

# ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΗΣ ΦΡΟΝΤΙΔΑΣ ΦΡΟΝΤΙΣΤΩΝ ΑΣΘΕΝΩΝ ΜΕ ΝΟΣΟ ALZHEIMER



## ΚΕΝΤΡΟ ALZHEIMER

Ψυχολογική Εταιρεία «Ο Νέστωρ»  
Δρασοπούλου 22, 11257 Κοψήλη

Tel.: 210-8235050, 8235180, 8235606, 8235620, Fax: 210-8235002

tsagg@otenet.gr • www.gerontology.gr

• Εισαγωγή .....	4
• Πήξιμο .....	5
• Ντύσιμο .....	6
• Περιποίηση μαλλιών .....	7
• Φαγητό .....	7
• Οδοντική Φροντίδα .....	8
• Τουαλέτα .....	9
• Συμβουλές για τους Φροντιστές.....	10





## ΕΙΣΑΓΩΓΗ

---

Ο ασθενής που πάσχει από τη νόσο Alzheimer, βαθμιαία θα βιώσει δυσκολίες, οι οποίες αφορούν στην προσωπική φροντίδα του.

Στα πρώτα στάδια της νόσου το άτομο που πάσχει από άνοια, μπορεί να χρειαστεί μόνο καθοδήγηση ή μικρή βοήθεια. Στα τελικά στάδια, όμως, οι φροντιστές είναι αυτοί που θα αναλάβουν την ευθύνη για την προσωπική φροντίδα του ασθενή. Συνεπώς αυτή η δύσκολη μεταβολή σηματοδοτεί την απώλεια ανεξαρτησίας του ασθενή.

Αυτό το φυλλάδιο προτείνει τρόπους, για να αντιμετωπίσετε τις δυσκολίες που σχετίζονται με την προσωπική φροντίδα του ασθενή.

Οι φροντιστές γνωρίζουν καλά τις ικανότητες, τους φόβους και τις αντιδράσεις των αγαπημένων τους ασθενών. Πρέπει να είναι διακριτικοί, όταν βοηθούν ή όταν προσπαθούν να πείσουν τον ασθενή να διατηρείται καθαρός και να πραγματοποιεί ορισμένες διαδικασίες (πλύσιμο, ντύσιμο κ.ά.).

Στο φυλλάδιο αυτό θα προσπαθήσουμε να σας δώσουμε ορισμένες απλές οδηγίες και πρακτικές λύσεις, οι οποίες μπορεί να σας διευκολύνουν στο δύσκολο έργο που έχετε κληθεί να αντιμετωπίσετε, ώστε να παρέχετε τη σωστή και την απαραίτητη φροντίδα στον ασθενή σας.

## Η ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΗ ΦΡΟΝΤΙΔΑ ΠΕΡΙΛΑΜΒΑΝΕΙ:

---

1. Πλύσιμο
2. Ντύσιμο
3. Περιποίηση μαλλιών
4. Φαγητό
5. Οδοντική Φροντίδα
6. Τουαλέτα

## Πλύσιμο

Μία από τις πιο δύσκολες διαδικασίες είναι και το πλύσιμο του ασθενή. Επειδή το μπάνιο είναι μια πολύ προσωπική και ιδιωτική διαδικασία, ο ασθενής ίσως εκφράσει τη δυσαρέσκεια ή τον φόβο του με φωνές, αντίσταση και βία. Αυτό συμβαίνει, επειδή ο ασθενής δεν γνωρίζει για ποιον λόγο χρειάζεται να κάνει το μπάνιο του ή δεν έχει την υπομονή ή επειδή ντρέπεται και κρυώνει. Επίσης μπορεί να αγχώνεται, επειδή μένει μόνος του και χρειάζεται την ασφάλεια της παρουσία σας καθ' όλη τη διάρκεια του μπάνιου.

