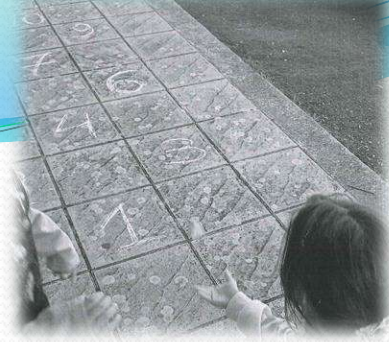




Μια Νέα Προσέγγιση στην Υγιή Γήρανση: Παιχνίδι χωρίς Ηλικία – Το παράδειγμα των ΚΔΑΠ Δήμων Ηγουμενίτσας & Ξηρομέρου

- *Μαρία Σακουφάκη*, MSc, PhD, Επισκέπτρια Δημόσιας Υγείας, Γεν. Δ/ση Δημόσιας Υγείας Περιφέρειας Αττικής, Πρόεδρος Πανελληνίου Συλλόγου Επισκεπτών Υγείας ΠΣΕΥ, Μέλος Επιστημονικής Επιτροπής ΕΔΔΥΠΠΥ, Συντονίστρια του Προγράμματος Υγιείς Πόλεις στο Δήμο Ξηρομέρου
- *Νικολέτα Λάμπρου*, Νοσηλεύτρια MSc, Υπεύθυνη ΚΕΠ Υγείας Δήμου Ηγουμενίτσας, Μέλος Επιστημονικής Επιτροπής ΕΔΔΥΠΠΥ, Συντονίστρια του Προγράμματος Υγιείς Πόλεις στο Δήμο Ηγουμενίτσας
- Τριανταφυλλάκης Ιωάννης: Δρ. Γενικός Ιατρός – Δήμαρχος Ξηρομέρου
- Νταής Παναγιώτης : Δήμαρχος Ηγουμενίτσας
- Μαντζαρής Ελευθέριος : Οδοντίατρος Αντιδήμαρχος Δήμου Ξηρομέρου.



ΔΙΑΔΗΜΟΤΙΚΗ ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΑ



Δήμος Ηγουμενίτσας:
9 Βοήθεια στο Σπίτι, 5 ΚΑΠΗ,
2 ΚΗΦΗ, 2 ΚΔΑΠ, 1 ΚΔΑΠμεΑ



Δήμος Ξηρομέρου:
1 Βοήθεια στο Σπίτι, 4 ΚΔΑΠ 1 κοινωνικό
Φαρμακείο , 1 Κοινωνικό Παντοπωλείο

Ίδιες ιδέες – Κοινό όραμα

ΤΟ ΠΑΙΧΝΙΔΙ ΩΣ ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΗ ΣΥΝΕΧΕΙΑ. ΜΙΑ ΔΙΑΓΕΝΕΑΚΗ ΕΜΠΕΙΡΙΑ.

- Η εργασία περιγράφει μια διαγενεακή δράση ανάμεσα σε ηλικιωμένους (ΚΑΠΗ, ΚΗΦΗ, Βοήθεια στο Σπίτι) και παιδιά (ΚΔΑΠ)
- Αποτελεί μια προσπάθεια σύνδεσης παιδιών και ηλικιωμένων μέσα από τα παραδοσιακά παιχνίδια, τα οποία λειτουργούν ως φορείς πολιτισμού, μνήμης και κοινωνικών αξιών
- Στην πορεία θα δούμε τα βήματα υλοποίησης, τα είδη παιχνιδιών «του χτες», τα οφέλη για όλες τις εμπλεκόμενες ομάδες, τα αποτελέσματα της συνεργασίας των δύο Δήμων (Ηγουμενίτσας και Ξηρομέρου) και τα συμπεράσματα της δράσης

ΣΤΟΧΟΙ:

- **Η διαγενεακή σύνδεση:**
 - Ενισχύει την κοινωνική συνοχή και μειώνει τη μοναξιά
 - Προάγει την υγιή και ενεργό γήρανση μέσω συμμετοχής και νοητικής εγρήγορσης
 - Μεταφέρει την πολιτιστική μνήμη, τις παραδόσεις και τις ιστορίες στις νεότερες γενιές
 - Αναπτύσσει την ενσυναίσθηση, τον σεβασμό και τις κοινωνικές δεξιότητες των παιδιών

ΣΤΟΧΟΙ

- Ενεργός συμμετοχή ηλικιωμένων στην κοινότητα.
- Προώθηση μη ψηφιακού παιχνιδιού και ομαδικότητας για τα παιδιά.
- Προάγει την αλληλομάθηση ανάμεσα στις γενιές
- Μειώνει τα στερεότυπα που σχετίζονται με την ηλικία
- **Συνεργασία & δικτύωση ανάμεσα στους 2 Δήμους**

