



Αντιμετωπίζοντας
μαζί την
ΜΟΝΑΞΙΑ



 **Digi-Ageing**
overcoming loneliness

 Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Overcoming Loneliness

DIGI-AGEING

Αγαπητοί αναγνώστες!

Η "Μοναξιά στα γηρατειά" είναι ένα γνωστό κοινωνικό φαινόμενο που εξακολουθεί να λαμβάνει πολύ λίγη προσοχή. Ωστόσο, η τρέχουσα πανδημία μας δείχνει σαφώς ότι πρέπει να δώσουμε μεγαλύτερη προσοχή στο ζήτημα. Οι ηλικιωμένοι βρίσκονται όλο και περισσότερο απομονωμένοι στην παρούσα κατάσταση: Εκείνοι σε εγκαταστάσεις φροντίδας απομονώνονται εντός αυτών για τη δική τους προστασία, άλλοι έχουν ελάχιστη επαφή με φίλους και οικογένεια ή ζουν εξ ολοκλήρου μόνοι. Οι άνθρωποι που φροντίζουν ηλικιωμένους συχνά κατακλύζονται από τις πολλές προφυλάξεις και προκλήσεις ασφαλείας στην καθημερινότητά τους.

Από τον Οκτώβριο του 2020, η διεθνής κοινοπραξία Digi-Ageing εργάζεται πάνω σε μια ολοκληρωμένη ιδέα που αντιμετωπίζει αυτές τις προκλήσεις και αναπτύσσει κατάλληλα μέτρα για την αντιμετώπιση του φαινομένου της «μοναξιάς στα γηρατειά». Ένας από τους κύριους στόχους είναι η αύξηση των ικανοτήτων χρήσης ψηφιακών εργαλείων στον τομέα της φροντίδας ηλικιωμένων και η δημιουργία ενός ισχυρού δικτύου που αναπτύσσει κοινές λύσεις.

Στόχοι

- Χαρτογράφηση της κατάστασης της μοναξιάς των ηλικιωμένων στην Ευρώπη.
- Αύξηση της ευαισθητοποίησης σχετικά με το θέμα.
- Δημιουργία δικτύων και συστάσεων πολιτικής για αντιμετώπιση του προβλήματος.
- Ανάπτυξη ψηφιακών εργαλείων για τη διάγνωση και πρόληψη της μοναξιάς.
- Παροχή στρατηγικών για πάσχοντες, φροντιστές, οικογένεια και φίλους.
- Δημιουργία μικτών εκπαιδευτικών προγραμμάτων για την πρόληψή της.

Σε αυτό το Βιβλιάριο παρουσιάζουμε τις απόψεις των ειδικών του χώρου: Κατά τη διάρκεια των εθνικών συνεντεύξεων είχαμε την ευκαιρία να μιλήσουμε με πολλούς επαγγελματίες φροντιστές για το φαινόμενο της μοναξιάς στα γηρατειά. Έχουμε συντάξει αυτό το Βιβλιάριο ώστε οι φροντιστές να μπορούν να μοιραστούν τις εμπειρίες τους μαζί μας, να μιλήσουν για το τι είναι σημαντικό από τη δική τους οπτική γωνία και να μας πουν ποια αποτελέσματα θα ήθελαν να δουν από το έργο μας.

Ανάμεσα σε περισσότερες από 60 συνεντεύξεις, επιλέξαμε να παρουσιάσουμε δύο ανά χώρα. Ευχαριστούμε όλους τους ερωτηθέντες για τη συμμετοχή τους!

Το σύνθημά μου

"ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΔΗΜΙΟΥΡΓΗΘΕΙ ΜΙΑ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗ ΣΧΕΣΗ ΓΙΑ ΥΨΗΛΗΣ ΠΟΙΟΤΗΤΑΣ ΦΡΟΝΤΙΔΑ ΠΟΥ ΝΑ ΠΡΟΣΑΝΑΤΟΛΙΖΕΤΑΙ ΠΡΟΣ ΤΟ ΑΤΟΜΟ."

Σχετικά με την τρέχουσα κατάστασή μου

Είμαι η Άννα και δουλεύω στη μακροχρόνια φροντίδα για πάνω από 10 χρόνια. Κατά τη διάρκεια της εκπαίδευσής μου ως βοηθός υγείας και νοσηλείας, συνειδητοποίησα ήδη ότι μου αρέσει να δουλεύω με ηλικιωμένους. Είμαι ευγνώμων για τη δουλειά μου με τους "ηλικιωμένους μας". Είμαι πεπεισμένη ότι η υψηλής ποιότητας νοσηλεία και φροντίδα είναι δυνατή μόνο εάν αναπτυχθεί ένα είδος "επαγγελματικής σχέσης" με τους διαμένοντες κάτι που για να αναπτυχθεί χρειάζεται ένα μεγάλο χρονικό διάστημα.

Οι κύριες ανησυχίες μου είναι

Από την πανδημία covid 19, περνάμε δύσκολες στιγμές. Τα μέτρα για την προστασία των διαμενόντων και του προσωπικού είναι κατανοητά και λογικά, αλλά έχουν σοβαρές παρενέργειες. Το τραγικό με τους θανάτους το φθινόπωρο του 2020 ήταν ότι πολλοί συγγενείς δεν είχαν την ευκαιρία να πουν αντίο. Η επιδημία έκανε την καθημερινή μας δουλειά πιο δύσκολη. Έπρεπε να αντισταθμίσουμε τους περιορισμούς σε κοινωνικές επαφές και δραστηριότητες. Επιπλέον, είχαμε πολύ αυστηρές απαιτήσεις υγιεινής, γεγονός που έκανε το έργο μας δύσκολο όχι μόνο ψυχολογικά αλλά και σωματικά. Η μόνιμη χρήση προστατευτικού ρουχισμού, масκών και προσωπίδας ήταν

Ψευδώνυμο: ANNA
Φύλο: Γυναίκα <45ετών

Πιστοποιημένη εργαζόμενη στον τομέα της υγείας και της νοσηλευτικής φροντίδας σε γηροκομείο

αγχωτική από κάθε άποψη. Το έργο που επιτελούμε εμπεριέχει μη λεκτική επικοινωνία. Ειδικά για τα άτομα με άνοια, η μάσκα ήταν ένα μεγάλο πρόβλημα. Οι διαμένοντες επιδεινώθηκαν επίσης σωματικά ως αποτέλεσμα του ψυχολογικού και κοινωνικού στρες.

