

Εκπαιδευτικό Πρόγραμμα - Εργαστήριο

«Αύξηση των γνώσεων και δεξιοτήτων της οικογένειας και των άτυπων φροντιστών, στη διαχείριση των προκλήσεων της φροντίδας του ατόμου με άνοια στο σπίτι»

Δρ. Σωκράτης Σωκράτους, Επίκουρος καθηγητής, Τμήμα Νοσηλευτικής, ΤΕΠΑΚ

Παρασκευή Χαρίτου, Διδακτορική Φοιτήτρια, Τμήμα Νοσηλευτικής, ΤΕΠΑΚ,
Νοσηλευτική Λειτουργός

Ημερ. Διεξαγωγής: Κάθε Τετάρτη από 15/5/2024 - 19/6/2024

Ωρα: 17:30-19:30

ΕΝΟΤΗΤΕΣ	ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ	ΔΙΑΡΚΕΙΑ	ΜΕΣΑ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ/ΔΙΔΑΣΚΟΝΤΕΣ
ΕΝΟΤΗΤΑ 1	Εισαγωγή-Τι είναι Άνοια		
Τετάρτη 15/5/2024 17:30	Έναρξη Εργαστηρίου Καλωσόρισμα Χαιρετισμοί	15'	Παρασκευή Χαρίτου Διδακτορική Φοιτήτρια, Τμήμα Νοσηλευτικής, ΤΕΠΑΚ Δρ. Σωκράτης Σωκράτους Επίκουρος καθηγητής, Τμήμα Νοσηλευτικής, ΤΕΠΑΚ Δρ. Ευριδίκη Παπασταύρου Αναπληρώτρια Καθηγήτρια Συνήγορος Φοιτητών/τριών του ΤΕΠΑΚ
	Warm -up (Δραστηριότητα ice-breaking) Επεξήγηση εργαστηρίου	20'	Παρασκευή Χαρίτου Δρ. Σωκράτης Σωκράτους Δρ. Χρίστος Χαρίτου (Εμπυχωτής, εφαρμοσμένου θεάτρου) Ppt/ Συζήτηση
	Τι είναι Άνοια Το μέγεθος του προβλήματος Διάγνωση, Διαφοροποίηση από φυσιολογικές αλλαγές του γήρατος, τύποι, στάδια, Συμπτώματα, Θεραπείες, Ερευνητικές Εξελίξεις	25'	Δρ. Σωκράτης Σωκράτους Παρασκευή Χαρίτου Ppt Video
	ΔΙΑΛΕΙΜΜΑ	15'	
	Άνοια - προετοιμασία για αντιμετώπιση της, συναισθηματικές ανάγκες ατόμου, χρήση αποτελεσματικών τεχνικών επικοινωνίας.	30'	Δρ. Σωκράτης Σωκράτους Παρασκευή Χαρίτου Ppt Video

	Εμπειρίες φροντιστών Νέοι ρόλοι, απαιτήσεις, ευθύνες	20'	Παρασκευή Χαρίτου Ppt Video
	ΑΝΑΤΡΟΦΟΔΟΤΗΣΗ – ΣΥΖΗΤΗΣΗ - ΑΠΟΡΙΕΣ	10'	Συζήτηση
ΕΝΟΤΗΤΑ 2	Πρακτικά θέματα διαχείρισης συμπεριφοράς ατόμου με άνοια/Ασφάλεια		
Τετάρτη 22/5/2024 17:30	Συμπεριφορικά προβλήματα Αλλαγές διάθεσης, θυμός επιθετικότητα, Τάσεις φυγής Sun Down Syndrome Πως ελέγχουμε την συμπεριφορά του ατόμου τροποποιώντας τη δική μας συμπεριφορά	25'	Δρ. Σωκράτης Σωκράτους Παρασκευή Χαρίτου Ppt video
	Δημιουργία ασφαλούς περιβάλλοντος στο σπίτι, πρόληψη πτώσεων	25'	Παρασκευή Χαρίτου Ppt Video
	Δυσκολίες του ατόμου στην εκτέλεση καθημερινών δραστηριοτήτων Χρησιμοποίηση των δεξιοτήτων του ατόμου που ακόμα υπάρχουν Ψυχοκοινωνικές παρεμβάσεις	20'	Παρασκευή Χαρίτου Ppt Video
	ΔΙΑΛΕΙΜΜΑ	15'	
	Διατήρηση ρουτίνας Πλάνο ημέρας/ημερολόγιο Προγραμματισμός δραστηριοτήτων Υπενθυμίσεις για Φ.Α, ραντεβού	25'	Παρασκευή Χαρίτου Ppt Video
	Δραστηριότητα εφαρμογής σεναρίου (role play)	30'	Ενεργή συμμετοχή, υπόδηση ρόλων
ΕΝΟΤΗΤΑ 3	Ενίσχυση δεξιοτήτων σε θέματα καθημερινής φροντίδας/Πρόληψη επιπλοκών		
Τετάρτη 29/5/2024 17:30	Εργοθεραπεία και Άνοια, εργονομική διευθέτηση χώρου Δραστηριότητες απασχόλησης ατόμου	20'	Νάντια Λαμάρη Εργοθεραπεύτρια-Υπηρεσίες Ψυχικής Υγείας Ppt Video
(πιθανή μεταφορά στις 5/6)	Θέματα Διατροφής Πως επηρεάζει η άνοια; (δυσκαταποσία, πολυφαγία, άρνηση, γαστροστομία,	20'	Ελίνα Ιωάννου Διαιτολόγος, ΟΚΥΠΥ Ppt Video

