

Τρίτη Ηλικία

- ▶ Στην ομάδα της Τρίτης Ηλικίας συμπεριλαμβάνονται άτομα άνω των 65 ετών, άντρες και γυναίκες, οι οποίοι βιολογικά εισέρχονται στο τελευταίο στάδιο της ενήλικης ζωής τους. Αυτό βέβαια δε σημαίνει ότι οι ηλικιωμένοι πολίτες δεν σταματούν να εργάζονται ή να είναι ενεργοί πολίτες σε όλο το φάσμα της κοινωνικής ζωής.

Τρίτη Ηλικία

- ▶ Οι ηλικιωμένοι συγκαταλέγονται στις ευπαθείς ομάδες του πληθυσμού λόγω κυρίως των προβλημάτων υγείας που αντιμετωπίζουν και αυτά τους κάνουν πιο επιρρεπείς στις κοινωνικές μεταβολές και τα φαινόμενα που πλήττουν τις σύγχρονες κοινωνίες.
- ▶ Η περιθωριοποίηση και η μοναξιά αποτελούν παγκοσμίως τα μεγαλύτερα προβλήματα σε συνδυασμό με τη φτώχεια αλλά και πολλές φορές την εξαθλίωση.



Τρίτη Ηλικία

- ▶ Ο ηλικιωμένος πληθυσμός δεν αποτελεί δυσβάσταχτο άχθος για την κοινωνία



Τρίτη Ηλικία

- ▶ Οι ηλικιωμένοι συγκαταλέγονται στις πιο ευάλωτες κοινωνικές ομάδες, οι οποίες έχουν επηρεαστεί σημαντικά από την ελληνική κοινωνικοοικονομική κρίση.

Τρίτη Ηλικία

- ▶ Η ποιότητα ζωής, το εισόδημα και η υγεία των ηλικιωμένων έχουν πληγεί σημαντικά, ενώ η Ελλάδα είναι μια γηράσκουσα χώρα με πολλές οικογένειες να εξαρτώνται από τις συντάξεις των γονέων και των παππούδων προκειμένου να καλύψουν τις ανάγκες τους.

Τρίτη Ηλικία

- ▶ χιλιάδες ηλικιωμένοι μένουν μόνοι τους, χωρίς οικογένεια ή φίλους, μερικές φορές κυριολεκτικά εγκαταλελειμμένοι σε νοσοκομεία ή γηροκομεία και φιλόπρωχα ιδρύματα.

Τρίτη Ηλικία

- ▶ Η πλειοψηφία των μοναχικών ηλικιωμένων πάσχει από σοβαρές γηριατρικές καταστάσεις και εκφυλιστικές ασθένειες,
- ▶ όπως καρδιαγγειακές παθήσεις, διαβήτη τύπου 2,
 - ▶ χρόνια νεφρική νόσο,

Τρίτη Ηλικία

- ▶ χρόνια αναπνευστική νόσο,
 - ▶ χαμηλό βάρος,
- ▶ άνοια και άλλες διαταραχές μνήμης,
- ▶ καθώς και καρκίνο, που καθιστούν τη φροντίδα τους ακόμα πιο δύσκολη και απαιτητική.

Τρίτη Ηλικία

- ▶ Η 2η Παγκόσμια Συνδιάσκεψη για τη Γήρανση το 2002 υιοθέτησε το Διεθνές Σχέδιο Δράσης της Μαδρίτης (Madrid International Plan of Action on Ageing) για την αντιμετώπιση των αναγκών και προκλήσεων πληθυσμού μεγάλης ηλικίας και την προώθηση της ανάπτυξης μιας κοινωνίας για όλες τις ηλικίες χωρίς διακρίσεις

Τρίτη Ηλικία

- ▶ Το Διεθνές Σχέδιο Δράσης αποτελείται από δύο μέρη.
- ▶ Το πρώτο περιλάμβανε μια πολιτική συμφωνία με τη δέσμευση των κυβερνήσεων να υιοθετήσουν κατάλληλη νομοθεσία κατά των διακρίσεων με βάση την ηλικία.