Αυτές είναι οι στρατηγικές αντιμετώπισής μου

Η χρήση του ψυχολόγου μας ήταν ένας σημαντικός πόρος κατά τη διάρκεια αυτής της περιόδου - τόσο για διαμένοντες όσο και για εμάς τους φροντιστές. Δεδομένου ότι το επάγγελμά μας είναι πολύ αγχωτικό και εξοντωτικό, προσπάθησα - ακόμη περισσότερο - να οργανώσω τον ελεύθερο χρόνο μου με τέτοιο τρόπο ώστε να μπορώ να χαλαρώσω και να ανακάμψω. Ξαπλωμένη στον καναπέ, τρώγοντας ένα καλό παγωτό και βλέποντας μια κωμωδία (ΟΧΙ ειδήσεις!) ήταν τα πιο χαλαρωτικά πράγματα για μένα κατά τη διάρκεια αυτής της περιόδου. Καθόμασταν επίσης ομαδικά μια φορά την ημέρα σε συνεδρίες χαλάρωσης. Ο άφθονος ύπνος και η ανάπαυση ήταν τα πιο σημαντικά στοιχεία.

Αν μπορούσα να κάνω μια ευχή – σχετικά με τα αποτελέσματα του έργου

Η μοναξιά στα γηρατειά είναι – εκτός από την πανδημία – ένας σταθερός σύντροφος. Στην ιδανική περίπτωση, το εργαλείο πρέπει να μπορεί να εντοπίσει εύκολα τη μοναξιά (είτε για αυτοαξιολόγηση είτε για αξιολόγηση από άλλους) και να προσφέρει τρόπους διαχείρισης. Από τη μία πλευρά, το εργαλείο θα μπορούσε να προσφέρει ένα είδος απόσπασης της προσοχής – αλλά αυτό θα κατέστειλε μόνο (προσωρινά) το αίσθημα της μοναξιάς – από την άλλη, θα μπορούσε επίσης να φτάσει στη ρίζα του προβλήματος και έτσι να επιτρέψει κοινωνικές επαφές. Ακόμα και αν μια βιντεοκλήση με το εγγόνι δεν είναι το ίδιο με μια φυσική συνάντηση, πολλοί θα ήταν ευχαριστημένοι με αυτό. Θα ήταν υπέροχο αν οι άνθρωποι μπορούσαν να κάνουν νέες κοινωνικές επαφές. Υπάρχουν όλα τα είδη δυνατοτήτων και εφαρμογών για τους νέους (Facebook, Instagram, WhatsApp κ.λπ.). Έτσι, θα ήταν θετικό να δημιουργήσουμε κάτι ανάλογο για τον πληθυσμό των ηλικιωμένων.

Το σύνθημά μου

"ΠΟΛΛΟΙ ΗΛΙΚΙΩΜΕΝΟΙ ΦΟΒΟΥΝΤΑΙ ΠΕΡΙΣΣΟΤΕΡΟ ΝΑ ΕΙΝΑΙ ΜΟΝΟΙ ΠΑΡΑ ΑΠΟ ΕΝΑ ΙΟ."

Σχετικά με την τρέχουσα κατάσταση μου

Εργάζομαι στον τομέα της νοσηλείας και φροντίδας σαν υπεύθυνος για τη νοσηλευτική διαδικασία στο τμήμα μου σε γηροκομείο εδώ και αρκετά χρόνια,.

Οι κύριες ανησυχίες μου είναι

Όσον αφορά τη μοναξιά στα γηρατειά, είναι ένα θεμελιώδες πρόβλημα που έχει γίνει πολύ χειρότερο στο πλαίσιο της πανδημίας. Δεν είναι ασυνήθιστο για τους διαμένοντες μας να υποφέρουν από μοναξιά. Αυτό μπορεί να ανιχνευθεί με πολλούς τρόπους έμμεσα και άμεσα είτε λεκτικά είτε με αλλαγές συμπεριφοράς, όπως αυξημένη απόσυρση και μειωμένη διάθεση.

Ψευδώνυμο: *PETER*

Φύλο: Άνδρας <45ετών

Πιστοποιημένος εργαζόμενος στον τομέα της υγείας και της νοσηλευτικής φροντίδας σε γηροκομείο

Αυτές είναι οι στρατηγικές αντιμετώπισής μου

Προσφέρουμε πολλές κοινωνικές δραστηριότητες. Το χειρότερο πράγμα ήταν οι περιορισμοί στις επαφές. Η διατήρηση των κοινωνικών επαφών των ηλικιωμένων με τους φροντιστές είναι πολύ σημαντικό. Αυτό χάθηκε τους τελευταίους μήνες, οδηγώντας σε αύξηση της μοναξιάς, γεγονός που χειροτέρευσε επίσης την σωματική τους υγεία. Για παράδειγμα, έχουμε έναν κάτοικο, τον Ρούντι. Ο Ρούντι ζει με έναν ανοικτό τραύμα στο πόδι, εδώ και αρκετά χρόνια. Λόγω της κακής αγγειακής του κατάστασης, η πληγή δεν είναι πλέον ιάσιμη, αλλά βελτιστοποιούμε τη φροντίδα των πληγών εδώ και μήνες, έτσι ώστε να μην υπάρξει περαιτέρω επιδείνωση. Το φθινόπωρο του 2020, ωστόσο, η πληγή επιδεινώθηκε τόσο πολύ (παρά την πιο προσεκτική φροντίδα) που το πόδι έπρεπε να ακρωτηριαστεί. Υποθέτουμε ότι οι ψυχολογικές επιπτώσεις της πανδημίας ήταν εν μέρει υπεύθυνες για αυτό.

Αν μπορούσα να κάνω μια ευχή – σχετικά με τα αποτελέσματα του έργου

Όταν τέθηκαν σε ισχύ οι περιορισμοί επίσκεψης, μερικές φορές προσπαθήσαμε να διευκολύνουμε τις βιντεοκλήσεις με συγγενείς, οι οποίες νομίζω ότι ήταν χρήσιμες για τα μοναχικά άτομα. Ωστόσο, έπρεπε να καταφύγουμε στα κινητά και τάμπλετ μας για αυτό, το οποίο ήταν ενοχλητικό. Δεδομένου ότι, φυσικά, πολλοί ηλικιωμένοι επηρεάζονται από το αίσθημα της μοναξιάς ασχέτως της πανδημίας, ένα εργαλείο για την κοινωνική δικτύωση θα είχε νόημα. Πιστεύω ότι μια σταθμισμένη έρευνα για τη μοναξιά είναι ένα σημαντικό πρώτο βήμα για τη δημιουργία μεγαλύτερης ευαισθητοποίησης και προβολής του προβλήματος μεταξύ του προσωπικού. Βασικά, κάνουμε μια ολοκληρωμένη αξιολόγηση των αναγκών φροντίδας και υποστήριξης, δηλαδή ένα ιστορικό φροντίδας, αλλά η διάσταση της μοναξιάς δεν αναφέρεται σχεδόν καθόλου. Ένα έγκυρο μέσο για μια απλή και γρήγορη αξιολόγηση θα μπορούσε πιθανώς να ενσωματωθεί εύκολα στην σταθμισμένη αξιολόγηση.

