

Νέστωρ  
Ψυχογηριατρική Εταιρεία  
Ειδικό Κέντρο Ημέρας για πάσχοντες από Alzheimer  
Ομάδα Νοητικής Ενδυνάμωσης  
«Ο χιονάνθρωπος που αγαπούσε τη ζέστη»



Συμμετέχων:  
Συντονιστές:  
Επιβλέπων:

Αθανασία Καραγιαννίδου  
Αγάπη Τερζοπούλου, Ψυχολόγος  
Βασιλική Ματιάκη, Νοσηλεύτρια  
Dr. Κων/νος Αραπίδης, Ψυχίατρος  
Διδάκτωρ Ψυχιατρικής Α.Π.Θ

Κοζάνη, 2020

### Στόχοι Προγράμματος:

- 1) Συγκέντρωση σε ένα οπτικό ερέθισμα (κάρτα)
- 2) Ανάπτυξη λεξιλογίου σχετικού με την κάρτα
- 3) Συζήτηση και ολοκλήρωση των έργων (οδηγίες) σε κάθε συνάντηση
- 4) Ενίσχυση συνεργασίας μεταξύ των μελών για επίτευξη συγκεκριμένου στόχου (συγγραφή ιστορίας)
- 5) Ενίσχυση της κοινωνικοποίησης των μελών μέσω της συνεργασίας και της εβδομαδιαίας συνάντησης
- 6) Ενίσχυση της αυτοεκτίμησης μέσα από την ενεργό συμμετοχή τους στην παραγωγή έργου (κατασκευή ιστορίας)
- 7) Δημιουργική έκφραση των μελών

### Δομή Προγράμματος:

- 1) Χτίζοντας τον ήρωα της ιστορίας.

Τα μέλη κλήθηκαν να επιλέξουν μια κάρτα που τους αρέσει και τους εκφράζει.

Όσοι επέλεξαν κοινή κάρτα, δημιούργησαν ομάδα. Έπειτα, τα μέλη συζήτησαν για το περιεχόμενο της εικόνας και την περιέγραψαν.

Μέσα από τη συζήτηση και την καθοδήγηση προχώρησαν και στην απόδοση χαρακτηριστικών εσωτερικών στα πρόσωπα που διάλεξαν.

Υπόεργο της συνάντησης για ενίσχυση της δυσκολίας ήταν να τους δοθεί η οδηγία ότι αυτό θα γίνει ιστορία με πιο «μαγικά» και παραμυθιακά στοιχεία,

Με τη συγχρηματοδότηση της Ελλάδας και της Ευρωπαϊκής Ένωσης

ώστε να ασχοληθούν με τη μεταφορική και συμβολική έννοια των ερεθισμάτων.

## 2) Επιλογή τόπου δράσης

Σε επόμενη συνάντηση τα μέλη διάλεξαν μέσα από κάρτες που απεικόνιζαν τοπία και κλήθηκαν να επιλέξουν με διπλό κριτήριο. Αυτό που τους εκφράζει από τη μια και αυτό που ταιριάζει με την ιστορία από την άλλη.

Η συζήτηση αφορούσε στην περιγραφή της κάρτας (κυριολεκτικά) και πώς θα μπορούσε να ταιριάζει με την ιστορία (συμβολικά).

Ενίσχυση στη διαδικασία της απόδοσης λέξεων ήταν ότι βοηθούν τη συντονίστρια για να μπορέσει να τα συνθέσει και να ολοκληρώσει την παράγραφο.

## 3) Ορίζοντας το πρόβλημα που θα συναντήσει ο ήρωας

Σε αυτό το σημείο δεν υπήρχαν κάρτες για να γίνει η έναρξη της συζήτησης, αλλά ζητήθηκε από τα μέλη να ακούσουν την ιστορία μέχρι το σημείο που γράφτηκε, να συνθέσουν τις πληροφορίες, να τους υπενθυμιστεί τι είχαν αναφέρει σε προηγούμενες συναντήσεις και να αποφασίσουν ποιο θα είναι το πρόβλημα που θα αντιμετωπίσει ο ήρωας.

