



Δελτίο τύπου

Επιστημονικά τεκμηριωμένες συνήθειες
των ανθρώπων που μεγαλώνουν όμορφα-
Έργο Ageing Well

ΚΥΚΛΟΦΟΡΙΑ ΕΡΓΑΛΕΟΘΗΚΗΣ

Με ενθουσιασμό παρουσιάζουμε την Εργαλειοθήκη 'Μεγαλώνω Όμορφα', μια συνεκτική πηγή πληροφοριών και μεθόδων που έχει σχεδιαστεί για να ενισχύσει την ευημερία και την ανθεκτικότητα των ενηλίκων ηλικίας 65 ετών και άνω.

Η εργαλειοθήκη, που αναπτύχθηκε μέσω εκτεταμένης έρευνας σε πολλές ευρωπαϊκές χώρες, προσφέρει πρακτικές στρατηγικές και εργαλεία για την υποστήριξη της ενεργού γήρανσης και τη βελτίωση της συνολικής ποιότητας ζωής.



ΟΜΑΔΕΣ ΕΣΤΙΑΣΗΣ ΓΙΑ ΤΗ ΘΕΤΙΚΗ ΓΗΡΑΝΣΗ

Την άνοιξη, το πρόγραμμα AgeingWell διεξήγαγε ομάδες εστίασης σε έξι ευρωπαϊκές χώρες, συγκεντρώνοντας πληροφορίες από τους ηλικιωμένους σχετικά με τις εμπειρίες και τις αντιλήψεις τους για τη γήρανση. Οι εκθέσεις από την Ελλάδα, την Κύπρο, την Ελβετία, τη Γαλλία, την Ισπανία και την Τσεχική Δημοκρατία αποκαλύπτουν τόσο κοινά θέματα όσο και μοναδικές προοπτικές για το τι σημαίνει να μεγαλώνει κανείς όμορφα.

Οι γνώσεις αυτές θα αποτελέσουν τη βάση και θα καθοδηγήσουν την ανάπτυξη των περαιτέρω αποτελεσμάτων του έργου για την υποστήριξη των φροντιστών και των ηλικιωμένων.

ΟΙ ΑΠΟΨΕΙΣ ΤΩΝ ΦΡΟΝΤΙΣΤΩΝ: ΠΡΟΚΛΗΣΕΙΣ ΚΑΙ ΚΙΝΗΤΡΑ



Το 2024, συγκεντρώθηκαν επίσης πληροφορίες από τους φροντιστές σε έξι ευρωπαϊκές χώρες. Μέσω ερωτηματολογίων, διερευνήθηκαν τα κίνητρα, οι ευθύνες, οι προκλήσεις και η υποστήριξη που χρειάζονται.

Οι περισσότεροι φροντιστές νιώθουν έντονη επιθυμία να στηρίξουν τα μέλη της οικογένειας, ιδίως στην Ελλάδα, την Ισπανία και την Κύπρο. Όμως επιφορτίζονται με ένα ευρύ φάσμα καθηκόντων, από την προσωπική φροντίδα μέχρι τη διαχείριση της φαρμακευτικής αγωγής και τις δουλειές του σπιτιού, συχνά συνδυάζοντας αυτά με άλλες ευθύνες.

