

22-24.05.25

LaLiBay Resort & Spa
Αίγινα

3ο Φεστιβάλ Τέχνη & Ψυχική Υγεία

Ευρωπαϊκή Εβδομάδα Ψυχικής
Υγείας 2025: Φροντίδα για την
ψυχική υγεία, επένδυση στα
κοινωνικά δικαιώματα



European
Mental
Health Week

19-25
MAY 2025

Υπό την Αιγίδα:



Πρόλογος

Το Ελληνικό Δίκτυο Φροντιστών ΕΠΙΟΝΗ διοργανώνει για τρίτη συνεχή χρονιά το Φεστιβάλ «Τέχνη και Ψυχική Υγεία», αναδεικνύοντας τον ουσιαστικό ρόλο της τέχνης στην ψυχική ευεξία.

Η Αίγινα, νησί που έχει εμπνεύσει σπουδαίους καλλιτέχνες όπως ο Χατζηκυριάκος-Γκίκας, ο Μόραλης και ο Γιοχάνες Χόλτζμαν, συνεχίζει να μας μαγεύει και να μας προσκαλεί στη δημιουργία.

Φέτος, το φεστιβάλ συμπίπτει με τις δια ζώσης συναντήσεις ευρωπαϊκών έργων στα οποία συμμετέχει η ΕΠΙΟΝΗ, όπως τα HL4EU, Care the Carer και SharE4Elderly, δημιουργώντας έναν ζωντανό χώρο διαλόγου και ανταλλαγής καλών πρακτικών.

Ένα μεγάλο ευχαριστώ στους οργανισμούς και τους συμμετέχοντες από την Ελλάδα και το εξωτερικό – από το Βέλγιο, την Πολωνία, τη Σουηδία, την Ισπανία, τη Γερμανία, τη Γαλλία, την Ιταλία, την Πορτογαλία, τη Ρουμανία και άλλες χώρες – για την ενεργή παρουσία και συνεργασία τους.

Θερμές ευχαριστίες στην Περιφέρεια Αττικής, τον Δήμο Αίγινας, τη Saronic Ferries και τα supermarket ΚΡΗΤΙΚΟΣ για την ουσιαστική στήριξή τους.

Το φεστιβάλ έχει πλέον καθιερωθεί ως θεσμός, και ήδη ετοιμαζόμαστε για την επόμενη διοργάνωση, που θα πραγματοποιηθεί στις 21-23 Μαΐου 2026 στην Αίγινα.

Απευθύνουμε ανοιχτή πρόσκληση σε επαγγελματίες ψυχικής υγείας, καλλιτέχνες, δημιουργούς και όλους όσοι ενδιαφέρονται για τη σύνδεση της τέχνης με την ψυχική ευεξία να συμμετάσχουν, να παρουσιάσουν το έργο τους και να συμβάλουν στον εμπλουτισμό αυτής της μοναδικής εμπειρίας.

Σας περιμένουμε να ζήσουμε μαζί όμορφες στιγμές με τέχνη, έμπνευση και διάλογο για την ψυχική υγεία – και φυσικά, είμαστε πάντα ανοιχτοί στις δικές σας προτάσεις και ιδέες!

