

9η ΗΜΕΡΙΔΑ

ΦΡΟΝΤΙΣΤΕΣ και ΚΑΤΑΘΛΙΨΗ

11.09.26

Παρασκευή, 15:00 - 17:30

Zoom Live Streaming: <https://us02web.zoom.us/j/89375540153>



Μητροπολιτικό Κολλέγιο, Αίθουσα ΕΑ1
Εγνατίας 46, 1ος όροφος, Θεσσαλονίκη

Υπό την Αιγίδα:



ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΚΕΝΤΡΙΚΗΣ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ



ΔΗΜΟΣ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ



ΕΠΙΟΝΗ
ΕΛΛΗΝΙΚΟ ΔΙΚΤΥΟ ΦΡΟΝΤΙΣΤΩΝ



ΕΛΛΗΝΙΚΗ
ΨΥΧΙΑΤΡΙΚΗ
ΕΤΑΙΡΕΙΑ

Η 9η Ημερίδα «Φροντιστές και Κατάθλιψη», που διοργανώνεται από το Ελληνικό Δίκτυο Φροντιστών ΕΠΙΟΝΗ, με την ευγενική φιλοξενία του Μητροπολιτικού Κολλεγίου στη Θεσσαλονίκη και σε συνεργασία με τους φορείς Alzheimer Hellas, IASIS, Θάλλπος Ψυχική Υγεία, Δ.Ε.Υ.Ψ.Υ. και Κάπα3, αποτελεί μια συνάντηση ενδυνάμωσης, ελπίδας και αναγνώρισης για τους ανθρώπους που προσφέρουν καθημερινά φροντίδα σε άτομα με χρόνιες νόσους ή αναπηρία. Στόχος της είναι να εμπνεύσει, να προσφέρει ουσιαστικές λύσεις και να υπενθυμίσει ότι η φροντίδα μπορεί να μετατραπεί σε πηγή προσωπικού νοήματος, δύναμης και ανθρώπινης σύνδεσης.

Μέσα από τη ζεστή και επιστημονικά τεκμηριωμένη ματιά ψυχολόγων και κοινωνικών λειτουργών, η εκδήλωση ανοίγει έναν δρόμο ανακούφισης και αισιοδοξίας. Στο επίκεντρο βρίσκεται η μετάβαση από την κόπωση στην αυτοφροντίδα, βοηθώντας τους φροντιστές να αγκαλιάσουν τις δικές τους ανάγκες με κατανόηση και χωρίς ενοχές. Με θετικό πρόσημο, οι ομιλίες προσφέρουν πολύτιμα εργαλεία για την αναδιοργάνωση των οικογενειακών σχέσεων και την ψυχολογική ανάταση των περιθαλπόντων, φωτίζοντας τη φωτεινή πλευρά της ανθεκτικότητας.

Παράλληλα, η ημερίδα κοιτάζει μπροστά, φέρνοντας στο προσκήνιο ελπιδοφόρες καινοτομίες: από πρωτοποριακές ιατρικές μεθόδους, όπως ο Διακρανιακός Μαγνητικός Ερεθισμός (rTMS) για την κατάθλιψη, μέχρι σύγχρονα τεχνολογικά εργαλεία, όπως η εφαρμογή τεχνητής νοημοσύνης Theon, που σχεδιάστηκε για να διευκολύνει την καθημερινότητα των φροντιστών. Ταυτόχρονα, μέσα από τη συνεργασία με τοπικές κοινωνικές υπηρεσίες, καλλιεργείται το όραμα για πιο δίκαιες, συμπεριληπτικές και υποστηρικτικές δημόσιες πολιτικές.

Αυτή η συλλογική προσπάθεια ενισχύεται από το κύρος και την αγκαλιά σημαντικών θεσμών: τελεί υπό την αιγίδα της Περιφέρειας Κεντρικής Μακεδονίας, του Δήμου Θεσσαλονίκης, του Ελληνικού Συμβουλίου για τον Εγκέφαλο και της Ελληνικής Ψυχιατρικής Εταιρείας, με την πολύτιμη αρωγή χορηγών όπως το Νεφρολογικό Κέντρο Σαρωνικού και η Φαρμασέρβ Lilly. Ενώνοντας την επιστήμη, την κοινωνία και την κοινότητα, η ημερίδα στέλνει ένα ξεκάθαρο, αισιόδοξο μήνυμα: κανένας φροντιστής δεν βαδίζει μόνος, και κάθε πράξη φροντίδας αξίζει στήριξη, αναγνώριση και φως.

