

Η Εργοθεραπεία με απλά λόγια

Σκεφτείτε πόσα πολλά πράγματα κάνουμε μόνοι μας κάθε μέρα, όπως το να σηκωθούμε από το κρεβάτι, να πλυθούμε, να ετοιμάσουμε ένα πρόχειρο γεύμα, να μετακινηθούμε από και προς την εργασία μας ή την αγορά, να συναντήσουμε φίλους, να διαβάσουμε ένα βιβλίο αλλά και να φροντίσουμε τα παιδιά μας, τους γονείς μας ή το σπίτι μας. Κάθε ένα από αυτά που κάνουμε στην καθημερινότητά μας ονομάζεται **έργο**.

Σκεφτείτε πόσο αλλάζει η ζωή μας όταν για κάποιο λόγο δεν κάνουμε ένα τέτοιο καθημερινό έργο για αρκετό καιρό, όπως να πλυθούμε για μία εβδομάδα. Συνήθως νιώθουμε άβολα και φροντίζουμε να επανέλθουμε στην καθημερινότητά μας, για να νιώσουμε καλύτερα, να νιώσουμε φυσιολογικοί.

Σκεφτείτε τώρα έναν άνθρωπο που θέλει να κάνει στην καθημερινή του ζωή ό,τι και οι άλλοι αλλά κάτι τον δυσκολεύει και τον εμποδίζει τόσο, ώστε να μην μπορεί να κάνει κανένα καθημερινό έργο από αυτά που θέλει ή που χρειάζεται να κάνει. Συχνά ένα πρόβλημα υγείας, η κινητική/ψυχική του κατάσταση, η κοινωνική του θέση, ένα απαιτητικό ή στερημένο περιβάλλον οδηγούν τον άνθρωπο αυτόν στην παραίτηση από τη ζωή.

Τότε προκύπτει η ανάγκη για Εργοθεραπεία.

Γιατί **Εργοθεραπεία** είναι η επιστήμη που μελετάει το ανθρώπινο έργο και στοχεύει κάθε άνθρωπος να είναι λειτουργικός, να μπορεί δηλαδή να κάνει πράγματα σημαντικά γι' αυτόν, να παραμένει ενεργός στη ζωή.

Οι **εργοθεραπευτές** εκτιμούν κάθε φορά την κατάσταση, παρεμβαίνουν και προτείνουν πρακτικές λύσεις και συμβουλές για να μπορούν οι άνθρωποι να έχουν μία ασφαλή, ικανοποιητική και ολοκληρωμένη ζωή, ανεξάρτητα από τα προβλήματα και τις δυσκολίες που αντιμετωπίζουν.

Οι εργοθεραπευτές εργάζονται στον ιδιωτικό και δημόσιο τομέα, σε νοσοκομεία, ιδρύματα, υπηρεσίες ψυχικής υγείας, κέντρα αποκατάστασης, στην κοινότητα, σε παιδικούς σταθμούς και σχολεία.



Η Εργοθεραπεία βοηθά
ανθρώπους όλων των ηλικιών
να έχουν καλύτερη ποιότητα ζωής!

Σύλλογος Ελλήνων Εργοθεραπευτών

Γαβριηλίδου 8, 111-41, Αθήνα
Τηλ. / φαξ: 210-3228979
www.ergotherapists.gr

World Federation of Occupational Therapists
www.wfot.org