Σπυρίδων Ζορμπάς

Πρόεδρος ΔΣ



ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΦΕΣΤΙΒΑΛ

Πέμπτη 22.05.2025

LaLiBay Resort & Spa, Αίγινα

- 15:00 - 15:10 **Χαιρετισμοί**
Έλσα Δημοπούλου, Περιφέρεια Αττικής
Σοφία Χατζίνα, Επόπτρια δημόσιας υγείας του δήμου Αίγινας και προϊσταμένη του τμήματος παιδείας, πολιτισμού, αθλητισμού και κοινωνικής προστασίας
Kadri Soona, Mental Health Europe Director
- 15:10-15:30 **Ο Ρόλος της Τέχνης στην ανακάλυψη του εαυτού**
Έλσα Δημοπούλου, Ψυχολόγος
- 15:30 - 15:55 **Δεκτική μουσικοθεραπεία με τη μέθοδο MI (Music and Imagery)**
Μαρία Μεταξάκη, Σύμβουλος Ψυχικής Υγείας, Διδάκτωρ Μουσικών Τεχνών, Καλλιτεχνική Συνεργάτις Εθνικής Λυρικής Σκηνής
- 15:55-16:45 **«Συναισθήματα σε κίνηση» Εργαστήριο χοροθεραπείας**
Λιαραμάντζα Παναγιώτα, Διατροφολόγος, Χοροθεραπεύτρια, MSc Προαγωγή και Αγωγή υγείας
- 16:45-17:45 **Γκράφιτι/ Τέχνη Δρόμου και Εργαστήριο Ενσυνειδητότητας**
Βαρβάρα Κονδύλη, Καθηγήτρια, Σύμβουλος Ψυχικής Υγείας & Ευεξίας, Πρόεδρος της AMKE "Art, Graffiti in the City"

Παρασκευή 23.05.2025

- 9.00 **Επίσκεψη στον Δήμο Αίγινας και συζήτηση με τον κο Βασίλη Ζαμπέλη, Αντιδήμαρχο Αθλητισμού και Παιδείας Δήμου Αίγινας**
- 10:00 - 10:15 **Χαιρετισμοί**
Φωκίων Δημητριάδης, ΕΠΙΟΝΗ
Έλσα Δημοπούλου, Περιφέρεια Αττικής
Βασίλης Ζαμπέλης, Αντιδήμαρχος Αθλητισμού και Παιδείας Δήμου Αίγινας, Πρώην μέλος Εθνικής ομάδας στίβου
- 10:15-10:30 **Healthy Lifestyles for Europe - HL4EU**
Διερεύνηση και προώθηση διατομεακών προσεγγίσεων για έναν υγιεινό τρόπο ζωής μέσω της σωματικής δραστηριότητας
Alina Chebes, Σύμβουλος Πολιτικής EuropeActive
- 10:30 - 10:40 **Φροντίζοντας τον Φροντιστή (CTC): Στήριξη, Ενδυνάμωση, Ευαισθητοποίηση**
Iulia Halangescu, European Network for Holistic Integration
- 10:40 - 11:00 **Καλές πρακτικές από το Ιατρικό Πανεπιστήμιο του Λοτζ**
Anna Lipert, PhD Habilitated, MSc, MAPublic Health Specialists and Pedagogue in Physical Education Professor at the Medical University of Lodz
Head of the Cardiovascular and Metabolic Diseases Laboratory, Department of Preventive Medicine
Anna Krzyżańska-Chybowska, MA Project Manager at the Medical University of Lodz

