

اولین مسابقه نقاشی انجمن آلازایمر ایران

با موضوع :

بابابزرگ/ مامان بزرگ دوستتون دارم

با توجه به مشکلات گوناگونی که در مسیر سالمندی وجود دارد، لازم است که با ایجاد شرایط مناسب و جلب حمایت های اطرافیان در رفع این مشکلات تلاش نمود.

مهرورزی و محبت توأم با احترام از جمله شرایط مهمی می باشند که حاصل آن ایجاد شرایط مطلوب زندگی برای سالمندان و خانواده را فراهم می آورد.

ابراز محبت و حمایت از سالمندان توسط تک تک افراد خانواده موجب خواهد شد که محیطی گرم و صمیمی را برای آنان به وجود آورد. با این حال ممکن است افراد سالمند در اثر ابتلا به بیماری آلازایمر دچار فراموشی شوند و رفتارهای آنان عجیب و ناخوشایند به نظر آید. در این شرایط کودکان احساسات مختلفی را تجربه می کنند:

- احساس ناراحتی از دیدن تغییرات رفتاری و شخصیتی در پدربزرگ/ مادربزرگی که عاشق او هستند.

- ترس و نگرانی از بابت اینکه چرا رفتارهای پدربزرگ/ مادربزرگ اینقدر متفاوت شده است؟

- ترس از اینکه بیماری پدربزرگ/ مادربزرگ مسری نباشد و پدر و مادر و یا خود او مبتلا نشوند.

- احساس ناامیدی و عصبانیت برای آنکه نیاز است مکررا به سوالات پدربزرگ/ مادربزرگ پاسخ دهند.

- احساس گناه بابت عصبانیت و خشم خود نسبت به پدربزرگ/ مادربزرگ

- احساس حسادت نسبت به پدربزرگ/ مادربزرگ، به دلیل وقت و توجهی که والدین او صرف پدربزرگ/ مادربزرگ می نمایند.

- احساس خجالت در زمانیکه دوستانش به دیدنش می آیند.

و نکته مهمتر آن است که در این خانواده ها، همیشه کودکان قادر به ابراز احساسات خود نیستند و این مسئله موجب می گردد تا احساسات درونی خود را به اشکال زیر بروز دهند:

- شکایت از دردهای جسمانی مبهم

- بدست آوردن نتایج ضعیف در مدرسه

- فراری بودن از خانه

- قطع رفت و آمد با دوستان و همسالان

از سوی دیگر با توجه به اینکه توصیه متخصصین همواره بر پیشگیری از بیماری ها تاکید دارد و از طرفی برای اختلالات رفتاری و عملکردی حاصل از بیماری آلازایمر که در دوران سالمندی به وجود می آید درمان قطعی وجود ندارد. آگاهی از نحوه پیشگیری عوامل خطر ساز نظیر (بالا بودن

فشارخون- دیابت- ضربه های سر در زمان استفاده از وسایل نقلیه و و تغذیه ناسالم) از دوران کودکی موجب خواهد شد که از ابتلا به بیماری آلزایمر در دوران سالمندی پیشگیری نماید. آگاهی کودکان جهت رعایت نکات پیشگیرانه از قبیل (روش زندگی سالم و استفاده از کلاه و کمربند ایمنی در هنگام رانندگی، دوچرخه سواری و انجام فعالیت های ذهنی و فیزیکی و یادگیری زبان دوم) جهت پیشگیری بسیار مهم می باشد.

وجود این مسائل که حاکی از لزوم آموزش و اطلاع رسانی صحیح به کودکان جهت یادگیری شیوه های زندگی سالم و پیشگیری از ابتلا به بیماریهای دوران بزرگسالی و نیز نحوه برقراری ارتباط موثر با پدربزرگ/ مادر بزرگهای سالم و یا بیمار است، موجب گشت تا انجمن آلزایمر ایران با همکاری کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان مسابقه نقاشی کودکان با عنوان **بابابزرگ/ مامان بزرگ دوستتون دارم** را برنامه ریزی نماید.

اهداف برگزاری مسابقه نقاشی:

- ۱- افزایش آگاهی کودکان از عوامل خطر ساز ابتلا به بیماری در بزرگسالی جهت پیشگیری
- ۲- کاهش شرم کودک از ابراز بیماری پدربزرگ/ مادر بزرگ در میان همسالان
- ۳- آشنایی ضمنی با افکار و احساسات درونی کودکان
- ۴- جلوگیری از بحران عاطفی کودکان با تخلیه هیجانی
- ۵- تغییر رفتار کودکان با سالمندان، تشویق آنان به حمایت عاطفی و برقراری ارتباط دوستانه با سایر افراد خانواده و در نتیجه ارتقاء بهداشت روانی خانواده.
- ۶- آشنایی با انجمن آلزایمر ایران به عنوان سازمانی مردم نهاد و تنها حامی افراد مبتلا به بیماری آلزایمر و خانواده هایشان