Ως φροντιστής εκμεταλλευτείτε τυχόν ευκαιρία να δείτε τον ασθενή σας τώρα, που είναι γυμνός, για να ελέγξετε αν έχει κοκκινίλες ή εξανθήματα στο σώμα του, τις οποίες χωρίς καθυστέρηση πρέπει να αναφέρετε στον γιατρό του (μπορεί να είναι μια αρχή κατάκλισης κ.ά.).

### Δοκιμάστε τα παρακάτω:

#### 1. Προετοιμάστε το μπάνιο νωρίτερα

- Μαζέψτε ό,τι είναι απαραίτητο (πετσέτες, σφουγγάρια, σαπούνι, σαμπουάν κ.ά.) αρκετή ώρα πριν τη διαδικασία -με τη βοήθειά του, αν είναι επικτό-, ώστε εσείς και ο ασθενής να εστιάζετε την προσοχή σας στη δουλειά του πλυσίματος. Να τοποθετείτε τα απαραίτητα μέσα στο μπάνιο, αν γίνεται πάντα στην ίδια θέση, πριν ξεκινήσει η διαδικασία του πλυσίματος.
- Ελέγξτε τη θερμοκρασία του δωματίου διασφαλίζοντας ότι δεν είναι πολύ κρύο.

#### 2. Κάντε τον χώρο του μπάνιου ένα ασφαλές περιβάλλον

Για να αποφύγετε ατυχήματα και πτώσεις, η τοποθέτηση ειδικών στηριγμάτων (χερουλιών) στον τοίχο και πλάι στην μπανιέρα, αντιολισθητικών χαλιών στο πάτωμα και στο μπάνιο, καθώς και η χρήση μιας προσαρμοζόμενης καρέκλας μπάνιου είναι απαραίτητα.

#### 3. Προάγετε στον ασθενή την αίσθηση ότι έχει τον έλεγχο όλων όσα συμβαίνουν

Να βοηθάτε και εσείς, αλληλά να συμμετέχει και ο ασθενής στη διαδικασία.

Να ενθαρρύνετε την ανεξαρτησία του ασθενή, θυμίζοντάς του το επόμενο βήμα στη διαδικασία του πλυσίματος π.χ. να χρησιμοποιήσει το σαπούνι, να πλύνει ορισμένα μέρη του σώματος, να ξεπλυθεί με σκέτο νερό κ.ά.

Αν τον πλένετε εσείς και εκείνος δεν μπορεί να συμμετέχει, τότε δώστε του να κρατάει το σαμπουάν, το σφουγγάρι κ.ά.

Καλό είναι, επίσης, να παρατηρήσετε ποιον τρόπο πλυσίματος προτιμά (μπανιέρα ή ντους) και ποια μπορεί να θεωρεί ότι είναι η πλέον κατάλληλη ώρα για το μπάνιο του.

#### 4. Σεβαστείτε την αξιοπρέπειά του

Μερικοί άνθρωποι δεν αισθάνονται άνετα, όταν είναι γυμνοί. Αφήνοντας τον άνθρωπο να κρατά μια πετσέτα μπροστά του την ώρα του μπάνιου ίσως αυτό μειώσει την ανησυχία του και την ντροπή του.

#### 5. Μην ανησυχείτε για τη συχνότητα του μπάνιου

Καλό θα ήταν να κάνει μπάνιο καθημερινά. Δεν επιβάλλεται, όμως, ούτε είναι αναγκαίο, εφόσον δεν το επιθυμεί.

Στις ενδιάμεσες ημέρες του μπάνιου ή του ντους, το φρεσκάρισμα με σφουγγάρι είναι ιδανική λύση. Μπορεί να διαπιστώσετε, επίσης, ότι κάποιες συγκεκριμένες ώρες της ημέρας ο ασθενής σας δέχεται ευκολότερα να κάνει μπάνιο.

