ΠΑΣΥΚΑΦ
ΠΑΓΚΥΠΡΙΟΣ ΣΥΝΔΕΣΜΟΣ ΚΑΡΚΙΝΟΠΑΘΩΝ ΚΑΙ ΦΙΛΩΝ

BROCHURE

2ο
Συνέδριο για άτομα
με εμπειρία καρκίνου

ΣΕΙΡΑ ΑΣΘΕΝΟ - ΚΕΝΤΡΙΚΩΝ ΕΚΔΗΛΩΣΕΩΝ ΠΑΣΥΚΑΦ

# ΠΙΟ ΔΥΝΑΤΟΙ ΜΑΖΙ

Παρασκευή 31 Ιανουαρίου και
Σάββατο 1 Φεβρουαρίου 2025
Ξενοδοχείο Hilton Nicosia

*Υπό την αιγίδα του Προέδρου της Κυπριακής Δημοκρατίας, κ. Νίκου Χριστοδουλίδη.*

**Συντονιστής**
imh CONFERENCES | MEDIA | EXHIBITIONS

**Χορηγοί Επικοινωνίας**
INBusiness GOLD

**Οργανωτής**
ΠΑΣΥΚΑΦ
ΠΑΓΚΥΠΡΙΟΣ ΣΥΝΔΕΣΜΟΣ ΚΑΡΚΙΝΟΠΑΘΩΝ ΚΑΙ ΦΙΛΩΝ

## ΕΙΣΑΓΩΓΙΚΟ ΣΗΜΕΙΩΜΑ

Αγαπητοί φίλοι και συνεργάτες,

Θα αποτελέσει μεγάλη μας τιμή να παρευρεθείτε στο 2ο Συνέδριο για άτομα με εμπειρία καρκίνου, με τίτλο «Πιο Δυνατοί Μαζί», το οποίο θα πραγματοποιηθεί την Παρασκευή, 31 Ιανουαρίου, και το Σάββατο, 1 Φεβρουαρίου 2025, στο ξενοδοχείο Hilton Nicosia.

Το συνέδριο αυτό αποτελεί ορόσημο για τον Σύνδεσμό μας, καθώς, για πρώτη φορά, δίνεται η ευκαιρία στα ίδια τα άτομα με εμπειρία καρκίνου να μοιραστούν τις ανησυχίες, τις εμπειρίες και τα βιώματά τους.

Ο κύριος στόχος του Συνεδρίου είναι να παρέχει στήριξη και ενδυνάμωση στα άτομα με εμπειρία καρκίνου και στους οικείους τους. Μέσα από αυτή τη διοργάνωση, θα έχουν την ευκαιρία να ακουστεί η φωνή τους και να λάβουν την απαραίτητη πληροφόρηση, ώστε να ανταπεξέλθουν στις ψυχοκοινωνικές προκλήσεις που ενδέχεται να αντιμετωπίζουν σε όλα τα στάδια της πορείας τους, από τη διάγνωση μέχρι την αποκατάσταση.

Οι θεματολογίες που θα αναπτυχθούν θα δώσουν στους συμμετέχοντες την δυνατότητα να ενημερωθούν για όλα όσα τους αφορούν και τους επηρεάζουν, δίνοντας έτσι απαντήσεις σε διαχρονικά ερωτήματα τους.

Σας προσκαλούμε να γίνετε μέρος αυτής της σημαντικής διοργάνωσης, με τη δική σας παρουσία. Μαζί, μπορούμε να δηλώσουμε έμπρακτα την υποστήριξή μας σε όσους την έχουν ανάγκη, να ενισχύσουμε την ευαισθητοποίηση και να προωθήσουμε τις προσπάθειές μας για τη βελτίωση της ποιότητας ζωής των ατόμων με εμπειρία καρκίνου.

Στις επόμενες σελίδες θα βρείτε πληροφορίες σχετικά με το Συνέδριο, καθώς και το αναλυτικό πρόγραμμά του.

Για οποιεσδήποτε πληροφορίες ή διευκρινίσεις, παρακαλώ μη διστάσετε να επικοινωνήσετε μαζί μας.

Ευελπιστούμε ότι θα στηρίξετε το όραμα μας και θα ανταποκριθείτε θετικά στο κάλεσμα μας.