- 11:00 - 11:15 **Τέχνη και Άνοια: Ψυχοκοινωνικές παρεμβάσεις σε άτομα με Άνοια**
Αγγελική Τσαπάνου, Msc, PhD, Κλινικός Νευροψυχολόγος, Επίκουρη καθηγήτρια
Πανεπιστημίου Πατρών, Εταιρεία Alzheimer Αθηνών, Columbia University Medical Center
- 11:15 - 11:30 **Edvard Munch: Σκιές και Χρώματα**
Δήμητρα Στεφανοπούλου, Υπεύθυνη Προγραμμάτων EUFAMI
- 11:30 - 11:45 **Καθοδηγούμενη Δημιουργικότητα για την Αυτοαγάπη – Επαναπροσδιορίζοντας τη Συν-δημιουργία στη Θεραπεία Εστιασμένη στο Συναισθήμα**
Nina Søndberg, Psychotherapist - National Director and Co-founder, Nordic Wellbeing Academy
Nina Sonderberg, Ψυχοθεραπεύτρια – Συνιδρυτρια της Nordic Wellbeing Academy
- 11:45 - 12:00 **Η Αποκαταστασιακή λειτουργία της Τέχνης**
Η εμπειρία ενός χρόνου λειτουργίας του «Κέντρου Ημέρας Υποστήριξης της Ψυχικής Υγείας μέσω της Τέχνης «Εν-Τέχνη Ψυχή» της Π.Ε.Ψ.Α.Ε.Ε.
Μαρία Ηλιάδη, Ψυχολόγος Msc
Άννα Μπεχράκη, Κοινωνιολόγος Msc
- 12:00 - 12:20 **Διάλειμμα**
- 12:20 - 12:30 **Μια παρουσίαση για τη συμβολή της γλυπτικής στην ψυχική υγεία, μέσα από τη συνεργασία του Κέντρου Ημέρας «Ηλιοτρόπιο» (Ε.Κ.Δ.Ψ.Π. «Κωστής Μπάλλας») και του εργαστηρίου κεραμικής «Δια Πηλού & Σιδήρου» στο Μεταξουργείο.**
Φιλίππα Δριβάλα, Κοινωνική Λειτουργός, Κέντρο Ημέρας «Ηλιοτρόπιο» (Ε.Κ.Δ.Ψ.Π. «Κωστής Μπάλλας»)
Μυρτώ Ντόβα, Κλινική Ψυχολόγος, Κέντρο Ημέρας «Ηλιοτρόπιο» (Ε.Κ.Δ.Ψ.Π. «Κωστής Μπάλλας»)
- 12:30 - 13:45 **Εργαστήριο θεάτρου Playback**
Εισαγωγή σε μια μορφή θεάτρου που γεφυρώνει το χάσμα μεταξύ αφήγησης και αναπαράστασης. Αυτοσχεδιασμός επί τόπου από φροντιστές και επαγγελματίες. Χρήση ζωντανών, ανθρώπινων εικόνων σε μονολόγους και διαλόγους.
Δημήτρης Μπέγιογλου, Κλινικός Ψυχολόγος, Ηθοποιός, Πιστοποιημένος Εκπαιδευτής Playback Theatre, CPT, New York Συνδιευθυντής της Ελληνικής Σχολής Θεάτρου Playback στην Αθήνα.
- Εργαστήριο - «Πλάθοντας μορφές, δίνοντας σώμα»**
Βιωματικό εργαστήριο με την καθοδήγηση αγγειοπλάστη και γλύπτη, όπου οι συμμετέχοντες θα εξερευνήσουν τον πηλό μέσα από τη δική τους προσωπική εμπειρία.
Βασίλειος Γκούμας, Αγγειοπλάστης
Ευάγγελος Καρκάνης, Γλύπτης
Εργαστήριο Κεραμικής «Δια πηλού & Σιδήρου»
- 13:45 - 15:30 **Διάλειμμα**
- 15:30 - 16:30 **Εργαστήρι Σωματικού Θεάτρου «MEET ME ON STAGE»**
Βιωματικό Εργαστήρι Θεάτρου "Meet me on stage" από μέλη της ομάδας Θεάτρου της Π.Ε.Ψ.Α.Ε.Ε.. Με ασκήσεις από το πεδίο του Σωματικού Θεάτρου, θα βιώσουμε το ταξίδι από την ατομική έκφραση, στην ομαδική συνύπαρξη και δημιουργία με κύριο εργαλείο τον αυτοσχεδιασμό.
Ομάδα Θεάτρου Εξειδικευμένο Κέντρο Ημέρας-“Κέντρο Κοινωνικού Διαλόγου” της Π.Ε.Ψ.Α.Ε.Ε.