Το σύνθημά μου

"ΌΤΑΝ Η ΨΥΧΗ ΥΠΟΦΕΡΕΙ
ΕΠΗΡΕΑΖΕΙ ΤΟ ΣΩΜΑ. Η
ΨΥΧΗ ΚΑΙ ΤΟ ΣΩΜΑ
ΣΥΝΔΕΟΝΤΑΙ, ΟΠΟΤΕ
ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ
ΤΑ ΦΡΟΝΤΙΣΟΥΜΕ ΚΑΙ ΤΑ
ΔΥΟ."

Σχετικά με την τρέχουσα κατάστασή μου

Είμαι η Σάρα και δουλεύω ως επίσημος φροντιστής σε γηροκομείο τα τελευταία πέντε χρόνια. Κατά τη διάρκεια της εκπαίδευσής μου, έμαθα πώς να φροντίζω τις σωματικές ανάγκες των ηλικιωμένων. Παρακολουθώντας τους μέντορές μου και μέσα από προσωπικές εμπειρίες, έμαθα πώς να νοιάζομαι και για τις συναισθηματικές τους ανάγκες επίσης. Πιστεύω ότι μόνο αν εξατομικεύσεις τις αλληλεπιδράσεις θα είναι οι διαμέμοντες ανοιχτοί σε σένα. Ωστόσο, γνωρίζω ότι μου λείπουν γνώσεις σχετικά με τη μοναξιά και την κοινωνική απομόνωση.

Οι κύριες ανησυχίες μου είναι

Οι διαμέμοντες μας είναι επί του παρόντος πιο απομονωμένοι και αισθάνονται μόνοι επειδή οι αγαπημένοι τους δεν μπορούν να τους επισκεφθούν λόγω του COVID19. Οι Κύπριοι παλεύουν περισσότερο με την κοινωνική αποστασιοποίηση επειδή έχουν μια «θερμή» κουλτούρα. Ο πολιτισμός μας είναι πολύ οικογενειακά προσανατολισμένος και χαρακτηρίζεται από ζεστή φιλοξενία.

Ψευδώνυμο: SARAH

Φύλο: Γυναίκα <45ετών

*Επίσημος φροντιστής σε
γηροκομείο*

Ως εκ τούτου, η απώλεια της ανθρώπινης επαφής τους κάνει να αισθάνονται πιο μόνοι από ποτέ. Συνήθιζα να παρέχω παρηγορητική επαφή στους ασθενείς (π.χ. αγκαλιάζοντας κάποιον) και τώρα δεν ξέρω πώς να χειριστώ αυτή την κατάσταση για να βοηθήσω όσους έχουν ανάγκη.

Αυτές είναι οι στρατηγικές αντιμετώπισής μου

Δεδομένου ότι δεν μπορώ να χρησιμοποιήσω σωματική επαφή, προσπάθησα να περάσω περισσότερο χρόνο μαζί τους και να δείξω ότι είμαι εκεί για αυτούς. Διαπίστωσα ότι αν αισθάνονται ότι τους νοιάζεστε προσωπικά και δεν ρωτάτε τυπικά για την κατάσταση της υγείας τους, αισθάνονται λιγότερο μόνοι και γίνονται πιο ανοιχτοί στο να μιλήσουν για τις ανησυχίες τους.

Αν μπορούσα να κάνω μια ευχή – σχετικά με τα αποτελέσματα του έργου

Θα ήθελα να εκπαιδευτώ στη μοναξιά. Δεν ξέρω αν τα ψηφιακά εργαλεία μπορούν να βοηθήσουν. Πιστεύω στη δύναμη της φυσικής επαφής. Θα ήταν πολύ ωφέλιμο αν τα αποτελέσματα αυτού του έργου μπορούσαν να βοηθήσουν να μάθω περισσότερες πληροφορίες σχετικά με τον εντοπισμό και τον χειρισμό της μοναξιάς. Θα ήθελα το εργαλείο σας να συμπεριλάβει ένα ερωτηματολόγιο για να με καθοδηγήσει. Επίσης, θα ήθελα να έχω πρόσβαση σε ένα δίκτυο υποστήριξης για δραστηριότητες που είναι δημιουργικές και διασκεδαστικές για ηλικιωμένους. Επιπλέον, θα ήθελα να ενημερωνόμουν για σημαντικά γεγονότα που συμβαίνουν.

Το σύνθημά μου

"ΜΕΡΙΚΕΣ ΦΟΡΕΣ
ΕΡΓΑΖΟΜΑΣΤΕ ΜΗΧΑΝΙΚΑ Η
ΥΠΟ ΠΙΕΣΗ, ΑΛΛΑ ΕΙΝΑΙ
ΣΗΜΑΝΤΙΚΟ ΝΑ
ΘΥΜΟΜΑΣΤΕ ΠΟΥ ΚΑΙ ΠΟΥ
ΟΤΙ Η ΔΟΥΛΕΙΑ ΜΑΣ ΕΙΝΑΙ
ΠΟΛΥ ΠΕΡΙΣΣΟΤΕΡΟ ΑΠΟ
ΜΙΑ ΑΠΛΗ ΔΟΥΛΕΙΑ".

Σχετικά με την τρέχουσα κατάστασή μου

Είμαι γηριατρική νοσοκόμα σε οίκο ευγηρίας τα τελευταία δώδεκα χρόνια. Όταν κάποιος έρχεται κοντά μας, συλλέγουμε όσο το δυνατόν περισσότερες πληροφορίες για να κάνουμε τη διαμονή του όσο το δυνατόν πιο εξατομικευμένη. Εάν υπάρχουν κόκκινες σημαίες, ζητάμε επείγουσα ψυχολογική αξιολόγηση. Διαφορετικά, ο εσωτερικός ψυχολόγος θα επισκεφθεί τον νεοφερμένο εντός της πρώτης εβδομάδας.

