



Αγαπητές/Αγαπητοί μας,

Το Ινστιτούτο Προληπτικής, Περιβαλλοντικής και Εργασιακής Ιατρικής Prolepsis με χαρά σας καλεί να αναλάβετε δράση στο πλαίσιο του προγράμματος [Φιλία σε κάθε Ηλικία](#). Το πρόγραμμα έχει σαν στόχο την καταπολέμηση της μοναξιάς / κοινωνικής απομόνωσης των ατόμων Τρίτης Ηλικίας. Για την υλοποίησή του το Ινστιτούτο Prolepsis ένωσε τις δυνάμεις με το διεθνή οργανισμό Les Petits Frères des Pauvres.

Η χώρα μας συγκαταλέγεται μεταξύ των κρατών μελών με τα υψηλότερα ποσοστά ηλικιωμένων - 22,3% του πληθυσμού άνω των 65. Μείζον ζήτημα αποτελεί η συρρίκνωση του κοινωνικού ρόλου των ηλικιωμένων, ενώ εκτιμάται ότι 730.000 άτομα Τρίτης Ηλικίας ζουν μόνα. Η μοναξιά και η κοινωνική απομόνωση στην Τρίτη Ηλικία που επιδεινώνονται την περίοδο της πανδημίας, έχουν συνέπειες στη σωματική και ψυχική τους υγεία.

Το πρόγραμμα **Φιλία σε κάθε Ηλικία** επιδιώκει να καλύψει την ανάγκη των ηλικιωμένων για ανθρώπινη επαφή, να ενδυναμώσει την αυτοπεποίθησή τους και να τους στηρίξει σε αυτή τη δύσκολη περίοδο. Περιλαμβάνει:

- τη δημιουργία ομάδων εθελοντών σε επίπεδο τοπικής κοινωνίας – γειτονιάς. Οι ομάδες εθελοντών παρέχουν υποστήριξη στους ωφελούμενους μέσα από (α) τηλεφωνική επικοινωνία ή επισκέψεις κατ' οίκον σε εβδομαδιαία βάση, και (β) διοργάνωση συλλογικών δραστηριοτήτων, όπως περίπατοι κλπ.

Λόγω της πανδημίας του SARS Covid-19, οι επισκέψεις των εθελοντών στους ωφελούμενους καθώς και οι συλλογικές δράσεις έχουν αντικατασταθεί (προς το παρόν) από τακτική εβδομαδιαία τηλεφωνική επικοινωνία, με καθαρά κοινωνικό χαρακτήρα.

Πολύτιμη είναι η συνεισφορά εθελοντών που διαμένουν στην περιοχή και ενδιαφέρονται να στηρίξουν αυτή την πρωτοβουλία για τη βελτίωση της ποιότητας ζωής ηλικιωμένων ατόμων της πόλης τους. Συγκεκριμένα, θα δημιουργηθούν ομάδες εθελοντών σε τοπικό επίπεδο/ γειτονιά που θα πραγματοποιούν τηλεφωνική επικοινωνία με ηλικιωμένους που συμμετέχουν στο πρόγραμμα. 2-3 εθελοντές θα διασυνδέονται με 2-3 ηλικιωμένους, τους οποίους θα καλούν τουλάχιστον 1 φορά την εβδομάδα. Οι συνομιλίες θα έχουν καθαρά κοινωνικό χαρακτήρα και θα διαρκούν από 10 έως 15 λεπτά. Η επιστημονική ομάδα του Ινστιτούτου θα παρέχει εκπαίδευση και υποστήριξη στους εθελοντές.

Οι ενδιαφερόμενοι μπορούν να δηλώσουν συμμετοχή τηλεφωνικά στο [210 6255700](tel:2106255700) ή συμπληρώνοντας τη φόρμα ενδιαφέροντος στις σελίδες filiasekathelikia.gr και prolepsis.gr



Λίγα λόγια για το Ινστιτούτο Prolepsis (www.prolepsis.gr): είναι μη κερδοσκοπικός επιστημονικός οργανισμός που δραστηριοποιείται στον χώρο της δημόσιας υγείας από το 1990. Αποστολή του Ινστιτούτου είναι να ανταποκρίνεται στις προκλήσεις της δημόσιας υγείας στην Ελλάδα και την Ευρώπη, εκπονώντας ακαδημαϊκή έρευνα και εφαρμόζοντας τα αποτελέσματά της σε ανθρωπιστικές και εκπαιδευτικές δράσεις, που στοχεύουν στην καταπολέμηση της φτώχειας και του κοινωνικού αποκλεισμού και στην προαγωγή υγείας των ευάλωτων ομάδων του πληθυσμού. Μεταξύ άλλων, το Ινστιτούτο Prolepsis έχει αναπτύξει τους Εθνικούς Διατροφικούς Οδηγούς για τον γενικό πληθυσμό και τις ειδικές πληθυσμιακές ομάδες, ενώ από το 2012 υλοποιεί σε σχολεία ευπαθών περιοχών της χώρας το Πρόγραμμα Σίτισης και Προώθησης Διατροφής – ΔΙΑΤΡΟΦΗ, με Ιδρυτικό Δωρητή το Ίδρυμα Σταύρος Νιάρχος.