



## **ΤΑΧΥΡΡΥΘΜΑ ΣΕΜΙΝΑΡΙΑ/ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑ ΓΙΑ ΣΥΓΓΕΝΕΙΣ ΚΑΙ ΠΕΡΙΘΑΛΠΟΝΤΕΣ ΗΛΙΚΙΩΜΕΝΩΝ ΚΑΙ ΑΣΘΕΝΩΝ ΜΕ ΑΝΟΙΑ**

Το Πανελλήνιο Ινστιτούτο Νευροεκφυλιστικών Νοσημάτων (P.I.N.Dis) σε συνεργασία με την Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών (Alzheimer Ελλάς) διοργανώνουν σεμινάρια και εργαστήρια για την ψυχο-εκπαίδευση, υποστήριξη και ενίσχυση οικογενειών και περιθαλπόντων ηλικιωμένων και ασθενών με άνοια.

Ακολουθούν όλες οι απαραίτητες πληροφορίες.



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΝΟΣΟΥ ALZHEIMER ΚΑΙ ΣΥΓΓΕΝΩΝ ΔΙΑΤΑΞΕΩΝ

## 1. Διαχείριση συναισθημάτων

Βιωματικό Εργαστήριο για περιθάλποντες ατόμων που πάσχουν από άνοια

|                            |                   |             |
|----------------------------|-------------------|-------------|
| Ημ/νίες & Ώρες Διεξαγωγής: | Σάββατο 28/4/2012 | 10.00-14.30 |
|                            | Κυριακή 29/4/2012 | 10.00-14.30 |
| Προθεσμία εγγραφής:        | Τρίτη 17/4/2012   |             |
| Συνολική διάρκεια:         | 8 ώρες            |             |

### Περιγραφή

Το βασικό χαρακτηριστικό των ζεστών διαπροσωπικών σχέσεων είναι η ειλικρινής ανταλλαγή συναισθημάτων μεταξύ των ατόμων που αλληλεπιδρούν. Παρόλα αυτά δεν είμαστε τόσο ενεργοί και ειλικρινείς όσον αφορά την ανταλλαγή των συναισθημάτων μας και τη συναισθηματική μας ευεξία. Αντίθετα, οι περισσότεροι φαίνεται να έχουμε αναγάγει το μυαλό μας και τη σκέψη μας στον υπ' αριθμόν έναν και δυστυχώς μοναδικό «φύλακα άγγελό μας». Και αυτό γιατί όταν ήμασταν παιδιά δεν είχαμε κάποιον να μας μιλήσει για τα συναισθήματά του και να ακούσει τα δικά μας συναισθήματα. Μπορεί να μας απάντησαν στα χιλιάδες γιατί που ρωτήσαμε στην προσπάθειά μας να μάθουμε τον κόσμο γύρω μας, αλλά δεν είχαμε κάποιον να μας ρωτήσει: «Πως νιώθεις τώρα;». Οι περιθάλποντες ατόμων που πάσχουν από άνοια βιώνουν έντονα συναισθήματα φόβου, αγωνίας, θυμού, ενοχής, ντροπής, θλίψης και πολλές φορές δεν έχουν κανένα να μιλήσουν και να εκφράσουν τα συναισθήματα αυτά με αποτέλεσμα η ενέργεια των συναισθημάτων να συσσωρεύεται στο σώμα και να προκαλεί σωματικούς πόνους ή ακόμα και εκδήλωση ασθενειών. Το βιωματικό εργαστήριο στοχεύει στην ψυχοεκπαίδευση των περιθαλπόντων, στο να μάθουν να αναγνωρίζουν και να διαχειρίζονται τα συναισθήματά τους.

