



ΑΡΙΣΤΟΤΕΛΕΙΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ ΓΡΑΦΕΙΟ ΤΥΠΟΥ

Τηλ. 2310 997158 e-mail: press@auth.gr

Κτίριο Διοίκησης «Κ. Καραθεοδωρή» ΑΠΘ, Τ.Κ. 541 24, Θεσσαλονίκη

[f @Aristoteleio](https://www.facebook.com/Aristoteleio) [i @auth_university_thessaloniki](https://www.instagram.com/auth_university_thessaloniki) [X @Auth_University](https://www.x.com/Auth_University)

ΔΕΛΤΙΟ ΤΥΠΟΥ

«MOVE ON UP»: Καινοτόμα Ψηφιακή Άσκηση για Άτομα με Πάρκινσον παρουσιάζεται στη Θεσσαλονίκη

Θεσσαλονίκη, 8/5/2025

Στο πλαίσιο του ευρωπαϊκού έργου «MOVE ON UP - An innovative digital approach to promote engaging physical activity in people with Parkinson's (Μια καινοτόμα ψηφιακή προσέγγιση για την προώθηση της συμμετοχής στη σωματική δραστηριότητα σε άτομα με νόσο του Πάρκινσον)» θα πραγματοποιηθεί εκδήλωση για την φυσική κατάσταση των εφήβων, την Παρασκευή 9 Μάϊου 2025 και ώρα 19:00, στο Ολυμπιακό Μουσείο (Γ' Σεπτεμβρίου & Αγίου Δημητρίου), στη Θεσσαλονίκη. Στην εκδήλωση θα παρουσιαστούν και θα συζητηθούν οι στόχοι του έργου MOVE ON UP, που υλοποιείται από το Τμήμα Πληροφορικής του ΑΠΘ.

Το έργο MOVE ON UP υλοποιείται με τη συμμετοχή πέντε εταίρων από πέντε ευρωπαϊκές χώρες. Σύμφωνα με τους συντελεστές του έργου, τα διαδικτυακά προγράμματα άσκησης έχουν αναδειχθεί ως ένας ελκυστικός τρόπος για τα άτομα με νόσο του Πάρκινσον (PwP) να παραμένουν σωματικά και πνευματικά ενεργά, ιδιαίτερα μετά την πανδημία του κορωνοϊού. Οι πρόσφατες τεχνολογικές εξελίξεις έχουν καταστήσει την εξειδικευμένη φροντίδα πιο προσβάσιμη για τα άτομα με Πάρκινσον, ενώ ο συνδυασμός άσκησης/φυσικοθεραπείας με γνωστική εκπαίδευση έχει δείξει ότι μπορεί να βελτιώσει τόσο τα σωματικά όσο και τα γνωστικά αποτελέσματα.

Ωστόσο, αυτές οι προσεγγίσεις βρίσκονται ακόμη σε σχετικά πρώιμο στάδιο ανάπτυξης· αν και πολλά υποσχόμενες, απαιτούνται περαιτέρω βελτιώσεις στον σχεδιασμό, την παιχνιδοποίηση, τη συχνότητα, την ένταση και την ποικιλία των συνεδριών άσκησης, με τη συμμετοχή των ασθενών στο επίκεντρο της διαδικασίας σχεδιασμού, ώστε να ενσωματωθούν οι ψηφιακές θεραπείες στο σύστημα υγείας.

Το έργο MOVE ON UP στοχεύει στην ανάπτυξη, εφαρμογή και αξιολόγηση της αποτελεσματικότητας ενός εβδομαδιαίου ψηφιακού προγράμματος άσκησης για 50 άτομα με Πάρκινσον, καθώς και ενός 28ωρου ψηφιακού πολυεπιστημονικού προγράμματος εκπαίδευσης για 100 επαγγελματίες υγείας και φροντιστές. Το πρόγραμμα άσκησης θα χρησιμοποιήσει το μοντέλο COM-B ως μετα-πλαίσιο για τη βελτίωση των επιπέδων σωματικής δραστηριότητας, των κινητικών συμπτωμάτων, της ισορροπίας, της φυσικής λειτουργίας και της ποιότητας ζωής.

Το πρόγραμμα εκπαίδευσης θα αναπτύξει γνώσεις και δεξιότητες και θα αντιμετωπίσει τα αντιλαμβανόμενα εμπόδια στην ψηφιακή μετάβαση. Το έργο θα ακολουθήσει μια μεθοδολογία μικτής προσέγγισης, με πέντε πακέτα εργασίας βασισμένα στις οδηγίες ADDIE και στο εγχειρίδιο "Be Healthy, Be Mobile". Η εξειδικευμένη κοινοπραξία περιλαμβάνει οργανισμούς από την Πορτογαλία, την Ελλάδα, τη Μάλτα και την Ιταλία, και συντονίζεται από τη Σχολή Υγείας και Επιστημών του Egas Moniz στην Πορτογαλία.

Το έργο MOVE ON UP έχει τη δυνατότητα να συμβάλει στην επίτευξη βασικών στόχων Βιώσιμης Ανάπτυξης που σχετίζονται με την υγεία, όπως η διασφάλιση υγιούς ζωής και η προώθηση της ευημερίας για όλους σε όλες τις ηλικίες, καθώς και στη δημιουργία βιώσιμων πόλεων και κοινοτήτων. Μπορεί επίσης να υποστηρίξει την εφαρμογή των προτεινόμενων πολιτικών δράσεων που περιγράφονται στο Παγκόσμιο Σχέδιο Δράσης για τη Σωματική Δραστηριότητα 2018–2030.

Διάρκεια προγράμματος Moveonup: 1/1/2025 - 31/12-2027

Περισσότερες πληροφορίες για το έργο MOVE ON UP είναι διαθέσιμες από την ιστοσελίδα του έργου: <http://moveonup.csd.auth.gr/>

Με την παράκληση να δημοσιευθεί ή να μεταδοθεί και να καλυφθεί η εκδήλωση