Τρίτη Ηλικία

- ▶ Τα κράτη δήλωναν ότι θα εισαγάγουν μια ηλικιακή προσέγγιση σε όλες τις πολιτικές και προγράμματα κοινωνικής ασφάλισης, παροχών υγείας και κοινωνικής μέριμνας.



Τρίτη Ηλικία

- ▶ Το δεύτερο μέρος περιλάμβανε το ίδιο το Διεθνές Σχέδιο Δράσης, το οποίο και δομείτο σε κατευθύνσεις προτεραιότητας.
- ▶ Η πρώτη εξ' αυτών με θέμα οι ηλικιωμένοι και η ανάπτυξη, αναφέρονταν σε ζητήματα όπως αστικοποίηση, ανάπτυξη περιφερειών και ευκαιρίες εργασίας.

Τρίτη Ηλικία

- ▶ Η δεύτερη κατεύθυνση προτεραιότητας ήταν η υγεία και οι ηλικιωμένοι, όπου θίγονταν θέματα όπως
 - ▶ βελτίωση δομών υγειονομικής περίθαλψης,
 - ▶ αναπηρία και ως συνεπακόλουθο προσβασιμότητα,
 - ▶ αλλά και ανάγκη επενδύσεων στον τομέα της υγείας.

Τρίτη Ηλικία

- ▶ Η τρίτη κατεύθυνση προτεραιότητας αφορούσε την εξασφάλιση ενός υποστηρικτικού περιβάλλοντος που περιλάμβανε τη μεταφορά, το ζήτημα της έλλειψης υποδομών κατάλληλων για άτομα μειωμένης κινητικότητας.
- ▶ Σχετικές είναι δύο ακόμη Αποφάσεις της Γεν. Συνέλευσης που υιοθέτησε το 2012, η Απόφαση 67/139 και η 67/143 με θέμα " Προς ένα συνεκτικό και συνολικό διεθνές νομικό κείμενο για την προώθηση και την προστασία των δικαιωμάτων και της αξιοπρέπειας των ηλικιωμένων ατόμων"

Τρίτη Ηλικία

- ▶ Πώς θα καταφέρουν τα άτομα αυτά να «γεράσουν επιτυχημένα» μέσα από την υιοθέτηση ενός υγιούς, δημιουργικού και δραστήριου τρόπου ζωής;
- ▶ Η εκπαίδευση μπορεί να συνεισφέρει:
- ▶ Διαβίου προγράμματα εκπαίδευσης τρίτης ηλικίας:
- ▶ «Προληπτική ιατρική», «Εισαγωγή στην Πληροφορική» «Κατασκευή κοσμήματος», «Εικαστικό Εργαστήριο», «Σχέσεις στην οικογένεια», « Τοπική Ιστορία» , «Ήπια γυμναστική»...

Τρίτη Ηλικία

- ▶ Προαπαιτούμενα στοιχεία για μια ορθή στάση:
- ▶ Κατάρρευση της πλάτης και των λοιπών στερεότυπων μυθευμάτων σχετικά με την διαχείριση των προβλημάτων της Τρίτης Ηλικίας.
- ▶ Η Τρίτη Ηλικία σε καμία περίπτωση δεν ετεροπροσδιορίζεται από τις επιμέρους δυσκολίες που αντιμετωπίζει.

Τρίτη Ηλικία

- ▶ Η πρόκληση για τους συμβούλους που θέλουν να δουλέψουν με άτομα τρίτης ηλικίας σχετίζεται με:
 1. Την πληροφόρηση για τα συγκεκριμένα χαρακτηριστικά αυτής της ομάδας
 2. Πληροφόρηση για τα συγκεκριμένα ζητήματα που προκύπτουν για αυτές τις ομάδες, την οικογένειά τους και τους φίλους τους

Τρίτη Ηλικία

- ▶ 3. Οι υπηρεσίες και τα προνόμια που μπορούν να απολαμβάνουν
- ▶ 4. Ζητήματα νομικής προστασίας που σχετίζονται με αυτή την ηλικία