Αν, τέλος, το μπάνιο δημιουργεί εντάσεις, είναι προτιμότερο να πλένετε ορισμένα μέρη του σώματος σταδιακά κατά τη διάρκεια της ημέρας, χωρίς να τον αναγκάζετε να μπει στην μπανιέρα ή στην ντουζίερα.



## 6. Να είστε φιλικό και τρυφερό

Το δέρμα των ανθρώπων με νόσο Alzheimer μπορεί να είναι πολύ ευαίσθητο. Γι' αυτό είναι προτιμότερο να το στεγνώνουμε αγγίζοντας αργά και απαλά την πετσέτα σε διάφορα σημεία του δέρματος.

Ίσως ο άνθρωπός σας να θέλει να σκουπιστεί μόνος του. Αφήστε τον· πάντα όμως προσέχοντας να σκουπίζει καλά τα σημεία του σώματος που έχουν πτυχές. Καθοδηγήστε τον με γλυκό και ήπιο τρόπο, επιβραβεύοντας την προσπάθεια κάθε τόσο. Μπορεί να δημιουργηθούν κοκκινίλες και τραύματα, στην περίπτωση που ορισμένα σημεία του σώματος δεν αερίζονται ή δεν σκουπίζονται καλά.

## 7. Να είστε ελαστικοί

Το πιο δύσκολο από όλα μπορεί να είναι το λούσιμο των μαλλιών.

Αν είναι, τότε χρησιμοποιήστε σφουγγάρι για το σαπούνισμα των μαλλιών, εφόσον είναι κοντά κουρεμένα -εξάλλου καλό είναι το συχνό και κοντό κούρεμα, διότι η περιποίησή του είναι πιο εύκολη και ξεπλύνετε στον νιπτήρα, ώστε να πέφτει λιγότερο νερό στο πρόσωπο.

Ειδικά ως προς την περιποίηση των μαλλιών ίσως είναι προτιμότερο να έρχεται κάποια κομμώτρια στο σπίτι, η οποία θα έχει ενημερωθεί για την ασθένεια. Ίσως τη δεχτεί καλύτερα, γιατί θα καταλάβει πιο εύκολα ότι κουρευόταν και πριν την ασθένειά του.

## Ντύσιμο

Η εξωτερική εμφάνιση σίγουρα συμβάλλει στην αυτοπεποίθηση όλων μας. Σκεφτείτε πόσο συμβάλλει στον ίδιο τον ασθενή. Η ώρα διαλογής των ρούχων πιθανώς αποβεί εξοργιστική στιγμή, επειδή ο ασθενής ίσως να μην θυμάται πώς πρέπει να ντυθεί ή ίσως αισθάνεται πολύ δύσκολο έργο την επιλογή ρούχων και γενικά την όλη διαδικασία.

Πρέπει να προσπαθήσετε να κάνετε τη διαδικασία του ντυσίματος μια ευχάριστη δραστηριότητα για τον ασθενή. Ίσως να μην αντιλαμβάνεται το κρύο και τη ζέση όπως εσείς, γι' αυτό καλό είναι να απομακρύνετε οποιοδήποτε ακατάλληλο για την εποχή ρούχο.

## Για να βοηθήσετε στο ντύσιμο

### 1. Περιορίστε τις επιλογές

Για να αποτραπεί το άγχος ή η σύγχυση από την επιλογή ρούχων, προσφέρετε δύο παντελόνια/φούστες και δύο πουκάμισα/μπλουζες. Φροντίστε να έχετε πάντοτε στις ντουλάπες λίγα ρούχα και όχι περιττά.

### 2. Οργανώστε τη διαδικασία του ντυσίματος

Απλώστε τα ρούχα στη σειρά που πρέπει να φορεθούν ή δώστε κάθε ρούχο ένα-ένα δίνοντας απλές και σύντομες οδηγίες, όπως: «Βάλε την μπλουζα σου» παρά «Ντύσου!». Μην βιάζεστε.