Χορηγοί επικοινωνίας είναι οι: www.psychologynow.gr, www.iatronet.gr

Χορηγοί: Νεφρολογικό Κέντρο Σαρωνικού, Φαρμασέρβ Lilly

Δωρεάν συμμετοχή μέσω του συνδέσμου: <https://us02web.zoom.us/j/89375540153>

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΗΜΕΡΙΔΑΣ

Παρασκευή 11.09.2026 , 15:00 - 17:30

Μητροπολιτικό Κολλέγιο, Αίθουσα ΕΑ1, Εγνατίας 46, 1ος όροφος, Θεσσαλονίκη

- 15:00 - 15:20 **Χαιρετισμοί:**
Σπύρος Ζορμπάς, Πρόεδρος ΔΣ ΕΠΙΟΝΗ
Ιωάννα Σαλτσίδου, Ψυχολόγος, Κέντρο Ημέρας Στήριξης Εργαζομένων
"IASIS | At Work»
Γεωργία Λιαράκου, Κοινωνική Λειτουργός, Διεθνής Εταιρεία Υπηρεσιών
Ψυχικής Υγείας (Δ.Ε.Υ.Ψ.Υ.)
- 15:10 - 15:20 **Μόνοι στο σπίτι: Το τίμημα της φροντίδας στην κοινωνική ζωή**
Βαΐα Μπάρμπα, ΜΡΑ, ΜΑ, Κοινωνική Λειτουργός
Τμήμα κοινωνικής πολιτικής Δήμος Ν. Ζίχνης
- 15:20 - 15:35 **Οι φροντιστές μέσα από το πρίσμα μιας κοινωνικής υπηρεσίας**
Θεοδώρα Παρασκευοπούλου, Ψυχολόγος
Κέντρο Κοινότητας Δήμου Θεσσαλονίκης Κεντρικού-Ανατολικού Τομέα
- 15:35 - 15:50 **Ένα οικοσύστημα σε μετάβαση: Το πάσχειν και η αναδιοργάνωση ενός κόσμου σχέσεων**
Γεώργιος Παΐσιος Φωτιάδης, Ψυχολόγος - Συστημικός Ψυχοθεραπευτής
- 15:50 - 16:05 **Κατάθλιψη των περιθαλπόντων ασθενών με άνοια**
Μαρία Εγκιαζάροβα, Ψυχολόγος-Ψυχοθεραπεύτρια
- 16:05 - 16:20 **Από την κατάθλιψη στη θετική πλευρά της φροντίδας: Όταν η φροντίδα γίνεται πηγή νοήματος και δύναμης,**
Τουμπαλίδου Μαρία, Ψυχολόγος Α.Π.Θ. - Συστημική Ψυχοθεραπεύτρια
- 16:20 - 16:35 **Διακρανιακός Μαγνητικός Ερεθισμός (TMS)**
Μια νέα ιατρική θεραπεία που αλλάζει την ψυχιατρική πρακτική
Δρ. Θεόδωρος Κουτσομήτρος, Ψυχίατρος - Ψυχοθεραπευτής
-Δ/ντής Ευρωπαϊκού Ινστιτούτου Ψυχοθεραπείας SynaΨe
Ιδρυτής & Δ/ντής ελληνικού Ιατρείου rTMS
- 16:35 - 16:50 **Η έλλειψη κοινωνικών πολιτικών και μέτρων στήριξης για την υγεία των φροντιστών**
Δρ. Κοντοπούλου Α. Κωνσταντίνα, Ψυχολόγος, Κοινωνική Λειτουργός
- 16:50 - 17:05 **Επιβάρυνση του Φροντιστή ασθενούς με Καρκίνο.Η ψυχολογική διάσταση της φροντίδας και η ανάγκη για ολοκληρωμένη ψυχοκοινωνική υποστήριξη**
Μαρίλια Μπάρκα, Φοιτήτρια Ψυχολογίας - Εθελόντρια Καπα3
- 17.05-17.15 **Theon: Τεχνητή Νοημοσύνη για Φροντιστές**
Αντόνιο Τρέσκει, Ιδρυτής Blue Butterfly Labs,
- 17:15 - 17:30 **Όταν η φροντίδα εξαντλεί: Από την ενοχή στην αυτοφροντίδα.**
Σαββατώ Μαυρίδου, Ψυχολόγος του ΚΗΟΦ Δράμας
Θάλπος Ψυχική Υγεία



Υπό την Αιγίδα:



ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΚΕΝΤΡΙΚΗΣ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ



ΔΗΜΟΣ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ



Με την συνεργασία:



Χορηγοί:



Χορηγοί επικοινωνίας

