

ΣΥΜΜΑΧΟΙ ΦΡΟΝΤΙΔΑΣ

Υποστήριξη γυναικών πασχουσών από
καρκίνο μέσα από την ολοκληρωμένη
εκπαίδευση και ψυχοκοινωνική
στήριξη των φροντιστών τους



Φορέας Υλοποίησης:

άλμα
ως

ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΓΥΝΑΙΚΩΝ
ΜΕ ΚΑΡΚΙΝΟ ΜΑΣΤΟΥ
ΝΟΜΟΥ ΑΧΑΪΑΣ

ΣΥΜΜΑΧΟΙ ΦΡΟΝΤΙΔΑΣ

Υποστήριξη γυναικών πασχουσών από καρκίνο μέσα από την ολοκληρωμένη εκπαίδευση και ψυχοκοινωνική στήριξη των φροντιστών τους

- ➔ Έχει νοσήσει η μητέρα, η σύζυγος, η κόρη, η αδελφή σου από καρκίνο;
- ➔ Νιώθεις αδυναμία να της προσφέρεις όσα χρειάζεται;
- ➔ Σε φοβίζει η εξέλιξη της ασθένειάς της;
- ➔ Θα ήθελες περισσότερη και έγκυρη επιστημονική ενημέρωση για τη φροντίδα της;
- ➔ Σου δημιουργούν άγχος οι έκτακτες συνθήκες που ίσως κληθείς να αντιμετωπίσεις;
- ➔ Έχεις ανάγκη να μοιραστείς την εμπειρία σου με άλλους φροντιστές;
- ➔ Αναζητάς τρόπους να αποφορτίσεις την ασθενή, αλλά και να αποφορτιστείς εσύ;
- ➔ Αισθάνεσαι ότι έχεις κενά πληροφόρησης από τη θεράπουσα ομάδα;
- ➔ Έχεις αντιμετωπίσει αισθήματα αβοηθησίας, ενοχής, ανεπάρκειας, εξάντλησης, φόβου σε σχέση με τη φροντίδα της ασθενούς;
- ➔ Αναρωτιέσαι πώς πρέπει να χειριστείς το θέμα της ασθένειας απέναντι στα υπόλοιπα μέλη της οικογένειας;
- ➔ Χρειάστηκε να παραμελήσεις δικές σου ανάγκες (κοινωνικές, επαγγελματικές, συναισθηματικές), για να αναλάβεις τη φροντίδα της ασθενούς;
- ➔ Θέλεις να μάθεις περισσότερα για το ρόλο του φροντιστή ογκολογικού ασθενούς;
- ➔ Σε αγχώνουν οι συχνές και πολύπλοκες γραφειοκρατικές διαδικασίες που απαιτούνται για τη θεραπεία ογκολογικού ασθενούς;

Εάν βρίσκεις τον εαυτό σου σε ένα, έστω, από τα παραπάνω, τότε είσαι ένας από τους λόγους που ο Σύλλογος Γυναικών με καρκίνο μαστού - «ΑΛΜΑ ΖΩΗΣ» Ν.Αχαΐας υλοποιεί το έργο ΣΥΜΜΑΧΟΙ ΦΡΟΝΤΙΔΑΣ



Ο Στόχος

Η εκπαίδευση και στήριξη των φροντιστών γυναικών με καρκίνο.

Ο Λόγος

Η διαχείριση του φορτίου της φροντίδας ογκολογικών ασθενών όχι μόνο βελτιώνει την ποιότητα ζωής των άτυπων φροντιστών, αλλά καθιστά πιο αποτελεσματική την προσφορά τους στις ασθενείς.

Ο Τρόπος

Με τη δημιουργία ομάδων φροντιστών, οι οποίες συναντώνται ανά τακτά χρονικά διαστήματα, κατά το προκαταρτισμένο, κάθε φορά, πρόγραμμα, για να λάβουν γνώση και ψυχοκοινωνική στήριξη από εξειδικευμένους επιστήμονες.

Οι συναντήσεις, όταν οι συνθήκες δεν το επιτρέπουν, μπορούν να γίνονται απομακρυσμένα μέσω πλατφορμών τηλεδιάσκεψων, με οδηγίες που θα δίνονται για εύκολη και αποτελεσματική χρήση από όλους τους συμμετέχοντες.

