

**ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΚΕΝΤΡΙΚΗΣ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ
ΓΕΝΙΚΗ ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ & ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΜΕΡΙΜΝΑΣ
ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ & ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΜΕΡΙΜΝΑΣ Π.Κ.Μ.**

ΤΜΗΜΑ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΜΕΡΙΜΝΑΣ

**ΔΙΑΓΕΝΕΑΚΗ ΔΡΑΣΗ ΜΕ ΘΕΜΑ Η ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΟΤΗΤΑ ΤΩΝ ΗΛΙΚΙΩΜΕΝΩΝ,
ΤΑ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΑ ΥΓΕΙΑΣ ΤΟΥΣ ΚΑΙ Η ΣΥΜΒΟΛΗ ΤΩΝ ΜΕΛΩΝ ΤΗΣ
ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΣ.**

ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΑ ΤΩΝ ΚΗΦΗ, Μ.Φ.Η. ΚΑΙ ΤΩΝ ΚΔΑΠ ΤΗΣ Π.Κ.Μ.

ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΗ ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ ΔΡ ΤΣΑΝΤΑΛΗ ΕΛΕΝΗ

**ΑΠΑΓΟΡΕΥΕΤΑΙ ΟΠΟΙΑΔΗΠΟΤΕ ΑΝΤΙΓΡΑΦΗ ΟΛΟΥ Ή ΤΜΗΜΑΤΟΣ ΤΟΥ
ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟΥ Ή ΑΝΑΔΗΜΟΣΙΕΥΣΗ Ή ΑΝΑΡΤΗΣΗ ΣΕ ΜΕΣΑ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ
ΔΙΚΤΥΩΣΗΣ ΓΙΑ ΕΜΠΟΡΙΚΟΥΣ ΣΚΟΠΟΥΣ Νόμος 4481/2017**

Στα πλαίσια των δράσεων της Περιφέρειας Κεντρικής Μακεδονίας (Π.Κ.Μ.) και συγκεκριμένα του Τμήματος Κοινωνικής Μέριμνας, της Διεύθυνσης Δημόσιας Υγείας και Κοινωνικής Μέριμνας Π.Κ.Μ. και της Αντιπεριφέρειας Υγείας και Κοινωνικής Αλληλεγγύης εντάσσεται η διαγενεακή δράση με θέμα **την καθημερινότητα των ηλικιωμένων, τα προβλήματα υγείας που αντιμετωπίζουν και τη συμβολή όλων των μελών της οικογένειας στην διαχείρισή τους**. Έτσι ηλικιωμένοι από όλα τα Κ.Η.Φ.Η. της Π.Κ.Μ., αλλά και φιλοξενούμενοι στις Μονάδες Φροντίδας Ηλικιωμένων (Μ.Φ.Η.) της Π.Κ.Μ. έγραψαν παραμύθια ή διηγήματα για παιδιά ηλικίας 3-18 ετών με τη βοήθεια του προσωπικού τους, τα οποία διαβάστηκαν αρχικά στα Κέντρα Δημιουργικής Απασχόλησης (Κ.Δ.ΑΠ) του Δ. Θεσσαλονίκης σε παιδιά ηλικίας 5-12 ετών για να ενημερωθούν για τα προβλήματα που αντιμετωπίζουν ή πρόκειται να αντιμετωπίσουν οι παππούδες τους και να συμβάλουν όλα τα μέλη της οικογένειας ή και να προτείνουν λύσεις στη διαχείρισή τους, κάποιες από τις οποίες ενσωματώθηκαν στα παραμύθια. Στο όλο εγχείρημα βοήθησαν και οι φοιτητές του τμήματος Ψυχολογίας του Α.Π.Θ. που κάνουν πρακτική στην Π.Κ.Μ. υπό την εποπτεία της Δρ. Τσάνταλη Ελένης, Γνωστικής νευροψυχολόγου, που έχει αναλάβει την διοργάνωση, επιστημονική επιμέλεια και τη διαχείριση του συγκεκριμένου προγράμματος. Η Π.Κ.Μ. θα αναρτήσει σταδιακά τα παραμύθια στην ιστοσελίδα της στην ενότητα Υγεία και Κοινωνική αλληλεγγύη **Περιφέρεια Κεντρικής Μακεδονίας - Διαδικτυακή πύλη της Περιφέρειας Κεντρικής Μακεδονίας** και θα δημιουργήσει και audio book με τα παραμύθια για όσους δεν μπορούν να διαβάσουν ή δεν έχουν κατακτήσει ακόμη την δεξιότητα της ανάγνωσης. Έτσι με απλό και διαδραστικό τρόπο μαθαίνουν μικροί και μεγάλοι για τις ασθένειες της τρίτης ηλικίας και τι μπορεί να κάνει ο καθένας από τη δική του σκοπιά για την διαχείριση της ασθένειας.