Με εκτίμηση,
Νικόλας Φιλίππου,
Εκτελεστικός Διευθυντής ΠΑΣΥΚΑΦ

## ΛΙΓΑ ΛΟΓΙΑ ΓΙΑ ΤΟΝ ΠΑΣΥΚΑΦ

Ο ΠΑΣΥΚΑΦ είναι ένας Εθελοντικός Μη Κερδοσκοπικός Οργανισμός (Αριθμός Εγγραφής 525) που ιδρύθηκε το 1986. Διεκδικεί εδώ και περισσότερο από 38 χρόνια, καλύτερη ποιότητα για όλους τους συνανθρώπους μας με εμπειρία καρκίνου και τους οικείους τους και την προσφέρει με επαγγελματικές Υπηρεσίες Υγείας παγκύπρια.

Μέσα από τις Υπηρεσίες του, ο Σύνδεσμος παρέχει παγκύπρια Κατ' Οίκον Υποστηρικτική και Ανακουφιστική Φροντίδα, η οποία προσφέρεται σε 24ωρη βάση Ιατρική παρακολούθηση από γιατρούς με εξειδικευμένες γνώσεις Ανακουφιστικής Φροντίδας, Δανεισμό ιατρικού εξοπλισμού, Φυσιοθεραπεία, πρόληψη και αντιμετώπιση του Λεμφοιδήματος, Ψυχολογική υποστήριξη σε ατομικό και ομαδικό επίπεδο, βοήθεια σε θέματα Κοινωνικής Πρόνοιας, Στήριξη στο Πένθος, Μεταφορά ασθενών από και προς τα ογκολογικά κέντρα στη Λευκωσία και Λεμεσό, Υπηρεσία Διατροφικής Υποστήριξης, Δύο Κέντρα Ανακουφιστικής Φροντίδας το ΠΑΣΥΚΑΦ – ΕΔΕΜ στην επαρχία Λάρνακας με 12 κλίνες και το ΠΑΣΥΚΑΦ – Αρχάγγελος Μιχαήλ στην επαρχία Πάφου με 9 κλίνες.

Οι υπηρεσίες προσφέρονται δωρεάν, από μια πολυθεματική ομάδα πέραν των 81 επαγγελματιών υγείας, μόνιμο προσωπικό του ΠΑΣΥΚΑΦ, συμπεριλαμβανομένων γιατρών, νοσηλευτών, ψυχολόγων, κοινωνικών λειτουργών, φυσικοθεραπευτών και κλινικών διαιτολόγων. **Το 2023 ανταποκρίθηκε στις ανάγκες 7,968 ασθενών και των οικείων τους μέσα από 39,254 συναντήσεις που πραγματοποιήθηκαν σε όλη την Κύπρο.**

## ΑΚΡΟΑΤΗΡΙΟ

- Ατομα με εμπειρία καρκίνου
- Ατομα που φροντίζουν οικείους τους με καρκίνο
- Επαγγελματίες υγείας στον τομέα της ογκολογίας

**Η συμμετοχή είναι δωρεάν.**

## ΛΕΠΤΟΜΕΡΙΕΣ ΣΥΝΕΔΡΙΟΥ

Παρασκευή 31 Ιανουαρίου 2025, 17:30-21:00
και
Σάββατο 1 Φεβρουαρίου 2025, 08:30 - 18:30
Ξενοδοχείο Hilton Nicosia

# ΠΡΟΚΑΤΑΡΚΤΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ

| | |
|---|---|
| 17:30 - 18:00 | **Προσέλευση** |
| 18:00 - 18:30 | **ΕΝΑΡΚΤΗΡΙΑ ΤΕΛΕΤΗ - ΧΑΙΡΕΤΙΣΜΟΙ**<br>Εισαγωγή από τον Συντονιστή του Συνεδρίου<br>• κος Νίκος Χριστοδουλίδης, Πρόεδρος της Κυπριακής Δημοκρατίας<br>• κος Μιχάλης Χατζηπαντέλας, Ευρωβουλευτής<br>• κος Γιώργος Γεωργίου, Ευρωβουλευτής<br>• Δρ. Άννα Αχιλλεούδη, Πρόεδρος Δ.Σ. ΠΑΣΥΚΑΦ |
| | **ΚΕΝΤΡΙΚΟΙ ΟΜΙΛΗΤΕΣ** |
| 18:30 - 18:40 | **κα Στέλλα Κυριακίδου,** Τέως Επίτροπος Υγείας και Ασφάλειας Τροφίμων της Ε.Ε.<br>Ευρωπαϊκό Σχέδιο Καταπολέμησης του Καρκίνου σε μία Ευρωπαϊκή Ένωση Υγείας |
| 18:40 - 18:50 | **κος Μάριος Κουλούμας,** Επίτιμος Πρόεδρος ΟΣΑΚ<br>Μεταμορφώνοντας τον πόνο σε δύναμη: Η μάχη για τα δικαιώματα των ασθενών |
| 19:00 - 19:20 | Μηνύματα ζωής από άτομα με εμπειρία καρκίνου |
| 19:20 - 19:30 | Βραβεύσεις |
| 19:30 - 20:00 | Καλλιτεχνικό Πρόγραμμα |
| 20:00 - 21:00 | Δεξίωση |

