρεσίες προς τους ασθενείς μας έτσι ώστε η χώρα μας να μην υστερεί σε τίποτε από τις υπόλοιπες αναπτυγμένες χώρες. Εκείνοι στηρίζονται κυρίως στην οικονομική τους ανάπτυξη, εμείς σ' αυτή τη φάση, ας βάλουμε θεμέλιο το φιλότιμό μας.



Καλό καλοκαίρι!

**Μάγδα Τσολάκη**

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

**Επιμέλεια:** 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](mailto:info@alzheimer-hellas.gr)

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

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

**Εκτύπωση:** ΚΕΘΕΑ ΣΧΗΜΑ + ΧΡΩΜΑ

**Μήνας - Τεύχος:** Ιούνιος - 61<sup>ο</sup>

## Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας

### Η ΥΠΟΥΡΓΙΚΗ ΔΙΑΣΚΕΨΗ ΤΟΥ ΠΑΓΚΟΣΜΙΟΥ ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΥ ΥΓΕΙΑΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΝΟΙΑ ΕΚΔΙΔΕΙ ΜΙΑ ΕΠΕΙΓΟΥΣΑ ΕΚΚΛΗΣΗ ΓΙΑ ΠΑΓΚΟΣΜΙΑ ΔΡΑΣΗ



Πάνω από 80 χώρες συμφώνησαν να ενταχθούν στην παγκόσμια έκκληση για δράση, την πιο σημαντική έκφραση δέσμευσης μέχρι σήμερα. Αυτό που απαιτείται από όλους τους ενδιαφερόμενους τώρα είναι πραγματικός σχεδιασμός και εφαρμογή των συμφωνηθέντων.

Λονδίνο, 17 Μαρτίου 2015: Η Παγκόσμια Εταιρεία Alzheimer (ADI) χαιρετίζει τα αποτελέσματα της πρώτης Υπουργικής Διάσκεψης του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας (WHO) για την Παγκόσμια Δράση κατά της άνοιας. Η εκδήλωση, που πραγματοποιήθηκε στη Γενεύη στις 16 και 17 Μαρτίου 2015, ήταν η μεγαλύτερη συνάντηση υψηλά ιστάμενων αντιπροσώπων των κυβερνήσεων και αναγνώρισε το μέγεθος του προβλήματος της Νόσου Alzheimer και των άλλων ανοιών.

Η Υπουργική Διάσκεψη κλιμάκωσε τις προηγούμενες δεσμεύσεις που ανέλαβαν οι χώρες της G7, παρέχοντας τη δυνατότητα για ένα κρίσιμο διεθνές φόρουμ συζήτησης σχετικά με τη φροντίδα, τη θεραπεία, την ευαισθητοποίηση, τα ανθρώπινα δικαιώματα και τις βέλτιστες πρακτικές. Η ADI συμμετείχε ενεργά στη συνάντηση, με εκπροσώπους της να δίνουν ομιλίες και έχοντας την προεδρία σε πολλές συνεδρίες.

Κατά τη διάρκεια αυτών των δύο ημερών, υπουργοί από όλο το κόσμο, καθώς και εμπειρογνώμονες από τις κοινότητες της έρευνας, την ιατρικής και των ΜΚΟ, συζητήσαν τα παγκόσμια προβλήματα που προκύπτουν από την άνοια. Οι συμμετέχοντες συμφώνησαν σε μια πρόσκληση για δράση για να γίνει η άνοια μια παγκόσμια προτεραιότητα υγείας και να διοχετευτεί η παρούσα προσπάθεια σε συγκεκριμένες δράσεις.

Σε όλο τον κόσμο, περισσότερα από 47 εκατομμύρια άνθρωποι ζουν σήμερα με άνοια. Υπάρχει μια νέα περίπτωση άνοιας κάθε 4 δευτερόλεπτα. Το 2010, το συνολικό κόστος της φροντίδας ασθενών με άνοια υπολογίστηκε στις ΗΠΑ στα 604 δισεκατομμύρια δολάρια, που αντιπροσωπεύει περίπου το 1% του παγκόσμιου ΑΕΠ (Ακαθάριστο Εγχώριο Προϊόν). Σχεδόν τα δύο τρίτα των ατόμων με άνοια ζουν σε χώρες χαμηλού και μεσαίου εισοδήματος. Μέχρι το 2050, αυτό το ποσοστό θα ανέλθει στο 71%.

Ο Marc Wortmann, Διευθυντής της ADI, σχολίασε: «Πρέπει να εντείνουμε τις προσπάθειές μας για την έρευνα, αλλά και να αναγνωρίσουμε το ρόλο των οργανώσεων της κοινωνίας των πολιτών ως βασικών υπέρμαχων των βελτιώσεων στη φροντίδα και τις πολιτικές της άνοιας. Ο μόνος δρόμος προς τα εμπρός είναι μέσω της συντονισμένης παγκόσμιας δράσης. Η ADI έχει δεσμευτεί να συνεργαστεί στενά με τον Παγκόσμιο Ορ-

γανισμό Υγείας, τον ΟΟΣΑ και τις εθνικές κυβερνήσεις, δημιουργώντας μια πλατφόρμα για συντονισμένη παγκόσμια και εθνική δράση».

Απαντώντας στην υπουργική διάσκεψη για την άνοια του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας, η ADI συντόνισε τη δημιουργία δήλωσης με τη συμμετοχή πάνω από 40 οργανώσεων της κοινωνίας των πολιτών, προτείνοντας διάφορες βασικές συστάσεις για μελλοντική δράση:

1. Βεβαιωθείτε ότι οι άνθρωποι με άνοια και οι οικογένειές τους είναι στο επίκεντρο όλων των πολιτικών.
2. Εφαρμόστε και λάβετε τα αναγκαία μέτρα ώστε να πραγματοποιηθεί η φιλοδοξία που υιοθετήθηκε από τη σύνοδο κορυφής των G8 τον Δεκέμβριο του 2013 να προσδιοριστεί μια θεραπεία για την άνοια ή μια θεραπεία τροποποιητική της νόσου ως το 2025, καθώς και να αυξηθεί συλλογικά και σημαντικά το ποσό της χρηματοδότησης για την έρευνα της άνοιας ώστε να επιτευχθεί αυτός ο στόχος. Πρότασή μας είναι κάθε χώρα να αυξήσει τον δημόσιο προϋπολογισμό της για την έρευνα στο 1% του ποσού που η χώρα δαπανά για την φροντίδα της άνοιας.
3. Αυξήστε τις προσπάθειες και σε άλλους τομείς της έρευνας, όπως στην έρευνα για αποτελεσματικά μοντέλα φροντίδας, τον επιπολασμό, τη συχνότητα εμφάνισης και τη θνησιμότητα, την πρόληψη και τη μείωση των κινδύνων σε ένα συγκρίσιμο επίπεδο. Αυξήστε την εστίαση στη μετάφραση της έρευνας στην πράξη.
4. Αναγνωρίστε την αξία των οργανώσεων της κοινωνίας των πολιτών, συμπεριλαμβανομένων των εταιρειών Alzheimer και των ερευνητικών ιδρυμάτων Alzheimer, ως βασικών υπέρμαχων για τις βελτιώσεις στη φροντίδα της άνοιας και στις πολιτικές υγείας και υποστηρίξτε αυτές τις οργανώσεις. Θα πρέπει να περιλαμβάνεται ένας ρόλος για τους ανθρώπους που ζουν με άνοια.
5. Δημιουργία και χρηματοδότηση ενός «μοντέλου εργασίας για την άνοια» για χώρες με χαμηλό και μεσαίο εισόδημα ώστε να αναπτύξουν προγράμματα για την ευαισθητοποίηση και τη βελτίωση της απόκρισης του συστήματος υγείας με τη συμμετοχή των εταίρων από τις χώρες αυτές.
6. Να διευκολυνθεί η περαιτέρω συνεργασία για την ανταλλαγή των βέλτιστων πρακτικών στον τομέα της φροντίδας για την άνοια και τη δημιουργία κοινοτήτων φιλικών προς άνοια.
7. Η μείωση του κινδύνου της άνοιας να γίνει προτεραιότητα και να γίνει σύνδεση των δράσεων, συμπεριλαμβανομένου του καθορισμού ορισμένων στόχων και δεικτών, στις γενικές εργασίες για τις μη μεταδοτικές ασθένειες που καθοδηγούνται από τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας.

## Ο κόσμος της άνοιας από τη σκοπιά του περιθάλποντα

**Η** πορεία του περιθάλποντα στην άνοια είναι ένα ταξίδι **δύσκολο, απαιτητικό και πολύ ψυχοφθόρο**, γεμάτο με στιγμές θλίψης, **απόγνωσης, απογοήτευσης και απελπισίας**. Ένα ταξίδι μέσα στο **πένθος**. Δεν είναι εύκολο να κατανοήσει κάποιος τις δυσκολίες που βιώνει η οικογένεια ενός ατόμου που πάσχει από οποιαδήποτε μορφή άνοιας. Από την αρχή της ασθένειας, από τα πρώτα ανεπαισθητα σημάδια που δεν προϊδεάζουν το τι θα ακολουθήσει, έως και το τέλος, κάθε στιγμή που περνάει είναι **δύσκολη, περίεργη, πρωτόγνωρη**. Κάθε μέρα, είναι δυστυχώς κατά τι χειρότερη από την προηγούμενη.

Υπάρχουν στιγμές, τόσο σκληρές τόσο δύσκολες που **ντρέπεται** ακόμα και να τις αναλογιστεί, πόσο μάλλον να τις περιγράψει κάποιος. Από τη στιγμή που η ασθένεια θα χτυπήσει την πόρτα της οικογένειας, αρχίζουν και δημιουργούνται προβλήματα που γίνονται όλο και πιο έντονα και συσσωρεύονται με το πέρασμα του χρόνου. Προβλήματα που εξαρτώνται από την ηλικία του ασθενούς, τις κοινωνικές και οικογενειακές του υποχρεώσεις, την οικονομική κατάσταση του, αλλά και από την ηλικία και την κατάσταση υγείας των ανθρώπων που συμβιώνουν μαζί του και καλούνται πλέον να αναλάβουν τη φροντίδα και την περίθαλψη του με ή χωρίς την ύπαρξη βοηθητικού προσωπικού.

Πώς να διαχειριστεί κανείς μια τέτοια κατάσταση; Ο άνθρωπος που νοσεί, στις στιγμές που αντιλαμβάνεται το πρόβλημά του υποφέρει πολύ. Είναι **εφιαλτικό - τρομακτικό** θα έλεγα- να αισθάνεται κανείς ότι «χάνει το μυαλό του», **να αγωνιά** για το μέλλον του, **να φοβάται** για τις στιγμές που θα έχει χάσει πια την προσωπικότητα του και να ζητά εκ των προτέρων συγγνώμη για όλα αυτά που θα κάνει στο μέλλον όταν δεν θα είναι πια ο εαυτός του. Να ζητά **απελπισμένα βοήθεια** από τους οικείους του **εκλιπαρώντας τους να τον προστατέψουν** και να φροντίσουν να μη χάσει την αξιοπρέπεια του.

**Είναι σκληρό** να βλέπει κανείς τον άνθρωπο του σε αυτή την κατάσταση, είναι σκληρό να αγωνίζεται να ανταπεξέλθει σε όλα τα προβλήματα που θα προκύψουν, είναι δύσκολο να επωμιστεί όλη την ευθύνη της περίθαλψης και ταυτόχρονα να επιφορτιστεί και με τα θέματα της καθημερινότητας που είχε αναλάβει μέχρι πρότινος ο ασθενής. Τι να αναλογιστεί κανείς. Τις στιγμές της

έντασης, τις αιφνίδιες εκρήξεις θυμού και επιθετικότητας που εναλλάσσονται με στιγμές απάθειας, τις κωμικοτραγικές σκηνές που εκτυλίσσονται

όταν ο άρρωστος αδυνατεί να αναγνωρίσει τους οικείους του και κυριεύεται από παραισθήσεις, την αδυναμία συνεργασίας του σε ότι αφορά τη σίτιση, την υγιεινή, τη λήψη φαρμάκων, την εξέτασή του από τους γιατρούς; Πώς να αποδεχθεί τη διαταραχή της προσωπικότητας, πώς να αντιμετωπίσει την άγνοια στους κανόνες κοινωνικής συμπεριφοράς και να προστατεύσει τον άρρωστο για να μην προβεί άθελά του σε ανάρμοστες συμπεριφορές; **Ο κοινωνικός αποκλεισμός** φαντάζει μονόδρομος. Και συνέπεια αυτού είναι να εντείνεται η **μοναξιά και η θλίψη** του περιθάλποντα. Ζει πλέον για τον άρρωστο. Μόνη του έγνοια η φροντίδα του. Προσπαθεί να αντιληφθεί τις επιθυμίες του αρρώστου, να ερμηνεύσει τις λέξεις χωρίς νόημα, τους φθόγγους που βγαίνουν από το στόμα του, να κατανοήσει τις ανεπαισθητες κινήσεις που κάνει όταν πονάει, πεινάει, διψάει, κρυώνει, φοβάται και όλα αυτά που αισθάνεται αλλά δυστυχώς είναι πια ανήμπορος να εκφράσει.