Ο Τόπος

Γούναρη 37 - Πάτρα (αίθουσα σεμιναρίων Συλλόγου «ΑΛΜΑ ΖΩΗΣ»
Ν.Αχαΐας, 3^{ος} όροφος)

Ο Χρόνος

4 αυτοτελείς κύκλοι σεμιναρίων 3μηνιας διάρκειας

Η ομάδα των εισηγητών

- ➔ Εξειδικευμένοι επιστήμονες από το χώρο της ιατρικής (ογκολόγοι, ακτινολόγοι, χειρουργοί, ψυχίατροι), της νοσηλευτικής, της ψυχοθεραπείας, (ψυχολόγοι, κοινωνικοί λειτουργοί), της νομικής και της διατροφολογίας.
- ➔ Γυναίκες που έχουν νοσήσει από καρκίνο, καθώς και φροντιστές ασθενών που έχουν ξεπεράσει ή βιώνουν ακόμα τον καρκίνο, θα μοιραστούν προσωπικές τους εμπειρίες.

Το περιεχόμενο

Πρακτικές συμβουλές: φροντίδα χειρουργικού τραύματος, αντιμετώπιση έκτακτων περιστατικών, ασκήσεις για το λεμφοίδημα, εξυπηρέτηση καθημερινών αναγκών, σωστή διατροφή σε κάθε στάδιο της θεραπείας, φροντίδα ασθενών τελικού σταδίου, δικαιώματα καρκινοπαθών, κοινωνικές παροχές (επιδόματα, πιστοποιήσεις).

Ψυχοκοινωνική στήριξη: συναισθηματική αποφόρτιση, διαχείριση κοινωνικών και επαγγελματικών αναγκών, οικογενειακή συμβουλευτική για τη διαχείριση της νόσου, ανάλυση ψυχοσωματικών συμπτωμάτων.



Ποιοι είναι οι (άτυποι) φροντιστές:

Άτομα που καλύπτουν τις ανάγκες του ασθενή ή τον συνοδεύουν για την παρεχόμενη φροντίδα στο νοσοκομείο, χωρίς αμοιβή. Συνήθως, πρόκειται για μέλη της οικογένειας. Αποτελούν αναπόσπαστο μέρος της φροντίδας του ογκολογικού ασθενούς προσφέροντας καθημερινά σε θέματα από την προσωπική υγιεινή, μέχρι την ψυχολογική υποστήριξη του. Καλούνται να προβούν σε άμεσες ενέργειες σε περίπτωση επειγόντων περιστατικών, αλλά και να αξιολογήσουν τις ανάγκες των ασθενών, από το στάδιο της διάγνωσης, την εξέλιξη της θεραπείας, την επαναφορά στην καθημερινότητα μετά την ολοκλήρωση της θεραπείας ή και τη φροντίδα τελικού σταδίου.

Το φορτίο του φροντιστή:

Ψυχολογική πίεση

Συναισθηματική φόρτιση

Κοινωνική απόσυρση

Σωματική καταπόνηση

Οικονομική επιβάρυνση

Ποιος θα φροντίσει τους φροντίζοντες:

ΣΥΜΜΑΧΟΙ ΦΡΟΝΤΙΔΑΣ - «Υποστήριξη γυναικών πασχουσών από καρκίνο μέσα από την ολοκληρωμένη εκπαίδευση και ψυχοκοινωνική στήριξη των φροντιστών τους»

Ένα καινοτόμο έργο από το ΑΛΜΑ ΖΩΗΣ Ν. Αχαΐας

Το πρόγραμμα:

«Το έργο ΣΥΜΜΑΧΟΙ ΦΡΟΝΤΙΔΑΣ - «Υποστήριξη γυναικών πασχουσών από καρκίνο μέσα από την ολοκληρωμένη εκπαίδευση και ψυχοκοινωνική στήριξη των φροντιστών τους» υλοποιείται στο πλαίσιο του προγράμματος Active citizens fund, με φορέα υλοποίησης το Σύλλογο γυναικών με καρκίνο μαστού «ΑΛΜΑ ΖΩΗΣ» Ν. Αχαΐας.

Το πρόγραμμα Active citizens fund, ύψους € 12εκ, χρηματοδοτείται από την Ισλανδία, το Λιχτενστάιν και τη Νορβηγία και είναι μέρος του χρηματοδοτικού μηχανισμού του Ευρωπαϊκού Οικονομικού Χώρου (ΕΟΧ) περιόδου 2014 – 2021, γνωστού ως EEA Grants. Το πρόγραμμα στοχεύει στην ενδυνάμωση και την ενίσχυση της βιωσιμότητας της κοινωνίας των πολιτών και στην ανάδειξη του ρόλου της στην προαγωγή των δημοκρατικών διαδικασιών, στην ενίσχυση της συμμετοχής των πολιτών στα κοινά και στην προάσπιση των ανθρωπίνων δικαιωμάτων. Τη διαχείριση της επιχορήγησης του προγράμματος Active citizens fund για την Ελλάδα έχουν αναλάβει από κοινού το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το SolidarityNow.»

Πληροφορίες - Εγγραφές

2610.222274

www.almazoispatras.gr
brestcapatras@yahoo.com