# ΠΡΟΚΑΤΑΡΚΤΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ

**Πληροφορίες για τα παράλληλα εργαστήρια στη σελίδα 7.**

| | |
|---|---|
| 8:30 - 9:00 | **Προσέλευση - Εγγραφές - Καφές** |
| 9:00 - 9:10 | **Καλωσόρισμα** |

## Θεματική 1: Ενισχύω την ψυχική μου υγεία

| | |
|---|---|
| 9:10 - 9:30 | Είναι εντάξει να μην είμαι εντάξει; Πώς η ψυχική υγεία επιδρά στη σωματική υγεία Αποβάλλω τον μύθο: 'Πρέπει να σκέφτομαι θετικά'<br>**Αχιλλέας Κουκκίδης,** Κλινικός Ψυχολόγος |
| 9:30 - 9:50 | Οι ψυχικές διακυμάνσεις μετά από μια διάγνωση καρκίνου και πότε να αναζητήσω υποστήριξη<br>**Άννα Χατζηδημητρίου,** Director of Health Psychology department, Athens Medical Centre |
| 9:50 - 10:10 | Μήπως επανεμφανιστεί ο καρκίνος; Ο φόβος της υποτροπής και πώς να τον διαχειριστώ<br>**Μαριάννα Ζαχαρία,** Κλινική Ψυχολόγος |
| 10:10 - 10:30 | Προσκεκλημένοι για συζήτηση |
| 10:30 - 11:00 | **Διάλειμμα για καφέ** |

## ΚΕΝΤΡΙΚΗ ΟΜΙΛΙΑ

| | |
|---|---|
| 11:00 - 11:30 | What do we mean by 'Living Well'<br>**Dr Ray Owen,** Consultant Clinical and Health Psychologist |
| 11:30 - 12:00 | Προσκεκλημένη για συζήτηση<br>**Λίντα Πεντάκις,** Συνθετική Κλινική Ψυχοθεραπεύτρια |

## Θεματική 2: Φροντίζω εμένα για να μπορώ να φροντίζω εσένα

| | |
|---|---|
| 12:00 - 12:20 | Βιώματα φροντιστών ατόμων με εμπειρία καρκίνου<br>• **Μαρία Κρινή**<br>• **Δρ. Μαριάννα Προκόπη Δημητριάδη** |
| 12:20 - 12:40 | Προγραμματιστείτε εκ των προτέρων - Η σημασία του προγραμματισμού στην ενίσχυση της αίσθηση του ελέγχου και για τη μελλοντική υγεία και προσωπική φροντίδα<br>**Δρ. Κατερίνα Γεωργιάδη,** Γιατρός Ανακουφιστικής Φροντίδας ΠΑΣΥΚΑΦ |
| 12:40 - 13:00 | Νοιαζόμαστε αρκετά για την ποιότητα ζωής των φροντιστών ατόμων με εμπειρία καρκίνου; Δεδομένα και προκλήσεις<br>**Δρ. Άγγελος Κασσιανός,** Λέκτορας Ψυχολογίας Υγείας ΤΕΠΑΚ / Συντονιστής του ερευνητικού εργαστηρίου Συμπεριφορικών Επιστημών στην Υγεία |

13:00 - 13:30 Προσκεκλημένοι για συζήτηση
**Αντώνης Τρύφωνος,** Επιτελικός Διευθυντής & Διευθυντής υπηρεσιών στήριξης ασθενών ΠΑΣΥΚΑΦ