Ψευδώνυμο: ΜΑΙΡΗ

Φύλο: Γυναίκα <45ετών

Επικεφαλής γηριατρική
νοσοκόμα

Οι κύριες ανησυχίες μου είναι

Ειδικά αυτή την περίοδο με τον COVID19, έχω δει τους διαμένοντες μας να προσπαθούν να απομονωθούν και δεν είναι τόσο ανοιχτοί σε δραστηριότητες. Συνηθίζαμε να τους κρατάμε απασχολημένους με τη βοήθεια εξωτερικών συνεργατών, κάνοντας διάφορες δραστηριότητες αλλά ο COVID19 έχει περιορίσει την πρόσβασή. Η οικογένειά τους δεν μπορεί να τους επισκεφθεί. Ως εκ τούτου, αισθανόμαστε την πρόσθετη ευθύνη για την ευημερία τους και αυτό είναι πρόσθετη προσπάθεια και συναισθηματικό άγχος για να σκεφτούμε δραστηριότητες που θα ήταν ενδιαφέρουσες για αυτούς.

Αυτές είναι οι στρατηγικές αντιμετώπισής μου

Συνήθως τους μιλάω και προσπαθώ να τους παρακινήσω. Μαθαίνω τι τους αρέσει και το χρησιμοποιώ σε δραστηριότητες. Έχουμε αρχίσει να χρησιμοποιούμε SKYPE και VIBER για κλήσεις με τις οικογένειές τους. Παράλληλα, επικοινωνώ με το τμήμα ψυχολογίας για να πρόσθετη καθοδήγηση.

Αν μπορούσα να κάνω μια ευχή – σχετικά με τα αποτελέσματα του έργου

Θα ήθελα να μάθω για τις υπάρχουσες πρακτικές που έχουν θετικό αντίκτυπο στους ηλικιωμένους. Είναι σημαντικό να έχω κατευθυντήριες οδηγίες σε μορφή λίστας. Επίσης, το εργαλείο θα μπορούσε να περιλαμβάνει παραδείγματα και σενάρια σχετικά με τον τρόπο αναγνώρισης και πρόληψης της μοναξιάς.

Το σύνθημά μου

"ΒΟΗΘΗΣΤΕ ΕΝΑΝ ΗΛΙΚΙΩΜΕΝΟ ΜΕ ΟΛΙΣΤΙΚΟ ΤΡΟΠΟ!"

Σχετικά με την τρέχουσα κατάστασή μου

Είμαι η Μαρία και εργάζομαι σε μακροχρόνια φροντίδα για πάνω από 20 χρόνια. Κατά τη διάρκεια της εκπαίδευσής μου ως βοηθός υγείας και νοσηλευτικής, συνειδητοποίησα ότι μου αρέσει να δουλεύω με ηλικιωμένους. Είμαι ευγνώμων για τη δουλειά μαζί τους, και με τους συναδέλφους μου επίσης. Είμαι πεπεισμένη ότι μια ολιστική προσέγγιση για τους ηλικιωμένους και την απομόνωση / μοναξιά τους θα πρέπει να καλύπτει διάφορες πτυχές και διαστάσεις.

Οι κύριες ανησυχίες μου είναι

Από την πανδημία covid 19, περνάμε δύσκολες στιγμές. Ορισμένα ζητήματα για τους ηλικιωμένους έχουν αυξηθεί έντονα. Στον τομέα μου υπάρχουν δύο κύριοι τύποι προβλημάτων: 1) σκληρός τύπος (συμπεριλαμβανομένου σωστά ψώνια, διαχείριση ντουλάπας, προετοιμασία γευμάτων, διαχείριση ασφαλείας εντός και εκτός σπιτιού) και 2) μαλακός τύπος (ενημέρωση για τις αλλαγές που συμβαίνουν γύρω τους, έλλειψη ενδιαφέροντος, αδυναμία κάλυψης αναγκών, δυσκολία στη χρήση νέων τηλεοπτικών και κοινωνικών μέσων ενημέρωσης κ.λπ.).

Ψευδώνυμο: ΜΑΡΙΑ

Φύλο: Γυναίκα >45ετών

Νοσοκόμα σε κέντρο
φροντίδας ηλικιωμένων

Αυτές είναι οι στρατηγικές αντιμετώπισής μου

Η στρατηγική μου είναι να αυξήσω την αυτονομία κάποιου χάρη σε: 1) τεχνικά βοηθήματα σε θέματα για παράδειγμα όρασης και μετακίνησης 2) εργαλεία πάσης φύσεως για διαχείριση φαρμάκων, καθαριότητας και υγιεινής.

Αν μπορούσα να κάνω μια ευχή – σχετικά με τα αποτελέσματα του έργου

Πιστεύω ότι μια σημαντική δραστηριότητα του έργου θα μπορούσε να είναι η οργάνωση συναντήσεων με άμεσο τρόπο (μέλη της οικογένειας, φροντιστές, πάροχοι υποστήριξης). Εναλλακτικά θα μπορούσαν να γίνονται συναντήσεις έμμεσα μέσω τηλεφώνου, έξυπνου τηλεφώνου (εάν λυθούν τα νομικά και τεχνικά προβλήματα ασφάλειας που μπορεί να υπάρχουν). Θα ήθελα επίσης συναντήσεις με μια συστηματική προσέγγιση σε διαφορετικές διαστάσεις της μοναξιάς. Για παράδειγμα:

- Κοινωνικά (ποιες υπηρεσίες προσφέρονται, π.χ. μεταφορές, ζεστά γεύματα στο σπίτι κ.λπ.)·
- Υγειονομική περίθαλψη (γενικοί ιατροί, πρόσβαση σε νοσοκομειακές εγκαταστάσεις)·
- Οικονομικά (διατήρηση των αποταμιεύσεων κάποιου)·
- Θρησκεία/πνευματικότητα (στα γηρατειά είναι μια πολύ παρούσα ανάγκη).

Το σύνθημά μου

"ΑΝ ΔΕΝ ΜΠΟΡΩ ΝΑ ΣΑΣ ΘΕΡΑΠΕΥΣΩ, ΘΑ ΣΑΣ ΣΥΝΟΔΕΥΣΩ!"

Σχετικά με την τρέχουσα κατάσταση μου

Είμαι ο Γιάννης και δουλεύω ως γηρίατρος σε ένα κέντρο φροντίδας ηλικιωμένων για πάνω από 30 χρόνια. Το σύνθημα μου προέρχεται από μια επιγραφή χαραγμένη σε μια ταφόπλακα στο νοσοκομείο "Del Bon Dieu" στο Παρίσι, το οποίο χρησιμοποιείται συχνά ως παράδειγμα φροντίδας και βοήθειας, καθώς η αποστολή της πλήρους φιλοξενίας του νοσοκομείου ακολουθήθηκε ως επί το πλείστον σε περιόδους επιδημιών.