## 4) Επίλυση του προβλήματος και αισιόδοξο τέλος

Στο τελευταίο βήμα της ιστορίας τα μέλη βρήκαν τους συμμάχους- βοηθούς του ήρωα και ποια θα ήταν η λύση που θα έφερνε το χαρούμενο τέλος. Σε αυτό το σημείο συζητήθηκαν συναισθήματα που βιώνουν οι πρωταγωνιστές της ιστορίας, αλλά και πώς νιώθουν τα ίδια τα μέλη για τη συγκεκριμένη διαδικασία.

## Παρατηρήσεις:

- 1) Αξίζει να σημειωθεί ότι όλα τα μέλη συμμετείχαν στην κατασκευή της ιστορίας με τις ιδέες και τη γνώμη τους, απλά σε κάθε ιστορία αναγράφονται μόνο τα ονόματα αυτών που αρχικά διάλεξαν τον βασικό κορμό της ιστορίας.
- 2) Στην ιστορία «Ο Χιονάνθρωπος που αγαπούσε τη ζέστη», στο δεύτερο βήμα διάλεξε ένα τοπίο ασύνδετο με τον αρχικό ήρωα και περισσότερο βασισμένο στις προσωπικές προτιμήσεις.  
Επειδή δεν θέλαμε να πάμε κόντρα στην επιλογή της, συζητήσαμε με την ομάδα την αντίφαση, αλλά και πώς αυτό θα μπορούσε να γίνει κομμάτι της ιστορίας.  
Για αυτό και η ιστορία παραθέτει ένα όνειρο (το καλοκαιρινό τοπίο με την εκκλησία), το πρόβλημα (αντίφαση χειμώνα- καλοκαίρι) και τη λύση (μαγική επίλυση για ένα μοναδικό θαύμα).

## Σημείωση

Οι συμμετέχοντες υπογράφουν έγγραφο συναίνεσης περί δημοσίευσης των προσωπικών δεδομένων (αναφορά ονομάτων και μόνο)

## «Ο Χιονάνθρωπος που αγαπούσε τη Ζέστη»

Μια φορά κι έναν καιρό ήταν ένας χιονάνθρωπος στρουμπουλός, με καπέλο και μαντήλι χρωματιστό. Μπορεί να ήταν κρύος και μόνος, αλλά πάνω του είχε πάντα ένα χαμόγελο στα χείλη του. Ήταν όμορφος και κομψός, νοικοκύρη τον εφώναζαν, γιατί έκανε πάντα τις δουλειές και με το χιόνι του καθάριζε τις μαύρες μέρες... Στα παιδιά μοίραζε χαμόγελα και αυτό γιατί μαζί του έρχονταν τα χιόνια και φυσικά.... Τα Χριστούγεννα, με τις γιορτές, τις λικουδιές και τα δώρα!!!

Εναν μόνο εχθρό είχε... Ένα ζευγάρι όλο λάβα! Τον Ήλιο και τη Ζέστη. Πέρα του ότι αυτοί οι δύο τον εξαφάνιζαν- κυριολεκτικά-, με τις κοροϊδίες τους ο καημένος έλιωνε... Όταν αυτοί οι δύο εμφανίζονταν και του' λεγαν:

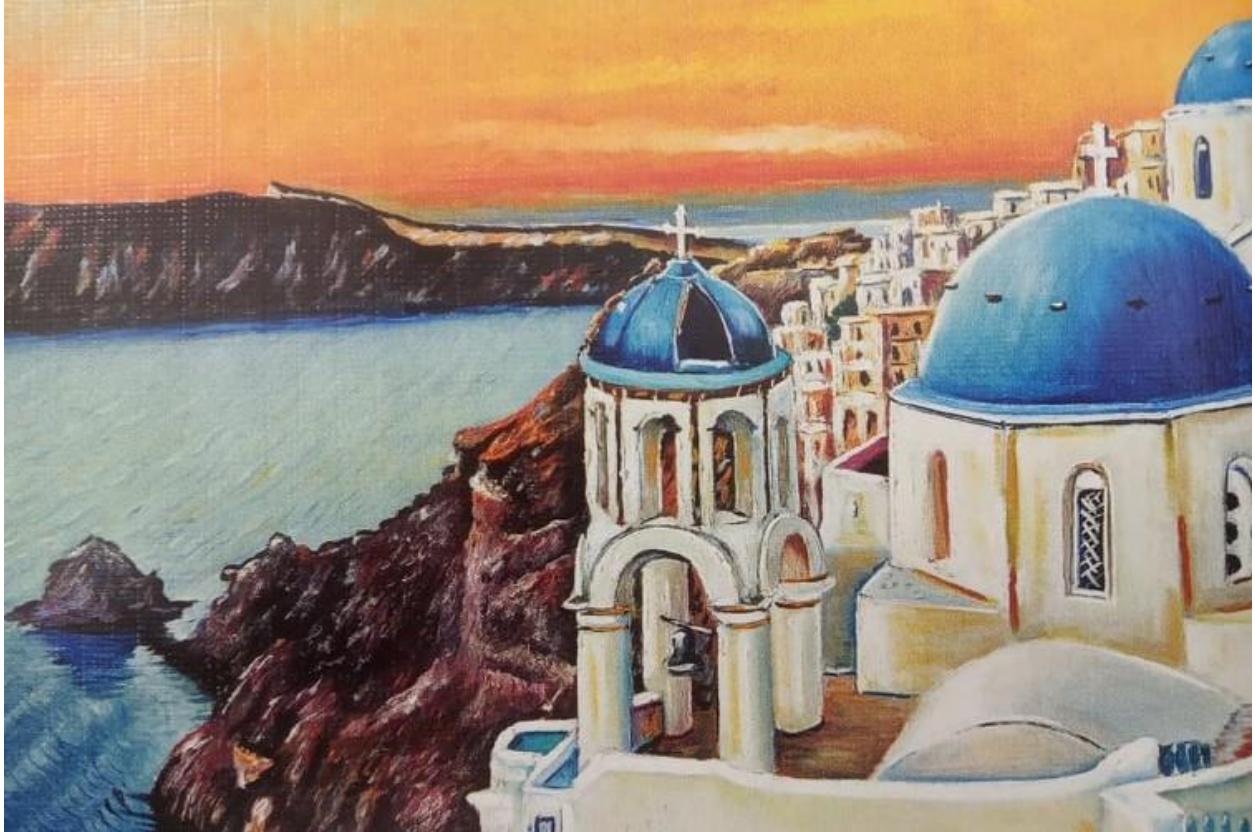
*«Βρε χειμώνα, βρε γρουσουζή, όπου να πάμε όλο μας τσούζει»*

Αυτός ντρεπόταν τόσο πολύ που έλιωνε, σταγόνα γινόταν να τον πατήσεις!

...

Ο γλυκός αυτός χιονάνθρωπος, λοιπόν, κατοικούσε στο **Ψηλό Βουνό** και από εκεί μπορούσε να αντικρύζει τον Ορίζοντα. Κάθε πρωί σκαρφάλωνε στην υψηλότερη κορφή και αγνάντευε... Καθώς, όμως, μόνο χειμώνα ζούσε, αυτό που έβλεπε ήταν το απέραντο λευκό της Κοιλιάδας, τα λευκά σύννεφα που γεννούσαν τις νιφάδες και ίσως μόνο πέρα μακριά, ίσα που έφτανε το μάτι του, για να δει το γαλάζιο της Θάλασσας...

Σ' αυτήν τη μικρή κουκίδα ο ήρωάς μας εναπόθεσε όλη τη **φαντασία** και τα όνειρά του...



Εβλεπε όμορφα νησιά βραχώδη, γεμάτα δέντρα και μικρά άσπρα σπιτάκια. Στο πιο ψηλό σημείο ξεχώριζε την εκκλησία των χωριών με το καμπαναριό της και τον πλακόστρωτο περίγυρο. Άλλοτε, αν είχε ψυχία στο Βουνό και κόπαζαν οι Βοριάδες, μπορούσε να ακούσει και τον ήχο της καμπάνας. Είχε μάθει να ξεχωρίζει και τις μελωδίες της! Καταλάβαινε πότε η καμπάνα ηχούσε πένθιμα και πότε γινόταν γιορτή στο νησί...

Αυτό, όμως, που ζήλευε περισσότερο, ήταν τα χρώματα που έπαιρνε ο Ουρανός και η Θάλασσα, γευόταν ο καφερός μέχρι και την αλμύρα που έμενε στα βράχια από τον χορό των κυμάτων.

Τόσο πολύ ονειρευόταν και λαχταρούσε το καλοκαίρι...

...