13:30 - 14:30 **Γεύμα στην αίθουσα Signature**

## Θεματική 3: Αυτοπεποίθηση και σεξουαλικότητα

14:30 - 14:50 **Εικόνα Σώματος**
**TBC**

14:50 - 15:10 **Σεξουαλικότητα και καρκίνος: τα ερωτικά και σεξουαλικά συναισθήματα και αναγκες του ζευγαριού πριν και μετά τον καρκίνο**
**Άθως Ερωτοκρίτου,** Κλινικός Ψυχολόγος - Συνθετικός Ψυχοθεραπευτής - Δραματοθεραπευτής

15:10 - 15:40 Συζήτηση

15:40 - 16:00 **Διάλειμμα για καφέ**

## ΘΕΜΑΤΙΚΗ 4: Είναι Δικαίωμα μου

16:00 - 16:10 Το Δικαίωμα στη Λήθη πέρα από τον καρκίνο
**Wim Geluykens**

16:10 - 16:30 Δικαίωμα στη Λήθη: Από τις εξαγγελίες στη πράξη
**Μαρίνα Νικολάου,** Βουλεύτρια εκλογικής περιφέρειας Λεμεσού του Α.Κ.Ε.Λ

16:30 - 16:50 Διαγνώστηκα, αλλάζω αλλά είμαι εγώ - Ένα ταξίδι αυτογνωσίας και εξέλιξης
**Ανδρέας Χριστοδούλου,** Μέλος Δ.Σ. Ευρωπαϊκού Φόρουμ Ασθενών

16:50 - 17:20 Προσκεκλημένοι για συζήτηση
**Ανδρέας Αποστόλου,** Βουλευτής Επ.Λάρνακας ΕΔΕΚ, Παύλος Δράκος, Πρόεδρος Εθνικού Ινστιτούτου Καρκίνου,
**Νικόλας Φιλίππου,** Εκτελεστικός Διευθυντής ΠΑΣΥΚΑΦ

## ΣΥΖΗΤΗΣΗ ΠΑΝΕΛ

17:20 -18:20 Οι ανεκπλήρωτες ανάγκες των ατόμων με εμπειρία καρκίνου στην Κύπρο
**Εκπροσώποι όλων των οργανώσεων καρκίνου στην Κύπρου**

18:20 - 18:30 Συμπεράσματα - Κλείσιμο Συνεδρίου
**Εκπρόσωπος Επιστημονικής Επιτροπής**

# ΠΡΟΚΑΤΑΡΚΤΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ

**ΣΑΒΒΑΤΟ 1 ΦΕΒΡΟΥΑΡΙΟΥ 2025**

## Παράλληλα Εργαστήρια– Αίθουσα Αμαθούσια

09:30 - 11:30 **Mindfulness για τη Ζωή με Καρκίνο**

**Δέσποινα Γιαννούλη,** Πιστοποιημένη Δασκάλα, Επόπτρια & Εκπαιδεύτρια Δασκάλων Mindfulness της Breathworks (UK)

**Περιγραφή εργαστηρίου:**

Σε αυτό το εργαστήρι, που βασίζεται στο πρόγραμμα MBCT-Ca, οι συμμετέχοντες θα μάθουν μερικές βασικές πρακτικές Mindfulness (Ενσυνειδητότητα) και Συμπόνιας, οι οποίες είναι δοκιμασμένες και κλινικά αποδεδειγμένες για πάνω από μία 10ετία σε ανθρώπους που έχουν βιώσει την εμπειρία της νόσου. Πρόκειται για απλές πρακτικές που μπορεί κανείς να εφαρμόζει στην καθημερινότητά του δημιουργώντας έτσι μία καλύτερη ποιότητα στη ζωή του.

---

14:30 - 16:30 **Ζώντας καλά με και πέρα από τον καρκίνο**

**Dr Ray Owen,** Consultant Clinical and Health Psychologist

**Περιγραφή εργαστηρίου:**

Ο καρκίνος μπορεί να επιφέρει σημαντικές σωματικές, συναισθηματικές και πρακτικές αλλαγές στη ζωή των ανθρώπων. Συχνά συνοδεύεται από δυσάρεστα συναισθήματα όπως φόβο, θλίψη, θυμό ή ενοχή. Πώς μπορούμε να συνεχίσουμε τη ζωή μας ακόμη και όταν αυτά τα συναισθήματα και οι σκέψεις επιμένουν; Πώς μπορούμε να ζήσουμε καλά τόσο κατά τη διάρκεια του καρκίνου όσο και μετά από αυτόν;