Περνάει ώρες **αγρύπνιας** τις νύχτες παρακολουθώντας τον να γυρνάει σε όλο το σπίτι βηματίζοντας αδιάκοπα με εμφανή αγωνία στο βλέμμα, και τρέχει ξοπίσω του για να μη σκοντάψει, να μη χτυπήσει, να μην ανοίξει την πόρτα και φύγει στο άγνωστο, αφού πια δεν είναι σε θέση να βρει το δρόμο της επιστροφής. Και στις ελάχιστες ώρες που ο άρρωστος κοιμάται, θα πρέπει να φέρει εις πέρας τα υπόλοιπα θέματα της καθημερινής ζωής.

Και η μοναξιά θα μεγαλώνει, **η θλίψη θα δίνει τη θέση της στην κατάθλιψη** τις στιγμές που η σωματική κόπωση θα συναγωνίζεται την ψυχική. Η ψυχική και σωματική εξάντληση θα κυριεύουν τον περιθάλποντα και θα επιβαρύνουν και τη δική του υγεία καθώς θα είναι όλο και περισσότερες, θα μπαίνουν όμως **σε δεύτερη μοίρα**, γιατί πάντα θα προηγείται η περίθαλψη του αγαπημένου αρρώστου.

Επιστρατεύει, λοιπόν, όση δύναμη του απομένει και συνεχίζει. Συνεχίζει παίρνοντας δύναμη από αυτή τη φευγαλέα σπίθα στο θλιμμένο, βυθισμένο στο κενό βλέμμα που κάθε φορά που ανάβει, του θυμίζει την αγάπη που ο άνθρωπός του αντιλαμβάνεται και έχει ανάγκη για να συνεχίσει να ζει. Αυτή τη χωρίς όρια αγάπη, που μόνο όποιος φρόντισε ασθενή με άνοια αξιώθηκε να ζήσει σε όλο της το μεγαλείο. Αυτή την αγάπη που φτάνει στα όρια της αυτοθυσίας για να απαλύνει τον πόνο και την αγωνία του αρρώστου και να του προσφέρει τη φροντίδα και τη συμπάρασταση που χρειάζεται για να πορευτεί με αξιοπρέπεια προς το τέλος.

Και όσο πλησιάζει το τέλος τα συναισθήματα μεταβάλλονται. **Ενοχές, τύψεις** για τις στιγμές που η συναισθηματική εξάντληση έφερε λόγια θυμού και αγανάκτησης, **αμφιβολία** για το αν χρησιμοποίησε κάθε δυνατή λύση για να τον βοηθήσει, αίσθημα **λύτσης** για τον ασθενή, και **αντιφατικά συναισθήματα γύρω από τη ζωή και το θάνατο**.

Και όταν έρθει το τέλος, το πρώτο συναισθηματικό βιώμα είναι η αίσθηση ότι ο άνθρωπός του **λυτρώθηκε** από



**Υπουργική Διάσκεψη Κορυφής της Παγκόσμιας Δράσης κατά της άνοιας**

μια βασανιστική ασθένεια. Η θλίψη για την απώλεια, θα ακολουθήσει αργότερα. Η εικόνα του αρρώστου δεν θα φεύγει. Θα αδυνατεί να θυμηθεί τη μορφή του, πριν την άνοια. Θα περάσουν χρόνια για να ξαναέρθουν στη μνήμη οι παλιές ευτυχισμένες στιγμές. Τα σημάδια όμως που αυτή η ασθένεια αφήνει δε θα φύγουν ποτέ. Είναι τόσο σκληρές, τόσο απάνθρωπες αυτές οι στιγμές που χαράσσονται ανεξίτηλα. Γι' αυτό και η πλειοψηφία των πρώην περιθαλπόντων εξακολουθεί και μετά το θάνατο των αγαπημένων προσώπων να προσφέρει με όποιον τρόπο μπορεί βοήθεια και συμπαράσταση σε όσους πλήττονται από την ασθένεια.

Κλείνοντας επιτρέψτε μου να παραθέσω τον επίλογο του δοκιμίου μου «ΤΑΞΙΔΙ ΣΤΟΝ ΚΟΣΜΟ ΤΗΣ ΑΝΟΙΑΣ» που συνέγραψα στη μνήμη του πατέρα μου «Αγωνιζόμαστε ενάντια σε έναν κοινό εχθρό.

Ενάντια σε μια ύπουλη ασθένεια, που χτυπά αδιάκριτα χωρίς καμιά ελπίδα ίασης ή επιβίωσης.

Μια ασθένεια με προδιαγεγραμμένη πορεία και άδοξο τέλος.

Μια ασθένεια που πασχίζουμε πολύ και να αποδεχτούμε και να κατανοήσουμε και να αντιμετωπίσουμε.

Μια ασθένεια που όσο περισσότερα γνωρίζουμε για αυτή τόσο καλύτερα θα μπορέσουμε να την πολεμήσουμε. ΟΛΟΙ ΜΑΖΙ!

Γιατί σ' αυτή τη μάχη είμαστε πολλοί. Εμείς, οι άνθρωποι μας, οι γιατροί τους και οι εξειδικευμένοι νοσηλευτές τους. Όλοι αυτοί που με αληθινό αίσθημα ευθύνης στέκονται δίπλα στον άρρωστο μέχρι την τελευταία του στιγμή, τιμώντας τον όρκο που έδωσαν στην επιστήμη τους και στο Θεό.

Και ίσως -ποιος ξέρει- ίσως κάποτε στο μέλλον η επιστήμη καταφέρει να κερδίσει και αυτή τη μάχη.

Εμείς πάντως δε θα σταματήσουμε ποτέ να αγωνιζόμαστε.

Το οφείλουμε ως ένδειξη σεβασμού στη μνήμη των ανθρώπων που χάσαμε από αυτή την αρρώστια».

*Έπη Μίχη*



**Μ**ε χαρά σας ενημερώνουμε για την πρώτη Υπουργική Διάσκεψη Κορυφής της Παγκόσμιας Δράσης κατά της άνοιας που πραγματοποιήθηκε 16 και 17 Μαρτίου 2015 στα κεντρικά γραφεία του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας. Η σύνοδος κορυφής έχει ως στόχο την αύξηση της ευαισθητοποίησης απέναντι στην πρόκληση που δημιουργεί για τη δημόσια υγεία η νόσος Alzheimer και η άνοια, καθώς και την καλύτερη κατανόηση του ρόλου των κυβερνήσεων και της ευθύνης που έχουν να ανταποκριθούν στην πρόκληση αυτή.

Σκοπός της διάσκεψης ήταν η αύξηση της ευαισθητοποίησης και η παραδοχή ότι ένας κόσμος χωρίς την επιβάρυνση που επιφέρει η άνοια είναι εφικτός. Αυτό θα επιτευχθεί μόνο αν οι κυβερνήσεις στις πλούσιες και τις φτωχές χώρες ακολουθήσουν μια κοινή δέσμευση να θέσουν σε εφαρμογή τις απαραίτητες πολιτικές και να διαθέσουν τους αναγκαίους πόρους για τη φροντίδα των ασθενών και την εξεύρεση μιας θεραπείας για την άνοια. Η δράση κατά της άνοιας πρέπει να τοποθετηθεί σε υψηλότερη θέση στην εθνική και παγκόσμια πολιτική ατζέντα.

Οι στόχοι της διάσκεψης έχουν οριστεί ως εξής:

- ✓ Επισήμανση των στοιχείων σχετικά με την παγκόσμια επιβάρυνση και τις επιπτώσεις της άνοιας.
- ✓ Ενθάρρυνση των κυβερνήσεων να αναλάβουν δράση για την πρόληψη της άνοιας και τη βελτίωση των υπηρεσιών φροντίδας, με βάση τις τρέχουσες επιστημονικές γνώσεις, τα διαθέσιμα στοιχεία και την παγκόσμια εμπειρία σε όλο τον κόσμο.
- ✓ Συζήτηση για την ανάγκη αξιολόγησης της περίθαλψης των ασθενών και της παρακολούθησης της πρόοδου τους.
- ✓ Συζήτηση των θεραπευτικών πρωτοκόλλων για την άνοια.
- ✓ Υπογράμμιση της ανάγκης για αύξηση των επενδύσεων στην έρευνα.
- ✓ Επανεξέταση των δράσεων που έχουν αναληφθεί από το 2011 και το 2014 και διερεύνηση των δυνατοτήτων ενίσχυσης της παγκόσμιας συνεργασίας.
- ✓ Πέρασμα από τη δέσμευση στη δράση σε συντονισμό με όλους τους ενδιαφερόμενους φορείς.

Το συνέδριο θα έχει ως αποτέλεσμα την αύξηση της ευαισθητοποίησης του κοινού για την υγεία και τις κοινωνικο-οικονομικές προκλήσεις που θέτει η άνοια, την καλύτερη κατανόηση των κυβερνήσεων και των άλλων εμπλεκόμενων φορέων για τον ρόλο τους και την ευθύνη που έχουν να ανταποκριθούν στην πρόκληση της άνοιας, καθώς και την ανάγκη για συντονισμένη παγκόσμια και εθνική δράση.

## Ανθρωπιστική εκδήλωση

## HUMANITY DIARY

**T**ο Humanity Diary σας ευχαριστεί που τιμήσατε με την παρουσία σας την εκδήλωση που διοργάνωσε για να στηρίξει το έργο της Alzheimer Hellas, το Σάββατο 18 Απριλίου 2015 και ώρα 19.30, στο ισόγειο της Μονάδας Αντιμετώπισης Προβλημάτων Νόσου Alzheimer, Πέτρου Συνδίκου 13.

Την εκδήλωση πλαισίωσαν η Τότα Κυριαζικίδου στο τραγούδι και η Κατερίνα Ξεντίδου στο πιάνο.

Η εκδήλωση περιελάμβανε μπουφέ και ποτό.

Ευχαριστούμε τους χορηγούς για την ευγενική χορηγία τους:



**“T**ο ημερολόγιο της ανθρωπότητας” είναι μία Ελληνική κοινωνία μελών και υποστηρικτών, ενωμένοι με την πεποίθηση πως "Η αληθινή φιλανθρωπία είναι η επιθυμία του να είσαι χρήσιμος στους άλλους χωρίς να έχεις στην σκέψη σου την ανταπόδοση της πράξης σου" και είμαστε αποφασισμένοι να κάνουμε κάτι γι αυτό.