Τρίτη Ηλικία

5. Επαγγελματικά ενδιαφέροντα

6. Η εκάστοτε οικογενειακή δυναμική που μπορεί να λειτουργήσει βοηθητικά

7. Γνώση των κοινωνικών αντιλήψεων σχετικά με τα άτομα τρίτης ηλικίας

Τρίτη Ηλικία

- ▶ 8. Προοπτικές θανάτου
- ▶ 9. τεχνικές συμβουλευτικής που μπορούν να είναι αποτελεσματικές και σχετικές με συγκεκριμένες εμπειρίες που βιώνουν τα άτομα της τρίτης ηλικίας
- ▶ Η καλή γνώση των παραπάνω ζητημάτων
- ▶ Αποτελεσματική συμβουλευτική παρέμβαση

Υπηρεσίες και προγράμματα κοινωνικής φροντίδας

- ▶ 1. Κέντρα Ανοικτής Προστασίας Ηλικιωμένων (Κ.Α.Π.Η.)
- ▶ Τα Κ.Α.Π.Η. παρέχουν υπηρεσίες για ηλικιωμένους σε τοπικό επίπεδο. Σε αυτά λειτουργούν λέσχες, ψυχαγωγικά προγράμματα και διάφορες ιατροκοινωνικές υπηρεσίες. Γίνονται δεκτά άτομα 60 ετών και άνω που είναι κάτοικοι του Δήμου στον οποίο λειτουργεί Κ.Α.Π.Η.

Τα προγράμματα «Βοήθεια στο σπίτι»


- ▶ Το πρόγραμμα προσφέρει ιατρική φροντίδα με επισκέψεις στα σπίτια, νοσηλευτικές υπηρεσίες και φυσικοθεραπεία, κοινωνική εργασία με άτομα, ομάδες και κοινότητα, κοινωνική εργασία με την οικογένεια. Σημαντικές επίσης παροχές για τον ηλικιωμένο είναι οι πρακτικές εξυπηρετήσεις όπως: εξόφληση λογαριασμών, ψώνια, μαγείρεμα, βασική καθαριότητα του σπιτιού.

Οι Λέσχες Φιλίας

- ▶ Οι Λέσχες Φιλίας του Δήμου Αθηναίων είναι θεσμός που εξυπηρετεί ανάγκες ατόμων μεγαλύτερης ηλικίας που είναι δημότες και κάτοικοι της Αθήνας. Ιδρύθηκαν το 1985. Στόχο έχουν να προσφέρουν σε ηλικιωμένα άτομα φροντίδα και υποστήριξη, ψυχαγωγία και δημιουργική απασχόληση, κοινωνικές υπηρεσίες και προληπτική φροντίδα υγείας.

Πρόγραμμα Φιλία σε κάθε Ηλικία: Για την καταπολέμηση της μοναξιάς και της κοινωνικής απομόνωσης των ηλικιωμένων

- ▶ Το Ινστιτούτο «Prolepsis» υλοποιεί το νέο πρόγραμμα Φιλία σε κάθε Ηλικία για την αντιμετώπιση της κοινωνικής απομόνωσης και της μοναξιάς των ηλικιωμένων σε συνεργασία με τον διεθνή οργανισμό Les Petits Frères des Pauvres (PFP). Το πρόγραμμα Φιλία σε κάθε Ηλικία περιλαμβάνει τη δημιουργία ομάδων εθελοντών σε επίπεδο τοπικής κοινωνίας-γειτονιάς.

- 
- ▶ Οι ομάδες εθελοντών παρέχουν υποστήριξη στους ηλικιωμένους μέσα από:
 - ▶ Τηλεφωνική επικοινωνία ή επισκέψεις κατ' οίκον σε εβδομαδιαία βάση,
 - ▶ διοργάνωση συλλογικών δραστηριοτήτων,
 - ▶ εκδηλώσεων δράσεων,

ΣΤΌΧΟΣ

- ▶ καταπολέμηση της μοναξιάς και της κοινωνικής απομόνωσης των ηλικιωμένων μέσα από την ανθρώπινη επαφή και τη δημιουργία δεσμών φιλίας, την ενίσχυση της αυτοπεποίθησης των ηλικιωμένων καθώς και την ανάδειξη των αναγκών και των προβλημάτων της Τρίτης Ηλικίας.