*Το Εργαστήριο απευθύνεται σε περιθάλποντες, άντρες και γυναίκες, παιδιά, συζύγους ή άλλους συγγενείς, που φροντίζουν άτομα που πάσχουν από άνοια.*

### Συντονίστρια:

Κατερίνα Σιαμπάνη, MSc Συμβουλευτικής Ψυχολογίας  
Ψυχοθεραπεύτρια και Εκπαιδύτρια Gestalt  
Πιστοποιημένη Εκπαιδύτρια Ενηλίκων



## 2. Κόκκινη κλωστή δεμένη

Βιωματικό Εργαστήριο με στόχο την εκπαίδευση στη χρήση των παραμυθιών σαν δημιουργικό και θεραπευτικό εργαλείο.

|                            |                   |             |
|----------------------------|-------------------|-------------|
| Ημ/νίες & Ώρες Διεξαγωγής: | Σάββατο 19/5/2012 | 10.00-18.00 |
|                            | Κυριακή 20/5/2012 | 10.00-18.00 |
| Προθεσμία εγγραφής:        | Πέμπτη 10/5/2012  |             |
| Συνολική διάρκεια:         | 14 ώρες           |             |

### Περιγραφή

«Βαθύτερο νόημα βρίσκεται στα παραμύθια που μου έλεγαν στα παιδικά μου χρόνια, παρά στην αλήθεια που μας διδάσκει η ζωή» (Σίλερ). Όπως και με πολλές άλλες σύγχρονες ψυχολογικές θεωρίες και αντιλήψεις, οι ποιητές προηγήθηκαν κατά πολύ και σε αυτό το θέμα. Αργότερα πολλοί ήταν οι ψυχολόγοι που αντιλήφθηκαν τη δύναμη των λαϊκών παραμυθιών. Τα λαϊκά παραμύθια φαίνεται να παίρνουν στα σοβαρά τα υπαρξιακά άγχη και διλήμματα, και να απευθύνονται άμεσα σ' αυτά, όπως για παράδειγμα, στην ανάγκη μας να μας αγαπούν. Τα παραμύθια είναι μοναδικά τόσο σαν μια μορφή λογοτεχνίας όσο και ως έργα τέχνης που είναι πλήρως κατανοητά στα παιδιά, όπως καμία άλλη μορφή τέχνης. Το ίδιο κατανοητά φαίνεται να είναι και στους ενήλικες που πάσχουν από την άνοια τύπου Alzheimer ή άλλες μορφές άνοιας. Στόχος του σεμιναρίου είναι να έρθουμε σε επαφή με την απόλαυση που μπορούμε να νιώσουμε, αν επιτρέψουμε στον εαυτό μας να ανταποκριθεί στο παραμύθι και να βιώσει τη μαγεία, τις αισθήσεις, τις μνήμες και τα συναισθήματα, που η χρήση των λαϊκών και σύγχρονων παραμυθιών ενεργοποιεί. Επιπλέον, θα διδαχθούμε ένα μοντέλο χρήσης των παραμυθιών σε άτομα με προβλήματα μνήμης και άνοιας.

*Το Εργαστήριο απευθύνεται σε επαγγελματίες υγείας, εκπαιδευτικούς και φοιτητές που εργάζονται με παιδιά, ενήλικες και ηλικιωμένους και σε περιθάλποντες ασθενών με άνοια.*

### Συντονίστρια:

Κατερίνα Σιαμπάνη, MSc Συμβουλευτικής Ψυχολογίας

Ψυχοθεραπεύτρια και Εκπαιδύτρια Gestalt

Πιστοποιημένη Εκπαιδύτρια Ενηλίκων



### 3. Φυσικοθεραπευτική φροντίδα ασθενών με άνοια

|                            |                   |            |
|----------------------------|-------------------|------------|
| Ημ/νίες & Ώρες Διεξαγωγής: | Πέμπτη 26/4/2012  | 8.30-14.00 |
|                            | Σάββατο 5/5/2012  | 8.30-14.00 |
|                            | Σάββατο 12/5/2012 | 8.30-14.00 |
|                            | Σάββατο 19/5/2012 | 8.30-14.00 |
| Προθεσμία εγγραφής:        | Τρίτη 17/4/2012   |            |
| Συνολική διάρκεια:         | 16 ώρες           |            |

#### Περιγραφή

Οι συμμετέχοντες θα μάθουν να ακινητοποιούν ή να σηκώνουν με ευκολία τους ηλικιωμένους που φροντίζουν. Θα μάθουν επίσης πώς να τους μετακινούν από το κρεβάτι ή την καρέκλα με ελάχιστη προσπάθεια χωρίς να καταπονούνται οι ίδιοι ή να κουράζονται. Τέλος, θα εκπαιδευτούν στην χρήση και εφαρμογή ειδικού τεστ αξιολόγησης της κινητικής κατάστασης ασθενών με άνοια.