Δεν θα επιτύχετε τίποτα παραπάνω· αντίθετα, θα δημιουργήσετε άγχος σε εσάς και στον ίδιο τον ασθενή.

### 3. Διαλέξτε άνετα και απλά ρούχα

Πουκάμισα και μπλουζες που κουμπώνουν μπροστά αντί για πουλόβερ είναι οι καλύτερες επιλογές ρούχων. Αντικαταστήστε με αυτοκόλλητα κουμπώματα τη θέση των κουμπιών, φερμουάρ κ.ά. Επίσης σιγουρευτείτε ότι τα παπούτσια είναι άνετα και δεν γλιστρούν.

#### 4. Να είστε ελαστικοί

Στην περίπτωση που ο ασθενής επιμένει να φορά τα ίδια ρούχα, προμηθευτείτε τα εις διπλούν ή διαθέστε παρόμοιες επιλογές ρούχων. Επίσης, μπορεί να επιθυμεί να φορέσει στρώσεις ρούχων- τότε καλό θα είναι να εκφράσετε τον θαυμασμό και όχι την κριτική σας.

Την ίδια διακριτικότητα πρέπει να επιδείξετε και όταν φορέσει κάποιο ρούχο ανάποδα. Να είστε ελαστικοί, αν η επιθυμία τους δεν είναι επιζήμια για τον οργανισμό του.

## Περιποίηση μαλλιών

---

Ο ασθενής πιθανώς να έχει ξεχάσει πώς να χτενίσει τα μαλλιά του, να περιποιηθεί τα νύχια του και να ξυρισθεί. Υπάρχει και η πιθανότητα να φοβάται τα εργαλεία περιποίησης, όπως τα ξυράφια και τους νυχοκόπτες.

## Δοκιμάστε τα παρακάτω

---

### 1. Διατηρήστε ρουτίνες περιποίησης

- Αν ο ασθενής συνήθιζε πάντοτε να πηγαίνει στο κομμωτήριο ή στο κουρείο, συνεχίστε να το κάνετε, πηγαίνοντας μαζί του. Στην περίπτωση που ο ασθενής δεν μπορεί να μετακινηθεί, τότε κανονίστε το ραντεβού να γίνει στο σπίτι. Επίσης, ενθαρρύνετε τη χρήση των αγαπημένων καλλυντικών του και των ειδών τουαλέτας που χρησιμοποιούσε και παλιά.

### 2. Κάνετε μαζί του τα ίδια και εσείς

Χτενίστε τα μαλλιά σας και ενθαρρύνετε τον ασθενή να κάνει το ίδιο με εσάς (να μιμηθεί τις κινήσεις σας).

### 3. Χρησιμοποιήστε απλά προϊόντα περιποίησης

Κάποια αντικείμενα που κυκλοφορούν στην αγορά, ίσως τρομάξουν τον ασθενή, όπως οι ηλεκτρικές ξυριστικές μηχανές, οι λεπίδες κ.ά.

Να χρησιμοποιείτε πάντα τα προϊόντα περιποίησης που χρησιμοποιούσε ο ασθενής πριν αρρωστήσει.

## Φαγητό

---

Η σωστή διατροφή είναι σημαντική για τη διατήρηση δυνατού και υγιούς σώματος. Μια ήρεμη και συστηματική ροή γευμάτων είναι καθυποχαστική για τον ασθενή με άνοια.

Ενθαρρύνετε τον ασθενή σας να βοηθήσει στη διαδικασία της προετοιμασίας του φαγητού και στο στρώσιμο του τραπεζιού. Αυτό τον βοηθάει να νιώθει χρήσιμος και να προετοιμάζεται για το γεύμα του.