- 16:30 - 17:15 **Οι ζωγραφιές αλλάζουν - Βιωματικό Εργαστήριο Art Therapy**
Δέσποινα Παπαϊωάννου, Ψυχολόγος- Εικαστική Θεραπεύτρια, Εταιρία Κοινωνικής Ψυχιατρικής Π. Σακελλαρόπουλος
Αγγελική Τσιαξίρη, Κοινωνική Φροντίστρια, Εταιρία Κοινωνικής Ψυχιατρικής Π. Σακελλαρόπουλος
- 17:15 - 17:30 **Μουσική στην Κοινότητα και Μουσικοθεραπεία**
Χριστιάνα Αδαμοπούλου, Μουσικοθεραπεύτρια, Ειδικό Εκπαιδευτικό Προσωπικό ΕΚΠΑ
Κωνσταντίνα Κατοστάρη, Ψυχολόγος-Μουσικοθεραπεύτρια, Κέντρο ημερήσιας φροντίδας ψυχικά πασχόντων «Γέφυρες Ζωής» του Συλλόγου για την Ψυχική Υγεία - ΣΟΨΥ Πάτρας
- 17:30 - 17:45 **Διάλειμμα**
- 17:45 - 18:30 **Αναπνοή και Σωματοφωνητική σύνδεση**
Γεωργία Αχιλλεοπούλου, Υποψήφια διδάκτωρ του Πανεπιστημίου του Exeter, καθηγήτρια φωνητικής - ορθοφωνίας Αριστοτελείου Πανεπιστημίου και τραγουδίστρια περφορμερ
- 18:30 - 19:30 **Διάλειμμα**
- 19:30 - 20:30 **Μουσική Συναυλία στο Ηλιοβασίλεμα με την Εστουδιαντίνα**
Εστουδιαντίνα Αίγινας, Πολυμελής ορχήστρα όλων των ηλικιών υπό την διεύθυνση του Αλέξανδρου Σπίτζινγκ

Σάββατο 24.05.2025

- 10:00 - 10:10 **Καλωσόρισμα**
Φωκίων Δημητριάδης, ΕΠΙΟΝΗ
Kadri Soona, Διευθυντής Mental Health Europe
- 10:10 - 10:20 **Θάλπος-Ψυχική Υγεία: Το παράδειγμα του Κέντρου Ημέρας Υποστήριξης Ψυχικής Υγείας Μέσω Τέχνης**
Ευτυχία Νικολοπούλου, Ψυχολόγος & Χοροκινητική Ψυχοθεραπεύτρια ΜΑ
- 10:20 - 10:30 **«Όταν οι λέξεις φεύγουν η τέχνη γεφυρώνει (μνήμες σε καμβά και σε νότες, η τέχνη θεραπεύει)»**
Παναγιώτα Μυλωνά, Νοσηλεύτρια, Κέντρο Ημέρας για άτομα με άνοια στον Πειραιά, Εταιρεία Alzheimer Αθηνών
- 10:30 - 10:45 **Ψυχοκοινωνικές παρεμβάσεις μέσω θεατρικής έκφρασης, σε Κέντρα Ημέρας για άτομα με άνοια και τους φροντιστές τους**
Μαρία Παπαγιάννη, Ψυχολόγος - Εμπυχωτρία θεατρικού παιχνιδιού/ Παιδαγωγικής Θεάτρου
Ειρήνη Βαμβακάρη, Κοινωνική Λειτουργός - Επιστημονικά Υπεύθυνη Κινητής Μονάδας Κέντρο Ημέρας για άτομα με άνοια στον Πειραιά, Εταιρεία Alzheimer Αθηνών
- 10:45 - 11:10 **Η εικαστική ψυχοθεραπεία στις μέρες μας**
Αφροδίτη Πανταγούτσου, Εργοθεραπεύτρια - Εικαστική Ψυχοθεραπεύτρια
Νάνσυ Αντωνιάδου, Εικαστική Ψυχοθεραπεύτρια