-۷

محورهای مسابقه:

- ۱- پیشگیری (چگونه سلامتی خود را حفظ کنیم؟)
 - ❖ سالمندی و ورزش (چه ورزشی بکنیم تا وقتی پیر می شیم سالم بمونیم)
 - ❖ سالمندی و تغذیه (چه چیزهایی بخوریم و چه چیزهایی نخوریم که وقتی پیر می شیم سالم بمونیم)
 - ❖ چه جوری موقع ورزش و بازی از سرمان مراقبت کنیم (با استفاده از کلاه و وسایل ایمنی هنگام فعالیت های مانند اسکیت، اسکی، دوچرخه، موتور سواری، رانندگی و ...)
 - ❖ ورزشهایی که منو مامان بزرگ / بابابزرگ با هم انجام می دیم.
 - ❖ وقتی که منو مامان بزرگ / بابابزرگ با هم غذا می خوریم.

۲- ارتباط با سالمند:

- ❖ اوقات خوش من و مامان بزرگ / بابابزرگ

- ❖ زمانی که من و مامان بزرگ / بابا بزرگ تنهاییم
- ❖ روش زندگی مامان بزرگ / بابابزرگ من
- ❖ کارهایی که مامان بزرگ / بابابزرگ به من یاد دادن
- ❖ چطوری به مامان بزرگ / بابابزرگم نشون می دم که دوستشون دارم؟
- ❖ هدیه به مامان بزرگ / بابابزرگ در اعیاد و جشن تولدشون
- ❖ کارها و چیزهای مورد علاقه مامان بزرگ / بابا بزرگ من
- ❖ جاهایی که من و مامان بزرگ / بابابزرگ با هم می ریم
- ❖ چه جور می من به مامان بزرگ / بابابزرگ بیمارم کمک می کنم

۳- مامان بزرگ و بابا بزرگ فراموشکار من

- ❖ کمک هایی که من می تونم به مامان بزرگ / بابابزرگ فراموشکارم بکنم
- ❖ بازیهایی که من با مامان بزرگ / بابا بزرگ فراموشکارم می کنم

شرایط شرکت در مسابقه:

❖ گروه های سنی:

- ✓ ۴ الی ۶ سال
- ✓ ۷ الی ۱۲ سال
- ✓ ۱۳ الی ۱۶ سال

❖ اندازه اثر:

✓ مقوای A۳ و A۴

- آثار بدون قاب و پاسپارتو ارسال شود.
- شناسنامه اثر پس از تکمیل، به پشت اثر الصاق شده و به همراه یک قطعه عکس ۳×۴ عضو ارسال شود.

❖ تکنیک و شیوه اجرا:

- ✓ تکنیک: آزاد (پاستل، گواش، آبرنگ، کلاژ تخت و ...)
- از هر شرکت کننده تنها یک اثر پذیرفته می شود
- از اجرای کلاژ برجسته خودداری شود.

❖ آخرین مهلت ارسال آثار:

✓ ۲۵ شهریورماه ۱۳۹۲

- به نفرات برگزیده جوایزی اهدا خواهد شد و آثار برتر در نمایشگاهی که بدین منظور برگزار می شود به نمایش درخواهد آمد.
- تمامی آثار ارسالی متعلق به انجمن آلزایمر ایران می باشد و عودت داده نخواهد شد.
- اصل آثار از طریق پست پیشتاز ارسال گردد و به آثار ارسالی از طریق فکس و ایمیل ترتیب اثر داده نخواهد شد.

❖ آدرس دبیرخانه جهت ارسال آثار :

✓ تهران - شهرک اکباتان - بین فاز ۱ و ۲ - میدان بسیج - جنب شهرداری ناحیه ۶ -

انجمن آلزایمر ایران - بخش روابط عمومی

شماره های تماس: ۰۲۱-۴۴۶۳۰۶۵۲ و ۰۲۱-۴۴۶۳۳۵۵۵ (داخلی ۴)

شماره تلفکس: ۰۲۱ - ۴۴۶۵۱۱۲۲

آدرس سایت: www.Iranalz.ir

ایمیل: Alzheimer.iran@yahoo.com

شناسنامه اثر اولین مسابقه نقاشی انجمن آلزایمر ایران

باموضوع: بابابزرگ / مامان بزرگ دوستتون دارم

نام و نام خانوادگی :

سن :

جنس :

عنوان اثر :

شماره تماس :

آدرس :

نام مربی :

نام مرکز :

در صورت تمایل مختصری در مورد نقاشی خود توضیح دهید :