<http://www.humanitydiary.com/>



Humanity Diary  
Μη Κυβερνητική Οργάνωση  
(ΜΚΟ)

**Παρουσίαση Βιβλίου - Βαδίζοντας μαζί...**

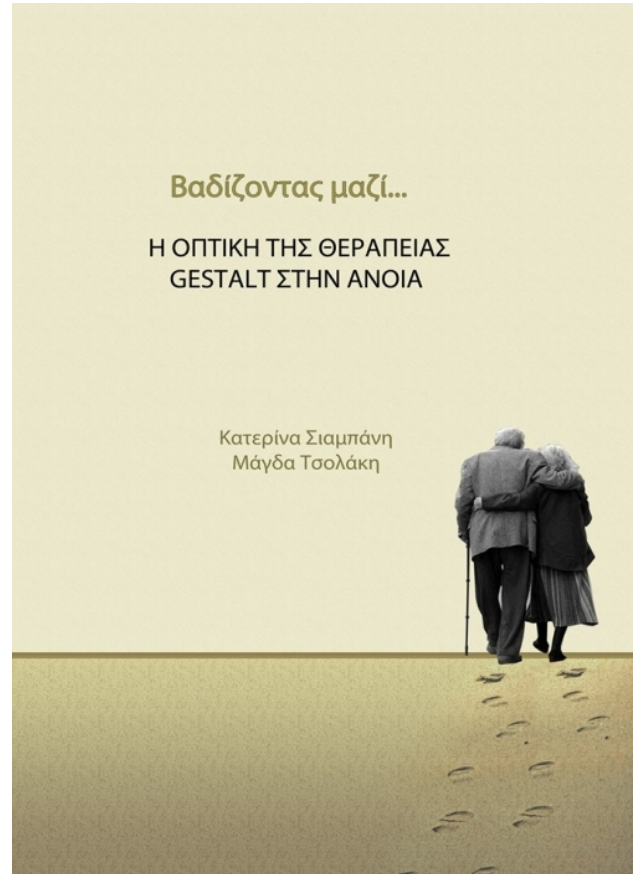
**Η** Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών (Alzheimer Ελλάς) πραγματοποίησε την παρουσίαση του βιβλίου «Βαδίζοντας μαζί... Η οπτική της θεραπείας Gestalt στην άνοια» την Τετάρτη 6 Μαΐου 2015 στις 18:30 το απόγευμα στη Δημόσια Κεντρική Βιβλιοθήκη της Βέροιας (Έλλης 8, 59100 Βέροια, τηλ. 2331024494).

Η συγγραφέας, Συμβουλευτική Ψυχολόγος - Ψυχοθεραπεύτρια Gestalt μίλησε για την άνοια και περιέγραψε τα στάδια της άνοιας μέσα από την οπτική της θεραπείας Gestalt τονίζοντας ταυτόχρονα τη σπουδαιότητα της ψυχοθεραπείας στη ζωή των ασθενών. Το ακροατήριο είχε την ευκαιρία να ακούσει για την ψυχοθεραπεία Gestalt η οποία όπως ειπώθηκε από την συγγραφέα είναι μια σχεσιακή θεραπευτική προσέγγιση, που ασχολείται ιδιαίτερα με την επαφή του ανθρώπου με τον εαυτό του, με τους άλλους, αλλά και με το περιβάλλον του. Αλλά και μια διαδικασία αέναης αλλαγής, που δίνει ιδιαίτερη βαρύτητα στην προσαρμογή του κάθε οργανισμού στο περιβάλλον, καθώς οι αλλαγές στη ζωή των ανθρώπων που πάσχουν από άνοια είναι σχεδόν καθημερινές και αναπόφευκτες. Η συγγραφέας υπογράμμισε ότι μέσα από δοκιμασίες και προσπάθειες, μπορούμε να βρούμε τι είναι αυτό που βοηθά τους ασθενείς με άνοια στο να μην αποσύρονται διαρκώς στον «κόσμο της άνοιας» και να μπορούν να διαχειριστούν τους φόβους, τη θλίψη και το άγχος που βιώνουν.

Η αποδοχή και η ενσυναίσθηση είναι δύο βασικά κλειδιά για να χτιστεί η σχέση θεραπευτή και θεραπευμένου, στηριζόμενη πάντα στον υπαρξιακό διάλογο. Η υπαρξιακή οπτική της θεραπείας Gestalt κάνει τους θεραπευτές Gestalt να προσεγγίζουν τους ασθενείς ως άτομα που ανακαλύπτουν τον εαυτό τους σε μια συνεχή αλλαγή των νοητικών τους λειτουργιών. Μέσα από διαρκή πειράματα, διηγήσεις ιστοριών και ταξινόμηση αντικειμένων, προσπαθούν να βγάλουν στοιχεία και πληροφορίες από τις ζωές των θεραπευμένων και να τους βοηθήσουν να μένουν στην πραγματικότητα.

Στην παρουσίαση συμμετείχε, η καθηγήτρια Νευρολογίας του ΑΠΘ Μάγδα Τσολάκη και πρόεδρος της Πανελληνίας Ομοσπονδίας Νόσου Alzheimer, η οποία είχε την επιστημονική επιμέλεια του βιβλίου. Προσκάλεσε τους φορείς της πόλης σε συνεργασία για τη στήριξη προγραμμάτων που στόχο θα έχουν την βοήθεια των ανθρώπων που πάσχουν από άνοια και ζούνε στην πόλη της Βέροιας και των περιθαλπόντων τους.

Για περισσότερες πληροφορίες σχετικά με τη διάθεση του βιβλίου, μπορείτε να επικοινωνήσετε με την Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer (Πέτρου Συνδίκου 13 - 2310.810411).



Ευχαριστούμε πολύ το Δήμο Βεροίας και τη Δημοτική Βιβλιοθήκη για τη φιλοξενία τους.

### 10ο Διεθνής Μαραθώνιος «Μέγας Αλέξανδρος»

**Μ**ε μεγάλη περηφάνια η Alzheimer Hellas συμμετείχε στον 10ο Διεθνή Μαραθώνιο «Μέγας Αλέξανδρο» που πραγματοποιήθηκε στην πόλη της Θεσσαλονίκης. Ασθενείς, περιθάλποντες, μέλη του Διοικητικού Συμβουλίου και εργαζόμενοι των μονάδων διένυσαν τα 5 χιλιόμετρα! Η τρίτη ηλικία με τη δυναμική της παρουσία έστειλε ηχηρό μήνυμα ότι είναι ενεργή, συμμετέχει, αγωνίζεται και προσφέρει. Δεν ανήκει στο περιθώριο, δεν διαφέρει! Θέλουμε ενεργούς και συμμετοχικούς πολίτες ανεξαρτήτως ηλικίας, γιατί όλοι έχουμε να κερδίσουμε από τη μαγεία και τη σοφία της κάθε γενιάς!



Η Alzheimer Hellas θα συμμετέχει στον 4ο Διεθνή Νυχτερινό Ημιμαραθώνιο Θεσσαλονίκης στις 10/10/2015.



### Alzheimer Cafe

**Ο** Σύλλογος Φίλων της Ελληνικής Εταιρείας Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών προσκάλεσε στις 12 Μαρτίου και στις 18 Ιουνίου 2015, τους επωφελούμενους των Κέντρων Ημέρας για απογευματινό ρόφημα στη "Συμφωνία".

Στα πλαίσια των συναντήσεων αυτών ο κ. Μιχάλης Δέτσης, Κλινικός Ψυχολόγος πραγματοποίησε δύο ενδιαφέρουσες ομιλίες με θέμα "Διατροφικές Διαταραχές" και "Ψυχώσεις".

Σκοπός της διοργάνωσης του Alzheimer café είναι να δίνεται η δυνατότητα στα μέλη της εταιρείας –ασθενείς και περιθάλποντες- να συνευρεθούν σε ένα περιβάλλον ψυχαγωγίας, να γνωριστούν μεταξύ τους, να ανταλλάξουν εμπειρίες και να ενημερωθούν με ενδιαφέρουσες ομιλίες. Παράλληλα παρέχεται ένα κίνητρο στον περιθάλποντα και τον ασθενή να προγραμματίσουν μια ψυχαγωγική έξοδο από το σπίτι, καθώς η φυγή από την ρουτίνα της καθημερινότητας είναι σημαντική για τη συναισθηματική τους κατάσταση. Τέλος μέσω των Alzheimer café ως εταιρεία συντελούμε στην αποσιγματοποίηση της νόσου δίνοντας την ευκαιρία στους ασθενείς να συνυπάρξουν σε ένα κοινωνικό πλαίσιο ειςπράττοντας κατανόηση και σεβασμό, όπως τους αξίζει.

Ευχαριστούμε τους παρευρισκόμενους για τη συμμετοχή τους!





### 30<sup>ο</sup> Παγκόσμιο Συνέδριο για τη Νόσο Alzheimer

**Τ**ον περασμένο Απρίλιο διενεργήθηκε στο Περθ της Αυστραλίας το 30<sup>ο</sup> Παγκόσμιο Συνέδριο για τη Νόσο Alzheimer, που διοργάνωσε η Παγκόσμια Εταιρεία Alzheimer (ADI). Η Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer εκπροσωπήθηκε από την κυρία Πόππη Ελένη, ψυχολόγο, η οποία συμμετείχε στο συνέδριο με την παρουσίαση μια νέας εργασίας που έφερε τον τίτλο «Use it more and keep it alive». Η παρούσα εργασία είχε στόχο τη διετή παρακολούθηση ασθενών με Ήπια Νοητική Διαταραχή. Στην παραπάνω εργασία παρουσιάστηκαν τα αποτελέσματα της μελέτης, τα οποία αποδεικνύουν ότι ασθενείς με Ήπια Νοητική Διαταραχή που λαμβάνουν μέρος σε συνεχή νοητική άσκηση διάρκειας δύο ετών, έχουν μεγαλύτερα οφέλη σε σχέση με ασθενείς που κάνουν άσκηση για ένα έτος και σε σχέση με την ομάδα ελέγχου (ομάδα χωρίς νοητική άσκηση). Επομένως, φαίνεται ότι η νοητική άσκηση είναι απαραίτητο να συνεχίζεται για μεγάλα χρονικά διαστήματα έτσι ώστε να υπάρχει παγίωση της νέας μάθησης και γνώσης και όπως πολύ εύστοχα περιγράφει ο τίτλος της εργασίας «Χρησιμοποίησε τον εγκέφαλό σου περισσότερο, και κράτησε τον ζωντανό». Επίσης, η παρούσα εργασία έδειξε ότι οι ασθενείς με μακροχρόνια και συνεχή νοητική άσκηση είναι δυνατόν να εξαλείψουν την πιθανότητα μετάπτωσης σε άνοια σε σχέση με τους ασθενείς με 1 έτος εκπαίδευσης και την ομάδα ελέγχου, τουλάχιστον για 2 έτη. Μέσα λοιπόν από ειδικά σχεδιασμένα και στοχευόμενα νοητική άσκηση είναι δυνατόν να καθυστερηθεί η έναρξη της νόσου Alzheimer.

Επιπρόσθετα, η κα Πόππη Ελένη, συμμετείχε στη συνάντηση του διοικητικού συμβουλίου της παγκόσμιας εταιρείας Alzheimer και μέσα από ένα show case stand παρουσίασε τις δραστηριότητες της Ελληνικής Εταιρείας Νόσου Alzheimer Θεσσαλονίκης, καθώς και όλα τα θεραπευτικά προγράμματα που πραγματοποιούνται σε αυτήν. Τέλος παρουσίασε και ένα νέο διαγνωστικό εργαλείο μέσω ηλεκτρονικού υπολογιστή, που βοηθά στη διαφορική διάγνωση μεταξύ ήπιων και μειζόνων νευροεκφυλιστικών διαταραχών, το οποίο σχεδιάστηκε από τον κ. Στέλιο Ζυγούρη, ψυχολόγο και υλοποιήθηκε από το Ινστιτούτο Τεχνολογιών Πληροφορικής και Επικοινωνιών (ΙΠΤΗΛ) στα πλαίσια του προγράμματος “Συνεργασία” με επιστημονικά υπεύθυνη της κ. Μάγδα Τσολάκη.