	ρινογαστρικός, συμπληρώματα διατροφής)		
	ΔΙΑΛΕΙΜΜΑ 15'		
	Ο ρόλος της φυσιοθεραπείας Κινητικότητα και Μετακινήσεις Τεχνικές φυσιοθεραπείας για τη μείωση του πόνου Πρόληψη ελκών πίεσεως	30'	Στέλιος Στυλιανού – Φυσιοθεραπευτής, BSc, MSc Manual Therapy Ppt Video
	Φροντίδα στις καθημερινές δραστηριότητες Θέματα φροντίδας, προσωπικής υγιεινής Ακράτεια, ουρηθρικός καθετήρας	20'	Δρ. Έλενα Ρούσου Τμήμα Νοσηλευτικής ΤΕΠΑΚ Παρασκευή Χαρίτου Ppt Video
	Πρόληψη/φροντίδα έλκων πίεσεως	20'	Παρασκευή Χαρίτου Ppt Video
ΕΝΟΤΗΤΑ 4	Ηθικά διλήμματα – Λήψη αποφάσεων		
Τετάρτη 5/6/2024 17:30	Ηθικά διλήμματα, λήψη αποφάσεων, σκέψεις προβληματισμοί Αποφάσεις για θέματα υγείας, σκέψεις για το μέλλον, Μεταφορά σε μονάδα μακροχρόνιας αποκατάστασης	40'	Δρ. Ευριδίκη Παπασταύρου Αναπληρώτρια Καθηγήτρια Συνήγορος Φοιτητών/τριών του ΤΕΠΑΚ Ppt Video
	ΔΙΑΛΕΙΜΜΑ	15'	
	Άνοια – Ηθικά νομικά ζητήματα, Οικονομικά ζητήματα, Προγραμματισμός για το μέλλον	40'	Δρ. Σωκράτης Σωκράτους Παρασκευή Χαρίτου Ppt Video
ΕΝΟΤΗΤΑ 5	Φροντίζω τον εαυτό μου		
Τετάρτη 12/6/2024 17:30	Επιβάρυνση των φροντιστών	30'	Δρ. Σωκράτης Σωκράτους Παρασκευή Χαρίτου Ppt Video
	Τεχνικές αυτοφροντίδας Πως θα αναγνωρίσω ότι χρειάζομαι βοήθεια Που να αποταθώ για βοήθεια Πως να βοηθήσω τον εαυτό μου να διαχειριστεί το άγχος, θυμό, στρες	30'	Γιάννα Θεοδώρου Νοσηλεύτρια Ψυχικής Υγείας, Εκπ. Συστημική ψυχοθεραπεύτρια Αντρέας Ελισσαίου Νοσηλεύτης Ψυχικής Υγείας, BSc, MSc

			<p>Πρόγραμμα Προληπτικής Νοσηλευτικής Ψυχικής Υγείας, «Εξέλιξις» της Διεύθυνση Νοσηλευτικών Υπηρεσιών</p> <p>Ppt Video Συζήτηση</p>
	ΔΙΑΛΕΙΜΜΑ	15'	
	Ασκήσεις χαλάρωσης, mindfulness	60'	Γιάνα Θεοδώρου Αντρέας Ελισσαίου
ΕΝΟΤΗΤΑ 6	Δίκτυο Υποστήριξης Υπηρεσιών, οργανισμοί, επιδόματα		
Τετάρτη 19/6/2024 17:30	Σύνδεσμος Ιθάκη	20'	Ευτύχιος Χριστοφίδης Επιστημονικός Συντονιστής Συνδέσμου Ιθάκη
	Παρατηρητήριο Τρίτης Ηλικίας Κύπρου	20'	Δήμος Αντωνίου Πρόεδρος Παρατηρητηρίου Τρίτης Ηλικίας Κύπρου
	ΔΙΑΛΕΙΜΜΑ		
	Γραφείο Ευημερίας	20'	
	Τμήμα κοινωνικής ενσωμάτωσης ατόμων με αναπηρίες	20'	Τμήμα Κοινωνικής Ενσωμάτωσης Ατόμων με Αναπηρίες – DiekdikoCY
	Υπηρεσία κατ' οίκον νοσηλείας	20'	Έλενα Νικολαΐδου Διδακτορική Φοιτήτρια, Τμήμα Νοσηλευτικής ΤΕΠΑΚ, Νοσηλευτικός Λειτουργός Α', Υπηρεσία Κατ' Οίκον Νοσηλείας ΟΚΥΠΥ
	Λήξη εργαστηρίου Ανατροφοδότηση Συζήτηση		

Χορηγός Εργαστηρίου: Mc Kritikos Medical Supplies Ltd