



SMARTBEAR

Ένα μεγάλο βήμα για
καλύτερη ποιότητα ζωής
στην τρίτη ηλικία



Funded by
the European Union

Το έργο SmartBear έλαβε χρηματοδότηση από το πρόγραμμα Έρευνας και Καινοτομίας «Ορίζοντας 2020» της Ευρωπαϊκής Ένωσης βάσει της συμφωνίας επιχορήγησης αριθ. 857172





Τί είναι το SmartBear;

Είναι μία ψηφιακή πλατφόρμα μεγάλων δεδομένων, που υποστηρίζει βάσει τεκμηρίωσης και με εξατομικευμένο τρόπο, την υγιή και ανεξάρτητη διαβίωση κατοίκων 65 ετών και άνω στο οικιακό περιβάλλον.

Το έργο απευθύνεται σε **5.100 πολίτες** από 6 χώρες της Ευρώπης (**Γαλλία, Ιταλία, Πορτογαλία, Ισπανία, Ρουμανία και Ελλάδα**) που θα έχουν την ευκαιρία να συμμετέχουν δωρεάν σε αυτό για ένα έτος.



Σε ποιους απευθύνεται;

Αφορά **700 κατοίκους της πόλης μας άνω των 65 ετών**, που πάσχουν από **δύο (2) ή και περισσότερες από τις παρακάτω χρόνιες παθήσεις** και επιθυμούν μια πιο ανεξάρτητη, ποιοτική και υγιή ζωή.

- **Καρδιαγγειακά Νοσήματα**
(υπέρταση, καρδιακή ανεπάρκεια, αρρυθμίες)
- **Βαρηκοΐα**
- **Διαταραχές Ισορροπίας**
- **Ήπια Κατάθλιψη**
- **Ήπια Γνωστική Διαταραχή**
- **Το Σύνδρομο της Ευθραυστότητας**



Γιατί σε αφορά;

Μέσω των «έξυπνων» και εύχρηστων συσκευών υγείας που θα σου παρέχει το πρόγραμμα εντελώς δωρεάν, θα καταγράφονται καθημερινά στη ψηφιακή πλατφόρμα του έργου, μετρήσεις σχετικά με την υγεία και τα νοσήματα που σε αφορούν.

Στο έξυπνο κινητό που θα σου δώσουν οι επαγγελματίες υγείας του δήμου θα μπορείς να βλέπεις τις μετρήσεις σου και να λαμβάνεις **ιατρικά τεκμηριωμένες ειδοποιήσεις για το πώς θα βελτιώσεις την υγεία και την ποιότητα της ζωής σου.**

Η πανδημία του COVID - 19 κάνει ακόμα πιο αναγκαία τη συμμετοχή σου στο έργο καθώς θα μπορείς να μετρήσεις **την θερμοκρασία του σώματος σου και τον κορεσμό του οξυγόνου στο αίμα σου**, ώστε να απευθυνθείς στον γιατρό σου εφόσον χρειαστεί.



SMARTBEAR



Ποια έξυπνη συσκευή θα λάβεις;

Ανάλογα με τα νοσήματα που έχεις, θα λάβεις κάποιες από τις παρακάτω «έξυπνες» συσκευές:

- Έξυπνο πιεσόμετρο,
- Έξυπνο κινητό,
- Έξυπνο ρολόι,
- Έξυπνη ζυγαριά,
- Ψηφιακό θερμόμετρο,
- Ψηφιακό οξύμετρο,
- Εξοπλισμό έξυπνου σπιτιού (αισθητήρες θερμοκρασίας, φωτός και έξυπνοι λαμπτήρες)

Η εκπαίδευση στη χρήση των συσκευών και η τοποθέτησή τους, όπου απαιτείται, θα είναι εντελώς δωρεάν από εξειδικευμένο προσωπικό του δήμου.

Πως εντάσσεται στο έργο;

Βήμα 1

Αν είσαι μέλος των ΚΑΠΗ του δήμου θα σε καλέσουν τηλεφωνικά για να συμμετάσχεις σε εκδήλωση όπου θα ενημερωθείς για το έργο και θα συμπληρώσεις ένα ερωτηματολόγιο που θα μας επιτρέψει να αξιολογήσουμε την συμμετοχή σου στις επόμενες φάσεις του.

Αν δεν είσαι μέλος των ΚΑΠΗ και σε ενδιαφέρει η συμμετοχή σου, μπορείς να τηλεφωνήσεις στα τηλέφωνα των ΚΑΠΗ για περισσότερες πληροφορίες.

- **Α΄ ΚΑΠΗ: 210 98 52 089, Πανδρόσου 43, kapi.a@palaiofaliro.gr**
- **Β΄ ΚΑΠΗ: 210 9837270, Αγίας Βαρβάρας 74, kapi.b@palaiofaliro.gr**
- **Γ΄ ΚΑΠΗ: 210 98 80148, Σειρήνων 1 – 3 και Άτλαντος, kapi.c@palaiofaliro.gr**

Το ενημερωτικό φυλλάδιο για το έργο θα το βρεις στο ισόγειο του Δημαρχείου Παλαιού Φαλήρου, στα ΚΕΠ, στα ΚΑΠΗ, στα δημοτικά ιατρεία του Δήμου και σε φαρμακεία.

Βήμα 2

Εφόσον κριθείς κατάλληλος για τη συμμετοχή σου, θα ακολουθήσει **κλινική αξιολόγηση από ομάδα επαγγελματιών υγείας και ιατρό**, θα λάβεις τις έξυπνες συσκευές που σου αντιστοιχούν και θα εκπαιδευτείς στη χρήση τους.

Βήμα 3

Παρακολούθηση των μετρήσεων και λήψη ειδοποιήσεων στο κινητό σου.

Η κλινική αξιολόγηση σου θα επαναληφθεί τον έκτο και τον δωδέκατο μήνα από την ένταξη σου στο έργο, οπότε η συλλογή των δεδομένων σου, μέσω των συσκευών, θα λάβει τέλος.





Πως διασφαλίζονται τα προσωπικά σου δεδομένα;

Η πλατφόρμα του SmartBear είναι σχεδιασμένη έτσι, ώστε όλα τα στάδια του έργου να διέπονται από τις αρχές του νέου Γενικού Κανονισμού Προστασίας Προσωπικών Δεδομένων.

Η συμμετοχή σου είναι εθελοντική και μπορείς να αποχωρήσεις από το έργο όποτε εσύ το επιθυμείς.



smart-bear.gr/



Smart Bear-Palaio Faliro





SMART BEAR



Funded by
the European Union

Το έργο SmartBear έλαβε χρηματοδότηση από το πρόγραμμα Έρευνας και Καινοτομίας «Ορίζοντας 2020» της Ευρωπαϊκής Ένωσης βάσει της συμφωνίας επιχορήγησης αριθ. 857172

