

Προθήκη

ΠΕΡΙΟΔΙΚΗ ΕΚΔΟΣΗ
της Α.μ.Κ.Ε. ΣΥΝΘΕΣΗ
Τεύχος 7 • Ιούλιος 2008
Τιμή Φύλλου 0,01 €



Διατροφή ενοίκων οικοτροφείου “ΑΘΩΝΑΣ”

Μπόλματη Ιωάννα, Υπάλληλος Γενικών Καθηκόντων



Η ιεροτελεστία του καθημερινού φαγητού είναι μία θετική, απολαυστική και ζωογόνος εμπειρία. Συνδυάζοντας τις γνώσεις μας γύρω από τη μαγειρική με τη χαρά της δημιουργίας δρούμε ευεργετικά.

Στο οικοτροφείο «ΑΘΩΝΑΣ» το πρόγραμμα διατροφής συντάσσεται εβδομαδιαία και προσαρμόζεται ανάλογα με τα αποτελέσματα των βιοχημικών εξετάσεων και τις πιθανές δίαιτες που πρέπει να ακολουθήσουν οι ένοικοι (π.χ. χοληστερίνη, ουρικό οξύ, κάλλιο, απώλεια βάρους, δυσκοιλιότητα) και ιδιαίτερη προσοχή δίνεται στη διατροφή ενός ενοίκου ο οποίος ακολουθεί τη δίαιτα Γιουβανέτι.

Η αύξηση βάρους η οποία παρουσιάζεται συχνά ως παρενέργεια των ψυχοτρόπων φαρμάκων είναι ένας σοβαρός λόγος η διατροφή των ενοίκων να είναι πολύ προσεκτική.

Ο τρόπος μαγειρικής που χρησιμοποιείται στο οικοτροφείο «ΑΘΩΝΑΣ» ακολουθεί το πλάνο της μεσογειακής διατροφής με ιδιαίτερη προσοχή να δίνεται στον αριθμό θερμίδων και στην θρεπτική αξία των τροφών. Απαραίτητα είναι η κατανάλωση ψαριών μία με δύο φορές την εβδομάδα. Το ίδιο ισχύει και για τα όσπρια τουλάχιστον κατά τους χειμερινούς μήνες.

συνέχεια στη σελίδα 8

**Όλες οι Μονάδες Ψυχικής Υγείας
της Α.μ.Κ.Ε. «ΣΥΝΘΕΣΗ»
εποπτεύονται και χρηματοδοτούνται
από το Υπουργείο Υγείας
και Κοινωνικής Αλληλεγγύης**

ΠΡΟΘΗΚΗ

Περιοδική έκδοση
των μονάδων της Αστικής μη Κερδοσκοπικής Εταιρίας “ΣΥΝΘΕΣΗ”

Ιδιοκτησία: Α.μ.Κ.Ε. Έρευνας Εκπαίδευσης και Ψυχοκοινωνικής Αποκατάστασης ΣΥΝΘΕΣΗ

Μαρασλή 51 Θεσσαλονίκη Τ.Κ. 54249

Τηλ. 2310 334076 - Φαξ 2310321910

e-mail: kenimer@hol.gr

Εκδότης: Παπαϊωάννου Καλλιόπη

Διευθύντρια Έκδοσης: Τσάνταλη Δήμητρα

Για την έκδοση του παρόντος συνεργάστηκαν:

Αντωνοπούλου Ανθούλα, Κοινωνική Λειτουργός, Οικοτροφείου “ΑΘΩΝΑΣ”.

Αργύρογλου Νικόλαος: Ψυχολόγος – Συντονιστής Οικοτροφείου “ΑΞΙΟΣ”.

Γκαϊνταρτζή Χρύσα, Ψυχολόγος Κ.Η. “ΕΣΤΙΑ”.

Κουζίνα Μαρία, Απασχολησιοθεραπεύτρια – Πρόσωπο Αναφοράς Κ.Η.

Κυριακίδου Μαρία, Ψυχολόγος – Συντονίστρια Κ.Η. “ΑΝΑΤΟΛΗ”.

Μπιτσιός Αθανάσιος, Νοσηλεύτης – Πρόσωπο Αναφοράς Κ.Η. “ΑΝΑΤΟΛΗ”.

Μπόλματη Ιωάννα, Υπάλληλος Γενικών Καθηκόντων Οικοτροφείου “ΑΘΩΝΑΣ”.

Παπακυρίδου Ισιδώρα: Κοινωνική Λειτουργός Οικοτροφείου “ΑΞΙΟΣ”.

Σαμαλέκη Αικατερίνη, Απασχολησιοθεραπεύτρια, Οικοτροφείου “ΑΘΩΝΑΣ”.

Τζιαφέρη - Παπαθανασίου Μαρία: Διοικητική Διευθύντρια, Α.μ.Κ.Ε. “ΣΥΝΘΕΣΗ”

Χρησίμου Μυρτώ, Διοικητικός Οικοτροφείου “ΑΞΙΟΣ”.

Χρυσοχοϊδου Παρασκευή, Ψυχολόγος, Οικοτροφείου “ΑΘΩΝΑΣ”.

Σελιδοποίηση-Εκτύπωση:

Γραφικές Τέχνες “Η ΔΩΔΩΝΗ”

Τηλ.: 2310 925.159 - Fax: 2310 920.610

e-mail: idodoni@otenet.gr

- Τα ενυπόγραφα κείμενα εκφράζουν απόψεις των συντακτών τους.
- Σύντομα κείμενα ή φωτογραφίες που σχετίζονται με την ψυχοκοινωνική αποκατάσταση γίνονται δεκτά προς δημοσίευση.
- Το περιοδικό αποστέλλεται ταχυδρομικά εφόσον ζητηθεί.

Το έργο του εξώφυλλου αποτελεί δημιουργία ενοίκων του οικοτροφείου “ΑΞΙΟΣ”.

Το Κέντρο Ημέρας «Ανατολή» άνοιξε τα φτερά του!

Μαρία Κυριακίδου, Ψυχολόγος – Συντονίστρια
Αθανάσιος Μπιτσιός, Νοσηλεύτης – Πρόσωπο Αναφοράς
Μαρία Κουζίνα, Απασχολησιοθεραπεύτρια – Πρόσωπο Αναφοράς

Στο Κέντρο Ημέρας «Ανατολή» εδώ και δύο χρόνια δραστηριοποιείται η ομάδα του Θεατρικού Παιχνιδιού, με σταθερά ανοδική πορεία, έχοντας να αναδείξει πλούσιο έργο. Το **Σάββατο 24 Μαΐου**, η θεατρική ομάδα του Κέντρου Ημέρας «ΑΝΑΤΟΛΗ» ξεκίνησε το ταξίδι της για την Αθήνα και έλαβε μέρος στο **2ου Φεστιβάλ Ψυχικής Υγείας** που διοργανώθηκε από την Πανελλαδική Ένωση για την Ψυχοκοινωνική Αποκατάσταση και την Επαγγελματική Επανεκπαίδευση (Π.Ε.Ψ.Α.Ε.Ε) και τον Δήμο Αιγάλεω, υπό την αιγίδα του Υπουργείου Υγείας και Κοινωνικής Αλληλεγγύης.

Το Φεστιβάλ ήταν τριήμερο από την Παρασκευή 23 Μαΐου έως και την Κυριακή 25 Μαΐου, πραγματοποιήθηκε στο Άλσος του Αιγάλεω (παλιό μπαρουτάδικο) και συγκέντρωσε πληθώρα δομών που ασχολούνται με την αποκατάσταση και την επανεκπαίδευση ατόμων με ψυχικές διαταραχές. Υπήρχαν εκθέσεις προϊόντων, ομάδες συζήτησης, εργαστήρια με δράσεις όπως κουκλοθέατρο, χορός κ.α. πολλά.