Οι κύριες ανησυχίες μου είναι

Στην εποχή μας (κυρίως λόγω της πανδημίας του Covid 19), έχουμε χάσει την κουλτούρα της φροντίδας, της συνοδείας και της παρηγοριάς. 1) Παρηγοριά. Το ρήμα «παρηγορώ» στην καθομιλουμένη εμπεριέχει περισσότερο την έννοια του οίκτου, παρά αυτήν της εγγύτητας στο να κάνουμε ένα ταξίδι μαζί. 2) Συνοδεία. Ο όρος «συνοδευτικός» ενισχύει τα συναισθήματα και τον ρόλο εκείνων που εργάζονται στην υγειονομική περίθαλψη, των επαγγελματιών και των εθελοντών. 3) Διαμένοντας στο ίδιο του το σπίτι. Μια έρευνα που διεξήχθη από την Us117 Vicenza, δείχνει ότι οι περισσότεροι ηλικιωμένοι θα ήθελαν να πεθάνουν στο κρεβάτι τους, ενώ αντ' αυτού νοσηλεύτηκαν και υποβλήθηκαν σε θεραπείες που ως επί το πλείστον θεωρούνται άχρηστες. Το παράδοξο της σύγχρονης ιατρικής βασίζεται πάνω απ' όλα στο γεγονός ότι στόχος της είναι η καταπολέμηση της

Ψευδώνυμο: GIANNI Φύλο: Άνδρας >45ετών

γηρίατρος σε κέντρο φροντίδας
ηλικιωμένων

ασθένειας, ενώ έχει χάσει την αίσθηση της συνοδείας του άρρωστου ατόμου, του σεβασμού των επιθυμιών του και της προσωπικής του ιστορίας.

Αυτές είναι οι στρατηγικές αντιμετώπισής μου

Η ιατρική θεραπεύει το σώμα, αλλά δεν βοηθά να ξεπεραστούν οι φόβοι. Είναι με το να μην αφήνεις το άτομο μόνο του, με το να στέκεσαι δίπλα του με φιλία και ενσυναίσθηση που κάποιος το βοηθά και το υποστηρίζει στην τελική φάση της ζωής. Όποιος είναι κοντά στους ηλικιωμένους έχει αυτή την ευγενή λειτουργία να τον συμφιλιώσει με τον εαυτό του και να τον κάνει να ζήσει με γαλήνη. Αυτές οι σκέψεις ήταν πάντα μέρος του ανθρώπινου πολιτισμού.

Από προσωπική άποψη, ποιες είναι οι προσδοκίες του ηλικιωμένου και ποια είναι η σωστή στάση που πρέπει να υιοθετήσει ο φροντιστής για να ανταποκριθεί σε αυτές τις προσδοκίες; Η συνειδητοποίηση ότι η φύση μας είναι αυτή των θνητών όντων συνεπάγει την επίγνωση ότι η επιστήμη έχει μεγάλους περιορισμούς, ότι τα υλικά αγαθά έχουν εφήμερη αξία και ότι είναι απαραίτητο να ξεκινήσουμε μια διαδικασία για να κάνουμε ειρήνη με τη φτώχεια και την ανθρωπιά μας.

Αν μπορούσα να κάνω μια ευχή – σχετικά με τα αποτελέσματα του έργου

Πιστεύω ότι μια σημαντική δραστηριότητα του έργου θα μπορούσε να συνδεθεί με την υγεία και την πνευματικότητα. Η επικέντρωση στην ανάγκη διαχείρισης της μοναξιάς είναι ευκαιρία για να επουλωθούν οι πληγές, να συμφιλιωθούν το μυαλό και το σώμα, η καρδιά και το πνεύμα. Ορισμένες δραστηριότητες του έργου θα μπορούσαν να συνδεθούν με: 1) Ακρόαση των ηλικιωμένων στο τελευταίο μέρος της ζωής τους. 2) Υποστήριξη για τα μέλη της οικογένειας: είναι " η ομάδα" που φροντίζει για την υποστήριξη αυτού του οδυνηρού ταξιδιού. 3) Μουσικοθεραπεία, που ξυπνά και χαλαρώνει 4) Ένα σύνολο εργαλείων όπως η συγγραφή μιας αυτοβιογραφίας, μαζί με τον ασθενή για να θεραπεύσει τις πληγές. Όλα με σεβασμό για το άτομο. Οι ηλικιωμένοι πρέπει να ζουν χωρίς να χάνουν την ταυτότητα και την αξιοπρέπειά τους, ακόμη και τη στιγμή της μεγαλύτερης ευθραυστότητας.

Το σύνθημά μου

"ΤΑ ΠΟΛΥΜΕΣΑ ΜΠΟΡΟΥΝ ΝΑ ΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΗΘΟΥΝ ΑΠΟ ΤΟΥΣ ΗΛΙΚΙΩΜΕΝΟΥΣ ΓΙΑ ΝΑ ΣΥΝΔΕΘΟΥΝ ΜΕ ΤΟΥΣ ΑΓΑΠΗΜΕΝΟΥΣ ΤΟΥΣ".

Σχετικά με την τρέχουσα κατάστασή μου

Είμαι φροντιστής. Ο οργανισμός μας δεν είναι μεγάλος, έχει πληθυσμό περίπου τριάντα άτομα, επομένως, είμαστε μια μεγάλη οικογένεια. Κατά τη γνώμη μου, η μοναξιά δεν είναι πολύ σχετικό πρόβλημα για τους διαμένοντες, σχεδόν όλοι έχουν αγαπημένους που προσπαθούν να έρχονται σε επαφή όσο το δυνατόν περισσότερο.

