



Κ.Ε.Φ.Ι
ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΚΑΡΚΙΝΟΠΑΘΩΝ
ΕΘΕΛΟΝΤΩΝ ΦΙΛΩΝ ΙΑΤΡΩΝ ΑΘΗΝΩΝ

ΔΕΛΤΙΟ ΤΥΠΟΥ

Παρασκευή 5 Οκτωβρίου 2018

Με μεγάλη χαρά, το Κ.Ε.Φ.Ι. ανακοινώνει την έναρξη **τριών νέων προγραμμάτων** για ογκολογικούς ασθενείς και φροντιστές του.

Συγκεκριμένα, τα προγράμματα αυτά είναι:

1. Ομάδα Εκγύμνασης Γυναικών με καρκίνο του μαστού.

Τα τελευταία χρόνια έχει παρατηρηθεί ότι ο συνδυασμός άσκησης και θεραπείας βελτιώνει σημαντικά την υγεία των ασθενών και την ποιότητα ζωής τους. Έχει αποδειχθεί ότι μέσω της άσκησης αυξάνονται τα ποσοστά ολοκλήρωσης και επιτυχίας της θεραπείας. Αυτό έχει ως αποτέλεσμα την καλύτερη διαχείριση των επιπτώσεων της ασθένειας. Ο Σύλλογος Καρκινοπαθών – Εθελοντών – Φίλων – Ιατρών «Κ.Ε.Φ.Ι.» Αθηνών, σε συνεργασία με μία ομάδα γυμναστών ξεκινά την **Ομάδα Εκγύμνασης Γυναικών με καρκίνο του μαστού** με σκοπό τη βελτίωση της ποιότητας ζωής τους. Συντονιστής είναι ο γυμναστής κος Καραναστάσης Γεώργιος. Οι συναντήσεις της ομάδας θα πραγματοποιούνται κάθε Δευτέρα και ώρα 15:30-16:30 στα γραφεία του Συλλόγου.

2. Ομάδα υποστήριξης πενθούντων

Ο θάνατος του δικού μας ανθρώπου μπορεί να συνταράξει τη ζωή μας. Δεν υπάρχει ένας φυσιολογικός ή σωστός τρόπος θρήνου. Αρχικά μπορεί να νιώσετε σοκ, μούδιασμα, ενοχές, θυμό, φόβο και πολύ πόνο που σταδιακά μετατρέπονται σε νοσταλγία, θλίψη, μοναξιά ακόμα και απελπισία και φόβο για το μέλλον και αργότερα σε αποδοχή, ελπίδα και προσαρμογή με την απουσία του αγαπημένου προσώπου στη ζωή μας. Η **ομάδα των πενθούντων** αποτελεί συνέχεια των ομάδων ασθενών και φροντιστών. Ψυχολόγοι ειδικά εκπαιδευμένοι προσφέρουν σε όσους το επιθυμούν ενημέρωση, συμβουλευτική και στήριξη στο πένθος. Οι συναντήσεις υποστήριξης θα γίνονται στα γραφεία του Συλλόγου κάθε Δευτέρα 6μμ-8μμ

3. Δράση «Ψηφιακός Κόσμος & Ευκολίες»

Η δράση υλοποιείται φέτος για 1η χρονιά και έχει ως στόχο την ίση πρόσβαση στην τεχνολογία για κάθε ηλικία για έναν κόσμο καλύτερο για όλους. Μέσα από τα δωρεάν μαθήματα, οι

ενδιαφερόμενοι μαθαίνουν πώς να χρησιμοποιούν tablets και συσκευές αφής (smartphones), πώς να πλοηγούνται στο Διαδίκτυο (web) και πώς να χρησιμοποιούν χρήσιμες εφαρμογές (π.χ. πληρωμές μέσω web banking, σημειώσεις, email, χάρτες Google) κ.α. Υπεύθυνος προγράμματος: Μπούσιας Γεώργιος. Οι συναντήσεις γίνονται κάθε Τρίτη 18.00-20.00

.....

Παράλληλα, το Κ.Ε.Φ.Ι. συνεχίζει τη διεξαγωγή των **ομάδων υποστήριξης** και των **προγραμμάτων «Eu-ζην»** για ογκολογικούς ασθενείς και φροντιστές. Περισσότερα διαβάστε εδώ: <https://www.anticancerath.gr/ourwork/>