---

16:30 - 18:30 **Όταν η Αγάπη Συνεχίζει: Διατήρηση της Συντροφικότητας και της Οικειότητας**

**Δρ. Λίλια Ψαλτά,** Επίκουρη Καθηγήτρια Ψυχολογίας UCLan

**Περιγραφή εργαστηρίου:**

Η Συγκινησιακά Εστιασμένη Θεραπεία (EFT) αποτελεί μια σύγχρονη, επιστημονικά τεκμηριωμένη προσέγγιση στην ψυχοθεραπεία ζεύγους και οικογένειας. Εστιάζει στα συναισθήματα ως τον βασικό παράγοντα που καθοδηγεί τις ανθρώπινες σχέσεις και συμπεριφορές. Ειδικά για τα ζευγάρια, έχει εξελιχθεί σε ένα διεθνώς αναγνωρισμένο μοντέλο θεραπείας.

Η θεραπεία αυτή χαρτογραφεί και διερευνά τα μοτίβα επικοινωνίας και συμπεριφοράς που αναπτύσσονται μεταξύ των συντρόφων, προσφέροντας εργαλεία για την αναδόμηση πιο υγιών και υποστηρικτικών αλληλεπιδράσεων. Παράλληλα, αξιοποιεί τη Θεωρία του Δεσμού για να ερμηνεύσει τις συναισθηματικές ανάγκες και τις δυναμικές που χαρακτηρίζουν τις ενήλικες σχέσεις αγάπης.

## ΟΡΓΑΝΩΤΗΣ

ΠΑΣΥΚΑΦ
ΠΑΓΚΥΠΡΙΟΣ ΣΥΝΔΕΣΜΟΣ ΚΑΡΚΙΝΟΠΑΘΩΝ ΚΑΙ ΦΙΛΩΝ

Ο Παγκύπριος Σύνδεσμος Καρκινοπαθών και Φίλων (ΠΑΣΥΚΑΦ) είναι ένας εθελοντικός, μη κερδοσκοπικός φιλανθρωπικός οργανισμός με αριθμό εγγραφής 525. Ιδρύθηκε το 1986 από 21 άτομα με προσωπική εμπειρία καρκίνου, καθώς και από αφοσιωμένους φίλους. Έκτοτε, έχει εξελιχθεί σε έναν οργανισμό με χιλιάδες μέλη και υποστηρικτές, προσφέροντας επαγγελματικές υπηρεσίες υγείας και ανακουφιστικής φροντίδας σε άτομα με εμπειρία καρκίνου και τις οικογένειές τους.

Παράλληλα, ο ΠΑΣΥΚΑΦ υλοποιεί προγράμματα πρόληψης και έγκαιρης διάγνωσης, συμμετέχει σε Ευρωπαϊκά ερευνητικά προγράμματα και δραστηριοποιείται σε θέματα πολιτικής υγείας και υπεράσπισης των δικαιωμάτων των ασθενών.

## ΧΟΡΗΓΟΙ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ

INBusiness

Ως η ναυαρχίδα των media brands της IMH, το περιοδικό IN Business, συμπληρώνει 16 χρόνια πορείας, κατά τα οποία προβλήθηκαν μέσα από τις σελίδες του χιλιάδες παραδείγματα του ευ επιχειρείν από επιχειρήσεις και επιχειρηματίες, brands, εταιρικές πρακτικές και εξελίξεις. Στόχος του IN Business ήταν και παραμένει η προβολή του κυπριακού ευ επιχειρείν.

GOLD
THE BUSINESS MAGAZINE OF CYPRUS

Το περιοδικό GOLD κυκλοφόρησε το 2011 ως η πρώτη αγγλόφωνη επιχειρηματική μηνιαία έκδοση στην Κύπρο. Σήμερα, όχι μόνο αποτελεί ένα έντυπο που προωθεί με συνέπεια καλές επιχειρηματικές πρακτικές, με επίκεντρο την προώθηση της Κύπρου ως διεθνούς επιχειρηματικού κέντρου, αλλά επιπλέον, διαθέτει ένα μοναδικό αναγνωστικό κοινό, το οποίο απαρτίζεται από high-net-wort -individuals, στελέχη διεθνών επιχειρήσεων, αγγλόφωνους επιχειρηματίες γυναίκες και άντρες, Κύπριους και μη.