## **Όταν βοηθάτε τον ασθενή να φάει:**

---

### **1. Δημιουργήστε ηρεμία και άνεση την ώρα του γεύματος**

Σερβίρετε τα γεύματα σε ήσυχο περιβάλλον μακριά από την τηλεόραση. Το στρώσιμο του τραπέζιου πρέπει να είναι λιτό και να έχει μόνο ό,τι χρειάζεται ο ασθενής για να φάει. Η τοποθέτηση ποτηριών αντικειμένων στο τραπέζι μπορεί να μπερδέψει τον ασθενή και να τον κάνει να νιώσει άβολα.

### **2. Προσφέρετε ένα είδος φαγητού τη φορά**

Μην τοποθετείτε πολλά φαγητά στο πιάτο, ταυτόχρονα, γιατί σίγουρα θα μπερδευτεί. Για παράδειγμα, να σερβίρετε πρώτα τον πουρέ και μετά το κρέας.

### **3. Ενθαρρύνετε την ανεξαρτησία του**

Επιτρέψτε στον ασθενή να φάει σε μπόλι αντί σε πιάτο, με κουτάλι αντί για πιρούνι ή ακόμα και με τα χέρια, αν αυτό επιθυμεί.

### **4. Να είστε σε εγρήγορση σε τυχόν ένδειξη πνιγμού**

Αποφύγετε τα φαγητά που ίσως δυσκολέψουν τον ασθενή να τα καταπιεί. Σκεφτείτε ότι ο ασθενής μπορεί να δυσκολεύεται να καταπίνει ορισμένα φαγητά. Αποφύγετε λοιπόν φαγητά όπως καρότα, μήλα κ.ά. για να τον προφυλάξετε από πνιγμό.

## **Οδοντική φροντίδα**

---

Σωστή στοματική και οδοντική φροντίδα μπορεί να αποτρέψει δυσκολίες την ώρα του γεύματος, πεπτικά προβλήματα και δύσκολες οδοντικές εργασίες. Ωστόσο το βούρτσισμα των δοντιών ίσως αποδειχθεί δύσκολο, επειδή ο ασθενής ίσως έχει ξεχάσει τον τρόπο και το γιατί είναι τόσο σημαντικό να το κάνει.

### **Οι φροντιστές παίζουν κρίσιμο ρόλο**

#### **στη διατήρηση της στοματικής υγιεινής ακολουθώντας απλές διαδικασίες:**

---

### **1. Παρέχετε σύντομες, απλές οδηγίες**

«Πλύνε τα δόντια σου» ίσως είναι δύσκολο να το καταλάβει. Γι' αυτό χωρίστε τη διαδικασία σε βήματα: «Κράτα την οδοντόβουρτσά σου», «Βάλε οδοντόπαστα στην οδοντόβουρτσά σου» και «Πλύνε τα δόντια σου».

### **2. Χρησιμοποιήστε υποδείξεις για το πλύσιμο των δοντιών**

Κρατήστε την οδοντόβουρτσα και δείξτε με τον καθρέφτη στον ασθενή πώς να πλύνει τα δόντια του. Αν δεν το καταφέρει με αυτόν τον τρόπο, βάλτε το χέρι σας επάνω από το δικό του χέρι και απαλά κατευθύνετε την οδοντόβουρτσα.

### **3. Επιμεληθείτε την οδοντική φροντίδα καθημερινά**

Πλύνετε τα δόντια ή τη μασέλα μετά από κάθε γεύμα και εφαρμόστε τη χρήση οδοντικού νήματος καθημερινά. Στην περίπτωση της τεχνητής οδοντοστοιχίας, αυτή θα πρέπει να αφαιρείται κάθε βράδυ και να πλένονται τόσο τα δόντια που υπάρχουν, όσο και ο ουρανίσκος του στόματος.

Παρατηρήστε αν υπάρχουν σημάδια ανησυχίας, μορφασμοί προσώπου ή άρνηση την ώρα του φαγητού. Κάτι από αυτά μπορεί να προδίδει οδοντικό πόνο ή μασέλες που δεν εφαρμόζουν σωστά.

