



**Γραφείο Εντεταλμένου Συμβούλου
Κοινωνικής Μέριμνας Περιφέρειας Στερεάς Ελλάδας**

Λαμία, 7 Ιουλίου 2025

**Έναρξη διεξαγωγής ενημερωτικών εκδηλώσεων με τίτλο
«Μνήμη και Υγιής Γήρανση-Μύθοι και Αλήθειες».**

Η Περιφέρειας Στερεάς Ελλάδας με την συνεργασία του «REMIND-Alzheimer Χαλκίδας» εκκινούν την διεξαγωγή σειράς ενημερωτικών εκδηλώσεων με τίτλο «Μνήμη και Υγιής Γήρανση-Μύθοι και Αλήθειες», στο πλαίσιο υλοποίησης του έργου «Διερεύνηση και Χαρτογράφηση των Αναγκών της Τρίτης Ηλικίας στον Τομέα των Προβλημάτων Μνήμης», για την Πράξη «Περιφερειακό Παρατηρητήριο Κοινωνικής Ένταξης Περιφέρειας Στερεάς Ελλάδας - Δομή ΓΕΦΥΡΑ».

Στόχοι των εκδηλώσεων είναι:

- Να αναδειχθούν διαδεδομένες παρερμηνείες και μύθοι για το πώς διατηρείται και προστατεύεται η μνήμη καθώς γηράσκουμε.
- Να παρουσιαστούν επιστημονικά τεκμηριωμένες στρατηγικές πρόληψης και ενίσχυσης των γνωστικών λειτουργιών.
- Να δοθεί η δυνατότητα στο κοινό να συμμετάσχει ενεργά, ενθαρρύνοντας την ανταλλαγή εμπειριών και την υποβολή ερωτήσεων.

Η υλοποίηση του έργου αποτελεί ζωντανό παράδειγμα συνεργασίας της κοινωνίας των πολιτών και των κοινωνικών εταίρων για την ποιότητα ζωής στη τρίτη ηλικία καθώς στοχεύει στην εμπειριστατωμένη χαρτογράφηση της κατάστασης σε περιφερειακό επίπεδο, στην κάλυψη των αναγκών ενημέρωσης, στην αναβάθμιση της φροντίδας αυτών και στη δημιουργία ενός ζωντανού δικτύου συνεργασίας μεταξύ ατόμων μεγαλύτερων ηλικιών και φορέων που εμπλέκονται στην ενδυνάμωσή τους. Στοχεύει δηλαδή στο να φέρει κοντά τα άτομα των μεγαλύτερων ηλικιών, τους περιθάλποντες αυτών και τους επαγγελματίες υγείας, χωρίς την πίεση του φόβου και των στερεοτύπων. Πέραν των ενημερωτικών εκδηλώσεων, το έργο περιλαμβάνει διεξαγωγή έρευνας και αξιοποίηση των τοπικών δεδομένων για την δημιουργία και διάχυση υλικού πρακτικών οδηγιών, ανταλλαγή καλών πρακτικών και αξιολογήσεις μνήμης και διάθεσης σε απομακρυσμένες περιοχές.

Η 1^η εκδήλωση θα διεξαχθεί στη Λαμία την Τετάρτη 9 Ιουλίου και ώρα 19:30 – 21:00 στο Πολιτιστικό Κέντρο του Δήμου Λαμιέων (Λεωνίδου 9-11, 2ος όροφος) και η παρουσίαση θα γίνει από την Πρόεδρο της «REMIND-Alzheimer Χαλκίδας» κα Ευαγγελία Αγγελίδου, MSc Ψυχοθεραπεύτρια Σ.Ψ.Υ. και από την κα Χριστίνα Καλαβρή, MSc, Ψυχολόγο.

Σας απευθύνουμε ανοιχτό κάλεσμα καθώς με την συμμετοχή σας θα καταφέρουμε:

- Να ενισχύσουμε την ευαισθητοποίηση γύρω από τη ψυχική υγεία και την πρόληψη προβλημάτων μνήμης.
- Να συλλέξουμε πολύτιμα δεδομένα που θα αποτελέσουν τη βάση των καλών πρακτικών.

Ευάγγελος Χαϊνάς
Εντεταλμένος Σύμβουλος
Κοινωνικής Μέριμνας Περιφέρειας Στερεάς Ελλάδας

Ακολουθεί αναλυτικό πρόγραμμα εκδηλώσεων.

Πρόγραμμα ενημερωτικών εκδηλώσεων

Τετάρτη 9/7/2025, Λαμία

Τετάρτη 16/7/2025, Κύμη

Τετάρτη 10/9/2025, Ψαχνά

Σάββατο 13/9/2025, Σκύρος

Τετάρτη 17/9/2025, Ερέτρια

Σάββατο 20/9/2025, Χαλκίδα

Τετάρτη 24/9/2025, Αλιβέρι

Σάββατο 27/9/2025, Καρπενήσι

Κυριακή 28/9/2025, Φουρνά

Σάββατο 4/10/2025, Αμφίκλεια

Τετάρτη 8/10/2025, Καμένα Βούρλα

Σάββατο 18/10/2025, Γαλαξίδι

Κυριακή 19/10/2025, Λιδωρίκι

Τετάρτη 22/10/2025, Προκόπι,

Τετάρτη 22/10/2025 Μαντούδι

Σάββατο 1/11/2025 Αμφισσα

Κυριακή 2/11/2025, Ιτέα

Τετάρτη 5/11/2025, Θήβα

Τετάρτη 12/11/2025, Λίμνη

Σάββατο 15/11/2025, Αιδηψός

Κυριακή 16/11/2025, Ιστιαία

Σάββατο 29/11/2025, Ορχομενός

Κυριακή 30/11/2025, Λιβαδειά

Σάββατο 6/12/2025, Κάρυστος

Τετάρτη 10/12/2025, Σχηματάρι