- 11:10 - 12:00 **Εργαστήριο μουσικοθεραπείας**
Χριστιάνα Αδαμοπούλου, Μουσικοθεραπεύτρια, Ειδικό Εκπαιδευτικό Προσωπικό ΕΚΠΑ
Κωνσταντίνα Κατοστάρη, Μουσικοθεραπεύτρια-Ψυχολόγος
Ελένη Τσόλκα, Μουσικοθεραπεύτρια, RoMI practitioner, εκπαιδευτικός ειδικής αγωγής
- 12:00 - 12:30 **Διάλειμμα**
- 12:30- 13:30 **Workshop - Βιωματικό εργαστήριο με τίτλο "Ζωγράφισε το όνομα σου"**
Αφροδίτη Πανταγούτσου, Εργοθεραπεύτρια - Εικαστική Ψυχοθεραπεύτρια
Νάνσυ Αντωνιάδου, Εικαστική Ψυχοθεραπεύτρια
- 13:30 - 14:30 **Μουσική Παράσταση**
Ο Μανώλης Σκουλάς και η Ελένη Παπάκη τραγουδούν Ελληνικές και ξένες μπαλάντες
- 14:30 - 15:20 **Εργαστήριο φωτογραφίας και σύνδεσης με την καρδιά, στο Εδώ και Τώρα με τίτλο «Το θεραπευτικό Κλικ της Καρδιάς»**
Μάρω Κουρή - Janani, Φωτορεπόρτερ - 4D Dream Photo Coach
- 15:20-15:35 **Άνοια μέσα από τον Φακό: Αναμνήσεις ενός Άτυπου Φροντιστή - Ειδικού**
Δρ Κωνσταντίνα Κοντοπούλου, Ψυχολόγος - Κοινωνική Λειτουργός
- 15:35- 16:30 **Διάλειμμα**
- 16:30 - 16:45 **Η μάθηση πέρα από τα όρια της αίθουσας διδασκαλίας: δημιουργικές προσεγγίσεις στην ανώτατη εκπαίδευση. Η εμπειρία στο πλαίσιο του έργου "eMAMA" - Ανάπτυξη προγράμματος μεταπτυχιακής εκπαίδευσης για την ψυχική υγεία των μητέρων στην Υποσαχάρια Αφρική.**
Θεοδώρα Κοκκίνου, Εικαστικός και Ευανθία Σακελλάρη, Καθηγήτρια Εργαστήριο Υγιεινής και Επιδημιολογίας, Τμήμα Δημόσιας και Κοινωνικής Υγείας, Πανεπιστήμιο Δυτικής Αττικής
- 16:45 - 17:00 **Ομιλία: Angel Clown – Η τέχνη του κλόουν ως μέσο ενδυνάμωσης και σύνδεσης σε ενήλικες με ψυχοκοινωνικές δυσκολίες και φροντιστές**
Νάντια Καβουλάκου, Ψυχοθεραπεύτρια
Ερμιόνη Δόβα, Ηθοποιός - Εμφυχώτρια Clown «Οι Άγγελοι της Χαράς»
- 17:00 - 18:00 **Βιωματικό Εργαστήριο: Angel Clown – Η τέχνη του κλόουν ως μέσο ενδυνάμωσης και σύνδεσης**
Νάντια Καβουλάκου, Ηθοποιός, εμφυχώτρια κλόουν, ψυχοθεραπεύτρια
Ερμιόνη Δόβα, Ηθοποιός - Εμφυχώτρια Clown «Οι Άγγελοι της Χαράς»
- 18:00 - 18:30 **Πολιτισμικές αναπαραστάσεις της συμπερίληψης**
Στέλιος Κρασσανάκης, Ψυχίατρος - Δραματοθεραπευτής - Διδάσκων ΕΚΠΑ - Σκηνοθέτης

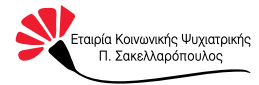
Ευχαριστούμε το LaLiBay Resort & SPA για την ευγενική παραχώρηση του αμφιθεάτρου.

This image shows a single sheet of white paper with horizontal blue or grey ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There is no handwriting or other markings on the paper.

Στα πλαίσια των Ευρωπαϊκών Προγραμμάτων:



Με την συνεργασία:



Χορηγοί:



Χορηγοί επικοινωνίας:



Υπό την Αιγίδα:



Με τη συγχρηματοδότηση
της Ευρωπαϊκής Ένωσης