

Ο ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΕΡΓΑΖΟΜΕΝΩΝ
Κ.Η.Φ.Η. ΕΛΛΑΔΟΣ

σε συνεργασία με τα

Κ.Η.Φ.Η. Π.Κ.Μ

διοργανώνουν την

2^η Πανελλήνια Ημερίδα
των Κέντρων Ημερήσιας Φροντίδας Ηλικιωμένων

με θέμα

Ποιότητα ζωής των ωφελουμένων στα Κ.Η.Φ.Η.



Κ.Η.Φ.Η. ΔΗΜΟΥ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ
ΚΟΙΝΩΦΕΛΗΣ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΗ
ΔΗΜΟΥ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ
(Κ.Ε.ΔΗ.Θ.)



Κ.Η.Φ.Η.
ΔΗΜΟΥ ΠΑΥΛΟΥ ΜΕΛΑ
ΔΗΜΟΤΙΚΗ ΚΟΙΝΩΦΕΛΗΣ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΗ
ΔΗΜΟΥ ΠΑΥΛΟΥ ΜΕΛΑ ΙΡΙΣ



Κ.Η.Φ.Η. ΔΗΜΟΥ ΑΜΠΕΛΟΚΗΠΩΝ-ΜΕΝΕΜΕΝΗΣ
ΚΟΙΝΩΦΕΛΗΣ ΔΗΜΟΤΙΚΗ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΗ
ΔΗΜΟΥ ΑΜΠΕΛΟΚΗΠΩΝ-ΜΕΝΕΜΕΝΗΣ
(Κ.Δ.Ε.Δ.Α.Μ.)

Κ.Η.Φ.Η. ΔΗΜΟΥ ΝΕΑΠΟΛΗΣ-ΣΥΚΕΩΝ
ΚΟΙΝΩΦΕΛΗΣ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΗ ΥΠΗΡΕΣΙΩΝ
ΔΗΜΟΥ ΝΕΑΠΟΛΗΣ ΣΥΚΕΩΝ
(Κ.Ε.Υ.Ν.Σ.)



Ευρωπαϊκή Ένωση
Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο

ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΚΕΝΤΡΙΚΗΣ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ

ΕΙΔΙΚΗ ΥΠΗΡΕΣΙΑ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗΣ
Ε.Π. Περιφέρειας Κεντρικής Μακεδονίας



Με τη συγχρηματοδότηση της Ελλάδας και της Ευρωπαϊκής Ένωσης

ΤΡΙΤΗ 1/10
10:00-17:00

ΑΙΘΟΥΣΑ ΤΥΠΟΥ
ΚΑΥΤΑΝΖΟΓΛΕΙΟΥ ΣΤΑΔΙΟΥ

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΗΜΕΡΙΔΑΣ

10:30 - 11:00:

Έναρξη

Στα Κ.Η.Φ.Η. γερνάμε αλλιώς

Ομιλία από την κ. **Εμμανουέλα Μαθιουδάκη**,
Νοσηλεύτρια, Πρόεδρο Πανελληνίου Συλλόγου Εργαζομένων
στα Κ.Η.Φ.Η.

11:00 - 11:30:

Χαιρετισμοί

11:35 - 12:00:

Διατροφικές ανάγκες στην τρίτη ηλικία

Ομιλία από τον κ. **Αθανάσιο Τσιούδα**,
Διαιτολόγο - Διατροφολόγο, κάτοχο Μεταπτυχιακού στην
Κλινική Διατροφή

12:00 - 12:15:

Διάλειμμα (λειτουργία μπουφέ)

12:20 - 12:30:

Κοινωνικά Θέματα

Θεατρικό σκετς, από τη Θεατρική Ομάδα Κ.Η.Φ.Η. Δήμου
Παύλου Μελά

12:35 - 13:00:

Έξυπνες ιδέες για πετυχημένα γηρατειά

Ομιλία από την κ. **Μάγδα Τσολάκη**,
Νευρολόγο - Ψυχίατρο - Θεολόγο, Καθηγήτρια Α.Π.Θ.,
Διευθύντρια Α' Νευρολογικής Κλινικής Α.Π.Θ. και Πρόεδρο
της Πανελληνίας Ομοσπονδίας Νόσου Alzheimer και
Συναφών Διαταραχών

13:05 - 13:25:

Ο θεσμός του Κ.Η.Φ.Η., οι υπηρεσίες που παρέχει και ο πολυδιάστατος ρόλος του

Ομιλία από τον κ. **Δημήτριο Τσερπέλη**,
Κλινικό Ψυχολόγο, Υπεύθυνο Κ.Η.Φ.Η. Φιλαδέλφειας
Ν. Χαλκηδόνας

13:30 - 13:50:

Η γιαγιά μου η καλή

Μαθητές του 3^{ου} ΓΕΛ Αμπελοκήπων απαγγέλλουν ποιήματα
και μιλούν, μέσα από τις αναμνήσεις τους, για τον ρόλο των
παππούδων στην ανατροφή τους.
Υπεύθυνη: κ. **Μαρία Μερεχούγια**,
Οικονομολόγος - Εκπαιδευτικός

13:50 - 14:00:

Ποιήματα - Χορωδία

από τους ωφελούμενους αντίστοιχα των Κ.Η.Φ.Η. Δήμων
Νεάπολης - Συκεών & Παύλου Μελά και του Δήμου
Αμπελοκήπων - Μενεμένης

14:05 - 14:20:

Τα οφέλη της γυμναστικής στην τρίτη ηλικία

Ομιλία από την κ. **Ουρανία Τσιχουρίδου**,
απόφοιτη Τ.Ε.Φ.Α.Α., εργαζόμενη στο Τμήμα Μαζικού
Αθλητισμού Δήμου Πυλαίας - Χορτιάτη, Εκπαιδευτικό
εγκύμνασης τρίτης ηλικίας ΚΑΠΗ Πανοράματος

14:20 - 14:30:

Διάλειμμα (λειτουργία μπουφέ)

14:40 - 15:00:

Εμβολιασμοί τρίτης ηλικίας. Προληπτικός έλεγχος - εξετάσεις

Ομιλία από τον κ. **Χαράλαμπο Αντωνίου**,
Γενικό Οικογενειακό Γιατρό Κ.Η.Φ.Η. Δήμου Νεάπολης -
Συκεών

15:00 - 17:00:

Ελεύθερη συζήτηση

ΠΑΡΑΛΛΗΛΕΣ ΔΡΑΣΕΙΣ

Τρόποι ασφαλούς πρόληψης του αύριο. Η πρόληψη των πτώσεων
από την 1^η ΤΟ.Μ.Υ. (Τοπική Μονάδα Υγείας) Νικόπολης

Μέτρηση αρτηριακής πίεσης - Μέτρηση σακχάρου
από την 5^η ΤΟ.Μ.Υ. (Τοπική Μονάδα Υγείας) Σταυρούπολης

Ο ρόλος του πρώτου ανταποκρινόμενου
από την Ε.Δ.ΟΜ.Α.Κ. (Εθελοντική Διασωστική Ομάδα Αντιμετώπισης
Καταστροφών) Δήμου Νεάπολης - Συκεών

Ασκήσεις ενδυνάμωσης μνήμης
από τον Συμβουλευτικό Σταθμό Άνοιας Δήμου Παύλου Μελά