

Partnerstvo

Grčija

Greek Association of Alzheimer's Disease and Related Disorders (GAARD) | alzheimer-hellas.gr

University of Thessaly (UTH) | uth.gr

Panhellenic Federation of Alzheimer's Disease & Related Disorders | alzheimer-federation.gr

ACSM Exercise is Medicine-Greece | exerciseismedicine.gr

Belgija

European Network of Active Living for Mental Health (ENALMH) | enalmh.eu

Portugalska

Escola Superior de Saúde do Politécnico do Porto (ESS-P.PORTO) | ess.ipp.pt

Španija

Fundación INTRAS | intras.es

Italija

Anziani e non solo | anzianienonsolo.it

Ciper

European University Cyprus (EUC) | euc.ac.cy

Slovenija

VSTE – Institute Everykind | i-vste.org

Republika Češka

Sports Club for Mental Health (SKpDZ)

Nizozemska

Amsterdam University Medical Center (Amsterdam UMC) | amsterdamumc.org

ProPEDeAMCI

Ostani aktiven,
ostani svoj



SPODBUJANJE
TELESNE VADBE PRI
OSEBAH Z DEMENCO ALI BLAGO
KOGNITIVNO MOTNJO



www-propedeamci.eu

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them

Project number: 101243685.



Co-funded by
the European Union

Projekt

V dolgoživih evropskih družbah vse pogosteje opažamo spremembe na področju kognitivnega zdravja. Te spremembe lahko predstavljajo izziv za posameznike, njihove bližnje in zdravstvene sisteme. Hkrati pa številne raziskave kažejo, da lahko redna telesna vadba pomembno prispeva k ohranjanju kognitivnih, telesnih in funkcionalnih sposobnosti ter tako podpira boljšo kakovost življenja.

ProPEDeAMCI je nastal z namenom poudariti vlogo telesne vadbe pri preprečevanju in obvladovanju simptomov, povezanih s kognitivnim upadom. Projekt spodbuja inovativne, na dokazih temelječe pristope za izboljšanje dobrega počutja in kakovosti življenja oseb s kognitivnimi težavami, pa tudi oseb, ki že živijo z blago kognitivno motnjo (BKM), Alzheimerjevo boleznijo (AD) ali drugimi oblikami demence.

Cilji projekta ProPEDeAMCI so:

- ▶ Spodbujati posamezniku prilagojene programe telesne dejavnosti.
- ▶ Krepiti veščine in kompetence zdravstvenih delavcev, strokovnjakov za telesno vadbo, športnih trenerjev in osebja socialnega varstva.
- ▶ Spodbujati izmenjavo znanja in dobrih praks po vsej Evropi.
- ▶ Razvijati inovativna orodja in digitalne vire za podporo usposabljanju in sodelovanju med strokovnjaki.
- ▶ Širiti na dokazih temelječa priporočila za vključevanje telesne vadbe v poti oskrbe in podpore.

ProPEDeAMCI projekt si prizadeva razviti:



Evropske smernice

praktična in znanstveno preverjena priporočila za oblikovanje programov telesne vadbe za osebe s kognitivnimi težavami.



Digitalna platforma

spletni prostor, namenjen usposabljanju, izmenjavi izobraževalnih gradiv in spodbujanju sodelovanja med evropskimi strokovnjaki.



Programi usposabljanja

Izobraževalne poti za zdravstvene delavce ter strokovnjake za telesno vadbo in šport za krepitev kompetenc pri izvajanju intervencij telesne dejavnosti za osebe z blago kognitivno motnjo in demenco.



Pilotne dejavnosti

preizkušanje inovativnih programov telesne vadbe v resničnem okolju za oceno njihove učinkovitosti in vpliva na udeležence.



Gibaj. Razmišljaj. Napreduj.