

11η ΗΜΕΡΙΔΑ

# Φροντίζοντας τους Φροντιστές

**23.04.26**

Πέμπτη, 17:00-19:30



Δημοτικό Πνευματικό Κέντρο Καλαμάτας,  
Αριστομένους 33, Καλαμάτα



Υπό την Αιγίδα:



ΕΛΛΗΝΙΚΗ  
ΨΥΧΙΑΤΡΙΚΗ  
ΕΤΑΙΡΕΙΑ



**ΕΠΙΟΝΗ**

ΕΛΛΗΝΙΚΟ ΔΙΚΤΥΟ ΦΡΟΝΤΙΣΤΩΝ

Μέρος των δραστηριοτήτων του Ελληνικού Δικτύου Φροντιστών ΕΠΙΟΝΗ είναι η διεξαγωγή ενημερωτικών εκδηλώσεων με τη συμμετοχή επαγγελματιών οι οποίοι δίνουν απαντήσεις σε ένα ευρύ φάσμα ιατρικών, νομικών, εκπαιδευτικών και εργασιακών θεμάτων που ενδιαφέρουν το κοινό και ειδικότερα φροντιστές ατόμων με χρόνια νόσο ή αναπηρία.

Η ΕΠΙΟΝΗ, στις 23 Απριλίου 2026, στις 17:00 διοργανώνει την 11η ημερίδα με τίτλο “Φροντίζοντας τους Φροντιστές”. Η ημερίδα θα πραγματοποιηθεί στο Πνευματικό Κέντρο Καλαμάτας στην οδό Αριστομένους 33.

Η εκδήλωση με επίκεντρο τους οικογενειακούς φροντιστές τελεί υπό την αιγίδα της Ελληνικής Ψυχιατρικής Εταιρείας και του Ελληνικού Συμβουλίου για τον Εγκέφαλο.

Η ημερίδα πραγματοποιείται με την συνεργασία των φορέων: ΚΔΑΠμεΑ Δήμου Καλαμάτας, Σύλλογος Γονέων, Κηδεμόνων & Φίλων Ατόμων με Αυτισμό Μεσοσησίας, Θάλπος-Ψυχική Υγεία, IASIS ΑΜΚΕ, της Εκπαιδευτικής Διαχειριστικής ΑΜΚΕ "ΚΗΠΟΣ ΤΗΣ ΛΥΣΟΥΣ

Χορηγοί επικοινωνίας: Εφημερίδα Ελευθερία - [eleftheriaonline.gr](http://eleftheriaonline.gr), [www.psychologynow.gr](http://www.psychologynow.gr), [www.iatronet.gr](http://www.iatronet.gr)

Ευχαριστούμε το Rotary Club Καλαμάτα-Φαραί και το ζαχαροπλαστέιο “Απόλαυση” για την ευγενική χορηγία του coffee break

Με την ημερίδα «Φροντίζοντας τους Φροντιστές», το Ελληνικό Δίκτυο Φροντιστών ΕΠΙΟΝΗ αναδεικνύει για ακόμη μία φορά ότι πίσω από κάθε ασθενή βρίσκεται ένας άνθρωπος που προσφέρει αδιάκοπη φροντίδα. Στόχος είναι να δοθεί φωνή και στήριξη σε αυτούς τους «αφανείς ήρωες» της καθημερινότητας, που με αφοσίωση και αγάπη στηρίζουν όχι μόνο τους δικούς τους ανθρώπους αλλά και την ίδια την κοινωνία.

# ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΗΜΕΡΙΔΑΣ

Πέμπτη 23.04.2026, 17:00 - 19:30

Δημοτικό Πνευματικό Κέντρο Καλαμάτας, Αριστομένους 33, Καλαμάτα

- 17:00- 17:10 Χαιρετισμοί από τον Δήμο Καλαμάτας και τους διοργανωτές
- 17:10-17:20 **Νευροβιολογία του στρες και της κατάθλιψης σε ασθενείς και φροντιστές: ο ρόλος του φύλου**  
Χριστίνα Δάλλα, Καθηγήτρια Φαρμακολογίας, Ιατρική Σχολή, ΕΚΠΑ,  
Πρόεδρος Ελληνικού Συμβουλίου για τον Εγκέφαλο
- 17:20-17:30 **Κατάθλιψη των Φροντιστών**  
Κωνσταντίνος Σιάρκος, Ψυχίατρος, IASIS AMKE
- 17:30-17:40 **Ο αόρατος ρόλος του φροντιστή ΑμεΑ: ανάγκες, δικαιώματα και όρια**  
Ευάγγελος Σπαράγγης, Λογοπεδικός- λογοθεραπευτής  
Διευθυντής ΚΔΑΠμεΑ, Δήμου Καλαμάτας
- 17:40-17:50 **Φροντιστής: Ο "αόρατος" ασθενής**  
Κωνσταντίνα Κύρκου, Ψυχίατρος
- 17:50 -18:00 **Burnout στους φροντιστές ασθενών με ψυχικές παθήσεις**  
Γιώργος Γεωργιάς, Ψυχίατρος
- 18:00-18:10 **Όταν η φροντίδα πληγώνει: Το αόρατο ψυχικό φορτίο των φροντιστών και πώς μετατρέπεται σε ανθεκτικότητα**  
Βίνα Γιαννοπούλου, Ψυχολόγος
- 18:10 - 18:20 **Όρια στη φροντίδα: Πώς φροντίζω τον άλλον χωρίς να χάνω τον εαυτό μου**  
Γιώργος Τσαντηράκης, Ψυχολόγος Μ.Ψ.Α "Οικοτροφείου Α1" Φιλιατρά  
Μεσσηνίας
- 18:20 - 18:30 **Η σιωπηλή διαδρομή των φροντιστών στον Αυτισμό**  
Κωνσταντίνος Σπαράγγης, Ειδικός Παιδαγωγός Επιστημονικά Υπεύθυνος  
Κέντρου Ημέρας ΕΥΤΥΧΙΑ-Σύλλογος Γονέων, Κηδεμόνων & Φίλων Ατόμων  
με Αυτισμό Μεσσηνίας
- 18:30 - 18:40 **20 χρόνια φροντίδας, όσα έμαθα δίπλα στους λήπτες υπηρεσιών ψυχικής υγείας**  
Δήμητρα Αλειφέρη, Αναπληρώτρια Επιστημονικά Υπεύθυνη Νοσηλεύτρια  
Μ.Ψ.Α. Θάλπος Καλαμάτας
- 18:40 - 19:10 **Εμπειρίες άτυπων φροντιστών**  
Συντονισμός Συζήτησης: Παναγιώτα Αναγνωστοπούλου,  
Κοινωνική Λειτουργός, IASIS AMKE
- 19:10 - 19:30 **Συζήτηση με το Κοινό**



Υπό την Αιγίδα:



Με την συνεργασία:



Με την υποστήριξη:



Χορηγοί επικοινωνίας