ΒΗΜΑΤΑ ΥΛΟΠΟΙΗΣΗΣ:

- Τηλεδιάσκεψη με ομάδα Υγιούς Γήρανσης
- Διαδικτυακή συνάντηση και των 5 ΚΔΑΠ των 2 Δήμων
- Καθορισμός ενοτήτων & σχεδιασμός κοινής ροής στο πρόγραμμα
- Πρόσκληση προς τους ηλικιωμένους των ΚΑΠΗ
- Καθορισμός ημέρας δράσης
- Παρουσίαση παιχνιδιών από τους ηλικιωμένους



ΒΗΜΑΤΑ ΥΛΟΠΟΙΗΣΗΣ:

- Συζήτηση με τα παιδιά & επίλυση αποριών
- Παιχνίδι από κοινού
- Παρουσίαση σημερινών παιχνιδιών από τα παιδιά
- Βιντεοσκόπηση δράσης



ΤΑ ΠΑΙΧΝΙΔΙΑ ΤΟΥ ΧΤΕΣ



Κουτσό



Λάστιχο



Κρυφτό

ΤΑ ΠΑΙΧΝΙΔΙΑ ΤΟΥ ΧΤΕΣ



Ο βασιλιάς



Χαλασμένο τηλέφωνο



Μακριά γαϊδούρα

ΤΑ ΠΑΙΧΝΙΔΙΑ ΤΟΥ ΧΤΕΣ



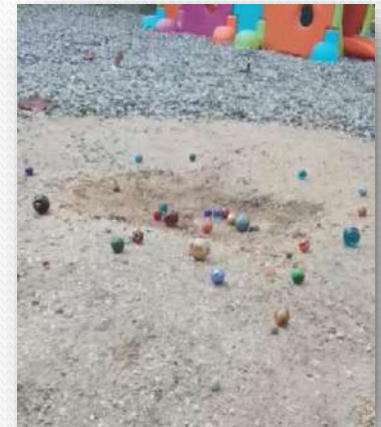
Που 'ν 'το δαχτυλίδι



Κεραμιδάκια



Τσιλίκι



Μπίλιες ή βόλοι

ΤΑ ΠΑΙΧΝΙΔΙΑ ΤΟΥ ΧΤΕΣ



Περνά η μέλισσα



Στεφάνι ή αγκλιδέρα



Σάρα ή πριόνι ή αργαλειός

ΤΑ ΠΑΙΧΝΙΔΙΑ ΤΟΥ ΧΤΕΣ



Μπάλα



Σφεντόνα



Σκοινάκι



Πεντόβολα

ΑΝΑΠΤΥΞΙΑΚΑ ΚΑΙ ΨΥΧΟΚΟΙΝΩΝΙΚΑ ΟΦΕΛΗ ΓΙΑ ΤΑ ΠΑΙΔΙΑ

- Ενίσχυση συναισθηματικών δεσμών
- Σταθερότητα και άνευ όρων αποδοχή, στοιχεία που ενισχύουν τη συναισθηματική ωρίμανση και την ψυχολογική ανθεκτικότητα των παιδιών.
- Οι αφηγήσεις και τα παιχνίδια ρόλων προάγουν τη μνήμη, τη φαντασία και την ανάπτυξη λεξιλογίου
- Αποκτούν ενσυναίσθηση
- Καλλιέργεια σεβασμού προς την τρίτη ηλικία



ΑΝΑΠΤΥΞΙΑΚΑ ΚΑΙ ΨΥΧΟΚΟΙΝΩΝΙΚΑ ΟΦΕΛΗ ΓΙΑ ΤΑ ΠΑΙΔΙΑ

- Ενίσχυση της επικοινωνίας
- Γνωριμία με την παράδοση και τα παιχνίδια των προγόνων.
- Ανάπτυξη συνεργατικότητας & ομαδικότητας.
- Μείωση εξάρτησης από τεχνολογία

ΟΦΕΛΗ ΓΙΑ ΗΛΙΚΙΩΜΕΝΟΥΣ



- Ενίσχυση αυτοεκτίμησης
- Χαρά συμμετοχής & προσφοράς
- Άσκηση μνήμης & νοητικής ενδυνάμωσης μέσω της αναπόλησης παρελθοντικών εμπειριών
- Μειώνονται τα αισθήματα μοναξιάς και απομόνωσης
- Συναισθηματική χαρά & αναζωογόνηση.
- Αίσθημα προσφοράς στις νεότερες γενιές.

