

“Ας βοηθήσουμε τους ηλικιωμένους να φροντίζουν μόνοι τους τον εαυτό τους”



**TECHSENIOR**  
TECHNOLOGY FOR ASSISTING SENIORS

**TECHSENIOR**  
TECHNOLOGY FOR ASSISTING SENIORS



ΚΟΙΝΩΝΙΚΟΣ ΣΥΝΕΤΑΙΡΙΣΜΟΣ  
ΠΕΡΙΟΡΙΣΜΕΝΗΣ ΕΥΘΥΝΗΣ



[www.techsenior.eu](http://www.techsenior.eu)

Επικοινωνία:

[hello@techsenior.eu](mailto:hello@techsenior.eu)

[facebook.com/techsenioreu](https://facebook.com/techsenioreu)

[twitter.com/TechSenior\\_eu](https://twitter.com/TechSenior_eu)

Αυτόνομη Διαβίωση  
με χρήση της Τεχνολογίας



Co-funded by the Erasmus+ programme of the European Union  
"The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein."

[www.techsenior.eu](http://www.techsenior.eu)

## Τι αφορά;

- ✓ Ανάπτυξη ενός εκπαιδευτικού προγράμματος, το οποίο θα δώσει τη δυνατότητα στους ηλικιωμένους να αποκτήσουν μεγαλύτερη αυτονομία στην καθημερινή τους ζωή.
- ✓ Μείωση του βαθμού εξάρτησης των ηλικιωμένων στην καθημερινότητα τους από τους συντρόφους τους, τα παιδιά τους, τους εθελοντές και τους επαγγελματίες φροντιστές.
- ✓ Αποφυγή της απώλειας της αποφασιστικότητας και του αυτοσεβασμού.

## Ποιους αφορά;

- ✓ Εκπαιδευτές επαγγελματιών υγείας
- ✓ Εθελοντές
- ✓ Ηλικιωμένους



“ Η ενεργός γήρανση δημιουργεί ευημερία στην καθημερινή ζωή και δημιουργεί συνθήκες επανένταξης στην κοινωνία. ”



[www.techsenior.eu](http://www.techsenior.eu)

Επικοινωνία:  
[hello@techsenior.eu](mailto:hello@techsenior.eu)  
[facebook.com/techsenioreu](https://facebook.com/techsenioreu)  
[twitter.com/TechSenior\\_eu](https://twitter.com/TechSenior_eu)

## Ψηφιακές δεξιότητες

- ✓ Παραγγελία τροφίμων και άλλων ειδών από το διαδίκτυο
- ✓ Πρόσβαση σε κυβερνητικές υπηρεσίες
- ✓ Χρήση τηλεϊατρικής και τηλεσυστημάτων
- ✓ Κρατήσεις εισιτηρίων
- ✓ Επικοινωνία & κοινωνικά δίκτυα κ.α.