Οι κύριες ανησυχίες μου είναι

Δεν νομίζω ότι η μοναξιά είναι πολύ σχετική με τους διαμένοντες που δουλεύω. Ακόμη, μερικές φορές δεν θέλουν να λάβουν μέρος στις δραστηριότητες που τους προσφέρονται, ίσως απλά θέλουν να είναι μόνοι. Φυσικά, οι υπάρχουσες συνθήκες καραντίνας σταμάτησαν διάφορες δραστηριότητες. Αν στο παρελθόν πολλές διαφορετικές παιδικές ομάδες έρχονταν για εκδηλώσεις, όλα έχουν σταματήσει στις συνθήκες της καραντίνας. Ακόμα κι αν κάποιο υλικό στάλθηκε από σχολεία ή νηπιαγωγεία, δεν ήταν δυνατό να φέρουμε όλους τους διαμένοντες του γηροκομείου σε μία αίθουσα. Είναι επίσης πιο δύσκολο για τους αγαπημένους των διαμενόντων μας να έχουν επαφή, αλλά εμείς, οι κοινωνικοί λειτουργοί, τους βοηθάμε να επικοινωνούν τηλεφωνικά. Νομίζω ότι εκείνοι οι ηλικιωμένοι που ζουν μόνοι στο σπίτι και λαμβάνουν μόνο υπηρεσίες πιθανώς αισθάνονται μόνοι. Παρατηρώ τη μοναξιά όταν οι ηλικιωμένοι αρχίζουν να

Ψευδώνυμο: ΛΙΝΑ

Φύλο: Γυναίκα >45ετών

Επίσημος φροντιστής και εργάζεται σε κέντρο κοινωνικής φροντίδας ηλικιωμένων

παραπονιούνται για προβλήματα υγείας, παρόλο που μπορεί να μην έχουν σημαντικά προβλήματα υγείας. Μερικές φορές οι ηλικιωμένοι που αναζητούν προσοχή το εκφράζουν κατά τη διάρκεια επιθέσεων θυμού και η βοήθεια των επαγγελματιών υγείας είναι απαραίτητη εδώ. Αλλά προσπαθούμε πάντα να παρατηρούμε και να τους βοηθάμε, να επικοινωνούμε μαζί τους.

Αυτές είναι οι στρατηγικές αντιμετώπισης μου

Η κατάσταση της πανδημίας στο ίδρυμα ήταν αρκετά δύσκολη, ειδικά την περίοδο κατά την οποία σχεδόν όλοι οι εργαζόμενοι αρρώστησαν ταυτόχρονα. Δυστυχώς, ήταν δύσκολο να λάβουμε κάποια σοβαρή βοήθεια, πέραν από τις παρεχόμενες πληροφορίες και τις αυξανόμενες απαιτήσεις για τη συμπλήρωση διαφόρων εγγράφων. Εκείνη την εποχή και οι διαμένοντες του ιδρύματος ήταν αρκετά θυμωμένοι, η ζωή ήταν περιορισμένη, οι άνθρωποι ένιωθαν απομονωμένοι. Για να μειωθεί αυτό, χρησιμοποιήθηκαν τα πολυμέσα για να δείξουν μια ποικιλία ταινιών και να τους συνδέσουν με τους αγαπημένους τους.

Αν μπορούσα να κάνω μια ευχή – σχετικά με τα αποτελέσματα του έργου

Οι κύριες απαιτήσεις μου, οι προσωπικές μου ανάγκες σχετίζονται με τα εργαλεία που πρέπει να αναπτυχθούν. Οι περισσότεροι διαμένοντες έχουν τηλέφωνα και επικοινωνούσαν με τους συγγενείς τους, αλλά δεν μπορούν να συνδεθούν οι ίδιοι στο Διαδίκτυο, αφού δεν έχουν γνώση αυτού. Ίσως θα ήταν καλό να τους διδάξουμε, αλλά δεν έχουμε αρκετό χρόνο και εργαλεία. Ένα άλλο πράγμα είναι ότι οι ίδιοι οι συγγενείς δεν ξέρουν πώς να χρησιμοποιήσουν νέα τεχνολογικά μέσα, εκτός από τα εγγόνια. Οι ίδιοι οι κοινωνικοί λειτουργοί είναι επίσης διαφορετικών ηλικιών. Οι νεότεροι εργαζόμενοι επιδιώκουν να μάθουν, να συμμετάσχουν, αλλά το ίδιο δεν ισχύει τόσο για τους πιο μεγάλους που συχνά στερούνταν κινήτρων να εφαρμόσουν κάποιες καινοτομίες στην εργασία τους.

Το σύνθημά μου

"ΑΠΑΙΤΕΙΤΑΙ ΥΠΟΜΟΝΗ ΚΑΙ ΑΓΑΠΗ ΚΑΙ ΑΠΟ ΤΙΣ ΔΥΟ ΠΛΕΥΡΕΣ."

Σχετικά με την τρέχουσα κατάστασή μου

Είμαι φροντιστής της ηλικιωμένης μητέρας μου. Οι γονείς μου είχαν μερικές οικογένειες με τις οποίες αλληλοεπιδρούσαν, αλλά όχι πολλές. Υπήρχε ένα είδος απομόνωσης καθώς με τον χρόνο στενεύει ο κοινωνικός κύκλος. Και αυτή είναι ίσως η πιο δύσκολη περίοδος. Όταν ανακαλύπτεις εκ νέου, ότι πρέπει να έχεις τη δύναμη να βρεις νέες κοινωνικές επαφές. Και ήταν ιδιαίτερα ενδιαφέρον για μένα να βλέπω πώς η μητέρα μου, που είχε πολύ λίγους φίλους, τώρα έχει πολλούς φίλους. Και αυτό χάρη στις κοινωνικές συνδέσεις, όχι μόνο το τηλέφωνο, αλλά και άλλους τρόπους επικοινωνίας, όπως Facebook, Viber κ.λπ.

Οι κύριες ανησυχίες μου είναι

Μου αρέσει ο τρόπος που η μητέρα μου άρχισε να ενδιαφέρεται για την τεχνολογία. Χρησιμοποιεί το YouTube για να ψάχνει για τραγούδια και στη συνέχεια τα μοιράζεται με τους φίλους της που έχουν κάτι να συζητήσουν. Νομίζω ότι χρειάζεται μια προθυμία από τον ίδιο τον ηλικιωμένο, μια προθυμία να μην καθίσει πίσω, να είναι περίεργος να βιώσει κάτι τέτοιο. Νομίζω ότι αυτός που δεν έχει κήπο, γιατί για τους ηλικιωμένους είναι μια απελευθέρωση να ασχολούνται με αυτό, η

Ψευδώνυμο: ΑΜΕΛΙJA

Φύλο: Γυναίκα <45ετών

Συγγενής που φροντίζει τους ηλικιωμένους

τεχνολογία μπορεί να δώσει άλλες εναλλακτικές. Είναι κρίμα που δεν έχουμε ένα είδος εθελοντισμού για ηλικιωμένους. Το Πανεπιστήμιο της Τρίτης Ηλικίας είναι ένα παράδειγμα μέσω του οποίου μπορούν οι ηλικιωμένοι να προσφέρουν αλλά δεν είναι αρκετό. Επίσης χρειαζόμαστε κάποιον να μας βοηθήσει με διάφορες πληροφορίες, ένα ίδρυμα ή οργανισμός.