Την **Κυριακή 25 Μαΐου 2008 και ώρα 19:00** το Κ.Η. «Ανατολή» με ιδιαίτερη χαρά και υπερηφάνεια παρουσίασε την **Θεατρική παράσταση «Η Γαστρονομία του Μεγάλου Δάσους»**. Στην θεατρική ομάδα έλαβαν μέρος έξι μέλη του, ο Ζαχαρίας Σ., η Μαρία Τ., η Ευγενία Σ., η Ευανθία Μ., ο Θανάσης Μ., ο Νίκος Τ. και τρία μέλη του προσωπικού, η Μαρία Κουζίνα – απασχολησιοθεραπεύτρια και πρόσωπο αναφοράς, ο Αθανάσιος Μπιτσιός – νοσηλεύτης και πρόσωπο αναφοράς και η Δάφνη Μπασλή – φροντιστής χώρου. Υπεύθυνη της θεατρικής διδασκαλίας – σκηνοθεσίας ήταν η Τάνια Κίτσου (εξωτερική συνεργάτης) η οποία έκανε και τις μάσκες που φορούσε η ομάδα. Τα κουστούμια προετοίμασαν η Τατιάνα Τριγώνη και η Φωτεινή Κεχαγιά. Η κατασκευή των σκηνικών αντικειμένων έγινε από την ομάδα απασχολησιοθεραπείας του Κέντρου.

Η παράσταση αυτή είναι ενδεικτική

της ουσιαστικής και συστηματικής προσπάθειας που γίνεται στην ομάδα του Θεατρικού Παιχνιδιού εδώ και δύο χρόνια. Σκοπός της ομάδας αυτής είναι η καλλιέργεια του αυθορμητισμού, της δημιουργικής φαντασίας και της εξέλιξης της κοινωνικής συμπεριφοράς. Χρησιμοποιεί δηλαδή το θέατρο ως μέσο έκφρασης, επικοινωνίας αλλά και κοινωνικού γίγνεσθαι.

Τον **Ιούνιο του 2007** δόθηκε η **πρώτη παράσταση** στον χώρο του Κέντρου με αφορμή μια ανοιχτή γιορτή που είχε διοργανωθεί και ακολούθησε τον **Δεκέμβριο του 2007** η πρώτη μεγάλη και επίσημη παράσταση στο **Δημοτικό Θέατρο του Πολυγύρου** με το ίδιο έργο. Αυτή ήταν και η πρώτη μεγάλη εμπειρία της Θεατρικής Ομάδας. Πολύς κόσμος μας τίμησε τότε με την παρουσία του και ενίσχυσε ηθικά την προσπάθειά μας. Ακολούθησε τον **Μάιο του 2008** μια παράσταση στο Οικοτροφείο «Εποχή» της ΔΕΥΨΥ στα Γιαννιτσά και

τελευταία ήταν η παράσταση στην Αθήνα.

Όλη αυτή η διαδικασία από την αρχή που ξεκίνησε η ομάδα μέχρι σήμερα αποτέλεσε **πολύτιμη, ουσιαστική και δημιουργική εμπειρία. Τα μέλη της ομάδας κέρδισαν σε θάρρος, σε αυτοπεποίθηση, σε χαρά, σε ενδιαφέρον, σε ευθύνη, σε έκφραση, σε αλληλοβοήθεια, σε δέσμευση, σε αγάπη, με λίγα λόγια σε ζωή.** Όλοι με κάποιον τρόπο επηρεάστηκαν, σχετίστηκαν και βγήκαν κερδισμένοι από αυτό. Ειδικά η διαδικασία της προβολής της παράστασης παρόλο το άγχος και την κούραση γέμισε όλους με χαρά και αυτοπεποίθηση.

Μέλη και προσωπικό είχαν ιδιαίτερα μεγάλη αγωνία για το αποτέλεσμα της προσπάθειας τους όμως τελικά το ζεστό χειροκρότημα του κόσμου μετά από κάθε παράσταση ήταν η καλύτερη ανταμοιβή.

συνέχεια στη σελίδα 5



ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ ΚΟΙΝΩΝΙΚΩΝ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ ΣΤΟ ΟΙΚΟΤΡΟΦΕΙΟ «ΑΘΩΝΑΣ»:

Εκπαίδευση στις οικονομικές συνδιαλλαγές

Αντωνοπούλου Ανθούλα, Κοινωνική Λειτουργός
Σαμαλέκη Αικατερίνη, Απασχολησιοθεραπεύτρια
Χρυσοχοΐδου Παρασκευή, Ψυχολόγος

Στο Οικοτροφείο «Αθωνας» διαμένουν 15 ψυχογηριατρικοί ασθενείς, με μέσο όρο ηλικίας τα 65,5 χρόνια, πολυετή παραμονή στο Ψυχιατρικό Νοσοκομείο Θεσσαλονίκης και συχνότερη διάγνωση την Σχιζοφρένεια Υπολειμματικού Τύπου. Ο χρόνιος ιδρυματισμός σε συνδυασμό με την φύση της διάγνωσης τους παραπέμπουν σε μία εικόνα έκπτωσης του επιπέδου τόσο των γνωστικών τους λειτουργιών όσο και των πρακτικών τους δεξιοτήτων. Οι δραστηριότητες που σχεδιάζονται και υλοποιούνται από την Πολυκλαδική Θεραπευτική Ομάδα του οικοτροφείου στοχεύουν στη συνολική βελτίωση των ικανοτήτων και δεξιοτήτων των ενοίκων και στα πλαίσια αυτά οργανώθηκαν και λειτουργούν παράλληλα τρεις διαφορετικές δραστηριότητες που αφορούν την εκπαίδευση των ενοίκων στις οικονομικές συνδιαλλαγές. Οι δραστηριότητες αυτές, εκ των οποίων οι δυο έχουν διαμορφωθεί σε ομάδες, είναι οι εξής:

- 1. Ομάδα Σούπερ Μάρκετ**
- 2. Ομάδα Λαϊκής Αγοράς**

3. Αγορά προσωπικών ειδών από τα πρόσωπα αναφοράς και τους ενοίκους.

1. Η Ομάδα Σούπερ Μάρκετ διεξάγεται σε καθημερινή βάση με τη συνοδεία και επίβλεψη του οδηγού και ενός μέλους του προσωπικού της πρωινής βάρδιας. Η ομάδα ξεκίνησε από την ανάγκη των ίδιων των ενοίκων να επιλέγουν και να αγοράζουν οι ίδιοι τα αναψυκτικά, τα μπισκότα, και λοιπά σνακς καθώς και ως μια δραστηριότητα σύνδεσης με την κοινότητα.

Αφού σχεδιάστηκε η διαδικασία και γινόταν η κατάλληλη προετοιμασία πριν την επίσκεψη στο σούπερ μάρκετ (συζήτηση δηλαδή με κάθε ένοικο για την διαδοχική σειρά των ενεργειών που έπρεπε να επιδείξει) μέσα στο μαγαζί οι ένοικοι ανά δυο με επίβλεψη ακολουθούσαν προφορικές οδηγίες ή μιμούνταν την συμπεριφορά του συνοδού, ο οποίος λειτουργούσε ως πρότυπο προς μίμηση. Η διαδικασία αυτή επαναλαμβανόταν πολλές φορές μέσα στην εβδομάδα για κάθε ένοικο. Σταδιακά, ο αριθμός των ενοίκων, που μετά από προτροπή συμ-

μετείχε στην ομάδα, αυξήθηκε σε σημαντικό βαθμό και βελτιώθηκε ικανοποιητικά η διαδικασία αγοράς των προϊόντων. Πλέον στην καθημερινή δραστηριότητα συμμετέχουν έως 6 άτομα εναλλάξ και ακολουθούν την ίδια διαδικασία: δηλαδή παίρνουν το καλάθι τους, επιλέγουν τα προϊόντα τους, πηγαίνουν στο ταμείο, πληρώνουν και παίρνουν τα ρέστα και την απόδειξη.

Η δραστηριότητα αυτή αποτελεί πόλο έλξης για τους ενοίκους, καθώς με αυτό τον τρόπο μπορούν να διαχειριστούν το εβδομαδιαίο χαρτζιλίκι τους, όπως επιθυμούν, και υπάρχει σύνδεση της θεωρητικής εκπαίδευσης π.χ. εξάσκησης σε απλές μαθηματικές πράξεις και της πρακτικής εφαρμογής. Εξίσου σημαντικό να αναφερθεί είναι και το ότι κατά τους καλοκαιρινούς μήνες ένοικοι με μεγαλύτερο βαθμό λειτουργικότητας και αυτονομίας διανύουν την διαδρομή αυτή με τα πόδια και μπορούν να ψωνίσουν μόνοι τους.