#### **4. Φροντίστε για συστηματικές οδοντιατρικές επισκέψεις**

Η στοματική φροντίδα ρουτίνας είναι σημαντική για υγιή δόντια. Ρωτήστε τον οδοντίατρο για τρόπους και προϊόντα που διευκολύνουν τη φροντίδα των δοντιών.

## **Τουαλέτα**

---

Συχνά ο ασθενής έχει ακράτεια διότι: δεν αναγνωρίζει φυσικές παρορμήσεις, δεν θυμάται πού είναι η τουαλέτα και αγνοεί τυχόν παρενέργειες των φαρμάκων που καταναλώνει. Αναζητήστε ιατρική βοήθεια για τη διευκρίνιση των αιτίων ακράτειας.

### **Πραγματοποιήστε τις παρακάτω προτάσεις που ίσως βοηθήσουν τον φροντιστή να χειριστεί την ακράτεια**

---

- 1. Εξασφαλίστε τον σωστό εντοπισμό του χώρου. Απομακρύνετε εμπόδια που τυχόν υπάρχουν στην πρόσβαση για την τουαλέτα.**  
Ελέγξτε εάν τα ρούχα του βγαίνουν εύκολα. Απομακρύνετε από τον διάδρομο που οδηγεί στην τουαλέτα, αντικείμενα η έπιπλα.
- 2. Προνοήστε για εμφανή σήματα:**  
Η ανάρτηση μιας εικόνας ή αφίσας έξω από την τουαλέτα ίσως διευκολύνει την εύρεσή της από τον ασθενή. Ακόμη, η τοποθέτηση χρωματιστών χαλιών στο πάτωμα του μπάνιου και στο καπάκι του καθίσματος κάνουν τη τουαλέτα να ξεχωρίζει.
- 3. Να υπενθυμίζεται στον ασθενή τακτικά το ζήτημα της τουαλέτας**  
Ενθαρρύνετε τον ασθενή να πηγαίνει σε τακτικά διαστήματα στην τουαλέτα. Παρατηρήστε τυχόν μορφασμούς προσώπου, τρόπο βαδίσματος (είδος των κινήσεων) που σηματοδοτούν την ανάγκη τουαλέτας.
- 4. Παρακολουθήστε την ακράτεια**  
Προσδιορίστε πότε συμβαίνουν ατυχήματα και προγραμματιστείτε ανάλογα. Για παράδειγμα, αν τα ατυχήματα προκύπτουν κάθε δύο ώρες, βεβαιωθείτε προηγουμένως ότι θα πάει τουαλέτα. Μειώστε την κατανάλωση-λήψη υγρών το απόγευμα, συνήθως μετά τις 6.00, για να είναι υπό έλεγχο η βραδινή ακράτεια ή προγραμματίστε επισκέψεις στην τουαλέτα κατά τη διάρκεια της νύχτας.
- 5. Μελετήστε τα προϊόντα ακράτειας που υπάρχουν στην αγορά**  
Στις περιπτώσεις ατυχημάτων η χρήση αδιάβροχων καλυμμάτων κάτω από τα σεντόνια ίσως φανεί χρήσιμη. Επίσης η τοποθέτηση σερβιέτας μέσα από τα ρούχα είναι πολύ καλή λύση στην αρχή. Αν, τέλος, ο ασθενής δεν μπορεί να ελέγξει την ακράτεια, φορέστε του πάνες - βρακάκια, πάντα κρατώντας στάση καθησυχασμού, η οποία σίγουρα μειώνει το αίσθημα της ντροπής.





## ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ ΓΙΑ ΤΟΥΣ ΦΡΟΝΤΙΣΤΕΣ

---

1. Προσαρμοστείτε στις ανάγκες, ρουτίνες και προτιμήσεις του ασθενή.
2. Βοηθήστε τον ασθενή να παραμένει ανεξάρτητος όσο είναι δυνατόν.
3. Να είστε ελαστικοί μαζί του.
4. Πειραματιστείτε με καινούργιες προσεγγίσεις.
5. Εξετάστε τη χρήση διάφορων ειδών προσωπικής φροντίδας, όπως οδοντόβουρτσες ή καρέκλες μπάνιου.
6. Αποφύγετε τη βιασύνη στη διάρκεια μιας προσωπικής φροντίδας του ασθενή.
7. Απλοποιήστε πολλαπλές διαδικασίες.
8. Παρατηρήστε και κατανοήστε τη γλώσσα του σώματος του ασθενή.
9. Καθοδηγήστε τον ασθενή στις διαδικασίες βήμα προς βήμα.
10. Προσφέρετε ενθάρρυνση, επιβεβαίωση, έπαινο και υποστήριξη.
11. Να έχετε υπομονή, κατανόηση και ευαισθησία.
12. Να θυμάστε πάντοτε ότι για όλα όσα κάνει, δεν φταίει αυτός, αλλά η αρρώστια του.
13. Αν ήταν υγιής, ποτέ δεν θα του προσφέρατε τόσο πολλή και με τόσο τακτ και ευγένεια, όσο τώρα που είναι ασθενής.



## Ψυχογериατρική Εταιρεία «Θ Νέστορ»

Ελληνική Γериατρικό και Παιδιατρικό Εταιρεία

Σεργεία Αλληλεβοήθειας Φροντατών Συγγενών Ασθενών με Νόσο Alzheimer και άλλες παθήσεις άνοιας  
Ελληνική Ψυχογериατρική Εταιρεία

### Κεντρικό Γραφείο

Κωνσταντίνου 23, Αθήνα  
Τηλ.: 210-3811612, 3811604  
Fax: 210-3849317

### Κέντρο Alzheimer

Δρασοπούλου 22, 11257 Αθήνα (Κυψέλη)  
Τηλ.: 210-8235050, 8235180, 8235606, 8235620  
Fax: 210-8235002

### Ψυχογериατρικό Οικοτροφείο Αθήνας

Ι. Σουλίου 12, Αθήνα  
Τηλ.: 210-6484526, 6461938  
Fax: 210- 6464526

### Ψυχογериατρικό Οικοτροφείο

Χαλάνδριου  
Αλκίονος 4, Χαλάνδρι  
Τηλ.: 210-6828635, 6828948  
Fax: 210-6828835

### Κέντρο Ημέρας

Ηθ. Ζερβού 94, Αθήνα/Πατήσια, Αγ. Ελευθέριος  
Τηλ.: 210-2288515, 2288551, 2285585  
Fax: 210-2285524

Τηλεφωνική Γραμμή Βοήθειας για την Άνοια  
210-3903678

Το Κέντρο Alzheimer (Άνοιας) εντάσσεται στο Εθνικό Προγραμμα «Υγεία-Πρόνοια» 2000-2006, στον Άξονα Προτεραιότητας 2 «Ψυχική Υγεία», στο Μέτρο 2.3 «Ενέργειες πρόληψης-ανάχωσης της κοινωνικής αλληλεγγύης και κοινωνικοοικονομικής (επι)ένταξης», με συγχρηματοδότηση 75% από το Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο (Ε.Κ.Τ.) και 25% από το Υπουργείο Υγείας και Κοινωνικής Αλληλεγγύης.

ΠΑΡΟΧΟΦΟΡΙΣΕ για το Ε.Π. «Υγεία-Πρόνοια» 2000-2006  
Διαχειριστική Αρχή του Ε.Π. «Υγεία-Πρόνοια» 2000-2006  
Πατισίων και Γλυκερίου 7Α, 10677 Αθήνα  
Τηλ.: 210-3307140, website: [www.ygeia-pronoia.gr](http://www.ygeia-pronoia.gr)

Ελληνική Δημοκρατία  
Υπουργείο Υγείας και Κοινωνικής Αλληλεγγύης



Ευρωπαϊκή Ένωση  
Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο

