

DEMENCIJA



Demencija obuhvata niz poremećaja koji dovode do postepenog gubitka kognitivnih funkcija. Pamćenje, razmišljanje, ponašanje i svakodnevne vještine su pogođeni, utičući na život pojedinca i njegove porodice.

Rana dijagnoza demencije ključna je za pružanje pravovremene podrške i olakšavanje simptoma. Omogućava pojedincu i porodici planiranje budućnosti, emocionalnu pripremu te pravovremeno uključivanje u terapijske opcije, poboljšavajući ukupni kvalitet života.

Demencija je izazov s kojim se zajednički možemo suočiti. Edukacija, prevencija i podrška ključni su koraci prema stvaranju društva koje razumije i podržava osobe s demencijom.

NVO Crnogorska Iskra je licencirana organizacija socijalne i dječije zaštite, koja pruža zaštitu lica treće životne dobi 65+ godina.

NVO Crnogorska Iskra kroz svoje angažovanje, može stvoriti snažnu podršku za društvo suočeno s izazovima demencije, promovisati prevenciju i poboljšati kvalitet života onih koji su pogođeni ovim stanjem.

Kontaktirajte nas, a mi ćemo vam pružiti podršku.



Adresa

Ul. Park IV, br. 1, Berane

Broj telefona

+382 68 415 343

Web stranica

www.iskra.org.me

E-mail

nvocrnogorskaiskra@gmail.com



PROJEKAT SERVIS DUGOTRAJNE NJEGE ZA PODRSKU STARIM LICIMA U LOKALNIM ZAJEDNICAMA



Zaštita od DEMENCIJE I KOGNITIVNOG PROPADANJA



Ministarstvo rada i
socijalnog staranja

Zaštita

Zaštita od demencije i kognitivnog propadanja ima ključnu ulogu u očuvanju mentalnog zdravlja.

Zdrava ishrana

Unos hrane bogate antioksidansima, omega-3 masnim kiselinama i vitaminima podržava zdravu funkciju mozga.

Fizička aktivnost

Redovno vježbanje poboljšava cirkulaciju krvi u mozgu i smanjuje rizik od demencije.

Mentalna stimulacija

Aktivnosti koje podstiču um, poput čitanja, učenja novih vještina ili rješavanja zagonetki, podržavaju kognitivnu funkciju.

Socijalna interakcija

Održavanje društvenih veza i aktivno učestvovanje u zajednici doprinose mentalnom zdravlju.

Kontrola zdravstvenog stanja

Upravljanje faktorima rizika poput dijabetesa, visokog krvnog pritiska, i drugih stanja, može smanjiti šanse za kognitivno propadanje.

Stalno učenje

Stalna stimulacija mozga novim informacijama i iskustvima doprinosi očuvanju mozgdanih funkcija i zaštiti mentalnog zdravlja.

Dobar san

Tokom sna mozak obnavlja i čisti štetne stvari, podržavajući kognitivno zdravlje i smanjujući rizik od kognitivnog propadanja.

Podrška

Nevladina organizacija Crnogorska Iskra pomaže u suzbijanju demencije i pružanju podrške kroz edukaciju u zajednicama BA, AN, PT, podršku porodicama, aktivnosti za aktivno starenje i saradnju sa zdravstvenim ustanovama. Kroz kampanje prevencije, lobiranje za prava osoba s demencijom i obrazovne resurse za profesionalce, nevladina organizacija igra nezamjenjivu ulogu u stvaranju podržavajuće i informisane okoline. Njen doprinos jača svijest, pruža pomoć pojedincima u zajednicama te podstiče promjene na širem društvenom planu.

NAŠE USLUGE

1. Edukacija i svijest
2. Programi za aktivno starenje
3. Obrazovni resursi za profesionalce