Στο συνέδριο συμμετείχαν πλήθος ερευνητών από όλο τον κόσμο και παρουσιάστηκαν ενδιαφέρουσες ομιλίες. Τα θέματα του συνεδρίου αφορούσαν την πρόληψη έναρξης της νόσου Alzheimer, τη φροντίδα στα τελικά στάδια της νόσου, καθώς και τρόπους αλλαγής της κοινωνίας έτσι ώστε οι πόλεις και οι άνθρωποι να γίνουν πιο φιλικόι απέναντι στους ασθενείς με τη Νόσο Alzheimer, καταπολεμώντας έτσι το στίγμα και κάνοντας την άνοια προτεραιότητα. Στις ομιλίες παρουσιάστηκαν έξυπνα σπία που βοηθούν τους ασθενείς να διατηρήσουν τη λειτουργικότητά τους για μεγαλύτερο χρονικό

διάστημα, και νέες έρευνες που αποδεικνύουν την αποτελεσματικότητα της νοητικής αποκατάστασης, αλλά και προγραμμάτων σωματικής άσκησης τόσο σε ασθενείς με άνοια, όσο και σε ασθενείς με Ήπια Νοητική Διαταραχή, που βοηθούν τους ασθενείς να βελτιώσουν τις νοητικές τους επιδόσεις. Τέλος παρουσιάστηκαν νέα εργαλεία μέσω υπολογιστή που βοηθούν τους ασθενείς με διαταραχές λόγου να εκφραστούν, καθώς και νέες επιδημιολογικές μελέτες που αποδεικνύουν την αύξηση των ασθενών με Νόσο Alzheimer τόσο στις αναπτυσσόμενες, όσο και στις αναπτυσσόμενες χώρες, ενώ δόθηκε έμφαση στους παράγοντες κινδύνου που σχετίζονται με αυτήν. Στο συνέδριο συμμετείχαν επίσης ασθενείς με τη Νόσο Alzheimer, οι οποίοι είχαν τη δυνατότητα να εκφράσουν τις απόψεις τους, τις ανάγκες τους αλλά και τα παράπονά τους μέσα από ιδιαίτερα συγκινητικές ομιλίες. Κατά την τελετή έναρξης του συνεδρίου παρουσιάστηκε επίσης η ταινία Still Alice, ενώ στο συνέδριο παραβρέθηκε και η παραγωγός της βραβευμένης ταινίας, όπου είχε την ευκαιρία να τονίσει τις ανάγκες των ασθενών με Νόσο Alzheimer και να κοινοποιήσει το μήνυμά πως οι ασθενείς με άνοια, σε όποιο στάδιο κι αν βρίσκονται, δε χάνουν ποτέ την ανάγκη τους για αγάπη καθώς τα συναισθήματα δεν εγκαταλείπουν ποτέ τον ασθενή.

**Πόππη Ελένη, Ψυχολόγος ΑΠΘ  
MSc Κοινωνικής Ψυχιατρικής ΔΠΘ**



## Αφήγηση ψυχής...

**Ε**ίμαι η Α. παντρεμένη με τον Π. 48 χρόνια. Έχω μία κόρη και ένα γιο, παντρεμένα με 2 παιδιά ο κάθε ένας. Πριν 8 χρόνια ο Π. έχασε τον προσανατολισμό του, ενώ την Θεσσαλονίκη την γνώριζε πιθαμή προς πιθαμή. Στην αρχή νόμιζα πως μου έκανε πλάκα. Αλλά από την αγωνία και σύγχυση που είχε, κατάλαβα ότι ήταν αλήθεια. Από τον γιατρό νευρολόγο που επισκεφτήκαμε μάθαμε για τα προγράμματα της Αγίας Ελένης, Π. Συνδίκια 13. Έτσι ξεκινήσαμε τα προγράμματα μνήμης που βάζουν το μυαλό να λειτουργεί που ευχαρίστως παρακολουθούμε. Το σημαντικότερο πρόγραμμα για μένα είναι των περιθάλπόντων, που κάνω με την ψυχολόγο Κατερίνα Σιαμπάνη. Είμαστε μια ομάδα 9 ανθρώπων, που έχουμε γίνει μια οικογένεια. Ξέρουμε ο ένας τα προβλήματα του άλλου, και πολλές φορές παίρνουμε μαθήματα, δύναμη και κουράγιο να αντιμετωπίσουμε τα προβλήματα μας. Μετά το γάμο μας δούλεψα 18 χρόνια κομμώτρια. Είχαμε κοινό ταμείο, και ζούσαμε καλά και με συνεννόηση. Μετά αρρώστησα και σταμάτησα τη δουλειά μου. Από τότε πήρε το ταμείο στα χέρια του, και ήταν τσιγκούνης απέναντί μου, και είχα θυμό και αγανάκτηση. Έχω έναν αδελφό που είναι μόνος στη ζωή. Εδώ και 13 χρόνια τον ανέλαβα εγώ. Ερχόταν στο σπίτι μας και έτρωγε μαζί μας με το αζημίωτο. Τα παράπονα μου τα έλεγα στον αδελφό μου, και εκείνος για να με ευχαριστήσει μου αγόρασε ένα σπίτι για να παίρνω ένα ενοίκιο, ώστε να μην έχω ανάγκη τον Π. Καθώς άρχισε η άνοια του Π. να γίνεται εμφανής, μου είπε πως δεν θέλει τον αδελφό μου στο σπίτι μας. Εγώ στεναχωρήθηκα, έκλαψα αλλά δεν μπόρεσα να τον μεταπείσω. Μίλησα με την νύφη μου, κατάλαβε το πρόβλημά μου και ανέλαβε εκείνη τον αδελφό μου, και μου έδινε κουράγιο, πως όλα θα πάνε καλά. Όπως και πηγαίνουν καλά. Η κόρη μου έχει κοντά μας ασφαλιστικό γραφείο. Το πρωί ώρα 9 τον πηγαίνω τον Π. και τον παίρνω η ώρα 1 το μεσημέρι, πολύ σημαντικό για μένα. Κάθε τέλος του μήνα δίνω στην κόρη μου χρήματα και του δίνει, και έχει την εντύπωση ότι δουλεύει. Οπότε έχω 4 ώρες δικές μου να κάνω τις δουλειές μου. Το καλοκαίρι ζήτησε ο Π. να πάμε στο εξοχικό μας. Μόλις έφυγαν τα παιδιά, άρχισε να είναι ανήσυχος, να θέλει να φύγουμε για τη Θεσσαλονίκη. Προσπάθησα με διάφορους τρόπους να τον μεταπείσω, αλλά δεν τα κατάφερα. Κοιμηθήκαμε νωρίς το βράδυ, ψυχολογικά κουρασμένοι. Η ώρα 1 τη νύχτα σηκώθηκε αναστατωμένος για να φύγουμε. Εγώ δεν μπορούσα να κάνω τίποτε. Με πήγε στη στάση του λεωφορείου και περιμέναμε. Για καλή μου τύχη πέρασε ένα παλληκάρι που μας γνώριζε, και με ρώτησε τι έγινε.

*-Την κατάσταση του την ξέρεις, του είπα, περιμένει το λεωφορείο να πάμε στη Θεσσαλονίκη. Τότε τον πλησίασε και του είπε,*

*-Κύριε Π. τι περιμένεις;*

*-Το λεωφορείο να πάμε στη Θεσσαλονίκη.*

*-Ξέρεις του είπε άκουσα στις ειδήσεις ότι έγινε μια ζημιά στο δρόμο, και δεν μπορεί να περάσει το λεωφορείο. Γι αυτό πάνε να κοιμηθείς και το πρωί που θα ανοίξει ο δρόμος θα φύγετε.*

Έτσι ησύχασε κάπως και πήγαμε στο σπίτι πέφτοντας και οι δύο στο κρεβάτι κουρασμένοι ψυχικά και σωματικά. Το πρωί ώρα 9 ξυπνήσαμε. Η πρώτη του κουβέντα ήταν να φύγουμε. Έτσι κάλεσα ένα ταξί, πήραμε τα πράγματά μας και γυρίσαμε στη Θεσσαλονίκη. Μόλις φτάσαμε ηρέμησε, ήταν ένας άλλος άνθρωπος. Καθώς περνούσε ο καιρός μια μέρα, που έπλενα τα πιάτα, με έπιασε από τον ώμο. Γύρισα, τον κοίταξα στα μάτια και μου είπε χαμογελαστός

*-Εγώ εσένα πολύ σε αγαπάω, θέλεις να με παντρευτείς;*

*-Εγώ χαμογέλασα και του είπα,*

*-Μα είμαστε παντρεμένοι.*

*-Όχι! μου είπε εγώ δεν το θυμάμαι. Του έδειξα μία φωτογραφία του γάμου μας και τον ρώτησα,*

*-Αυτός ποιος είναι;*

*-Εγώ, μου απάντησε.*

*-Αυτή δίπλα σου ποια είναι;*

*-Δεν την ξέρω, μου είπε. Εγώ θέλω να σε παντρευτώ στην εκκλησία με τον παπά.*

Επειδή μου το ζητούσε τακτικά, μίλησα με τον ιερέα. Με ρώτησε σε ποια εκκλησία παντρευτήκαμε, ποια χρονολογία, ποιο μήνα, ποια ημερομηνία. Του είπα ότι μου ζήτησε, και μου είπε την επόμενη ημέρα να πάμε στην εκκλησία. Οπότε ο παππάς βρήκε το βιβλίο που ήταν γραμμένος ο γάμος μας, και του είπε,

*-Κύριε Π. εδώ το βιβλίο γράφει ότι ο Π.Ν. παντρεύτηκε την Α.Π., οπότε να ξέρεις ότι είσαι παντρεμένος. Οπότε ο Π. έφυγε από την εκκλησία χαρούμενος, νομίζοντας ότι παντρευτήκαμε εκείνη την μέρα.*

Πριν πάθει την άνοια, μαζί μου δεν ήταν ποτέ τρυφερός. Τώρα συνέχεια μου λέει πως με αγαπάει. Θέλει να καθόμαστε κοντά, και να μου κρατάει συνέχεια το χέρι. Κάποια στιγμή πάλι μου είπε,

*-Όταν σε βλέπω χαρούμενη, χαίρομαι πολύ και λέω από μέσα μου. Τι κοριτσάρα όμορφη γυναίκα έχω! Άλλη πάλι φορά μου είπε Έλα αγάπη μου να κάτσεις κοντά μου.*

Εγώ πήγα έκατσα δίπλα του, με αγκάλιασε με φίλησε και μου είπε, *Μήπως σε ενοχλεί που σε αγκαλιάζω και σε φιλάω;*

-*Όχι, του είπα, αφού είμαστε παντρεμένοι.*

-*Ναι, μου είπε, αφού μας το είπε ο παππάς. Όταν θα πάμε στο χωριό θα σε συστήσω στους συγγενείς μου.*

Το Νοέμβριο του 2014 με την εκκλησία μας, θα γινόταν μια προσκυνηματική εκδρομή στις Σέρρες. Είχαν φέρει τα οστά της Παναγίας Μαλεβής. Ήθελα πολύ να πάμε, αλλά είχα τον φόβο ότι ο Π. θα μου δημιουργούσε πρόβλημα. Ο Π. αγαπάει την εκκλησία. Του είπα για την εκδρομή και αποφασίσαμε να πάμε. Το βράδυ προσευχήθηκα στην Παναγία να μη μου δημιουργηθούν προβλήματα. Και ω του θαύματος πήγαν όλα τόσο καλά. Αργά το απόγευμα γυρίσαμε χαρούμενοι και ανακουφισμένοι από την προσκυνηματική αυτή εκδρομή. Τέλη Νοεμβρίου στόλισα το δέντρο του γραφείου. Το πρώτο Σάββατο στόλισα και το δικό μου δέντρο. Έβαλα πλεκτές κουρτίνες που τις έκανα εγώ, άλλαξα τα καλύμματα του σαλονιού μου, οπότε ανανεώθηκε το σπίτι μου και η διάθεσή μου. Στόλισα τα κάγκελα του μπαλκονιού μου, κρέμασα και έναν φωτεινό Άγιο Βασίλη στην κούνια καθισμένο. Τόσο τον χάρηκε ο Π. που έμπαινε και έβγαине συνέχεια στο μπαλκόνι να τον δει και να τον χαιρεί. Την επόμενη μέρα πήγα στο σπίτι του αδελφού μου, το καθάρισα και στόλισα και το δικό του δέντρο. Έτσι είμαστε όλοι έτοιμοι για τις γιορτές. Νωρίς το πρωί τα Χριστούγεννα πήγαμε στην εκκλησία και νοιώσαμε τη χαρά των Χριστουγέννων. Τα παιδιά μας πήραν τηλέφωνο να μας ευχηθούν τα Χρόνια Πολλά γιατί έλειπαν ταξίδι. Όλες τις ημέρες των γιορτών παρακολουθούσαμε την 4Ε που είχε πολλές θεατρικές παραστάσεις, πολύ αξιόλογες. Τα κάλαντα από διάφορες περιοχές του τόπου μας, παραδοσιακά τραγούδια και χορούς. Είδαμε και μια υπέροχη ταινία πολύ συγκινητική και διδακτική.

