



CARERS UK
the voice of carers



Η **ζωή**
μετά τη **φροντίδα.**

life after care



**Εταιρεία Νόσου Alzheimer
& Συναφών Διαταραχών Αθηνών**

Υπεύθυνη επικοινωνίας: **Αρετή Ευθυμίου**

Μάρκου Μουσσούρου 89, 11636 Αθήνα,

Τηλ.: 210 7013271 • Fax: 210 6012239

e-mail: info@alzheimerathens.gr

www.alzheimerathens.gr



Με την υποστήριξη του Προγράμματος Δια Βίου Μάθηση
του Ιδρύματος Κρατικών Υποτροφιών.



Οι **φροντιστές** παρέχουν άμισθη φροντίδα σε άτομα με αναπηρία ή σε αδύναμους ηλικιωμένους, μέλη της οικογένειας ή φίλους.

Πρώην φροντιστής θεωρείται κάποιος που έχει σταματήσει να παρέχει φροντίδα τα τελευταία δύο χρόνια.

Η φροντίδα μπορεί να απομονώσει τους φροντιστές από την οικογένειά τους, τους φίλους και την τοπική κοινότητα. Όταν η περίοδος της φροντίδας φτάσει στο τέλος αλλά η απομόνωση συνεχίζεται, μπορεί να σημαίνει ότι οι φροντιστές έχουν χάσει την αυτοπεποίθησή τους και η επανένταξή τους στην κοινωνική ζωή μπορεί να μοιάζει με τρομακτική προοπτική.

Το πρόγραμμα **"Η Ζωή μετά την Φροντίδα"** στοχεύει στην υποστήριξη πρώην φροντιστών, ώστε να βρουν νέες κατευθύνσεις και τρόπους επανένταξης στην κοινωνική ζωή.

Το Ζήτημα

Έχει εκτιμηθεί ότι υπάρχουν 100.000.000 άμισθοι φροντιστές στην Ευρώπη, δηλαδή το 25% του συνολικού Ευρωπαϊκού πληθυσμού. Οι φροντιστές αποτελούν ομάδα κινδύνου σε ότι αφορά στη φτώχεια, στον κοινωνικό αποκλεισμό και στη σωματική και ψυχική υγεία.

Εκτός από το πένθος, οι φροντιστές πιθανόν να βιώνουν δυσκολίες στην επανένταξή τους στην κοινότητα, όπως για παράδειγμα στην εύρεση έμμισθης εργασίας ή στην εθελοντική δραστηριότητα.

Αυτό είναι συχνά αποτέλεσμα χαμηλής αυτοεκτίμησης: οι πρώην φροντιστές δεν έχουν επίγνωση των δεξιοτήτων και της εμπειρίας που έχουν αποκτήσει μέσω της φροντίδας, ικανότητες που με την κατάλληλη υποστήριξη θα μπορούσαν να χρησιμεύσουν σε άλλους τομείς, π.χ. συμμετοχή σε εθελοντικές οργανώσεις για άτομα με αναπηρία ή σε υπηρεσίες ενημέρωσης οικογενειακών φροντιστών. Η συμμετοχή στο πρόγραμμα **"Η Ζωή μετά τη Φροντίδα"** στοχεύει στην προώθηση τρόπων με τους οποίους οι πρώην φροντιστές θα κάνουν το βήμα στην καινούργια ζωή.

Το Πρόγραμμα

Δραστηριότητες

Οι συμμετέχοντες φορείς θα επικεντρωθούν σε στρατηγικές για την ενίσχυση πρώην φροντιστών μέσω της αναγνώρισης και της βελτίωσης των δεξιοτήτων και της εμπειρίας που έχουν αποκτήσει, ώστε να υποστηριχθεί η μετάβασή τους στην μετά - τη φροντίδα περίοδο.

Αυτά μπορεί να είναι απλές δεξιότητες όπως οργανωτικές, ικανότητες επικοινωνίας και διαπραγμάτευσης, διαχείριση άγχους και κατανόησης ή πρακτικές δεξιότητες όπως μετακίνηση και χειρισμός, χορήγηση φαρμάκων και διαχείριση της συμπεριφοράς.