Ευχαριστούμε όλους, μικρούς και μεγάλους, εθελοντές και προσωπικό των Κ.Η.Φ.Η, των Μ.Φ.Η. και των Κ.Δ.ΑΠ για τη συνεισφορά και τη συνεργασία τους. Το παρακάτω παραμύθι έχει θέμα την **Άνοια** και προορίζεται για την ενημέρωση παιδιών προσχολικής ηλικίας ή των πρώτων τάξεων του Δημοτικού σχολείου. Συνεργάστηκαν για τη συγγραφή του οι φιλοξενούμενοι της Μ.Φ.Η. ΑΓΙΟΣ ΝΙΚΟΛΑΟΣ με τη βοήθεια του προσωπικού τους.

Μ.Φ.Η. ΑΓΙΟΣ ΝΙΚΟΛΑΟΣ

ΘΕΜΑ: Η ΜΑΓΙΚΗ ΜΝΗΜΗ ΤΟΥ ΠΑΠΠΟΥ

ΗΛΙΚΙΑΚΗ ΟΜΑΔΑ : 5 με 9 ετών

Μια φορά κι έναν καιρό, σε ένα μικρό χωριό, ζούσε ένας παππούς με το όνομα Αχιλλέας. Ο παππούς Αχιλλέας για πολλά χρόνια ζούσε σε ένα μεγάλο σπίτι με την γυναίκα του, τη Βασιλική και τον γιό του, Γιώργο. Όταν μεγάλωσε ο Γιώργος, έφυγε από το σπίτι και έκανε τη δική του οικογένεια με την οποία ζούσε σε ένα σπίτι πολύ κοντά με αυτό του πατέρα του. Ο Γιώργος επισκεπτόταν πολύ συχνά τους γονείς του μαζί με την κόρη του, Μαρία. Η μικρή Μαρία αγαπούσε πολύ τον παππού και τη γιαγιά, όμως είχε ιδιαίτερη αδυναμία στον παππού της. Κάθε φορά που ήταν μαζί του της έλεγε ιστορίες από τη ζωή του, πήγαιναν βόλτες, της διάβαζε παραμύθια και έπαιζαν μαζί επιτραπέζια. Μαγείρευαν, τραγουδούσαν και έπαιζαν κρυφτό στο σπίτι τους.



Μια μέρα, όμως, η μικρή Μαρία άρχισε να βλέπει πως ο παππούς της ξεχνούσε λεπτομέρειες από τις ιστορίες που συνήθιζε να της λέει και δε θυμόταν πλέον τη διαδικασία και τους κανόνες από τα παιχνίδια που έπαιζαν μαζί. Η Μαρία

μπερδεμένη με τη νέα συμπεριφορά του παππού της, αποφάσισε να μιλήσει στον μπαμπά της.

-Μπαμπά, γιατί ο παππούς Αχιλλέας δε θυμάται πια τις ιστορίες, τόσο καλά, όπως τις λέγαμε; Γιατί δε μπορεί πια να παίξει καλά μαζί μου; Ξεχνάει τους κανόνες των παιχνιδιών και μπερδεύεται. Πρέπει να του λέω εγώ συνέχεια τι πρέπει να κάνει.