Αυτές είναι οι στρατηγικές αντιμετώπισής μου

Φέρνω τις κόρες μου για επίσκεψη, της στέλνω ταινίες να δει, λατρεύει τα διαδικτυακά μουσεία, τα παρακολουθεί κάθε βράδυ. Επίσης της έφερνα προϊόντα και μας έφτιαχνε δείπνο. Επιπλέον, μπορεί να διδάξει διάφορες παραδόσεις στα εγγόνια. Φυσικά, ήταν καλό όταν μπορούσαμε να ταξιδέψουμε, αγαπούσε τα ταξίδια. Συνήθιζε να λέει πάω μια φορά και έχω όλο το χρόνο να σκεφτώ. Εκτός αυτού βοηθάνε οι τελετουργίες των οικογενειακών παραδόσεων και η κηπουρική, το χόμπι της.

Αν μπορούσα να κάνω μια ευχή – σχετικά με τα αποτελέσματα του έργου

Όταν πέθανε ο πατέρας μου, είχα μία εφαρμογή για να καταγράψω την ψυχολογική μου κατάσταση. και σημείωνα εκεί αν ήταν καλή, κακή, ή πολύ κακή καθημερινώς. Νομίζω ότι είναι ένα προσωρινό εργαλείο, δεν χρειάζεται να το χρησιμοποιείτε όλη την ώρα. Το χρησιμοποιείς όταν αισθάνεσαι ότι κάτι συμβαίνει με αυτόν που προσέχεις. Η εφαρμογή είχε και άλλες λειτουργίες, αλλά ήταν σημαντικό για μένα να βλέπω αυτά τα στατιστικά στοιχεία, καθώς μου δίνανε θάρρος και κίνητρο να συνεχίσω αφού μπορούσα να δω ότι δεν ήταν όλες οι μέρες κακές. Ίσως θα βοηθούσε αν και αυτή η εφαρμογή είχε κάτι ανάλογο και εισηγήσεις του τύπου κάνετε κλικ- νιώθετε μόνος σήμερα, αλλά θα περάσει. Για μένα με βοήθησε να ξεπεράσω τη θλίψη μου, την κακή μου διάθεση και να απολαύσω την καλή διάθεση. Με βοήθησε να επιβιώσω.

Το σύνθημά μου

"ΘΑ ΗΘΕΛΑ ΝΑ ΔΩΣΩ
ΣΤΟΥΣ ΑΝΘΡΩΠΟΥΣ ΠΟΥ
ΕΡΓΑΖΟΜΑΣΤΕ ΤΗΝ
ΕΥΚΑΙΡΙΑ ΝΑ ΧΤΙΣΟΥΝ
ΣΧΕΣΕΙΣ ΜΕ ΑΝΘΡΩΠΟΥΣ
ΠΕΡΑ ΑΠΟ ΤΗ ΔΙΚΗ ΤΟΥΣ
ΚΟΥΛΤΟΥΡΑ."

Σχετικά με την τρέχουσα κατάστασή μου

Ονομάζομαι Έλενα και δουλεύω για ένα ίδρυμα όπου παρέχουμε υποστήριξη και φροντίδα στους ηλικιωμένους. Στον τόπο που δουλεύω δεχόμαστε πολλούς ανθρώπους κάθε μέρα με τους οποίους διεξάγουμε πολλές δραστηριότητες όπως πρωινό γεύμα και επιτραπέζια παιχνίδια. Συνήθως διοργανώνουμε δραστηριότητες για πολλούς ανθρώπους κάθε μέρα. Ένας από τους κύριους στόχους είναι να κάνουμε τους ανθρώπους να συναντηθούν από κοντά, δημιουργώντας νέες σχέσεις. Βοηθάμε επίσης τους ανθρώπους να επικοινωνούν με τις διοικήσεις οργανισμών (δηλαδή να κλείνουν ιατρικά ραντεβού) και να μάθουν να ολοκληρώνουν άλλες εργασίες. Από τους ανθρώπους του κέντρου μας, θέλουμε να είναι ανεκτικοί, να μοιράζονται και να εμπλουτίζονται από αυτό που άλλοι αποφασίζουν να μοιραστούν.

Οι κύριες ανησυχίες μου είναι

Οι κύριες ανησυχίες μου για τους πελάτες μας είναι το επίπεδο μοναξιάς / απομόνωσης, η πραγματοποίηση καθημερινών λειτουργιών, τα υπάρχοντα γλωσσικά εμπόδια (σημαντικός αριθμός είναι από άλλες χώρες), η δυσκολία κατά τη χρήση

Ψευδώνυμο: Έλενα
Φύλο: Γυναίκα <45ετών

Κοινωνικός και διοικητικός
λειτουργός για ένα ίδρυμα
που συνεργάζεται με
ηλικιωμένους

τεχνολογίας (δηλαδή η πραγματοποίηση ενός διαδικτυακού ραντεβού) και η βοήθειά τους να πάρουν όλα τα φάρμακα που χρειάζονται.

Αυτές είναι οι στρατηγικές αντιμετώπισής μου

Για να αντιμετωπίσουμε αυτά τα ζητήματα σε μια μεγάλη ομάδα ηλικιωμένων, αυτό που βοήθησε ήταν να αναζητήσουμε κάποιον συνομήλικό από την ίδια ομάδα, που να μπορεί να παρέχει υποστήριξη, συνοδεία, κίνητρα και που έχει συγκεκριμένα ταλέντα. Η ιδέα είναι ότι μπορούν να λάβουν αλλά και να δώσουν υποστήριξη συνομήλικους, δείχνοντας τους πώς να μοιράζονται και να μαθαίνουν από άλλους, ώστε να μπορούν ακόμα να αισθάνονται χρήσιμοι και σημαντικοί στους άλλους. Σε περιπτώσεις έχουμε συνεργαστεί με εθελοντές που έχουν βοηθήσει τους πελάτες μας να διατηρούν επαφή με άλλους εκτός του ιδρύματός μας.