Καθώς η άνοια προχωράει όλο και κάτι καινούργιο βλέπω. Όταν βλέπει τηλεόραση νομίζει ότι είναι αλήθεια, πηγαίνει κοντά και τους χαιρετάει, και τους λέει *Εγώ είμαι ο Π. Ν.* Σταμάτησε να γνωρίζει την αξία των χρημάτων. Τη σύνταξή του, του την πληρώνει η κόρη μου, οπότε του δίνει την μισή, και τα υπόλοιπα τα δίνει σε μένα και κάνω το κουμάντο μου. Εκείνος νομίζει ότι παίρνει ολόκληρη την σύνταξή του. Το πορτοφόλι του το έχει πάντα στην τσέπη του, κοιμάται με αυτό και δεν με αφήνει να το ακουμπήσω. Χαρτζιλίκι δίνει μόνο στα παιδιά του γιου μου. Για της κόρης μου τα παιδιά λέει πως δεν έχει λεφτά. Μια μέρα ήρθε η κουνιάδα μου στο σπίτι μας, κάποια στιγμή έβγαλε από το πορτοφόλι του 50 ευρώ και επέμενε να της τα δώσει. Εκείνη δεν τα έπαιρνε και αυτός επέμενε. Της είπα ότι είναι της ασθένειας, και όταν φύγει να τα αφήσει κάπου χωρίς να τα δει ο Π., όπως και έκανε. Πουλήσαμε ένα μεγάλο αμάξι που είχε, αφού πια

δεν οδηγεί. Κράτησε για λίγο στα χέρια του 9000 ευρώ, και ύστερα μου είπε *Πάρ' τα εσύ.* Με αποζημίωσε για τα χρόνια της τσιγκουνιάς του απέναντι μου. Όταν βλέπει τηλεόραση νομίζει ότι τον βλέπουν, και τους χαιρετάει. Επειδή έχει την άνοια ο Π. ο νευρολόγος μου είπε ότι με κάποια δικαιολογητικά που χρειάζονται, μπορεί να περάσει από επιτροπή νευρολόγων και ανάλογα με το ποσοστό της αναπηρίας του να έχουμε κάποιες φοροαπαλλαγές. Στις 22-1-15 ο Π. πέρασε επιτροπή. Ο γιατρός ρωτάει τον Π.,

-*Τι έχεις κύριε Π; και αυτός αποκρίθηκε*

-*Τίποτε μια χαρά είμαι.*

-*Γιατί ήρθες εδώ;*

-*Δεν ξέρω.*

-*Που δούλευες κύριε Π.;* Ο Π. τραύλιζε δεν μπορούσε να απαντήσει. Γύρισε προς εμένα και μου είπε έντονα,

-*Πες το εσύ, εγώ δεν μπορώ να το πω.* Ο γιατρός αφού είδε τις εξετάσεις, είπε

-*Μην τον κουράζουμε τον άνθρωπο, μπορεί να φύγει.*

Το ποσοστό της αναπηρίας του, θα τα μαθαίναμε μετά από 10 μέρες. Πριν πάθει την άνοια ο Π. ήταν ένας άνθρωπος δημιουργικός, δραστήριος, αποφασιστικός, τολμηρός. Όσο δούλευε στον ΟΑΣΘ σαν οδηγός, βραβεύτηκε γιατί δεν έκανε κανένα ατύχημα. Κάθε ημέρα διάβαζε πρωί και βράδυ προσευχές, βυζαντινή μουσική, πήγαινε σε χορωδίες ιεροψαλτών. Έκανε γυμναστική, περπάτημα, ζωγραφική, έβγαζε φωτογραφίες, βίντεο, έμπαινε στο ίντερνετ. Γνώριζε πολλά επαγγέλματα, τα οποία τα έκανε με επιτυχία. Τώρα πια τα έχει ξεχάσει όλα. Ακόμα και να αυτοεξυτηρητηθεί. Παρακαλώ το Θεό να με έχει γερή, να μου δίνει δύναμη, κουράγιο και μεγάλη υπομονή, για να μπορώ να αντιμετωπίσω με ηρεμία όλα όσα θα μου έρθουν στο μέλλον. Μετά από 20 χρόνια μου έδωσε όλα τα λεφτά της σύνταξής του. Την Δευτέρα 2 Φεβρουαρίου 2015 πήγα να πάρω τα αποτελέσματα της επιτροπής. Είχε πολύ κόσμο και έτσι άργησα να γυρίσω. Με πήρε τηλέφωνο η κόρη μου, και μου είπε ότι ο μπαμπάς της ανησυχούσε και της έλεγε *Αυτή πήρε τα λεφτά και έφυγε.* Του μίλησα στο τηλέφωνο και τον καθησύχασα. Μόλις τελείωσα πήρα ταξί και επέστρεψα στο γραφείο. Όταν έφθασα με ρωτούσε και ξαναρωτούσε γιατί άργησα. Του εξήγησα, αλλά αμφιβάλλω αν με κατάλαβε. Από εκεί και πέρα ήταν ήσυχος. Τώρα πρέπει να αξιοποιήσω την απόφαση των γιατρών, που το ποσοστό της αναπηρίας του Π. την έβγαλαν 80%...

### Θεατρική Ομάδα Εταιρείας Νόσου Alzheimer

**Τ**ο θέατρο αποτελεί ένα είδος ψυχοθεραπευτικής παρέμβασης και μια μέθοδο εργασίας και παιχνιδιού, ενώ διευκολύνει τη δημιουργικότητα, τη φαντασία και τη ροή της ομιλίας. Βοηθά ανθρώπους με διαταραχές λεκτικής επικοινωνίας και παρέχει τη δυνατότητα για συναισθηματική έκφραση. Ερευνητικά δεδομένα υποστηρίζουν ότι μέσα από την εκμάθηση θεατρικών διαλόγων και ιδιαίτερα μέσα από τη χρήση αντίστοιχης κίνησης, μπορεί να ενισχυθεί η μνήμη. Έτσι, τον περασμένο Οκτώβριο αποφασίσαμε να δημιουργήσουμε μία θεατρική ομάδα, αποτελούμενη από ασθενείς με Ήπια Νοητική Διαταραχή. Ο στόχος της θεατρικής παρέμβασης είναι η ενίσχυση – άσκηση των νοητικών ικανοτήτων μέσα από θεατρικά παιχνίδια, αυτοσχεδιασμούς και προετοιμασία (πρόβες) μιας θεατρικής παράστασης. Η επιλογή των συμμετεχόντων έγινε μετά από γραπτή ανακοίνωση ενώ όσοι συμμετείχαν στο πρόγραμμα του θεάτρου παράλληλα παρακολουθούσαν και συνδυασμό άλλων θεραπευτικών νοητικών προγραμμάτων.

Στα πλαίσια εκδήλωσης στο κέντρο ημέρας Αγία Ελένη, μας δόθηκε η ευκαιρία να παρουσιάσουμε την πρώτη μας θεατρική παράσταση, η οποία αποτελούνταν από τέσσερα μικρά κωμικά θεατρικά μονόπρακτα. Το κοινό δέχτηκε με μεγάλο ενθουσιασμό την παράσταση, γέλασε, διασκέδασε και εξέφρασε το θαυμασμό του με ένα δυνατό χειροκρότημα. Οι ερασιτέχνες ηθοποιοί μας, βίωσαν μια πρωτόγνωρη εμπειρία που τους γέμισε χαρά και μεγάλη προσμονή για την επόμενη παράσταση. Αυτή την περίοδο, η θεατρική ομάδα εργάζεται πυρετωδώς για την επόμενη θεατρική παράσταση, η οποία θα πραγματοποιηθεί τον Σεπτέμβριο στα πλαίσια των εορταστικών εκδηλώσεων για την παγκόσμια ημέρα νόσου Alzheimer. Τα θεατρικά κείμενα αυτή τη φορά είναι προϊόν ομαδικής έμπνευσης και συνεργασίας θεραπευτών – ασθενών. Το συγκεκριμένο πρόγραμμα είναι καινοτόμο καθώς είναι η πρώτη φορά που δημιουργείται μια τέτοια ομάδα, τόσο στα πλαίσια της εταιρείας μας, όσο και σε ολόκληρη την Ελλάδα, απ' όσο μπορούμε να γνωρίζουμε.

Μέσα στον επόμενο χρόνο θα είμαστε σε θέση να κοινοποιήσουμε τα αποτελέσματα της νέας θεραπευτικής παρέμβασης. Η ομάδα θεάτρου θα συνεχίσει τη δράση της και με νέα μέλη. Όποιος ενδιαφέρεται μπορεί να επικοινωνήσει με τις υπεύθυνες της παρέμβασης από Σεπτέμβρη.

**Υπεύθυνες θεατρικής ομάδας:**  
**Πόππη Ελένη, Ψυχολόγος ΑΠΘ,**  
**MSc Κοινωνικής Ψυχιατρικής ΔΠΘ**  
**Μπακογλίδου Ευαγγελία, Βοηθός Φυσιοθεραπευτή**



## Εταιρεία Νόσου Alzheimer & Συναφών Διαταραχών Χανίων

### ΕΚΛΟΓΕΣ

Την Τετάρτη 4 Μαρτίου 2015 πραγματοποιήθηκε η Τακτική Γενική Συνέλευση των μελών της Εταιρείας Νόσου Alzheimer & Συναφών Διαταραχών Χανίων, κατά την οποία έλαβαν χώρα και οι αρχαιρεσίες για την εκλογή νέου προεδρείου της Εταιρείας.

Με τη συμμετοχή 100 και πλέον μελών εκλέχθηκε το νέο Διοικητικό Συμβούλιο το οποίο συστάθηκε σε σώμα και αποτελείται από τους:

- Πρόεδρος: Τζανακάκη-Μελισσάρη Μαρία, Νευρολόγος- Ψυχίατρος
- Αντιπρόεδρος: Χαριτάκη-Γκοζάνη Στέλλα, Εκπαιδευτικός
- Γραμματέας: Φραγκιουδάκη Γεωργία, Περιθάλπτουσα ασθενούς με άνοια
- Ταμίας: Πρα Μαρία, εργαζόμενη Κέντρου Ημέρας Ασθενών ν. Alzheimer
- Μέλος: Προφητάκη Βασιλική, Ψυχολόγος

### ΕΝΗΜΕΡΩΤΙΚΗ ΕΚΔΗΛΩΣΗ

Ομιλία για τη νόσο Alzheimer και το Κέντρο Ημέρας Νόσου Alzheimer Χανίων πραγματοποιήθηκε το απόγευμα της Παρασκευής 3/4/2015 στην αίθουσα εκδηλώσεων της Τράπεζας Χανίων.

Η ομιλία πραγματοποιήθηκε στο πλαίσιο προγράμματος πρόληψης και προαγωγής της δημόσιας υγείας με τίτλο «Νοιάζομαι για την Υγεία μου» που διοργάνωσαν ο Δ.Ο.ΚΟΙ.Π.Π. του Δήμου Χανίων με την Ιατρική Εταιρεία Χανίων και σε συνεργασία με την Ψυχιατρική Κλινική του Γ.Ν.Χανίων παρουσιάστηκαν οι παρακάτω εισηγήσεις:

1. «Άνοιες και άνοια τύπου Alzheimer, Νεώτερα Ιατρικά Δεδομένα» από την Τζανακάκη Μαρία, Συντονίστρια Δ/ντρια Ψυχιατρικής Κλινικής Γ.Ν.Χ., Πρόεδρο Εταιρείας Νόσου Alzheimer Χανίων
2. «Περιθάλποντας, Ο κρυφός ασθενής της άνοιας» από την Κυριακουλάκη Ελευθερία, Ψυχολόγο του Κ.Η. Alzheimer Χανίων
3. «Μη φαρμακευτικές παρεμβάσεις & Κέντρο Ημέρας Ασθενών ν. Χανίων», από τη Μελισσάρη Ιωάννα Αικατερίνη, Λογοθεραπεύτρια, Επ. Υπεύθυνη Κ.Η. Alzheimer Χανίων



### Συμφωνική Ορχήστρα Νέων Ελλάδος

#### Επίσκεψη Σ.Ο.Ν.Ε. στην "Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών"

Την Πέμπτη 11 Ιουνίου 2015 το επιτελείο της Συμφωνικής Ορχήστρας Νέων Ελλάδος και της Εταιρείας Παραγωγής Unplugged Studio επισκέφθηκαν την "Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών".