Εθνική Τηλεφωνική Γραμμή SOS 1065


- ▶ Η παροχή φροντίδας, προστασίας και ψυχολογικής στήριξης στους ηλικιωμένους ηλικίας άνω των 65 ετών και η προώθηση των δικαιωμάτων τους αφού οι ίδιοι δεν έχουν τη δυνατότητα ή τα μέσα να αυτοπροστατευθούν, συμβουλευτική σε ηλικιωμένους, στα παιδιά τους ή/και το συγγενικό τους περιβάλλον καθώς και συμβουλευτική σε ηλικιωμένους για νομικά ζητήματα.

Κέντρα ημερήσιας φροντίδας ηλικιωμένων - Κ.Η.Φ.Η

- ▶ Τα Κ.Η.Φ.Η είναι μονάδες ημερήσιας φιλοξενίας ηλικιωμένων ατόμων που δεν μπορούν να αυτοεξυπηρετηθούν απόλυτα (κινητικές δυσκολίες, άνοια, κ.λπ.), των οποίων το οικογενειακό περιβάλλον που τα φροντίζει, εργάζεται ή αντιμετωπίζει σοβαρά κοινωνικά και οικονομικά προβλήματα ή ακόμη και προβλήματα υγείας και αδυνατεί να ανταπεξέλθει στη φροντίδα που έχει αναλάβει.

Κέντρα Ημέρας για άτομα με άνοια

- ▶ Τα Κέντρα Ημέρας Alzheimer, λειτουργούν ως μονάδες ημερήσιας θεραπευτικής φροντίδας ασθενών με Αλτσχάιμερ και άλλες συναφείς διαταραχές.
- ▶ Στόχος τους είναι η οργάνωση και η εφαρμογή ομαδικών και ατομικών θεραπευτικών προγραμμάτων, που διαμορφώνονται πάντα ανάλογα με το στάδιο της νόσου κάθε ασθενή.

- 
- ▶ Όλες οι παροχές των Κέντρων Ημέρας είναι δωρεάν και περιλαμβάνουν: Ιατρείο μνήμης, θεραπείες ενδυνάμωσης νοητικών λειτουργιών (μνήμης, προσοχής, λόγου κ.α.), ατομική και ομαδική δημιουργική απασχόληση, προγράμματα γυμναστικής και άλλες ειδικές θεραπείες (θεραπείες τέχνης, θεραπεία δια αναμνήσεων, λογοθεραπεία, εργοθεραπεία, κ.ά.).

Τρίτη Ηλικία

- ▶ Τα άτομα τρίτης ηλικίας διαφέρουν μεταξύ τους.
- ▶ Ο/η σύμβουλος οφείλει να αναστοχαστεί πρώτα πάνω στις δικές τους αντιλήψεις για την Τρίτη ηλικία και να βεβαιωθεί ότι οι αντιλήψεις του/της και οι παραδοχές είναι οι κατάλληλες για να προβεί σε αντίστοιχη συμβουλευτική παρέμβαση

Τρίτη Ηλικία

- ▶ Χρειάζεται να ενθαρρύνει τόσο τους συμβουλευόμενους όσο και την κοινότητα στην οποία ανήκουν να αναπτύξουν θετικές στάσεις και αντιλήψεις απέναντι στο πέρασμα της ηλικίας
- ▶ Μια υποκείμενη πεποίθηση που μπορεί να βοηθήσει τους συμβούλους σε αυτή τη διαδικασία είναι ότι οι ηλικιωμένοι αποτελούν τη δυνατή ομάδα.
- ▶ **“Older people are the strong ones. They are survivors”.**



Τρίτη Ηλικία

- ▶ Kampfe M. Charline, 2015. Counseling older people, opportunities and challenges. American Counseling Association.
- ▶ <https://ct.counseling.org/2014/03/ages-and-stages/>
- ▶ <http://psychology.iresearchnet.com/counseling-psychology/counseling-process/counseling-the-elderly/>
- ▶ Toner A. M. & Shaden B.B. 2002. Counseling challenges: Working with older clients and caregivers. Contemporary issues in communication science and disorders: CICSD ·



▶ Ευχαριστώ για την προσοχή και τη συνεργασία