Με τη συγχρηματοδότηση της Ελλάδας και της Ευρωπαϊκής Ένωσης

Αυτή ήταν και η μεγαλύτερη στεναχώρια του, ο μεγαλύτερος καημός του. Ήθελε έστω και για λίγο να μπορέσει να τα δει όλα αυτά από κοντά, να ζήσει λίγες στιγμές Καλοκαίρι...Αλλά ο καιρός και η Φύση είχαν ήδη μιλήσει... Αυτός ζωή να παίρνει μόνο τον Χειμώνα και μόνο μέσα από το Χιόνι.

Κάποια Χριστούγεννα, όμως, τα παιδιά του γειτονικού χωριού κατάλαβαν ότι όσες πετρούλες και να του έβαζαν για να φτιάξουν το χαμόγελό του, εκείνες έπεφταν. Τίποτα δεν μπορούσε να τον κάνει να ξεχάσει το όνειρό του. Κι έτσι αποφάσισαν τα ίδια λύση να βρουν, να τον βοηθήσουν...

Πήγαν στα σπίτια τους και ρωτούσαν τους μεγάλους, ρωτούσαν τους γονείς και τους γέροντες μαζί. Μέχρι που τη λύση έδωσαν οι χτίστες και οι μάστορες του χωριού.

Πρότειναν παγωμένη μπάλα (κατασκευή) να φτιάξουν, να τον χωρεί και από το σύννεφο χάρη να του δοθεί. Χιόνι από πάνω του να ρίχνει, στη ζωή να τον κρατεί, λίγες μέρες **θαύμα** και μαγεία να του χαριστεί, ώστε το χαμόγελο στον Χιονάνθρωπο να επιστραφεί! Μέχρι και ο Ήλιος που τον κορόιδευε μαζί με τη Ζέστη, δέχτηκαν να κάνουν λίγο πίσω και τη δροσιά να αφήσουν να μπει μπροστά για τρεις μέρες και να γίνει το ακατόρθωτο! Χιονάνθρωπο να δεις να κάνει βόλτες σε νησί!

Ετσι κι έγινε!

Οι μάστορες πήραν πάγο από την παγωμένη λίμνη, οι χτίστες του έφτιαξαν την παγωμένη χιονόμπαλα και τα παιδιά με έλκηθρο τον έβαλαν μέσα! Ο αέρας έφερε το σύννεφο και το σταμάτησε από πάνω του κι εκείνο με τη σειρά του χιόνι γεννούσε ασταμάτητα.



Και όλοι μαζί κατέβαιναν το Βουνό, τράβηξαν το δρόμο τους για το κοντινότερο νησί και όσο πλησίαζαν ο Ήλιος και η Ζέστη κράτησαν την υπόσχεση τους και έκαναν πίσω... Άφησαν τα μέρη που ήταν στο διάβα τους να δροσίζονται!

Με τη συγχρηματοδότηση της Ελλάδας και της Ευρωπαϊκής Ένωσης



Ο Χιονάνθρωπος με την κομπανία του έφτασε στο νησί Δεκαπενταύγουστο, μέρα με τη μεγαλύτερη γιορτή για τους ανθρώπους στο νησί! Και τότε τα όνειρά του έγιναν πραγματικότητα... Είδε την εκκλησία από κοντά, άκουσε την καμπάνα και μάλιστα τον άφησαν να τη χτυπήσει κιόλας. Άκουσε τους ανθρώπους του νησιού να τραγουδούν και χόρεψε μαζί τους. Πήγε με τα παιδιά στην παραλία και βούτηξε μαζί του και τα βράδια έμενε ξάγρυπνος για να δει και να προλάβει να μετρήσει τα αστέρια στον καθαρό Ουρανό!

Ηταν οι τρεις καλύτερες μέρες της ζωής του! Μια συμφωνία έκανε όταν έφυγε. Να μην ξεχάσει ποτέ όσα πέρασε στο Νησί και να ευχαριστεί για πάντα όσους τον βοήθησαν. Μαζί με τη χαρά του, ένιωθε και λύπη γιατί το όνειρο του τελείωσε, αλλά ήταν τόσο χαρούμενος που τα κατάφερε, που από τότε λένε πως ποτέ ξανά δεν έπεσε πέτρα από το χαμόγελό του!!

Με τη συγχρηματοδότηση της Ελλάδας και της Ευρωπαϊκής Ένωσης