Ο πατέρας της προσπάθησε να εξηγήσει στη μικρή Μαρία ότι ο παππούς της έπασχε από μια ασθένεια, που την έλεγαν άνοια. Αυτή η ασθένεια, που εμφανίζεται κυρίως σε ηλικιωμένους, τον έκανε να ξεχνάει πολλά πράγματα από τα πρόσφατα αλλά ακόμη και αυτά που κάποτε θυμόταν. Ξεχνούσε τι ημέρα και τι ώρα ήταν, ξεχνούσε να φάει, αν είναι πρωί, μεσημέρι ή απόγευμα, δε μπορούσε να θυμηθεί πώς να κάνει απλά πράγματα, όπως να ανοίγει την τηλεόραση και να απαντάει το τηλέφωνο, που προσπαθούσε να βρει από πού έρχεται ο ήχος του.

-Αγαπημένη μου Μαρία, ο παππούς σου έχει μια μαγική ασθένεια που δημιουργεί μια ομίχλη γύρω από τις αναμνήσεις του. Όταν κάποιος έχει αυτή την ασθένεια, έχει ένα μαγικό γκρι πέπλο που καλύπτει το μυαλό του και δε μπορεί να θυμηθεί σκεφτεί με τον τρόπο που θυμόμαστε και σκεφτόμαστε εμείς. Αυτό το πέπλο δε τον αφήνει να δει καθαρά το παρελθόν και τον εμποδίζει από το να κάνει κάποια αγαπημένα του πράγματα με την ίδια ευκολία που συνήθιζε να τα κάνει πριν νοσήσει.



-Δηλαδή τώρα ο παππούς δε θα θυμάται να παίζει μαζί μου; Θα σταματήσουμε να περνάμε χρόνο μαζί;

-Όχι αγάπη μου, ο παππούς θα παίζει μαζί σου, απλά κάποιες φορές θα χρειάζεται να του υπενθυμίζεις πώς παίζατε κάποιο παιχνίδι. Τους κανόνες του παιχνιδιού. Όταν δε μπορεί να θυμηθεί μόνος του κάτι, θα είμαστε εμείς εκεί για να τον βοηθάμε και να του υπενθυμίζουμε αυτά που εκείνος ξεχνάει.

Μετά από τη συζήτηση με τον πατέρα της, η Μαρία αποφάσισε να βοηθήσει



τον παππού της να διώξει αυτή την ομίχλη από το μυαλό του για να συνεχίσει να περνάει χρόνο μαζί της. Κάθε φορά που πήγαινε στο σπίτι του παππού Αχιλλέα, έπαιζε μαζί του και του εξηγούσε με πολλή υπομονή και αγάπη

τους κανόνες των παιχνιδιών. Ο παππούς Αχιλλέας δεν ακολουθούσε πάντοτε όλους τους κανόνες, αλλά η Μαρία ήταν πολύ χαρούμενη που μπορούσαν να παίζουν μαζί και δε τη πείραζε που ο παππούς της δε θυμόταν τα πάντα.

Μία μέρα, λοιπόν, η Μαρία πήγε στο σπίτι του παππού της και τον βρήκε να βλέπει τηλεόραση. Τον πλησίασε γεμάτη χαρά και του είπε με χαμόγελο:

-Παππού θα παίξουμε κρυφό;

Ο παππούς Αχιλλέας τη κοίταξε μπερδεμένος και μετά έσμιξε τα φρύδια του προσπαθώντας να θυμηθεί.

-Κρυφό; Πώς παίζεται το κρυφό;

Η Μαρία στεναχωρήθηκε που ο παππούς της δε θυμόταν το παιχνίδι τους, αλλά μετά θυμήθηκε ότι ο παππούς είχε την γκρι σκιά στη μνήμη του και έπρεπε να τον βοηθήσει να θυμηθεί.



-Παππού μου, το κρυφτό είναι εύκολο και είναι το αγαπημένο μας παιχνίδι! Εσύ θα κλείσεις τα μάτια σου, θα μετρήσεις μέχρι το 10 κι εγώ θα τρέξω γρήγορα να κρυφτώ μέσα στο σπίτι! Μετά θα προσπαθήσεις να με βρεις!

-Α ναι! Θυμάμαι! Πάντα ήσουν πολύ καλή σε αυτό το παιχνίδι και μου έπαιρνε ώρα να σε βρω! Πάμε λοιπόν!

Ο παππούς Αχιλλέας ξεκίνησε να μετράει και η μικρή Μαρία έτρεξε να κρυφτεί. Κρύφτηκε στην αγαπημένη της κρυψώνα, εκεί που ο παππούς της την έβρισκε μετά από πολλή ώρα αναζήτησης: πίσω από τη κουρτίνα της κουζίνας. Όταν ο παππούς Αχιλλέας έφτασε στο «10» άνοιξε τα μάτια του και ξεκίνησε να ψάχνει τη Μαρία.

-Μαρία μου πού είσαι; Πάντα με ξεγελάς και δε σε βρίσκω!



Το πρόσωπο της Μαρίας φωτίστηκε και η καρδιά της γέμισε χαρά.

Ο παππούς Αχιλλέας δυσκολεύτηκε να βρει τη Μαρία, η οποία έβλεπε πως ο παππούς της δεν έπαιζε πλέον με την ίδια ταχύτητα και ζωντάνια που έπαιζε παλιότερα.

-Παππού, παππού! Εδώ είμαι! Του φώναξε για να τον βοηθήσει να τη βρει πιο γρήγορα. Όταν πάλι δεν τη βρήκε, ξαναφώναξε πίσω από τη κουρτίνα!

-Αχ Μαρία μου όλη αυτή την ώρα ήσουν δίπλα μου κι εγώ δε μπορούσα να σε βρω! Παραπονέθηκε ο παππούς.

Ο παππούς Αχιλλέας στεναχωρήθηκε που δε μπόρεσε να βρει τη μικρή Μαρία, ένιωσε πως οι αντοχές του τον εγκαταλείπουν και πως δε μπορεί πλέον να παίξει μαζί της με τον ίδιο τρόπο που έπαιζαν παλιά. Η Μαρία είδε το πρόσωπο του παππού της στεναχωρημένο.

-Παππού μου είσαι ο καλύτερος! Σήμερα απλά έτυχε να μη με βρεις! Καταλάβαινε όμως πλέον ότι ο παππούς δυσκολευόταν να παίξει το παιχνίδι, αφού κατά τη διάρκεια του παιχνιδιού σταματούσε, πήγαινε στην κουζίνα για να πιεί νερό, πήγαινε και καθόταν στην πολυθρόνα ή έψαχνε το μπαστούνι του, που σήμαινε ότι δεν θυμόταν ότι έπαιξε με τη Μαρία.

Η άνοια, το μαγικό αυτό γκρι πέπλο που κάλυπτε τις σκέψεις του παππού της, τον έκανε να δυσκολεύεται στο κρυφτό. Έτσι, πρότεινε κάτι καινούργιο.

-Παππού, έχω μια ιδέα! Μπορούμε να παίξουμε ξανά, αλλά αυτή τη φορά θα κρυφτώ πιο μακριά και θα κάνω συνέχεια ήχους για να μπορέσεις να με βρεις! Το πρόσωπο του παππού Αχιλλέα φωτίστηκε. Ένιωσε ευγνωμοσύνη για την υπομονή και την αγάπη που έπαιρνε από την εγγονή του.

-Αυτή είναι υπέροχη ιδέα Μαρία μου! Ευχαριστώ που με βοηθάς! Νομίζω πως θα είμαι καλύτερος αυτή τη φορά!

Πράγματι, ο παππούς Αχιλλέας ξεκίνησε ξανά να μετράει και μόλις έφτασε στο «10» άνοιξε πάλι τα μάτια του και άρχισε να ψάχνει τη Μαρία. Η μικρή Μαρία είχε κρυφτεί στη κρεβατοκάμαρα και έκανε ήχους μικρών ζώων για να βοηθήσει τον παππού της να τη βρει. Τη μια φορά έκανε ήχο σαν γάτα, την άλλη σαν πουλί, ή σαν σκύλο. Ο Αχιλλέας άκουγε προσεχτικά τους ήχους της Μαρίας και προσπαθούσε να τη βρει, παρά το ότι δυσκολευόταν.

-Μαρία, είσαι κάπου εδώ κοντά, σωστά; Φώναξε ο Αχιλλέας ενώ στεκόταν έξω από τη πόρτα της κρεβατοκάμαρας.

Η Μαρία δεν απάντησε, αλλά ακούστηκαν τα χαχανητά της δίπλα από το κρεβάτι του παππού της.

-Εδώ είσαι! Φώναξε χαμογελώντας ο παππούς και την πήρε αγκαλιά.

Η Μαρία ένιωσε πολύ χαρούμενη που ο παππούς της μπόρεσε να τη βρει. Συνέχισαν το παιχνίδι για ώρες γελώντας και απολαμβάνοντας τον χρόνο τους μαζί δίνοντάς του την ευκαιρία για πολλά διαλείμματα.

Ο καιρός πέρασε και το μαγικό γκρί πέπλο άρχισε να καλύπτει κι άλλες αναμνήσεις του παππού. Ο ίδιος ένιωθε πως δε μπορούσε πλέον να παίξει με την εγγονή του, γεγονός που του προκαλούσε βαθιά στεναχώρια, καθώς πίστευε πως η μικρή Μαρία δε θα θέλει να περνάει πλέον χρόνο μαζί του και ότι θα βαριέται. Η Μαρία, όμως, ήταν πάντα εκεί και τον βοηθούσε να θυμηθεί τις δραστηριότητες που έκαναν και τα παιχνίδια που έπαιζαν μαζί. Κάποιες ημέρες ήταν πιο δύσκολες από τις άλλες, όμως η Μαρία ήταν πάντα εκεί για τον παππού της, προσφέροντάς του αγάπη, τρυφερότητα και έχοντας πάντα υπομονή στις δύσκολες στιγμές. Η Μαρία κατάλαβε πως ακόμα κι όταν κάποιος ξεχνάει, η αγάπη είναι αυτή που δε χάνεται ποτέ. Κι έτσι ο παππούς Αχιλλέας και η Μαρία συνέχισαν να περνούν όμορφες στιγμές μαζί, γεμάτες γέλιο, παιχνίδι και πολλές αγκαλιές. Και το πιο σημαντικό από όλα ήταν ότι η μνήμη τους, αν και μερικές φορές θολή, παρέμενε γεμάτη από την αγάπη που είχαν ο ένας για τον άλλο. Βλέπετε, κάποιες φορές ένα παιδί έχει περισσότερη υπομονή και καλύτερες ιδέες για βοήθεια και συμπαράσταση από τους μεγάλους που γεννιούνται από τη μεγάλη του αγάπη για τους παππούδες του.

ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΗ ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ
ΔΡ. ΤΣΑΝΤΑΛΗ ΕΛΕΝΗ
ΓΝΩΣΤΙΚΗ ΝΕΥΡΟΨΥΧΟΛΟΓΟΣ Π.Κ.Μ.

ΜΦΗ ΑΓΙΟΣ ΝΙΚΟΛΑΟΣ**ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ ΜΟΝΑΔΑΣ**

- Νοσηλευτική φροντίδα (ατομική περίθαλψη και νοσηλευτική φροντίδα για κάθε ένοικο)
- Ιατρική παρακολούθηση (τακτική παρακολούθηση από εξειδικευμένους ιατρούς καθώς και προληπτικός έλεγχος των ενοίκων)
- Διαμονή (ασφαλής χώρος με όλες τις κατάλληλες προδιαγραφές ώστε οι ένοικοι να διαμένουν σε ένα ευχάριστο περιβάλλον)
- Διατροφή (παροχή υγιεινών γευμάτων προσαρμοσμένων στις ανάγκες των ενοίκων με σεβασμό στις απαιτήσεις τους)
- Ψυχολογική υποστήριξη και ψυχαγωγία (παροχή υπηρεσιών ψυχολογικής υποστήριξης στους ενοίκους και δραστηριότητες/χόμπι ώστε να διατηρούν την ενεργητικότητά τους)

ΣΤΟΙΧΕΙΑ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ

Ελευθερίας 0, Θέρμη, Θεσσαλονίκης

2310 242163

agiosnikolaos@mail.com

ΦΩΤΟΓΡΑΦΙΕΣ