*Το σεμινάριο απευθύνεται σε περιθάλποντες ηλικιωμένων και ασθενών με άνοια, σε συγγενείς ή επαγγελματίες φροντιστές ηλικιωμένων.*

#### **Εκπαιδευτής:**

Σάκης Παπάντσιος,

Παιδαγωγός Φυσικοθεραπευτής

Πιστοποιημένος Εκπαιδευτής Ενηλίκων



## 4. Συμβουλευτική γονέων για το ρόλο και την αλληλεπίδραση των παιδιών στη σχέση τους με τον ασθενή με άνοια

|                            |                    |             |
|----------------------------|--------------------|-------------|
| Ημ/νίες & Ώρες Διεξαγωγής: | Δευτέρα 16/7/2012  | 19.15-21.30 |
|                            | Τετάρτη 18/7/2012  | 19.15-21.30 |
|                            | Δευτέρα 23/7/2012  | 19.15-21.30 |
|                            | Τετάρτη 25/7/2012  | 19.15-21.30 |
| Προθεσμία εγγραφής:        | Παρασκευή 6/7/2012 |             |
| Συνολική διάρκεια:         | 8 ώρες             |             |

### Περιγραφή

Το σεμινάριο έχει σαν στόχο την συμβουλευτική γονέων και οικογένειας για το ρόλο τους απέναντι στην αλληλεπίδραση του παιδιού με τον ασθενή με άνοια. Η επίτευξη αυτού θα πραγματοποιηθεί μέσα από την ψυχοεκπαίδευση και τις βιωματικές ασκήσεις. Απώτερος στόχος είναι η ενημέρωση της οικογένειας για την άνοια και η κατάλληλη προσέγγιση απέναντι στα ανήλικα μέλη της προκειμένου εκείνα να μπορέσουν να προσαρμοστούν στην αλλαγή της σχέσης τους με τον ασθενή με άνοια.

*Το σεμινάριο απευθύνεται σε γονείς και οικογένειες των οποίων τα ανήλικα μέλη αλληλεπιδρούν με ασθενή με άνοια.*

### Συντονίστριες/Εισηγήτριες:

Κωνσταντίνα Καραγκιόζη, Ψυχολόγος, Εξειδίκευση στη Γνωστική Συμπεριφορική Ψυχοθεραπεία  
Ευδοκία Νικολαΐδου, Ψυχολόγος, Εξειδίκευση στη Γνωστική Συμπεριφορική Ψυχοθεραπεία



## Χρήσιμες πληροφορίες

Τα ποσά συμμετοχής στο κάθε σεμινάριο/εργαστήριο για τους ενδιαφερόμενους αναφέρονται στον παρακάτω πίνακα:

| Σεμινάριο/Εργαστήριο  | Μέλη | Νέοι |
|---|------|------|
| 1. Διαχείριση συναισθημάτων   | 60€  | 70€  |
| 2. Κόκκινη κλωστή δεμένη  | 85€  | 95€  |
| 3. Φυσικοθεραπευτική φροντίδα ασθενών με άνοια  | 75€  | 85€  |
| 4. Συμβουλευτική γονέων για το ρόλο και την αλληλεπίδραση των παιδιών στη σχέση τους με τον ασθενή με άνοια | 55€  | 65€  |

Οι ενδιαφερόμενοι πρέπει να συμπληρώσουν τη σχετική αίτηση συμμετοχής.

Την αίτηση και άλλες πληροφορίες μπορείτε να ζητήσετε από την κα Κατερίνα Αγγελίδου στο τηλέφωνο 2310830667 εσωτ.32 ή στην ηλεκτρονική διεύθυνση: [ekpaideusi.alz@gmail.com](mailto:ekpaideusi.alz@gmail.com).

[www.pindis.gr](http://www.pindis.gr)

[www.alzheimer-hellas.gr](http://www.alzheimer-hellas.gr)

<http://www.facebook.com/profile.php?id=100003119176916>