Αν μπορούσα να κάνω μια ευχή – σχετικά με τα αποτελέσματα του έργου

Για τους πελάτες μας είναι πολύ σημαντικό να είναι σε επαφή με κάποιον που μιλάει τη γλώσσα τους και βοηθά με μεταφράσεις και κατανόηση πληροφοριών κατά την επικοινωνία. Αν και πολλοί από τους πελάτες μας μπορούν να μιλήσουν ισπανικά, έχουν πολλές δυσκολίες όταν προσπαθούν να επικοινωνήσουν στο τηλέφωνο ή όταν λαμβάνουν ένα γραπτό μήνυμα. Θα ήθελα να δώσω στους ανθρώπους που εργαζόμαστε την ευκαιρία να οικοδομήσουν σχέσεις με ανθρώπους πέρα από τον πολιτισμό τους. Θα ήταν επίσης υπέροχο αν μπορούσαν να μάθουν νέες δεξιότητες μέσω των μέσων κοινωνικής δικτύωσης. Πιστεύω ότι αυτά τα δύο σημεία θα ήταν πολύ εμπλουτιστικά για αυτούς και θα βελτίωναν την ποιότητα ζωής τους.

Το σύνθημά μου

"Η ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ ΜΕ ΗΛΙΚΙΩΜΕΝΟΥΣ ΜΕ ΔΙΑΦΟΡΑ ΘΕΜΑΤΑ ΣΕ ΔΥΣΚΟΛΕΣ ΚΑΤΑΣΤΑΣΕΙΣ ΕΙΝΑΙ ΚΑΤΙ ΠΟΥ ΔΕΝ ΜΠΟΡΩ ΠΑΝΤΑ ΝΑ ΧΕΙΡΙΣΤΩ."

Σχετικά με την τρέχουσα κατάστασή μου

Αυτή τη στιγμή φροντίζω μια γριά γυναίκα στο σπίτι της. Κάθε μέρα, όταν φθάνω στο σπίτι του πελάτη μου, συνήθως βοηθάω το άτομο να σηκωθεί, να ντυθεί και να κάνει ντους. Στη συνέχεια ετοιμάζω το πρωινό και κάνω κάποιο βασικό καθάρισμα στο σπίτι. Συνήθως βοηθάω άλλα μέλη της οικογένειας που ζουν μαζί της στις καθημερινές τους εργασίες. Εκτός από το μαγείρεμα και τη βοήθεια γύρω από το σπίτι, συνήθως την πάω μια βόλτα αν αυτό είναι δυνατό, έχω μακρές συζητήσεις, τη ρωτώ αν υπάρχει κάτι που χρειάζεται και προσπαθώ πάντα να παραμένω διαθέσιμη και σε στενή επαφή.

Οι κύριες ανησυχίες μου είναι

Οι κύριες ανησυχίες μου είναι τα γνωστικά προβλήματα που πολλοί από τους ασθενείς μου αρχίζουν να έχουν. Για παράδειγμα, το άτομο που φροντίζω τώρα έχει αρχίσει να πιστεύει ότι δεν είναι στο σπίτι του ή ότι δεν μπορεί να περπατήσει. Η επικοινωνία με τους ανθρώπους σε αυτά τα ζητήματα και το να τους κάνω να εκτελέσουν βασικές εργασίες (όπως μπάνιο ή απλά να

Ψευδώνυμο: DIANA
Φύλο: Γυναίκα <45ετών

Φροντίδα ηλικιωμένων και της οικογένειάς τους στα σπίτια τους.

σηκώνονται) σε αυτή τη δύσκολη κατάσταση είναι κάτι που δεν μπορώ πάντα να χειριστώ και δεν ξέρω πάντα τι πρέπει να κάνω.

Αυτές είναι οι στρατηγικές αντιμετώπισής μου

Για μένα, οι πιο σημαντικές στρατηγικές που χρησιμοποιώ για να αντιμετωπίσω αυτές τις δύσκολες καταστάσεις είναι η υπομονή, η εμπιστοσύνη, τα ειδικά μέτρα για να μην προκαλέσω άγχος ή απογοήτευση στους πελάτες μου όταν είναι μπερδεμένοι (δεν ανακρίνω, τους κάνω να αισθάνονται άνετα και ασφαλείς...) και όλη η εμπειρία που έχω αποκτήσει σε ένα μεγάλο κέντρο φροντίδας ηλικιωμένων.

Αν μπορούσα να κάνω μια ευχή – σχετικά με τα αποτελέσματα του έργου

Λαμβάνοντας υπόψη τα σημαντικά ζητήματα που πρέπει να αντιμετωπίσω, θα ήθελα πραγματικά να έχω κάποιο είδος καταλόγου παραδειγμάτων συγκεκριμένων προβλημάτων που έχουν πολλοί ηλικιωμένοι που χρειάζονται φροντίδα (δηλαδή γνωστικά προβλήματα, συναισθηματικές αντιδράσεις κ.λπ.) και μερικά παραδείγματα πιθανών λύσεων για κάθε κατάσταση. Θα ήθελα να μπορώ να έχω πρόσβαση σε καλές πρακτικές, ώστε να μπορώ να τις χρησιμοποιώ. Θα ήταν επίσης υπέροχο να έχουμε πρόσβαση σε κάποιο είδος κοινότητας ή φόρουμ για να ανταλλάξουμε ιδέες και εμπειρίες με άλλους.

DIGI-AGEING

OVERCOMING LONELINESS

PROJECT ID

2020-1-AT01-KA202-078084

ERASMUS+ KA2 STRATEGIC PARTNERSHIPS

ΕΝΑΡΞΗ: 01-10-2020

ΛΗΞΗ: 31-07-2023

ΣΥΝΤΟΝΙΣΤΗΣ

Hafelekar Unternehmensberatung
Schober GmbH
www.hafelekar.at

ΕΤΑΙΡΟΙ

UMIT GmbH
www.uit-tirol.at

University of Cyprus
www.ucy.ac.cy

Agecare/MATERIA (CYPRUS) LTD
www.materia.com.cy

Consulenza Direzionale
di Paolo Zaramella
www.linkedin.com/in/paolozaramella

Asociación Caminos
www.asoccaminos.org

Mykolas Romeris Universitetas
www.mruni.eu

Συμμετέχουσες χώρες
AT / CY / IT / ES / LT

www.digi-ageing.eu

Ας μείνουμε σε επαφή!



www.facebook.com/digiageing



www.linkedin.com/company/digi-ageing



click icon for erasmus+ project database

2334
ΗΛΦΕΛΕΚΑΡ

UMIT TIROL
THE TYROLEAN PRIVATE UNIVERSITY

 University
of Cyprus


MATERIA GROUP
CARE - NURSING - REHABILITATION

ZPaolo
Zaramella
Consulenza Direzionale

 aminos

MRU
MYKOLAS ROMERIS
UNIVERSITY

 Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

 Digi-Ageing
overcoming loneliness