Στη συνάντηση με το προσωπικό του οργανισμού παρουσιάστηκε το έργο και η δράση και των δύο πλευρών και συμφωνήθηκε μόνιμη συνεργασία που θα επικυρωθεί με φιλανθρωπική συναυλία υπέρ της "Ελληνικής Εταιρείας Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών" τον Σεπτέμβριο του 2015.



## 9ο Πανελλήνιο Συνέδριο Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών

**Η** Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών, σε συνεργασία με το Πανελλήνιο Ινστιτούτο Νευροεκφυλιστικών Νοσημάτων διοργάνωσε με μεγάλη επιτυχία το 9ο Πανελλήνιο Διεπιστημονικό Συνέδριο Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών, στις 14-17 Μαΐου 2015, στο "Grand Hotel Palace", στη Θεσσαλονίκη.

Το 9ο Πανελλήνιο Συνέδριο Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών διεξήχθη μαζί με το 1ο Μεσογειακό Συνέδριο Νευροεκφυλιστικών Νοσημάτων, ένα νέο εγχείρημα που στόχο είχε να φέρει σε επαφή επιστήμονες από τις γειτονικές χώρες της Μεσογείου.

Ο συνδυασμός αυτών των δύο Συνεδρίων πέτυχε:

- να φιλοξενήσει τους πιο καταξιωμένους επιστήμονες στον χώρο, οι οποίοι παρουσίασαν και μοιράστηκαν τα αποτελέσματα από τις τελευταίες Επιστημονικές Έρευνες, τις φαρμακευτικές και μη φαρμακευτικές Κλινικές Δοκιμές και από την εφαρμογή των Νέων Τεχνολογιών. Στον ηλεκτρονικό και έντυπο τύπο φιλοξενήθηκαν εκτενή άρθρα των επιστημονικών αποτελεσμάτων που ανακοινώθηκαν στο Συνέδριο.
- να δώσει την ευκαιρία σε διάφορες ειδικότητες επαγγελματιών υγείας να παρουσιάσουν τη συμβολή τους στους ασθενείς και στους περιθάλποντες.

Πάνω από 800 κλινικοί (νευρολόγοι, ψυχίατροι, γηρίατροι), νευροεπιστήμονες (μοριακοί γενετιστές, νευροπαθολόγοι, νευροβιολόγοι, νευροψυχολόγοι, φαρμακοποιοί), ψυχολόγοι, κοινωνικοί λειτουργοί, φυσιοθεραπευτές καθώς και εκπρόσωποι από βιοϊατρικές και φαρμακευτικές εταιρείες, ασθενείς, οικογένειες και οι περιθάλποντές τους, γίναμε σοφότεροι και ικανότεροι να αντιμετωπίσουμε την Άνοια μέσα από αυτή τη συνάντηση κορυφαίων ειδικών.

Θα θέλαμε να εκφράσουμε την ευγνωμοσύνη μας προς όλους τους ομιλητές, τους συμμετέχοντες, τους επισκέπτες από όλη την Ελλάδα και τον κόσμο που μας τίμησαν με την παρουσία τους. Ιδιαίτερες ευχαριστίες στους χορηγούς του συνεδρίου μας και το προσωπικό που μας βοήθησαν στην άψογη διοργάνωση και τη διεξαγωγή του συνεδρίου. Θερμές ευχαριστίες και προς τη Σχολή Χορού Line of Dance για τη χορευτική συμβολή τους στην τελετή έναρξης.

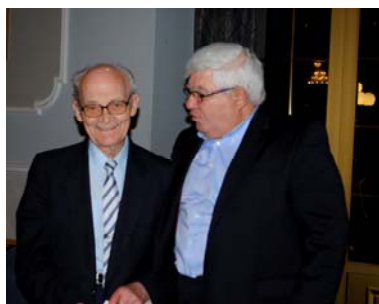
Η επιτυχία του συνεδρίου αποδίδεται σε όσους συμμετείχαν και εργάστηκαν σκληρά ώστε να πραγματοποιηθεί αυτή η συνάντηση υψηλού επιπέδου που συνέβαλε στην ενημέρωση των επαγγελματιών και του ευρύτερου κοινού καθώς και στη βελτίωση της ποιότητας ζωής των ατόμων με άνοια και των περιθάλπόντων τους.



### Βραβεύσεις 9ου Συνεδρίου

**Κ**ατά την Τελετή Έναρξης του 9ου Πανελληνίου Συνεδρίου Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών και 1ου Μεσογειακού Συνεδρίου Νευροεκφυλιστικών Νοσημάτων, που διεξήχθη την 14η Μαΐου 2014 στο Grand Hotel Palace, ο πρόεδρος της Ελληνικής Εταιρείας Νόσου Alzheimer απένειμε έπαινο, για την πολυετή και ανιδιοτελή προσφορά τους στο φιλάνθρωπο έργο της Ελληνικής Εταιρείας Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών, στον κ. Λάμπρο Χουσιάδα, Ομότιμο Καθηγητή Ψυχολογίας του Α.Π.Θ. και στον κ. Ζαχαρία Σινάκο, Ομότιμο Καθηγητή Ιατρικής του Α.Π.Θ..

Βραβείο καλύτερης ερευνητικής εργασίας, μεταξύ των υποβληθεισών για παρουσίαση στα πλαίσια του Συνεδρίου, απενεμήθη στους κ. κ.: Β. Συκώτη, Μ. Χιμεράκη, Γ. Παμπάλακη, Μ. Μπουρμούλη, Γ. Σωτηροπούλου και Κ. Βεκρέλλη για την εργασία τους με τίτλο: Proteolytic Clearance of Alpha Synuclein in vivo: Novel targets in Parkinson's disease transmission. Η επιλογή της εργασίας προς βράβευση πραγματοποιήθηκε από την πενταμελή επιτροπή βράβευσης της Ελληνικής Εταιρείας Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών σε συνεργασία με την Επιστημονική Επιτροπή του Συνεδρίου.



### Διοικητικό Συμβούλιο της Ομοσπονδίας

Αγαπητά μέλη του Δ.Σ. και μέλη της Ομοσπονδίας,

**Θ**α θέλαμε να σας ευχαριστήσουμε για την παρουσία σας το Σάββατο 16/5/2015 και την επιτυχή διεξαγωγή του 9ου Δ.Σ. της Πανελληνίας Ομοσπονδίας Νόσου Alzheimer και Συναφών Διαταραχών.

Σας αναφέρουμε κάποια βασικά σημεία της συνάντησης: αποτίμηση των εργασιών του 9ου Πανελληνίου Συνεδρίου Alzheimer

- ✓ ενημέρωση για το Δίκτυο «Υγεία και Νόση»
- ✓ ενημέρωση για το Παγκόσμιο Συνέδριο της ADI και το πρόγραμμα "Train the trainers"
- ✓ ενημέρωση για τη συλλογή Υπογραφών για τη Διακήρυξη της Γλασκώβης (Alzheimer Europe)
- ✓ ενημέρωση για τα προγραμματιζόμενα συνέδρια και ημερίδες στην Ελλάδα και το εξωτερικό
- ✓ ενημέρωση για την πορεία εργασιών του Παρατηρητηρίου για την Άνοια
- ✓ συζήτηση και ανταλλαγή καλών πρακτικών μεταξύ των εταιρειών ανά την Ελλάδα
- ✓ επαφή με νέες εταιρείες για μελλοντική είσοδο νέων μελών στην Ομοσπονδία
- ✓ ενημέρωση για ευρωπαϊκά ερευνητικά προγράμματα και το Brain Bank
- ✓ προγραμματισμός διεξαγωγής εκλογών ανάδειξης Δ.Σ. τον Σεπτέμβριο του 2015.



**Οδηγός για τις φιλικές προς την άνοια κοινότητες****Η ΠΑΓΚΟΣΜΙΑ ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΝΟΣΟΥ ALZHEIMER (ADI) ΔΗΜΟΣΙΕΥΕΙ ΟΔΗΓΟ ΓΙΑ ΤΙΣ ΦΙΛΙΚΕΣ ΣΤΗΝ ΑΝΟΙΑ ΚΟΙΝΟΤΗΤΕΣ**

**Νέος οδηγός αναδεικνύει τον αντίκτυπο των προσπαθειών να καταστούν οι παγκόσμιες κοινότητες πιο φιλικές για άτομα που ζουν με άνοια**

**Κοινότητες φιλικές στην άνοια:** Στο νέο οδηγό δημοσιεύονται νέα πεδία και παγκόσμια παραδείγματα, έγγραφα, συστήματα φιλικών στην άνοια κοινοτήτων από όλο τον κόσμο, αποδεικνύοντας τις δυνατότητες αυτών των προγραμμάτων να βελτιώσουν τις ζωές των ανθρώπων που ζουν με άνοια και των περιθαλπόντων τους. Η ADI δημοσίευσε τον οδηγό σε συνδυασμό με την πρώτη Υπουργική Διάσκεψη για την Παγκόσμια Δράση κατά της Άνοιας, που πραγματοποιήθηκε στη Γενεύη στις 16 και 17 Μαρτίου 2015. Κατά τη διάρκεια αυτών των δύο ημερών, υπουργοί από όλο το κόσμο, καθώς και εμπειρογνώμονες από τις κοινότητες της έρευνας, της ιατρικής και των ΜΚΟ, συναντήθηκαν στη Γενεύη για πρώτη φορά για να συζητήσουν τα παγκόσμια προβλήματα που προκύπτουν από την άνοια.

Πολλές χώρες υψηλού εισοδήματος, όπως το Ηνωμένο Βασίλειο, το Βέλγιο και η Ιαπωνία, έχουν ήδη δημιουργήσει άκρως επιτυχημένα προγράμματα κοινοτήτων φιλικών στην άνοια. Υπό το φως της μετατόπισης του επιπολασμού της άνοιας σε χώρες χαμηλού και μεσαίου εισοδήματος, η ADI προτρέπει τους φορείς χάραξης πολιτικής σε αυτές τις περιοχές να εντάξουν τις φιλικές στην άνοια κοινότητες στις δεσμεύσεις τους για την ανάληψη δράσης για την άνοια. Η ADI εκτιμά ότι μέχρι το 2050, 135 εκατομμύρια άνθρωποι σε όλο τον κόσμο θα πάσχουν από άνοια, με το 71% αυτών να ζουν σε χώρες χαμηλού και μεσαίου εισοδήματος.

Ο οδηγός δημοσιεύει έργα φιλικών στην άνοια κοινοτήτων από χώρες και περιοχές σε όλο τον κόσμο, τονίζοντας έξι βασικούς τομείς που πρέπει να είναι στο επίκεντρο της κοινότητας σχεδιασμού:

1. Η ευαισθητοποίηση του κοινού και η πρόσβαση στις πληροφορίες
2. Οι μέθοδοι σχεδιασμού
3. Το φυσικό περιβάλλον
4. Η πρόσβαση και η μέριμνα για την άνοια στις τοπικές επιχειρήσεις και δημόσιες υπηρεσίες
5. Καινοτόμες υπηρεσίες βασισμένες στην κοινότητα μέσω της τοπικής δράσης
6. Η πρόσβαση στη μεταφορά

Ο Marc Wortmann, Εκτελεστικός Διευθυντής της Παγκόσμιας Εταιρείας Νόσου Alzheimer (ADI), σχολίασε: «Η επιτυχία των πρωτοβουλιών για τις φιλικές στην άνοια κοινότητες που τονίζεται σε αυτόν τον οδηγό θα επιδείξει

το δυναμικό τους ως ένα μεγάλο αντίκτυπο και χαμηλού κόστους μέτρο που μπορεί να συμβάλει στη βελτίωση της ζωής των ατόμων με άνοια. Τα προγράμματα αυτά είναι προς όφελος όχι μόνο των ανθρώπων που ζουν με άνοια, αλλά συμβάλουν και στην ενδυνάμωση όλων των μελών της κοινότητας. Καλούμε τους φορείς χάραξης πολιτικής να εξετάσουν την αποτελεσματικότητα των παραδειγμάτων που παρέχονται στον οδηγό και να συζητήσουν πώς τα συστήματα αυτά θα μπορούσαν να βοηθήσουν τους ανθρώπους που πλήττονται από άνοια στις χώρες τους».

