



ΔΕΛΤΙΟ ΤΥΠΟΥ

Το Γενικό Νοσοκομείο Μεσσηνίας, Ν.Μ. Καλαμάτας, υπό την αιγίδα της Νοσηλευτικής Υπηρεσίας, και το πρόγραμμα προαγωγής υγείας **«Βαδίζοντας Σταθερά»** με αφορμή τη **Παγκόσμια Μέρα Τρίτης Ηλικίας: 1^η Οκτωβρίου**, θα πραγματοποιήσει δράση ευαισθητοποίησης για την πρόληψη των πτώσεων.

Η εκδήλωση θα πραγματοποιηθεί την **Δευτέρα και ώρα 09:00-21:00** στο χώρο της **Κεντρικής Πλατείας Καλαμάτας** και **στόχος** της αποτελεί η ενημέρωση και ευαισθητοποίηση σχετικά με τις **πτώσεις, την πρόληψη** και την **αντιμετώπιση** τους. Κατά τη διάρκεια της εκδήλωσης:

- ✓ Θα πραγματοποιηθεί διανομή έντυπου υλικού και δράσεις ενημέρωσης των πολιτών από τα μέλη της ομάδας μας
- ✓ Θα διεξαχθούν δοκιμασίες ισορροπίας και βάδισης με τη βοήθεια του Περιφερειακού Τμήματος Μεσσηνίας Λακωνίας του Πανελληνίου Συλλόγου Φυσιοθεραπευτών Ελλάδος

Απευθύνεται σε άτομα άνω των 50 ετών και στα μέλη των οικογενειών αυτών, στους φροντιστές και οικείους αυτών

Σύμφωνα με τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας (Π.Ο.Υ) **Ενεργός Γήρανση** είναι:

“η διαδικασία της βελτιστοποίησης των ευκαιριών για υγεία, για συμμετοχή και για ασφάλεια, προκειμένου να βελτιωθεί η ποιότητα της ζωής καθώς οι άνθρωποι γερνούν”. Με δεδομένη λοιπόν τη παγκόσμια δημογραφική γήρανση του πληθυσμού αλλά και την αύξηση του αριθμού των ηλικιωμένων, το Γενικό Νοσοκομείο Μεσσηνίας δημιούργησε ένα διεπιστημονικό πρόγραμμα προαγωγής υγείας, με στόχο την ενεργό γήρανση και πραγματοποιεί ομιλίες και δράσεις στην κοινότητα για την πρόληψη των πτώσεων και την αντιμετώπιση τους στους ηλικιωμένους. Οι πτώσεις στη Τρίτη Ηλικία είναι ένα θέμα υγείας που μπορεί εύκολα να μετατραπεί σε πρόβλημα με σοβαρές επιπτώσεις και η ενημέρωση αποτελεί την αρχή της πρόληψης και της σωστής αποκατάστασης.

Η εκστρατεία αυτή ευαισθητοποίησης και πρόληψης δημιουργήθηκε με πρωτοβουλία της Νοσηλευτικής Υπηρεσίας με τη πολύτιμη αρωγή και ενδιαφέρον του Διοικητή του Γενικού Νοσοκομείου Καλαμάτας κυρίου Γεωργίου Μπέζου.

Επιστημονικά Υπεύθυνη Προγράμματος: Αθανασοπούλου Γεωργία Αγγελική.

Υπεύθυνοι Υλοποίησης Προγράμματος: Γκούζου Μαρία, Δεμερτζή Θεοδώρα Αθανασοπούλου Γεωργία Αγγελική και Τσουλάκου Ευαγγελία.

Η ομάδα εργασίας απαρτίζεται από: Αναστασίου Αγαπούλα, Μανωλοπούλου Αθανασία, Μπούνα Ευσταθία, Περιχάρου Πολυξένη, Μανωλοπούλου Σταυρούλα (Φυσιοθεραπεύτρια, Πιστοποιημένη εκπαιδευτρια Otago, μέλος του Περιφερειακού Τμήματος Φυσιοθεραπευτών Μεσσηνίας Λακωνίας).

Θα θέλαμε να ευχαριστήσουμε ιδιαίτερα το **Περιφερειακό Τμήμα Μεσσηνίας Λακωνίας** του Πανελληνίου Συλλόγου Φυσιοθεραπευτών, για την αγαστή συνεργασία.

Τέλος τους: Αφοί Λάμπου για την ευγενική χορηγία τους και τους City FM 103,8 - Κανάλι 20 88,6 - Διάυλος 99,2 - MessiniaRadio.gr - MessiniaWebTV.gr για τη χορηγία επικοινωνίας.

Σας περιμένουμε όλους να γιορτάσουμε και να :

«Βαδίσουμε Σταθερά Μαζί προς την Υγιή Γήρανση!»