Μέσω της ερευνητικής εργασίας και της δικτύωσης, οι συμμετέχοντες φορείς - Ηνωμένο Βασίλειο, Ιρλανδία, Ιταλία, Ελλάδα - θα αναπτύξουν και θα προωθήσουν καινούργιες στρατηγικές στις χώρες τους - για την αναγνώριση και την ενίσχυση των δεξιοτήτων και της εμπειρίας των φροντιστών και την εφαρμογή αυτών στους τομείς:

- Επανεένταξη στην αγορά εργασίας
- Εθελοντική εργασία στις υπηρεσίες της κοινότητας
- Συμμετοχή σε προγράμματα υποστήριξης φροντιστών

Αναμενόμενα αποτελέσματα

- Αυτά θα περιλαμβάνουν :
- *Συνολική αναφορά στην περίοδο της φροντίδας και στην περίοδο μετά τη φροντίδα.*
 - *Εγχειρίδιο για την υποστήριξη της μετάβασης από τη φροντίδα στην μετά - τη φροντίδα περίοδο.*
 - *Τελική αναφορά των αποτελεσμάτων*
 - *Καθιέρωση της Ημέρας των φροντιστών, η οποία θα προωθηθεί στην Ιταλία και την Ελλάδα για την ευαισθητοποίηση σε θέματα φροντίδας και με την ευκαιρία να γίνουν γνωστά τα αποτελέσματα της μελέτης.*

Τα αποτελέσματα του προγράμματος θα γίνουν γνωστά επίσης, μέσω της ετήσιας Ημέρας φροντιστών που πραγματοποιείται στην Ιρλανδία και το Ηνωμένο Βασίλειο.

Για να μάθετε περισσότερα σχετικά με το πρόγραμμα **Η Ζωή μετά τη Φροντίδα**, τις συμμετέχουσες χώρες και την ερευνητική εργασία, μπορείτε να επισκεφτείτε την ιστοσελίδα: www.lifeaftercare.eu

Η Σύμπραξη

Συντονιστής

Η **SOFIA** είναι μια κοινωνική οργάνωση που εδρεύει στη Μόντενα της Ιταλίας. Ασχολείται με τις αστικές υπηρεσίες φροντίδας και με προγράμματα για την κοινότητα, με στόχο την υποστήριξη των ηλικιωμένων και των έμμισθων και άμισθων φροντιστών τους.

Συμμετέχοντες Φορείς

Η **ARCO** είναι ιδιωτική εταιρία, που ιδρύθηκε το 1996 στην Τσεζένα της Ιταλίας από ομάδα επιστημόνων, που ασχολείται με τις κοινωνικές επιστήμες και την κοινωνική εργασία.

Οι **CARERS UK** είναι εθνική φιλανθρωπική οργάνωση με έδρα το Ηνωμένο Βασίλειο, η οποία ιδρύθηκε το 1965 από φροντιστές. Ασχολείται με την οργάνωση εκδηλώσεων ενημέρωσης και την προάσπιση των δικαιωμάτων των φροντιστών. Παρέχει υπηρεσίες σε φροντιστές και επαγγελματίες που ασχολούνται με την ειδική αυτή πληθυσμιακή ομάδα.

Η **CARE ALLIANCE IRELAND** είναι το εθνικό δίκτυο εθελοντικών οργανώσεων στην Ιρλανδία, το οποίο υποστηρίζει φροντιστές. Ιδρύθηκε το 1995 από εθελοντικές οργανώσεις και αποτελεί οργανισμό-ομπρέλα για τις οργανώσεις των φροντιστών.

Η **Εταιρεία Νόσου Αλτσχάιμερ και Συναφών Διαταραχών Αθηνών**, είναι μη κερδοσκοπικός οργανισμός, που ιδρύθηκε το 2002 από συγγενείς ανοϊκών ασθενών και επαγγελματίες υγείας που ασχολούνται με την νόσο Αλτσχάιμερ.