Σε επίπεδο γενίκευσης των δεξιοτήτων που σχετίζονται με τις αγορές από το σούπερ μάρκετ σε κάθε εκδρομή ή



Εκπαίδευση στις οικονομικές συνδιαλλαγές

έξοδο, όπου οι ένοικοι καλούνται να αντεπεξέλθουν στις απαιτήσεις ενός καινούριου περιβάλλοντος, διαπιστώνουμε ότι οι περισσότεροι έχουν κατακτήσει τη δυνατότητα να επιδίδονται σε αγορές αυτόνομα και αντίστοιχα η ομάδα του προσωπικού επιδεικνύει μεγαλύτερη εμπιστοσύνη απέναντί τους.

2. Η προμήθεια λαχανικών και φρούτων για την ημερήσια κάλυψη των αναγκών διατροφής στο Οικοτροφείο γινόταν από τον μανάβη. Μετά από αρκετές συζητήσεις με τους ενοίκους, με αφορμή κυρίως παράπονα ότι δεν του άρεσαν τα φρούτα που επιλέγαμε κλπ., προέκυψε η ιδέα της προμήθειας των φρούτων από την λαϊκή αγορά, ώστε οι ίδιοι να έχουν την δυνατότητα να επιλέγουν φρούτα της αρεσκείας τους και να συμμετέχουν στην αγορά τους.

Η αγορά φρούτων για το Οικοτροφείο πραγματοποιείται 2 φορές την εβδομάδα κάθε Τετάρτη και Σάββατο. Στην ομάδα της Τετάρτης, που πραγματοποιείται στη λαϊκή αγορά των Νέων Μουδανιών, συμμετέχουν σταθερά 4 ένοικοι με συνοδεία και επίβλεψη του Οδηγού και της Απασχολησιοθεραπεύτριας. Στην ομάδα του Σαββάτου, που πραγματοποιείται στην λαϊκή αγορά του Πολύγυρου, συμμετέχουν 6 ένοικοι εναλλάξ με συνοδεία του Οδηγού και ενός μέλους του προσωπικού της πρωινής βάρδιας.

Οι ένοικοι επισκέπτονται την λαϊκή

αγορά και αφού κάνουν βόλτα, αγοράζουν φρούτα από διαφορετικούς πάγκους, δίνοντας μόνοι τους τις παραγγελίες. Η οικονομική συναλλαγή εξακολουθεί να γίνεται από τους συνοδούς.

Η ομάδα της λαϊκής αγοράς δίνει την δυνατότητα στους ενοίκους να αναμειχθούν με τον κόσμο της κοινότητας, να αναλάβουν την ευθύνη της φροντίδας και επιλογής για το σύνολο του Οικοτροφείου και να βελτιώσουν τις δεξιότητες που σχετίζονται με τον διάλογο. Σημαντικό να αναφερθεί είναι ότι η διαδικασία αυτή συνδυάζεται με βόλτα στα Νέα Μουδανιά ή στον Πολύγυρο και καφέ, γεγονός που ελκύει ακόμα περισσότερο τους ενοίκους.

3. Από την πρώτη στιγμή της εγκατάστασης των ενοίκων στο Οικοτροφείο η ομάδα έκρινε απαραίτητο να προμηθευτεί κάθε ένοικος τα δικά του προσωπικά είδη, ρούχα, εσώρουχα, παπούτσια κλπ., με στόχο να ενισχυθεί η αίσθηση της μοναδικότητας του κάθε ενοίκου και να εκφραστεί στην πράξη ο σεβασμός στην διαφορετικότητα του.

Η διαδικασία αυτή είναι μια πολύ ευχάριστη εμπειρία, όπου προσωπικό και ένοικοι συμμετέχουν αυθόρμητα και ενεργά. Προηγείται συζήτηση μεταξύ τους τις προηγούμενες μέρες για την εκτίμηση, αξιολόγηση και καταγραφή των αναγκών σε προσωπικά είδη, κατάρτιση προϋπολογισμού και εντοπι-

σμός του εμπορικού χώρου που θα κινηθούν. Με τα δυο τελευταία εννοούμε ότι λαμβάνεται υπόψη η οικονομική δυνατότητα του κάθε ενοίκου σε σχέση με το χρηματικό ποσό που μπορεί να διατεθεί για τα ψώνια του και ανάλογα προσανατολιζονται π.χ. σε εμπορικά κέντρα στον Πολύγυρο, τα Ν. Μουδανιά ή τη Θεσσαλονίκη, σε βιοτεχνίες ή στην λαϊκή αγορά. Κατά την διάρκεια των αγορών ο ένοικος προτρέπει στο να επιλέξει ο ίδιος από τις βιτρίνες αυτό που του αρέσει, να ζητήσει να το δοκιμάσει, να αξιολογήσει αν του ταιριάζει, έχει το κατάλληλο μέγεθος κλπ. και αν τελικά θα προβεί σε αγορά.

Συμπερασματικά, θα μπορούσαμε να πούμε ότι και οι τρεις αυτές διαδικασίες μετά από πέντε χρόνια περίπου που διεξάγονται βρίσκονται σε μια ανοδική πορεία εξέλιξης. Οι αλλαγές που επισημαίνονται για κάποιους ενοίκους γίνονται αργά και συχνά υπάρχουν δυσκολίες να εδραιωθούν ή να γενικευθούν. Συνολικά όμως θεωρούμε ότι πολλοί από τους στόχους που είχαν τεθεί σε σχέση με την εκπαίδευση των ενοίκων σε οικονομικές συναλλαγές επιτυγχάνονται, προσδίδοντας στους ενοίκους μας μεγαλύτερη αυτοπεποίθηση και αυτοεκτίμηση και συμβάλλοντας στην ανάπτυξη μιας μεγαλύτερης αίσθησης αυτονομίας.

Το Κέντρο Ημέρας «Ανατολή» άνοιξε τα φτερά του!

συνέχεια από τη σελίδα 3

Για άλλη μια φορά με κόπο και προσπάθεια αποδείχθηκε πως οι άνθρωποι με ψυχικές διαταραχές ή και σοβαρά ψυχοκοινωνικά προβλήματα όχι μόνο δεν πρέπει και δεν τους αξίζει να ζουν απομονωμένα αλλά και ότι μπορούν να δημιουργούν, να εκφράζονται και να «κερδίζουν την ζωή». Το 2ο Φεστιβάλ Ψυχικής Υγείας κατάφερε να επικοινωνήσει το μήνυμα ότι όλοι οι άνθρωποι ανεξάρτητα από τον καθορισμό τους έχουν δικαίωμα και μπορούν να ζουν ανάμεσα μας.



Πρώτη Συνδιάσκεψη Τομέα Ψυχικής Υγείας Νομού Χαλκιδικής

Μαρία Κυριακίδου, Ψυχολόγος – Συντονίστρια Κ.Η. «ΑΝΑΤΟΛΗ»



Η πρώτη συνδιάσκεψη του **Τομέα Ψυχικής Υγείας** (Το.Ψ.Υ.) του Νομού. Χαλκιδικής πραγματοποιήθηκε στις **12 Μαΐου του 2008** υπό την αιγίδα του Τμήματος Ψυχιατρικής του Γενικού Νοσοκομείου Χαλκιδικής.

Το **Κέντρο Ημέρας «ΑΝΑΤΟΛΗ»** είχε τονίσει την ανάγκη επικοινωνίας και γνωριμίας όλων των δομών του Τομέα. Ο διευθυντής του Τομέα Ψυχικής Υγείας κ. Γρηγορίου ανταποκρίθηκε θετικά και ανέλαβε την οργάνωση επιστημονικής συνάντησης με θέμα : «Ενίσχυση της δικτύωσης των Υπηρεσιών Ψυχικής Υγείας του Ν. Χαλκιδικής (Το. Ψ.Υ.)»

Στην συνδιάσκεψη κλήθηκαν να συμμετάσχουν εκπρόσωποι όλων των υπηρεσιών του Τομέα. Παρευρέθησαν εκπρόσωποι από τον **Ψυχιατρικό**

τομέα του Γ.Ν.Χ., από το οικοτροφείο στην Φούρκα Κασσάνδρας, από το **οικοτροφείο «ΑΘΩΝΑΣ»** της αστικής μη κερδοσκοπικής εταιρείας «**ΣΥΝΘΕΣΗ**», όλο το προσωπικό από το **Κέντρο Ημέρας «ΑΝΑΤΟΛΗ»** που ανήκει στην παραπάνω εταιρεία και από τον **Ξενώνα «ΔΙΑΠΟΡΟΣ» του Γ.Ν.Χ.**

Η ατζέντα της συνάντησης περιλάμβανε τα εξής θέματα:

1. Θεσμικό πλαίσιο Τομέα Ψυχικής Υγείας
2. Βασικές Υπηρεσίες Ψυχικής Υγείας του Τομέα Ψυχικής Υγείας Ν. Χαλκιδικής σύμφωνα με τον Εθνικό σχεδιασμό «Ψυχαργός».
3. Καταγραφή υπηρεσιών Ψ.Υ του Νομού – επάρκεια – ελλείψεις.
4. Εμπειρία Ψυχιατρικού Τομέα ΓΝΧ.