**Μετάφραση - Επιμέλεια  
Μαϊόβη Πολυξένη  
Διοικητική Υπάλληλος Alzheimer Hellas**





## Οι επιπτώσεις της άνοιας στις γυναίκες παγκοσμίως

**Νέα ανακοίνωση αποκαλύπτει δυσανάλογες επιπτώσεις της άνοιας στις γυναίκες ανά τον κόσμο**

**Ο επιπολασμός, οι επιπτώσεις και ο κίνδυνος της άνοιας είναι υψηλότεροι για τις γυναίκες απ' ό,τι για τους άνδρες.**

**Μ**ια νέα ανακοίνωση της Διεθνούς Εταιρείας Νόσου Alzheimer (ADI) που δημοσιεύτηκε σήμερα στο Λονδίνο αποκάλυψε πως οι γυναίκες είναι πολύ πιο πιθανό να επηρεαστούν από άνοια σε σχέση με τους άνδρες. Η πλειοψηφία των ανθρώπων που ζουν με τη νόσο και εκείνοι που διατρέχουν μεγαλύτερο κίνδυνο να αναπτύξουν άνοια είναι γυναίκες, και οι γυναίκες αποτελούν τη συντριπτική πλειονότητα των περιθαλπόντων και των επαγγελματιών υγείας.

*Γυναίκες και Άνοια:* Μια συνολική κριτική της ανακοίνωσης, που δημοσιεύεται σήμερα, παρέχει μια επισκόπηση της διεθνούς κατάστασης από όλο τον κόσμο. Τονίζεται η ανάγκη για μια ευρύτερη και βασισμένη σε αποδεικτικά στοιχεία, προσέγγιση στα προγράμματα υγείας για την άνοια που στοχεύουν στις γυναίκες που ζουν σε χώρες χαμηλού και μεσαίου εισοδήματος, όπου το κυρίαρχο μοντέλο φροντίδας παραμένει το ίδιο: η γυναίκα ηγείται της οικογενειακής φροντίδας.

Η ADI εκτιμά ότι μέχρι το 2050, το 71% των 135.000.000 ανθρώπων με άνοια θα ζουν σε χώρες χαμηλού και μεσαίου εισοδήματος (LMICs). Η συντριπτική πλειοψηφία αυτών των ανθρώπων θα λάβει την αναγκαία περίθαλψη στο σπίτι, πιθανότατα από μια γυναίκα συγγενή. Η έκθεση περιγράφει τις πολυάριθμες κοινωνικο-οικονομικές και οικογενειακές προκλήσεις που αντιμετωπίζουν οι γυναίκες που ζουν σε χώρες χαμηλού και μεσαίου εισοδήματος και αποδεικνύει ότι οι γυναίκες σε όλο τον κόσμο είναι πολύ λιγότερο πιθανό να έχουν πρόσβαση σε βοήθεια και υποστήριξη απ' ό,τι οι άντρες. Η έκθεση επισημαίνει επίσης τις εμπειρίες των γυναικών που περιθάλπουν ασθενείς στις χώρες υψηλού εισοδήματος και καλεί τους φορείς χάραξης πολιτικής για την καλύτερη ενσωμάτωση των συστημάτων υποστήριξης.

Υπό το πρίσμα αυτής της ανακοίνωσης, η ADI προτρέπει όλες τις χώρες να αναγνωρίσουν και να αντιμετωπίσουν το δυσανάλογο αντίκτυπο της άνοιας στις γυναίκες και να τους παρέχουν προσαρμοσμένης ενημέρωσης περίθαλψη και υποστήριξη ώστε να μπορούν να παρέχουν φροντίδα, αλλά και να λαμβάνουν φροντίδα για τον εαυτό τους με τον καλύτερο δυνατό τρόπο.

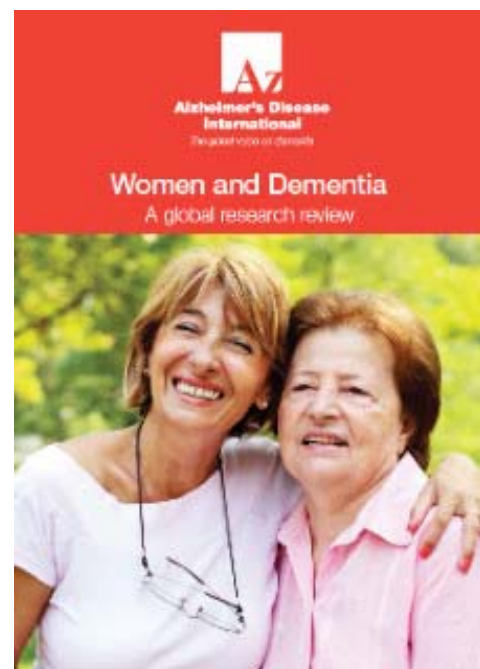
Ο Καθηγητής Dawn Brooker, Διευθυντής του Συνδέσμου Σπουδών για την Άνοια στο Πανεπιστήμιο του Worcester, συντάκτης της ανακοίνωσης, σχολίασε: «Η πραγματικότητα είναι ότι περισσότερες γυναίκες ζουν με άνοια, περισσότερες γυναίκες είναι οικογενειακοί περιθάλπτοντες και περισσότερες γυναίκες αποτελούν το εργατικό δυναμικό στην υγεία και την κοινωνική μέριμνα. Οι πρωτοβουλίες για την άνοια θα έχουν διαφορετικό αντί-

κτυπο στις γυναίκες συγκριτικά με τους άνδρες και όλοι οι φορείς χάραξης πολιτικής πρέπει να το γνωρίζουν αυτό. Αυτή η ανακοίνωση υπογραμμίζει το γεγονός ότι η αυξανόμενη επικράτηση της άνοιας σε όλο τον κόσμο θα έχει σημαντικές επιπτώσεις στις γυναίκες και αυτό θα πρέπει να αναγνωριστεί σε επίπεδο οικογένειας, κοινότητας και πολιτικής».

Ο Marc Wortmann, Εκτελεστικός Διευθυντής της Διεθνούς Εταιρείας Νόσου Alzheimer, σχολίασε επίσης: «Αυτή η ανακοίνωση αποδεικνύει την αυξανόμενη ανάγκη οι κυβερνήσεις σε όλο τον κόσμο να αναγνωρίσουν ότι οι προκλήσεις που αντιμετωπίζουν οι γυναίκες που πλήττονται από άνοια αποτελούν μέρος του ευρύτερου πεδίου των γυναικείων θεμάτων που χρήζουν εξέτασης, ιδίως σε χώρες χαμηλού και μεσαίου εισοδήματος. Πρέπει να αναλάβουμε δράση αμέσως για την ανάπτυξη πολιτικών για τη δημόσια υγεία και τη περίθαλψη που θα υποστηρίζουν τις γυναίκες σε όλες τις πτυχές του ταξιδιού της άνοιας, είτε είναι περιθάλπτουσες είτε ζουν με άνοια οι ίδιες».

Μπορείτε να βρείτε το πλήρες κείμενο της ανακοίνωσης εδώ:

<http://www.alz.co.uk/women-and-dementia>



## Εταιρεία Alzheimer Ηρακλείου Κρήτης «Αλληλεγγύη»

## ΕΝΔΙΑΦΕΡΟΥΣΕΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ

Με επιτυχία πραγματοποιήθηκαν στην Θεσσαλονίκη το 9<sup>ο</sup> Πανελλήνιο Συνέδριο Νόσου Alzheimer και συναφών διαταραχών και το 1<sup>ο</sup> Μεσογειακό Συνέδριο Νευροεκφυλιστικών Νοσημάτων από 14-17 Μαΐου 2015.

Η Εταιρεία Νόσου Alzheimer και συναφών διαταραχών Νομού Ηρακλείου «ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗ» συμμετείχε δυναμικά με ενδιαφέρουσες και πρωτοπόρες παρεμβάσεις 11 επαγγελματιών υγείας και εκπαιδευτικών μας.



## ΠΡΩΤΟΠΟΡΕΣ ΚΑΙΝΟΤΟΜΕΣ ΠΑΡΕΜΒΑΣΕΙΣ

1. Στρογγυλό Τραπέζι: **Δωρεά οργάνων-Βιολογικών υλικών. Από την Ηθική και τον Νόμο στην Ιατρική:** Ζατανάς Ιωάννης, Επικ. Καθηγητής Νευρολογίας Π.Κ, Κορτσιδάκη Ιωάννα Πρόεδρος ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗΣ Στην παγκόσμια προσπάθεια έρευνας και μελέτης σε ότι αφορά τη Νόσο Alzheimer και τα συναφή νευροεκφυλιστικά νοσήματα συμμετέχει και η Εταιρεία Νόσου Alzheimer ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗ του Ηρακλείου με την ίδρυση και λειτουργία **Βιοτράπεζας Εγκεφαλικού Ιστού** κατόπιν ειδικής μελέτης και έγκρισης ερευνητικού πρωτοκόλλου από το Επιστημονικό Συμβούλιο του Πανεπιστημιακού Γενικού Νοσοκομείου Ηρακλείου.
2. Στρογγυλό Τραπέζι: **Πρόληψη & παρεμβάσεις στην σχολική κοινότητα για την προαγωγή της υγείας του εγκεφάλου και την ευαισθητοποίηση των μαθητών αναφορικά με τα προβλήματα των ατόμων που πάσχουν από την Νόσο Alzheimer (παππούς-γιαγιά)** Η εκπαιδευτικός Εύα Στεφανάτου, δημιουργός του εγκεκριμένου εκπαιδευτικού προγράμματος «Νους Υγιής & Σώμα Υγιές» (2009), και η Πρόεδρος Ιωάννα Κορτσιδάκη, παρουσίασαν αναλυτικά το υποστηρικτικό υλικό το οποίο με ιδιαίτερη επιτυχία υλοποίησαν οι εκπαιδευτικοί Μαρία Ασυνάνογλου, Στέλλα Γκουγκουλιάνα και Άννα Καψάλη με τους μαθητές των σχολείων τους.
3. **Δημιουργία Πολυδύναμης Εκπαιδευτικής Ιστοσελίδας Θεματικού Δικτύου για την ολιστική προαγωγή της υγείας** από τον κ. Γιάννη Γαλανάκη, Διευθυντή 12<sup>ου</sup> Δημοτικού Σχολείου, με τη συνεργασία της ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗΣ η οποία περιλαμβάνει το εκπαιδευτικό πακέτο ΝΟΥΣ ΥΓΙΗΣ ΚΑΙ ΣΩΜΑ ΥΓΙΕΣ
4. **Συναισθηματική έκφραση & διαχείριση των περιθάλπντων ασθενών με άνοια με το παρεμβατικό υλικό «Νους Υγιής και Σώμα Υγιές»:** Ιατράκη Ελίζα Κοινωνική λειτουργός και Ψυχολόγος, μέλος της Επιστημονικής Επιτροπής.
5. **Από τη διάγνωση περιβαλλοντικής αιτιοπαθογένειας στην αναζήτηση περιβαλλοντικών παρεμβάσεων αντιμετώπισης** Ζαχαρενάκης Κων/νος, Ειδ. Παν/κός Ψυχοπαιδαγωγός και Μουσικοψυχοθεραπευτής, μέλος της Επιστημονικής Επιτροπής

6. Το ρέον Πορτραίτο της Άνοιας: η εξέλιξη της Νόσου μέσα από την τέχνη του **William Utermohlen**: Γρινάκης Ευάγγελος, ψυχίατρος μέλος της Επιστημονικής Επιτροπής
7. **Στρογγυλό Τραπέζι: New Horizon in management of Dementia High correlation between frailty variables and dementia in a cohort of older people in Crete, Greece.** Συμεών Παναγιωτάκης Γηριάτρος, Αντιπρόεδρος Δ.Σ. ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗΣ Παρουσιάστηκε υλικό που έχει παραχθεί στα πλαίσια του Προγράμματος ΘΑΛΗΣ, ενός Διεπιστημονικού Δικτύου για τη μελέτη της άνοιας στις αγροτικές περιοχές του νομού Ηρακλείου που διοργανώνει το Πανεπιστήμιο Κρήτης. Σύμφωνα με τα προκαταρκτικά αποτελέσματα, φαίνεται πως οι ασθενείς με άνοια είναι και περισσότερο ευπαθείς σωματικά από τα πρώτα κιάλια στάδια της νόσου και η κοινωνικότητά τους όπως αυτή εκφράζεται μέσα από τις σχέσεις τους με φίλους και γνωστούς περιορίζεται επίσης πολύ νωρίς με την έναρξη της νόσου.