ΟΦΕΛΗ ΑΠΟ ΤΗ ΔΙΑΔΗΜΟΤΙΚΗ ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΑ

- Ανταλλαγή καλών πρακτικών
- Κοινός σχεδιασμός δράσης
- Βάση για μελλοντικές συνεργασίες
- Ενδυνάμωση δομών και δικτύωσης.
- Βάση για μελλοντικές συνεργασίες

ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ

- Το παιχνίδι, ως μέσο επικοινωνίας και πολιτισμικής μεταβίβασης, διαδραματίζει καίριο ρόλο στην ενίσχυση των σχέσεων ανάμεσα στις γενιές.
- Η διαγενεακή αλληλεπίδραση που προκύπτει μέσα από το παιχνίδι συμβάλλει στην αναπτυξιακή εξέλιξη των παιδιών, στην ψυχολογική ενδυνάμωση των ηλικιωμένων και στη συνοχή της κοινωνίας.
- Η εδραίωση προγραμμάτων και δράσεων που ενθαρρύνουν το διαγενεακό παιχνίδι μπορεί να αποτελέσει σημαντικό βήμα προς μια κοινωνία που στηρίζεται στην αλληλεγγύη, στη μνήμη και στην αμοιβαία κατανόηση. Το παιχνίδι, επομένως, δεν αποτελεί απλώς ψυχαγωγική δραστηριότητα αλλά μια ουσιαστική γέφυρα γενεών και μια ζωντανή πολιτιστική εμπειρία.

ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ

- Η αϋλη πολιτιστική κληρονομιά συνεχίζει να ζει όταν μοιράζεται
- Τα ΚΔΑΠ & τα ΚΑΠΗ μπορούν να συνεργάζονται δημιουργικά
- Οι ηλικιωμένοι μπορούν να παραμείνουν ενεργοί όταν τους ζητηθεί
- Τα παραδοσιακά παιχνίδια ενισχύουν τις κοινωνικές δεξιότητες, καθώς είναι ομαδικά και βασίζονται σε συνεργασία και ευρηματικότητα.

ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ

- Τα παιχνίδια παλιά ήταν πιο ομαδικά άρα απαιτούσαν συνεργασία-κατανόηση-συνεννόηση
- Φτιάχνονταν κυρίως από υλικά που βρίσκονταν στη φύση



Κούκλες από
ξύλο, άχυρο,
πανί



Τριχιά από
μαλλί προβάτων



Πάνινη μπάλα



ΕΥΧΑΡΙΣΤΙΕΣ

- Στους ηλικιωμένους
- Στα παιδιά
- Στους εκπαιδευτικούς των 5 ΚΔΑΠ: Δίαυλος, Αρίων (Δήμος Ηγουμενίτσας), Αστακού, Κανδήλας, Φυτειών (Δήμος Ξηρομέρου) για τη συνεργασία και τη θερμή υποδοχή
- Στις Δημοτικές Αρχές που υποστήριξαν τη δράση
- Σε όσους συνέβαλαν στην υλοποίησή της

ΤΑ ΚΔΑΠ ΜΑΣ



ΚΔΑΠ Αρίων



ΚΔΑΠ Κανδήλας



ΚΔΑΠ Δίαυλος



ΚΔΑΠ Φυτειών



ΚΔΑΠ Αστακού

ΠΟΙΗΜΑ ΑΠΟ ΤΑ ΠΑΙΔΙΑ ΤΟΥ ΚΔΑΠ

ΠΑΛΙΑ ΔΕΝ ΕΙΧΑΝ TABLET ΟΥΤΕ
ΤΗΛΕΟΡΑΣΗ ΟΥΤΕ ΚΙΝΗΤΟ

ΟΜΩΣ ΕΙΧΑΝΕ ΤΟΥΣ ΔΡΟΜΟΥΣ ΚΑΙ
ΠΑΙΖΑΝΕ ΚΡΥΦΤΟ

ΕΦΤΙΑΧΝΑΝ ΚΟΥΚΛΕΣ ΜΕ ΞΥΛΑ ΚΙ
ΕΤΡΕΧΑΝ ΣΤΑ ΧΩΡΑΦΙΑ ΜΕ
ΧΑΜΟΓΕΛΑ ΧΙΛΙΑ

ΣΥΝΑΝΤΙΟΝΤΟΥΣΑΝ ΣΤΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΚΑΙ
ΠΑΙΖΑΝΕ ΚΟΥΤΣΟ ΚΑΙ ΑΛΑΤΙ ΧΟΝΤΡΟ
ΚΑΙ ΨΙΛΟ

ΤΟ ΠΑΙΧΝΙΔΙ ΘΕΛΕΙ ΦΙΛΟΥΣ ΓΕΛΙΟ ΚΑΙ
ΑΓΑΠΗ ΠΟΛΥ ΟΠΩΣ ΤΟΤΕ ΣΤΟΥ
ΠΑΠΠΟΥ ΚΑΙ ΤΗΣ ΓΙΑΓΙΑΣ ΤΗΝ ΕΠΟΧΗ.