5. Εμπειρία Κέντρου Ημέρας «ΑΝΑΤΟΛΗ».

6. Εμπειρία οικοτροφείου «ΑΘΩΝΑΣ»

7. Εμπειρία οικοτροφείου «ΑΛΘΑΙΑ»

8. Εμπειρία Ξενώνα «ΔΙΑΠΟΡΟΣ»

9. Δυνατότητες συνεργασίας και αλληλοσυμπλήρωσης.

10. Προβληματισμοί – Προτάσεις.

Η συνδιάσκεψη ξεκίνησε με το **καλωσόρισμα** του διευθυντή του Τομέα κ. **Παναγιώτη Γρηγορίου** προς όλους τους παρευρισκόμενους. Στην ομιλία του παρουσίασε την δομή στην οποία εργάζεται (ψυχιατρικός τομέας ΓΝΧ), τους συνεργάτες του καθώς και τα προβλήματα και τις δυσκολίες που αντιμετωπίζουν. Το βασικό πρόβλημα έτσι όπως παρουσιάστηκε από τον ίδιο αλλά και από τους δύο παρευρισκόμενους συνεργάτες του, ψυχιάτρους, ήταν ο

Πρώτη Συνδιάσκεψη Τομέα Ψυχικής Υγείας Νομού Χαλκιδικής

υπερβολικά μεγάλος αριθμός ασθενών που καλούνται να εξετάσουν και να παρακολουθήσουν καθώς και η έλλειψη συμπληρωματικών δομών που θα μπορούσαν να τους ανακουφίσουν όπως π.χ. Κέντρο Ψυχικής Υγείας. Έγινε αναφορά στον Εθνικό Σχεδιασμό «Ψυχαγωγός» και εκφράστηκε η δυσαρέσκεια του ως προς την αποτελεσματικότητα και τον τρόπο εφαρμογής και οργάνωσης του.

Ακολούθησε η παρουσίαση από την κ. **Μαρία Τζιαφέρη-Παπαθανασίου**, Επιστημονικά υπεύθυνη του Κ.Η. «ΑΝΑΤΟΛΗ» η οποία ανέπτυξε τον τρόπο οργάνωσης και λειτουργίας του Τομέα Ψυχικής Υγείας βάσει του θεσμικού του πλαισίου. Αναγνωρίστηκαν οι δυσχέρειες και οι ελλείψεις που υπάρχουν και τονίστηκαν εξίσου οι δυνατότητες που δίνονται για ανάπτυξη, οργάνωση και συνεργασία.

Η κοινωνική λειτουργός κ. **Ανθή Αντωνοπούλου** παρουσίασε το οικοτροφείο «**ΑΘΩΝΑΣ**», ψυχογηριατρική μονάδα με 15 ενοίκους προερχόμενους από το Ψυχιατρικό Νοσοκομείο Θεσσαλονίκης. Μίλησε για τον τρόπο λειτουργίας και οργάνωσης του οικοτροφείου και την εμπειρία τους σ' αυτό. Κατά τη διάρκεια των 5 χρόνων λειτουργίας του είχαν να αντιμετωπίσουν την οργάνωση της θεραπευτικής ομάδας των εργαζομένων, τη προσαρμογή στο νέο περιβάλλον των ενοίκων και τις αντιδράσεις των περιοίκων. Τα τελευταία χρόνια, με ικανοποίηση διαπιστώνουν τη βελτίωση της ποιότητας της ζωής των ενοίκων και τη πλήρη αποδοχή της κοινότητας.

Η κ. **Μαρία Κούτσικου**, νοσηλεύτρια-πρόσωπο αναφοράς στο **οικοτροφείο «ΑΛΘΑΙΑ»** παρουσίασε τον τρόπο οργάνωσης και λειτουργίας του οικοτροφείου που είναι εγκατεστημένο στη

Κασσάνδρα. Αναφέρθηκε στις δυσκολίες και τα προβλήματα που καλούνται να επιλύσουν σε σχέση με οικονομικής φύσης ζητήματα και αντιδράσεις και προκαταλήψεις από μερίδα περιοίκων.

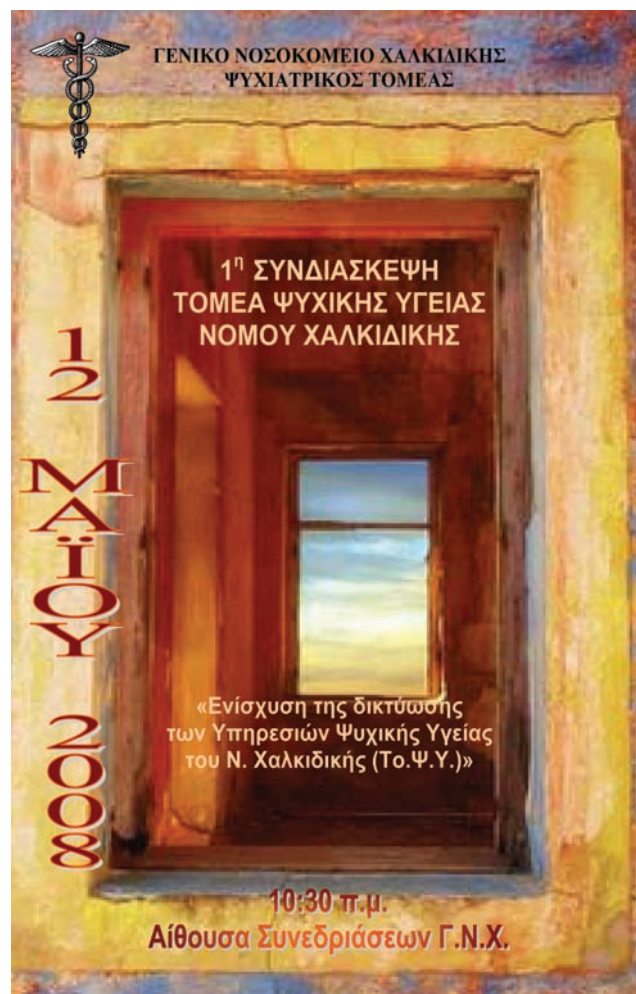
Το **Κέντρο Ημέρας «ΑΝΑΤΟΛΗ»** επέλεξε τη προβολή ταινίας μικρού μήκους, ενημερωτικού χαρακτήρα ως προς τον

ταραχές αλλά και για την πρόληψη υποτροπών και την ενίσχυση της θεραπευτικής αντιμετώπισης. Τονίστηκε επίσης ότι υπάρχει πρόβλημα μετακίνησης των μελών από τα μέσα μαζικής μεταφοράς καθώς και οι προκαταλήψεις και φόβος στιγματισμού επιδρούν αρνητικά στην προσέλευση των μελών στο Κέντρο Ημέρας «ΑΝΑΤΟΛΗ».

Τέλος μίλησαν από τον **Ξενώνα «ΔΙΑΠΟΡΟΣ»** ο υπεύθυνος Κοινωνικός Λειτουργός κ. **Χάρης Ρουσάκης** και ο υπεύθυνος του ελαιώνα γεωπόνος κ. **Αλέκος Παλιούρας**. Εκφράστηκαν οι δυσκολίες που παρουσιάστηκαν στην ενοικίαση προστατευμένων διαμερισμάτων και συζητήθηκε πως αυτό δυσχεραίνει την προοπτική και την εκπλήρωση των στόχων κάποιων εξυπηρετούμενων. Με αφορμή την παρουσίαση της δουλειάς που γίνεται στο κτήμα με τις ελιές, συζητήθηκε η χρησιμότητα ύπαρξης εργασιακών συνεταιριστικών δομών στις οποίες θα μπορούσαν να εργαστούν οι ένοικοι του ξενώνα αλλά και μέλη και ένοικοι άλλων δομών.

Γενικά η συνάντηση αυτή αποτέλεσε μια ευκαιρία για γόνιμες και ενδιαφέρουσες συζητήσεις. Αναδείχθηκαν διαφωνίες, ενστάσεις, προβληματισμοί. Συζήτηση έγινε και για τις δυνατότητες συνεργασίας που υπάρχουν μεταξύ των μονάδων ψυχικής υγείας.

Η διοργάνωση αποτιμήθηκε από όλους ως χρήσιμη, ενδιαφέρουσα και εποικοδομητική. Συμφωνήθηκε να ακολουθήσουν και άλλες συναντήσεις ενδεχομένως και σε άλλους χώρους για την αποτελεσματικότερη συνεργασία μεταξύ όλων των δομών του Τομέα Ψυχικής Υγείας με στόχο τη βελτίωση της ποιότητας φροντίδας των ατόμων με ψυχική διαταραχή.



τρόπο λειτουργίας και δράσης του Κέντρου στην οποία όμως παρουσιάζονταν τα ίδια τα εξυπηρετούμενα μέλη να μιλούν για τα όσα ζουν και επωφελούνται από το Κέντρο. Μετά το τέλος της ταινίας η Ψυχολόγος και Συντονίστρια του Κέντρου κ. **Μαρία Κυριακίδου** τόνισε πόσο θετική έχει αποδειχτεί πως είναι η συμμετοχή στο Κέντρο όχι μόνο για την επανένταξη ατόμων με ψυχικές δια-

Διατροφή ενοίκων οικοτροφείου "ΑΘΩΝΑΣ"

συνέχεια από τη σελίδα 2

Επίσης το διατροφολόγιο περιλαμβάνει κοτόπουλο, κόκκινο κρέας, αρκετές σούπες, λαχανικά εποχής. Το κύριο λίπος της διατροφής είναι το ελαιόλαδο. Ανάμεσα στα γεύματα υπάρχουν συμπληρώματα από χυμούς, φρούτα εποχής και τροφές πλούσιες σε ασβέστιο (π.χ. γάλα, γιαούρτι) ώστε να καταστείλουν τα συμπτώματα των ψυχοτρόπων φαρμάκων (π.χ. αυξημένη όρεξη, ξηροστομία, λήθαργος, δυσκοιλιότητα).

Προτιμούνται ζυμαρικά, ψωμί και δημητριακά ολικής άλεσης. Στα δύο κύρια γεύματα της ημέρας ετοιμάζεται και σερβίρεται φρέσκια σαλάτα εποχής. Δίδεται ελληνική φέτα μερίδα όπου ταιριάζει με το κυρίως πιάτο.

Τα δυο βασικά γεύματα, μεσημεριανό και βραδινό, παρασκευάζονται από το προσωπικό του οικοτροφείου.

Το εβδομαδιαίο πρόγραμμα φαγητού εξαρτάται από τους εξής παράγοντες:

- Ημερήσιο πρόγραμμα δραστηριοτήτων οικοτροφείου
- Προτιμήσεις ενοίκων στο φαγητό
- Δίαιτες ενοίκων
- Εποχή για τα ανάλογα λαχανικά και είδη φαγητού
- Προμήθειες αποθήκης

Σκοπός μας είναι η διατροφή των ενοίκων να καλύπτεται με ποιοτικά τρόφιμα και βιολογικά προϊόντα τα οποία καλλιεργούνται εποχιακά στο χώρο του οικοτροφείου (π.χ. λάδι, κηπευτικά). Επί-

σης, η μαγειρική να έχει τοπική και παραδοσιακή μορφή. Σκοπός μας τέλος είναι στις εκάστοτε περιόδους όπου ακολουθούνται νηστείες, αυτές να τηρούνται, όχι όμως σε όλη την τυπική τους διάρκεια.

Οι ενοικοί παίρνουν ενεργό μέρος στη διαδικασία κατάρτισης του προγράμματος διατροφής αφού συμμετέχουν στην επιλογή και αγορά των τροφίμων, την προετοιμασία του χώρου της τραπέζιας και στην τακτοποίηση και καθαριότητα του μετά το γεύμα.

Κατά τη διάρκεια του φαγητού δίνεται η ευκαιρία για την ανάπτυξη σωστών διατροφικών συνηθειών, καθώς και την δημιουργία οικογενειακής και φιλικής ατμόσφαιρας μεταξύ των ενοίκων.

ΕΝΔΕΙΚΤΙΚΟ ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ

10ΗΜΕΡΑ	ΠΡΩΙΝΟ	ΔΕΚΑΤΙΑΝΟ	ΜΕΣΗΜΕΡΙΑΝΟ	ΑΠΟΓΕΥΜΑΤΙΝΟ	ΒΡΑΔΥΝΟ
ΔΕΥΤΕΡΑ	Γάλα+φέτα ψωμί με βούτυρο-μαρμελάδα	Καφές ή χυμός ή τσάι+μπισκότα ολικής αλέσεως	Φασολάκια λαδερά+Ψωμί+τυρί	Κομπόστα	Πατάτες γιαχνί+ψωμί+τυρί+Σαλάτα εποχής
ΤΡΙΤΗ	Γάλα+φέτα ψωμί με βούτυρο-μέλι	Καφές ή χυμός ή τσάι+φρούτα	Κοτόπουλο στιφάδο +ψωμί +τυρί+σαλάτα εποχής	Γλυκό Ομάδας Ζαχαρο-Πλαστικής: Καρυδόπιτα	Κριθαράκι στο φούρνο+ψωμί+τυρί+σαλάτα βραστή
ΤΕΤΑΡΤΗ	Γάλα+φέτα ψωμί με βούτυρο-μαρμελάδα	Καφές ή χυμός ή τσάι+μπισκότα	Φακές +ψωμί+ τυρί+σαλάτα βραστή	Φρούτα	Κανελόνια +ψωμί+ τυρί+σαλάτα εποχής
ΠΕΜΠΤΗ	Γάλα+φέτα ψωμί με βούτυρο-μέλι	Καφές ή χυμός ή τσάι+φρούτα	Ψάρι φρέσκο ψητό+ψωμί+σαλάτα εποχής	Κρέμα	Κρεατόσουπα + ψωμί+τυρί
ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	Τσάι+φέτα με μέλι	Καφές ή χυμός ή τσάι+ τυροπιτάκια	Ρεβύθια +ψωμί+ τυρί+σαλάτα εποχής	Γιαούρτι	Συκωτάκια με ρύζι +ψωμί
ΣΑΒΒΑΤΟ	Γάλα+κορν φλέικς ολικής αλέσεως	Καφές ή χυμός ή τσάι+μπισκότα	Πρασόρυζο +ψωμί+τυρί	Τοστ	Μακαρόνια με τόνο +ψωμί+σαλάτα ντομάτα
ΚΥΡΙΑΚΗ	Γάλα+κορν φλέικς	Καφές ή χυμός ή τσάι+ τυροπιτάκια	Μπριζόλες με πουρέ +ψωμί+ τυρί+ σαλάτα εποχής	Γιαούρτι	Αυγά τηγανητά +ψωμί+τυρί +σαλάτα βραστή

ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΕΝΟΙΚΩΝ ΤΟΥ ΟΙΚΟΤΡΟΦΕΙΟΥ «ΑΞΙΟΣ» ΣΤΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΠΡΟΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗΣ ΚΑΤΑΡΤΙΣΗΣ ΤΟΥ ΚΕ.ΠΕ.Π. «ΑΓΙΟΣ ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ»

*Παπακυρίδου Ισιδώρα, Κοινωνική Λειτουργός Οικοτροφείου «ΑΞΙΟΣ»
Αργύρογλου Νικόλαος, Ψυχολόγος – Συντονιστής Οικοτροφείου «ΑΞΙΟΣ»*

Από τον Μάιο έως τον Δεκέμβριο του 2007, 4 ένοικοι του οικοτροφείου «ΑΞΙΟΣ» συμμετείχαν στα προγράμματα προεπαγγελματικής κατάρτισης του Εξειδικευμένου Κέντρου Κοινωνικής και Επαγγελματικής Ένταξης «ΑΓΙΟΣ ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ». Πιο συγκεκριμένα, δύο ένοικοι του οικοτροφείου «ΑΞΙΟΣ» (1 άντρας και 1 γυναίκα) συμμετείχαν στο πρόγραμμα «ΓΑΙΑ» **Παραγωγή και διατήρηση προϊόντων με παραδοσιακό τρόπο** και άλλοι δυο (άντρες) στο πρόγραμμα «ΥΑΚΙΝΘΟΣ» **Σχεδιασμός – διαμόρφωση, κατασκευή κήπου & παραγωγή φυτών στο θερμοκήπιο**. Το καθένα από τα προγράμματα είχε διάρκεια 500 ωρών (με μοιρασμένες περίπου τις ώρες θεωρητικής κατάρτισης και πρακτικής άσκησης) και υλοποιούνταν 3 ή 4 πρωινά της εβδομάδας στους χώρους του ΚΕ.ΠΕ.Π. «ΑΓΙΟΣ ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ». Η μετακίνηση των ενοίκων γινόταν συνήθως με το αυτοκίνητο του οικοτροφείου «ΑΞΙΟΣ» και όταν αυτό δεν ήταν εφικτό με ταξί.