Αξιόλογοι επιστήμονες από όλη την Ευρώπη, είχαν την ευκαιρία να ανταμώσουν και να μοιραστούν νέες ιδέες, εμπειρίες και αποτελέσματα από τον κοινό αγώνα κατά της νόσου Alzheimer.



**AH001 – Gps Tracker** ρολοί χειρός με σκοπό τη βοήθεια στην εποπτεία ανθρώπων με νοητική υστέρηση, πασχόντων της νόσου Alzheimer καθώς και συναφών ασθενειών με την χρήση της δορυφορικής τεχνολογίας σε συνδυασμό με την τεχνολογία της κινητής τηλεφωνίας.



## Δυνατοότητες:

- Απομακρυσμένη διαχείριση
- Δυνατότητα αποστολής μέσω SMS προς τον διαχειριστή της θέσης της συσκευής
- Δυνατότητα SOS κλήσης προς 3 προκαθορισμένους αριθμούς
- Δυνατότητα κλήσης και αμφίδρομης επικοινωνίας με την συσκευή (σαν κινητό τηλέφωνο ανοικτής ακρόασης)
- Δυνατότητα μη ορατής αυτόματης απάντησης στον διαχειριστή έτσι ώστε να είναι δυνατή η ακρόαση του περιβάλλοντος χώρου που βρίσκεται η συσκευή χωρίς να γίνει αντιληπτό.
- Δυνατότητα οριοθέτησης χώρου όπου θα βρίσκεται η συσκευή.

Διεύθυνση: Αρτακης 83 Ν.Σμυρνη, Επικοινωνία: 6944300142  
www.anoiiahelp.gr Email: info@anoiiahelp.gr, anoiiahelp@gmail.com

**Συγχαρητήριες ευχές συμμετεχόντων στο 9ο Πανελλήνιο Συνέδριο**

«Θέλω να σας συγχαρώ για την απaráμιλλη οργάνωση και διεξαγωγή του πρόσφατου Συνεδρίου, στο οποίο είχα την τιμή και τη χαρά να συμμετάσχω και να το εκτιμήσω δεόντως! Γεγονότα αυτού του επιπέδου και αυτής της ποιότητας, μας διατηρούν εξάλλου και μια αντίστοιχη υπερηφάνεια μέσα στην εκπτωτική πορεία της θλιβερής εποχής μας. Σας ευχαριστώ για την ευκαιρία αυτή και σας εύχομαι καλή συνέχεια στην αξιόπαινη δράση σας!»

**Ζαχαρενάκης Κωσταντίνος**

«Θα ήθελα να σας εκφράσω τα ειλικρινά μου συγχαρητήρια για την τόσο επιτυχή οργάνωση και διεκπεραίωση του. Ήταν ένα άριστο συνέδριο με ιδιαίτερα πλούσια θεματολογία, εντυπωσιακές παρουσιάσεις από εξαιρετικούς ομιλητές, υψηλότατο επιστημονικό επίπεδο και επέτρεψε συνάμα την εποικοδομητική επικοινωνία και ανταλλαγή απόψεων διεπιστημονικά και διεθνώς.

Μέσα από την καρδιά μου θέλω επίσης και μέσω αυτής της οδού να σας ευχαριστήσω, που μου κάνατε την ιδιαίτερη τιμή να συμμετάσχω ενεργά ως ομιλητής, πρόεδρος στρογγυλής τραπέζης και μέλος της επιστημονικής επιτροπής σε αυτό το πραγματικά πρότυπο συνέδριο!

Με θαυμασμό για την εξέχουσα προσωπικότητα σας καθώς και για το εντυπωσιακό, πρωτοποριακό, παραδειγματικό και ακούραστο επιστημονικό και κλινικό σας έργο ζωής, παραμένω στη διάθεση σας και σας στέλνω τους εγκάρδιους χαιρετισμούς μου από την πλέον καλοκαιρινή Ζυρίχη».

**Dr. med. Franziskos Xepapadakis**

**Αναπλ. Επικεφαλής Ιατρός, Νευρολόγος & Ψυχίατρος**

“Ήταν τιμή μου να συμμετέχω σε ένα τόσο καλά οργανωμένο συνέδριο και να γνωρίσω εξέχουσες προσωπικότητες όπως εσείς. Εύχομαι για περαιτέρω συνεργασία!”

**Καθ. Hala Sweed**

**Αιγυπτιακή Εταιρεία Γηριατρικής και Γεροντολογίας**

«Εύχομαι να προχωρήσει η διεθνοποίηση του συνεδρίου (η ασθένεια ήδη είναι)! Ήταν ευχάριστη έκπληξη η επιστημονική κατεύθυνση της Ανθούλας Τσολάκη, και ελπίζω να σας ξεπεράσει κάνοντας καινοτομικές συνδέσεις που η συμβατική Νευρολογία (όπως και άλλοι τομείς, πχ Οικονομία) χρειάζεται. Είναι επίσης σίγουρο ότι απ’ όλων αυτών τον νέο πληθυσμό που συγκεντρώνεται γύρω σας, σίγουρα θα έχετε ευχάριστες εκπλήξεις.

Καλό τέλος του ακαδημαϊκού, και καλό καλοκαίρι!»

**Μιτ Μητρόπουλος από Βρυξέλλες**

“Θα ήθελα να σας συγχαρώ για το εξαιρετικό συνέδριο. Ευχαριστήθηκα τις ενότητες που παρακολούθησα. Σας ευχαριστώ προσωπικά για την πρόσκληση να μιλήσω.”

**Tadeusz Hawrot - European Brain Council**

«Από όσα είδα και το συνέδριο αυτό στέφεται με επιτυχία και να έχετε υγεία και δύναμη να συνεχίζετε».

**Χρήστος Λιονής, Καθ. Κοινωνικής Ψυχιατρικής Πανεπιστήμιο Κρήτης, Ηράκλειο**

«Θα ήθελα να σας ευχαριστήσω για τη μοναδική ευκαιρία που μου δώσατε να συμμετάσχω ενεργά στο συνέδριο! Να είστε πάντα τόσο δυνατή όσο σας χαρήκαμε τις μέρες αυτές!»

**Γρηγόρης Νάσιος, Καθηγητής ΤΕΙ Ιωαννίνων**

“Κάνετε καταπληκτική δουλειά! Ευχαριστώ για όλα! Συγχαίρω την κ. Τσολάκη για την οργάνωση! Ιδιαίτερες ευχαριστίες στην Catherine Pastor που είχε την ιδέα για τη συμμαχία και την ομάδα AMPA! Περιμένω να σας δω στη Σλοβενία”.

**Dr Jacques TOUCHON (MD, PhD)**

**Ομότιμος Καθηγητής, Ιατρική Σχολή Μονπελιέ**

“Ήταν μεγάλη χαρά να σας δω όλους ξανά και ένα μεγάλο ευχαριστώ στη Μάγδα, τη Madame Pastor, τον Federico, τη Salome και την Kate για την πρωτοβουλία. Νομίζω ότι έχουμε αρκετή δουλειά μπροστά μας για να γίνει η πρωτοβουλία αυτή μία από τις καλύτερες ιστορίες επιτυχίας για τους ασθενείς με άνοια και τις οικογένειές τους σε αυτές τις χώρες”.

**Mirna Mneimneh, Executive Director Εταιρεία Alzheimer του Λιβάνου**

“Θέλω αρχικά να συγχαρώ την κ. Τσολάκη για την οργάνωση ενός τόσο σπουδαίου συνεδρίου. Να ευχαριστήσω την ομάδα AMPA, τη Madam Pastor, τον Federico, τη Salome και την Kate για τη φιλοξενία και για την υπέροχη στιγμή που μοιραστήκαμε. Η ημερίδα ήταν πολύ παραγωγική και εποικοδομητική!”

**Μαρία - Εταιρεία Alzheimer Κύπρου**

«Εμείνα εντυπωσιασμένος. Είμαι πολύ χαρούμενος και ευγνώμων για την ευκαιρία που μου δώσατε να κάνω την πρώτη μου παρουσίαση. Όσο για το συνέδριο καθ’ αυτό νομίζω ότι είναι η πρώτη φορά που τόση πολλή γνώση συσσωρεύεται σε 3 μόνο μέρες. Το φάσμα της θεματολογίας ήταν ευρύτατο και η κάθε ομιλία παρουσίαζε ξεχωριστό ενδιαφέρον. Εντυπωσιάστηκα από τους κ. Σαλίφογλου και Γάτο, είναι εκπληκτικοί και οι δυο τους. Πέρα από αυτούς νομίζω ότι ο καθένας αφοσιώθηκε στην παρουσίασή του/της με αποτέλεσμα να είναι όλες εξαιρετικές και να μην υστερούν. Επίσης νομίζω ότι πρωτοτυπήσατε με το να δώσετε την ευκαιρία σε τόσο πολλούς νέους-ες επιστήμονες να παρουσιάσουν εργασίες, ήταν κάτι που δεν το έχω δει σε κανένα άλλο συνέδριο. Νομίζω αυτή η μείξη των νέων με τους ήδη καταξιωμένους και έμπειρους επιστήμονες έδωσε ένα εξαιρετικό αποτέλεσμα».

**Αλέξανδρος Γεροντίδης**

**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 Ασθενών με Άνοια

Μάρκου Μουσούρου 89 &amp; 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.institutoalzheimerg.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

✉ alzheimheraklion@gmail.com, @www.alzheimheraklion.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@alzheimherellas.gr, @ www.alzheimherellas.gr

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

Κ. Καραμανλή 164, Τ.Κ. 542 48, Θεσσαλονίκη, ☎2310 351451

• **Πανελλήνια Βιοτρόπεζα 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 Κατσαντώνη γωνία ΤΚ 563 34

☎: 6973302750

• **Πανελλήνιο Ινστιτούτο Νευροεμφυλιστικών Νοσημάτων**

Κατακόμβη Αγ. Νεκταρίου, ΤΚ 543 52,

☎2310 830667, ✉ info-pindis@gmail.com

**ΚΑΡΥΩΤΙΣΣΑ - Ν. ΠΕΛΛΑΣ**

Σωματείο στήριξης ασθενών νόσου Alzheimer - Συναφών Διαταραχών &amp; υπερηλίκων Νομού Πέλλας

Κ.Η. Καρυώτισσας, ΤΚ 580 01, ☎24210 58218

**ΚΟΜΟΤΗΝΗ**

Σύλλογος οικογενειών &amp; φίλων πασχόντων από νόσο

Alzheimer &amp; 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.Δ.

Β' ΚΑΠΗ Λάρισας, Τέρμα Λαγού, ΤΚ 412 22, Λάρισα,

☎2410 620014, 6932 822858, ✉ alzheim.lar@gmail.com

**ΛΕΣΒΟΣ**

Λεσβιακός Σύλλογος Νόσου Alzheimer &amp; 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, ✉ alzheimheret@gmail.com

**ΡΟΔΟΣ**

Εταιρεία Αντιμετώπισης Νόσου Alzheimer και άλλων μορφών άνοιξας

Στ. Καζούλη 18, ΤΚ 851 00, Ρόδος, ☎22410 78315

✉ koronis\_panakeia@yahoo.gr, @ www.panakeia.org.gr

**ΧΑΛΚΙΑ**

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.alzheimher-chania.gr

**ΧΙΟΣ**

Ελληνική Εταιρεία Αγωγής Υγείας Παράρτημα Χίου

Αλ. Παχνού 11, ΤΚ 821 00, Χίος

☎22710 41020, ☎:22710-81491, ✉ gmaris.chi@gmail.com