Στο πρόγραμμα «ΓΑΙΑ» ασχολήθηκαν με την παρασκευή κρασιού και τσίπουρου, μαρμελάδων, γλυκών κουταλιού, λικέρ, σάλτσας τομάτας, πιπεριών Φλωρίνης, ψητής μελιτζάνας και άλλων ειδών, τα οποία στη συνέχεια για να διατηρηθούν τοποθετούνταν σε γυάλινα βαζάκια ή μπουκάλια, χωρίς

να χρησιμοποιείται κανενός είδους τεχνητό συντηρητικό. Τα προϊόντα αυτά (όλα εξαιρετικής ποιότητας) πουλήθηκαν τόσο σε παζάρια και εορταστικές εκδηλώσεις, όσο και σε συμμετέχοντες στο πρόγραμμα, εργαζόμενους, φίλους και γνωστούς, ενώ και από το οικοτροφείο «ΑΞΙΟΣ» αγοράστηκαν αρκετά είδη για τη διατροφή των ενοίκων.

Στο πρόγραμμα «ΥΑΚΙΝΘΟΣ» αντίστοιχα, ασχολήθηκαν με το πότισμα, το κλάδεμα, την διαμόρφωση και την περιποίηση των κήπων του ΚΕ.ΠΕ.Π. «ΑΓΙΟΣ ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ», καθώς επίσης με την παραγωγή φυτών στο θερμοκήπιο και την μεταφύτευσή τους σε γλάστρες, παρτέρια και κήπους.

Θα πρέπει να σημειωθεί ότι η παρουσία και των 4 ενοίκων του οικοτροφείου μας ήταν εξαιρετική, καθώς επέδειξαν μεγάλο ενθουσιασμό, ζήλο, εργατικότητα και αποδοτικότητα και κέρδισαν την εκτίμηση τόσο των άλλων εκπαιδευόμενων, όσο και όλων των εκπαιδευτών.

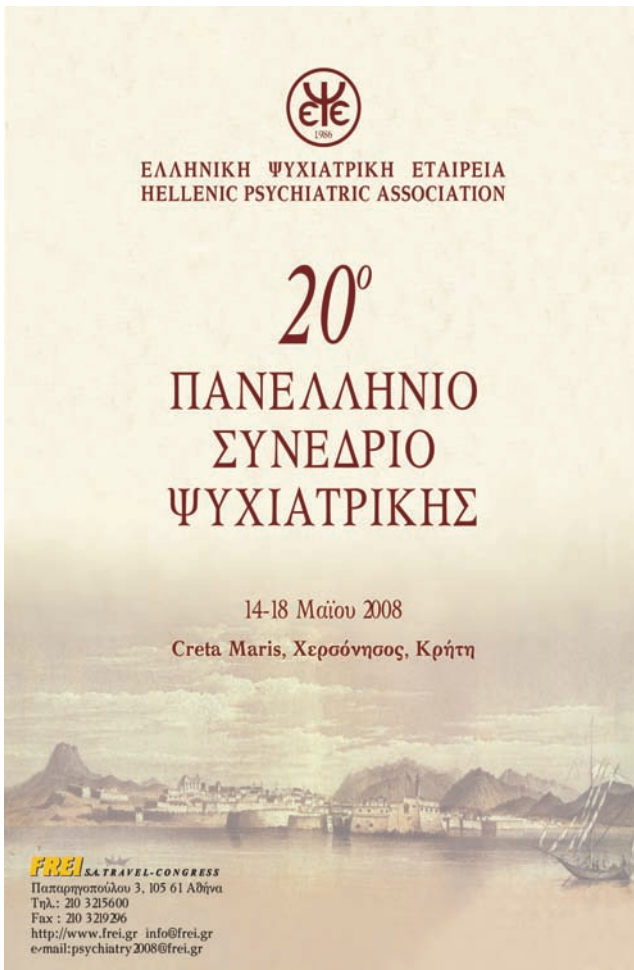
Αξίζει να τονιστεί ο εξαιρετικός σχεδιασμός και οργάνωση των προγραμμάτων, καθώς και η άριστη πραγματικά επιλογή των εκπαιδευτών και των στελεχών υποστηρικτικών υπηρεσιών, που διακρίνονταν για το μεγάλο ενδιαφέρον και το σεβασμό τους για όλους τους εκπαιδευόμενους,

συνέχεια στη σελίδα 11



Συμμετοχή στο 20^ο Πανελλήνιο Συνέδριο Ψυχιατρικής

Χρησίμου Μυρτώ, Διοικητικός



Η Αστική μη Κερδοσκοπική Εταιρία Έρευνας Εκπαίδευσης & Ψυχοκοινωνικής Αποκατάστασης «ΣΥΝΘΕ-ΣΗ» συμμετείχε στο **20ο Πανελλήνιο Συνέδριο Ψυχιατρικής** που διοργάνωσε η Ελληνική Ψυχιατρική Εταιρία (ΕΨΕ) και πραγματοποιήθηκε από 14 έως 18 Μαΐου 2008 στην Χερσόνησο Ηρακλείου Κρήτης.

Η «ΣΥΝΘΕΣΗ» συμμετείχε στις εργασίες του Συνεδρίου με τρεις επιστημονικές εργασίες που συντάχθηκαν από εργαζόμενους και συνεργάτες της, οι οποίοι και παρακολούθησαν τις εργασίες του Συνεδρίου. Οι τρεις αυτές εργασίες, οι οποίες έγιναν δεκτές από την Επιστημονική Επιτροπή του Συνεδρίου ως αναρτημένες (πρόστερ) και προφορικές ανακοινώσεις, είχαν τα παρακάτω θέματα:

- «Περιγραφή της λειτουργίας του Κέντρου Ημέρας « ΕΣΤΙΑ» Θεσσαλονίκης μέσα από τη παρουσίαση της πορείας ασθενούς – μέλους του» Γκαϊταρτζή Χ, Καραγιάννη Μ.(πρακτικά συνεδρίου, σελ 260).
- «Πρόταση για τη δικτύωση των υπηρεσιών ψυχικής υγείας του Ανατολικού Τομέα Θεσσαλονίκης» Τσιλίκας Σ, Λαζαρίδης Β, Ευγενίδου Β, Καραγιάννη Μ, Παπαιωάννου Κ.(πρακτικά συνεδρίου, σελ 271.)
- «Αποκαταστασιακές δραστηριότητες του οικοτροφείου «ΑΞΙΟΣ» Αργύρογλου Ν, Πολυχρονιάδης Ν, Σμπυράκου Α, Παπαδοπούλου Α.(πρακτικά συνεδρίου, σελ 182) στην ενότητα «ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ – ΚΟΙΝΩΤΙΚΗ ΨΥΧΙΑΤΡΙΚΗ»

Σε ομιλία του, ο πρόεδρος της οργανωτικής επιτροπής του συνεδρίου κ. Κονταξάκης εξέφρασε την ικανοποίησή του για την επιτυχία του Συνεδρίου με αριθμούς: 445 Αναρτημένες Ανακοινώσεις, 86 Στογγύλες τράπεζες, 7 Εκπαιδευτικά Σεμινάρια και 117 Προφορικές Ανακοινώσεις, με τη συμμετοχή καταξιωμένων επιστημόνων και επαγγελματιών ψυχικής υγείας.

Συνοπτικά τα θέματα που απασχόλησαν στο συνέδριο περιελάμβαναν τις ενότητες:

- **Διαταραχές του ψυχωτικού φάσματος:** προβληματισμοί σχετικά με τη κατηγοριοποίηση των συναισθηματικών διαταραχών, προβληματισμοί για τη θεραπευτική αντιμετώπιση της διπολικής διαταραχής, σύγχρονη ψυχιατρική ταξινόμηση, εξελίξεις σχετικά με την αιτιοπαθογένεια και την αντιμετώπιση της σχιζοφρένειας, γνωστικές λειτουργίες στη σχιζοφρένεια κ.α.
- **Ψυχιατρική μεταρρύθμιση:** η πορεία της ψυχιατρικής μεταρρύθμισης, το πρόγραμμα «Ψυχαργώς», το πείραμα της Κρήτης κ.α.
- **Τομεοποίηση:** εκτιμήσεις και προοπτικές για τη πορεία της ψυχιατρικής μεταρρύθμισης στην Ελλάδα και τη τομεοποίηση, αναγκαία ή υποχρεωτική συνάντηση δημόσιου και ιδιωτικού τομέα κ.α.
- **Ψυχοκοινωνική Αποκατάσταση ψυχωτικά ασθενών:** αξιολόγηση και προοπτικές από την εμπειρία κινητών μονάδων ψυχικής υγείας στο πλαίσιο της δημόσιας υγείας, πρωτοβάθμια ψυχιατρική περίθαλψη σε αγροτικές και νησιωτικές περιοχές από κινητή ψυχιατρική μονάδα, εμπειρία από τη λειτουργία κινητής μονάδας του ιατροπαιδαγωγικού κέντρου του ΨΝΘ, χρόνος και θεραπευτικό συμβόλαιο στην εργασία με ψυχωτικούς ασθενείς σε ένα κέντρο ημέρας, οι ανάγκες και η σημερινή πραγματικότητα για τη ψυχοκοινωνική επαγγελματική αποκατάσταση χρόνιων ψυχωτικών ασθενών κ.α.

Συμμετοχή στο 20^ο Πανελλήνιο Συνέδριο Ψυχιατρικής

- **Ψυχοδυναμικές προσεγγίσεις:** ομαδικοαναλυτική θεραπευτική κοινότητα και θεραπεία ψυχώσεων, σχέση θεραπευμένου – θεραπευτή, βιολογικά και ψυχαναλυτικά δεδομένα στη αποτύπωση της τραυματικής εμπειρίας, η ψυχανάλυση στη κλινική ψυχιατρική κ.α.
- **Δικαιώματα του ψυχικά αρρώστου:** δικαιώματα και θεραπευτική πράξη, το στίγμα κ.α.
- **Η ανάπτυξη του κινήματος οικογενειών στην Ελλάδα και η συμβολή του στη ψυχοκοινωνική αποκατάσταση:** παρουσίαση ομάδων - συλλόγων οικογενειών στο πλαίσιο υπηρεσιών στη κοινότητα κ.α.
- **Ψυχιατρική και σωματικά νοσήματα:** μνήμη - παθολογία και φυσιολογία, νευροαναπτυξιακές διαταραχές στην ενήλι-

κη ζωή, ψυχοογκολογία κ.α.

- **Ψυχιατροδικαστική:** στο χώρο των σωφρονιστικών καταστημάτων, ψυχιατροδικαστική και εξαρτήσεις, αναγκαστική νοσηλεία, η έννοια της ενοχής στη δικαστική ψυχιατρική και στο ποινικό δίκαιο, η ψυχιατρική πραγματογνωμοσύνη κ.α.
- **Παιδοψυχιατρική:** στρες και ευάλωτοι πληθυσμοί, ψυχοπαθολογία της προσχολικής ηλικίας, εισαγγελική παραγγελία για παιδοψυχιατρική εξέταση κ.α.
- **Ψυχογηριατρική:** ψυχιατρική και διαδικασία γήρανσης, η ψυχωσική συπτωματολογία και οι διαταραχές συμπεριφοράς στη τρίτη ηλικία, ψυχοκοινωνικά προβλήματα των ηλικιωμένων κ.α.
- **Ουσιοεξαρτήσεις:** νέα δεδομένα στην απεξάρτηση από το οινόπνευμα, νέες

θεραπευτικές προοπτικές για τον αλκοολισμό, το πρόβλημα της συνοσηρότητας κ.α.

Η συμμετοχή των εργαζόμενων στις μονάδες ψυχοκοινωνικής αποκατάστασης στο Συνέδριο, υπήρξε ευεργετική τόσο για τον εμπλουτισμό των γνώσεων και εμπειριών των ίδιων όσο και για την ανάπτυξη επαφών και διασύνδεσης με άλλους φορείς. Μας δόθηκε η δυνατότητα να γνωστοποιήσουμε τους σκοπούς και τους στόχους της ΑμΚΕ «ΣΥΝΘΕΣΗ» και των επιμέρους αποκαταστασιακών δομών και να επισημάνουμε την επιθυμία συνεργασίας στον ευαίσθητο χώρο της ψυχικής υγείας.

ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΕΝΟΙΚΩΝ ΤΟΥ ΟΙΚΟΤΡΟΦΕΙΟΥ «ΑΞΙΟΣ»

ΣΤΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΠΡΟΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗΣ ΚΑΤΑΡΤΙΣΗΣ ΤΟΥ ΚΕ.ΠΕ.Π. «ΑΓΙΟΣ ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ»

συνέχεια από τη σελίδα 9

την υπευθυνότητα, την συνέπεια και τον επαγγελματισμό τους, καθώς και την υποδειγματική συνεργασία, που είχαν σαν αποτέλεσμα ένα πολύ ευχάριστο και δημιουργικό κλίμα.

Τα οφέλη από την εμπειρία αυτή ήταν πολύ μεγάλα τόσο για τους 4 ενοίκους μας που συμμετείχαν (βελτίωση της αυτοεικόνας και της αυτοπεποίθησής τους, κοινωνικοποίηση – γνωριμία με νέους ανθρώπους, εκμάθηση νέων δεξιοτήτων και εξειδικευμένων γνώσεων στα συγκεκριμένα πεδία, οικονομικές απολαβές), όσο και για τους υπόλοιπους ενοίκους (κινητοποίηση, θετικά πρότυπα). Γι' αυτό άλλωστε αποφασίσαμε από κοινού με τους υπεύθυνους του ΚΕ.ΠΕ.Π. «ΑΓΙΟΣ ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ» και αφού λάβαμε υπόψη τις επιθυμίες και των ίδιων των εκπαιδευομένων, ότι δεν θα έπρεπε να διακοπεί όλη αυτή η προσπάθεια. Έτσι λοιπόν ακόμη και μετά το τέλος των προγραμμάτων τον Δεκέμβριο και οι 4 ένοικοι συνεχίζουν να πηγαίνουν στο ΚΕ.ΠΕ.Π. «ΑΓΙΟΣ ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ» μια φορά την



εβδομάδα και να απασχολούνται με το αντικείμενο τους. Η ενασχόληση εξάλλου των 2 ενοίκων μας με κηπουρικές εργασίες, αποτέλεσε το έναυσμα, μαζί με το μεράκι και την διάθεση μελών του προσωπικού του οικτροφείου «ΑΞΙΟΣ», να διαμορφώσουμε τον δικό μας κήπο και να καλλιεργήσουμε φρούτα και λαχανικά στον αύλιο χώρο του οικτροφείου.

Τέλος, θα θέλαμε να ευχαριστήσουμε θερμά, την κυρία Φαρρά, την κυρία Νικηφορίδου και τον κύριο Καζά από το ΚΕ.ΠΕ.Π. «ΑΓΙΟΣ ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ», για την ευκαιρία που δώσανε στους ενοίκους μας να συμμετέχουν στα προγράμματα και να ζήσουν όλη αυτή την όμορφη και δημιουργική εμπειρία. Τέτοιες εμπειρίες και συνεργασίες δίνουν πραγματικά νόημα και ουσία στις έννοιες της κινητοποίησης και κοινωνικής επένταξης.

Ημερίδα με θέμα: «Προγράμματα Εκπαίδευσης Κοινωνικών Δεξιοτήτων σε Δομές Ψυχοκοινωνικής Αποκατάστασης» στο Κέντρο Ημέρας «ΕΣΤΙΑ»

Γκαϊνταρτζή Χρύσα, Ψυχολόγος

Το προσωπικό του Κέντρου Ημέρας «ΕΣΤΙΑ» διοργάνωσε στις 06/03/08 ημερίδα με θέμα «Προγράμματα Εκπαίδευσης Κοινωνικών Δεξιοτήτων σε Δομές Ψυχοκοινωνικής Αποκατάστασης». Η ημερίδα ήταν αποτέλεσμα προτροπής από την επιστημονικά υπεύθυνη του Κέντρου Ημέρας «ΕΣΤΙΑ» κ. Παπαϊωάννου Καλλιόπη για συζήτηση του προσωπικού των τεσσάρων Μονάδων Ψυχικής Υγείας της Α.μ.Κ.Ε «ΣΥΝΘΕΣΗ» σχετικά με την εκπαίδευση σε κοινωνικές δεξιότητες. Θεωρήθηκε ωφέλιμο να προσκληθούν και εργαζόμενοι από παρόμοια αποκαταστασιακά προγράμματα για ανταλλαγή απόψεων και εμπειριών.

Κοινωνικές Δεξιότητες

Ο όρος «κοινωνικές δεξιότητες» αναφέρεται στα μέσα με τα οποία οι άνθρωποι επικοινωνούν καθημερινά σε κοινωνικές συνθήκες. Οι κοινωνικές δεξιότητες αποκτώνται βαθμιαία μέσα από την μίμηση προτύπων στην ειδική κοινωνική ομάδα στην οποία το άτομο ανήκει, άρα η καταλληλότητά τους καθορίζεται από το συγκεκριμένο κάθε φορά πολιτισμικό πλαίσιο.

Διακρίνονται τρεις τύποι κοινωνικών δεξιοτήτων:

- 1) οι μη λεκτικές δεξιότητες
- 2) οι λεκτικές δεξιότητες
- 3) οι δεξιότητες αυτοφροντίδας

Έκπτωση Κοινωνικών Δεξιοτήτων σε Ψυχωτικούς Ασθενείς

Καθώς η κοινωνική συμπεριφορά μαθαίνεται, διάφορες καταστάσεις μπορεί να διαταράξουν τόσο τη μάθηση όσο και την εκτέλεση των κοινωνικών δεξιοτήτων. Υποστηρίζεται ότι ασθενείς με σχιζοφρένεια παρουσιάζουν έκπτωση σε γνωστικές λειτουργίες, οι οποίες σχετίζονται άμεσα με τον σχεδιασμό και την εφαρμογή των κατάλληλων κοινωνικών συμπεριφορών. Επιπρόσθετα, σε χρόνιους ψυχιατρικούς ασθενείς, η ιδρυματοποίηση, η παρατεταμένη κοινωνική απομόνωση σε ψυχιατρικά άσυλα, συχνά απέφευγε τη μονιμοποίηση της ανικανό-

τητας σε όλα τα επίπεδα της κοινωνικής ζωής. Ακόμη όμως και σε νέους ψυχωτικούς ασθενείς το «στίγμα» που συνοδεύει τις ψυχικές διαταραχές οδηγεί πολλούς «φυσιολογικούς» ανθρώπους να αποφεύγουν να έχουν σχέσεις, να δίνουν εργασία ή να ζουν κοντά σε ψυχικά ασθενείς κι επομένως τους στερεί από την πλήρη συμμετοχή τους στην κοινωνία.

Ελλείμματα κοινωνικής συμπεριφοράς συχνά οδηγούν σε συναισθήματα μοναξιάς, απομόνωσης και απόρριψης, σε κακή εικόνα του εαυτού και μείωση της αυτοεκτίμησης ή ακόμη και σε εμφάνιση ψυχολογικών προβλημάτων, τα οποία με τη σειρά τους επιφέρουν παραπάνω έκπτωση των κοινωνικών δεξιοτήτων, δημιουργείται δηλαδή ένας φαύλος κύκλος.

Παρουσιάσεις Ημερίδας

Η ψυχίατρος κ. Παπαϊωάννου Καλλιόπη καλωσόρισε όλους τους προσκεκλημένους και ευχαρίστησε την κ. Τάσιου Νικολέτα από την 4η Υ.Π.Ε. Μακεδονίας και Θράκης και τον κ. Τοπαλίδη Γεώργιο, Αναπληρωτή Διοικητή της 3ης Υ.Π.Ε. Μακεδονίας και Θράκης για την παρουσία τους στην ημερίδα.

Ο κ. Τοπαλίδης Γεώργιος χαιρέτησε την εκδήλωση και τόνισε τη σημασία του έργου της Α.μ.Κ.Ε «ΣΥΝΘΕΣΗ» στην ψυχοκοινωνική αποκατάσταση και μεταβίβασε το ενδιαφέρον και την ευαισθησία του Υπουργού Υγείας και Κοινωνικής Αλληλεγγύης κου Αβραμόπουλου.

Την ημερίδα προλόγισε ο ψυχίατρος του Κέντρου Ημέρας «ΕΣΤΙΑ» κ. Πολυχρονιάδης Νίκος. Στην ομιλία του με τίτλο: «Προς ένα απαρτιωμένο πρόγραμμα ψυχοκοινωνικής θεραπείας στο Κέντρο Ημέρας «ΕΣΤΙΑ»», συνόψισε την ιστορική πορεία, το παρόν και τις προοπτικές των ψυχοκοινωνικών θεραπευτικών παρεμβάσεων στο Κ.Η.

Στο πρώτο στρογγυλό τραπέζι, ο προσκεκλημένος ομιλητής, ψυχολόγος κ. Κωνσταντινίδης Λευτέρης, έκανε μια 45λεπτη παρουσίαση των βασικών αρχών της Γνωστικής και Συμπεριφορικής Θεραπείας, της φύσης των κοινωνι-

κών δεξιοτήτων και των προγραμμάτων εκπαίδευσης σε κοινωνικές δεξιότητες. Από το Κέντρο Ημέρας «ΕΣΤΙΑ», η κοινωνική λειτουργός κ. Καραγιάννη Μαρία και η ψυχολόγος κ. Γκαϊνταρτζή Χρύσα περιέγραψαν σε 45λεπτη παρουσίαση το δομημένο ομαδικό πρόγραμμα εκπαίδευσης κοινωνικών δεξιοτήτων που υλοποιήθηκε για πρώτη φορά στο Κ.Η. «ΕΣΤΙΑ» από το Μάρτιο έως τον Ιούλιο του 2007. Παρουσίασαν τα πρώτα μετρήσιμα αποτελέσματα της εφαρμογής του προγράμματος και έθεσαν προβληματισμούς προς συζήτηση. Ακολούθησε συζήτηση με ερωτήσεις και σχολιασμούς των παρουσιάσεων.

Το δεύτερο στρογγυλό τραπέζι περιελάμβανε τρεις 15λεπτες παρουσιάσεις από εκπρόσωπους των υπόλοιπων δομών της Α.μ.Κ.Ε «ΣΥΝΘΕΣΗ». Η ψυχολόγος κ. Κυριακίδου Μαρία και η Κοινωνική Λειτουργός κ. Ζαρζοπούλου Αγγελική παρουσίασαν την ομάδα εστίασης στο Κέντρο Ημέρας «ΑΝΑΤΟΛΗ» και επεκτάθηκαν σε σκέψεις και προβληματισμούς από την μέχρι τώρα εφαρμογή της. Από το Οικοτροφείο «ΑΞΙΟΣ», η κοινωνική λειτουργός κ. Παπακυρίδου Ισιδώρα και ο ψυχολόγος κ. Αργύρογλου Νίκος περιέγραψαν την εκπαίδευση των ενοίκων τους σε δεξιότητες αυτόνομης διαβίωσης και σε κοινωνικές δεξιότητες. Τέλος, η κ. Αντωνοπούλου Ανθή, κοινωνική λειτουργός, κ. Χρυσοχοΐδου Παρασκευή, ψυχολόγος και η κ. Σαμαλέκη Κατερίνα, απασχολησιοθεραπεύτρια παρουσίασαν το πρόγραμμα εκπαίδευσης κοινωνικών δεξιοτήτων που εφαρμόζεται στο Οικοτροφείο «ΑΘΩΝΑΣ».

Οι παρουσιάσεις προσέφεραν ερεθίσματα για συζήτηση γύρω από τα προγράμματα εκπαίδευσης κοινωνικών δεξιοτήτων σε μονάδες ψυχοκοινωνικής αποκατάστασης. Η συζήτηση επεκτάθηκε στις δυνατότητες εξειδίκευσης και βελτιστοποίησης των προγραμμάτων προς όφελος των ληπτών. Βέβαια το γενικό συμπέρασμα ήταν η αναγκαιότητα συχνής διοργάνωσης επιστημονικών συναντήσεων ώστε να δίνεται η ευκαιρία ανταλλαγής γνώσεων και εμπειριών.