

## ΔΕΥΤΕΡΑ 30 ΟΚΤΩΒΡΙΟΥ 2023

- ❖ 10:00-11:30 «Βελτιώνοντας την επικοινωνία μας βελτιώνουμε τις σχέσεις μας» ΕΚΔΨΠ ΚΩΣΤΗΣ ΜΠΑΛΛΑΣ ΑΙΘΟΥΣΑ Β  
Το εργαστήριο απευθύνεται σε ενήλικες & στοχεύει στη βελτίωση των δεξιοτήτων επικοινωνίας.
- ❖ 11:30-13:00 «Όταν τα σώματα συνομιλούν» ΕΚΔΨΠ ΚΩΣΤΗΣ ΜΠΑΛΛΑΣ ΑΙΘΟΥΣΑ Β  
Το εργαστήριο απευθύνεται σε ενήλικες & στοχεύει στην επικοινωνία συναισθημάτων με τη χρήση μη λεκτικών τρόπων.
- ❖ 13:00-14:15 «Ιστορίες να φτιάξουμε» ΠΕΨΑΕΕ ΑΙΘΟΥΣΑ Β  
Το εργαστήριο απευθύνεται σε ενήλικες, όπου φωτογραφίες από το κέντρο της πόλης θα μας βοηθήσουν να υψάνουμε μαζί ιστορίες με παρελθόν, παρόν και μέλλον.

### 14:15 - 16:00 ΔΙΑΛΕΙΜΜΑ

- ❖ 16:00-17:00 «Σκανταλιές στη δίκαιη χώρα» ΕΚΨΠ. ΣΑΚΕΛΛΑΡΟΠΟΥΛΟΣ ΑΙΘΟΥΣΑ Β  
Ένα βιωματικό εργαστήριο βασισμένο στην Χοροθεραπεία που απευθύνεται σε παιδιά, γονείς και άλλους ενήλικες

### ΚΕΝΤΡΙΚΕΣ ΟΜΙΛΙΕΣ

17:00 - 18:30

- ❖ Καλωσόρισμα φεστιβάλ - Μ. Παπαδά - Ψυχολόγος, (Msc) Επιστημονικά Υπεύθυνη Κέντρου Ημέρας «Ηλιοτρόπιο» ΕΚΔΨΠ ΚΩΣΤΗΣ ΜΠΑΛΛΑΣ
- ❖ Χαιρετισμοί - Κ. Γκαγκάκη - Αντιδήμαρχος Κοινωνικής Αλληλεγγύης και Κοινωνίας των Πολιτών
- ❖ Χαιρετισμοί - Δ. Βαρτζόπουλος - Υφυπουργός Υγείας Αρμόδιος για θέματα Ψυχικής Υγείας\*
- ❖ Ομιλία «Ψυχική Υγεία σήμερα: Προκλήσεις & Προοπτικές» Μ. Θεοδωρουλάκης - Διδάκτωρ Κοινωνικής Πολιτικής/ Πρόεδρος Ομοσπονδίας Φορέων Ψυχικής Υγείας ΑΡΓΩ
- ❖ Ομιλία «Εγκαιρη Παρέμβαση στην Ψύχωση» Ν. Στεφανής Καθηγητής Ψυχιατρικής Α Πανεπιστημιακής Κλινικής ΕΚΠΑ
- ❖ Ομιλία «Τι μας έμαθαν οι κρίσεις. Πώς να κάνουμε τη δυσκολία ευκαιρία» Α. Κανδαράκη - Κλινική ψυχολόγος - Διδάκτωρ της Ιατρικής Σχολής του Πανεπιστημίου Αθηνών

19:00 - 20:30 ΣΥΝΑΥΛΙΑ ΕΛΛΗΝΙΚΗΣ ΜΟΥΣΙΚΗΣ  
« ΜΟΥΣΙΚΗ ΣΥΝΤΡΟΦΙΑ της ΠΕΨΑΕΕ »

\*Αναμένεται επιβεβαίωση

## ΤΡΙΤΗ 31 ΟΚΤΩΒΡΙΟΥ 2023

- ❖ 10:00 -11:00 «BOLLY with your baby» ΠΕΨΑΕΕ ΚΕΝΤΡΙΚΗ ΑΙΘΟΥΣΑ Β- ΓΟΝΕΙΣ/ΦΡΟΝΤΙΣΤΕΣ ΜΕ ΜΩΡΑ  
Χορός με τα μωρά σας στο μάρσιπο! Το εργαστήριο απευθύνεται σε γονείς/φροντιστές με μωρά & μικρά παιδιά.
- ❖ 11:00-12:30 «Αναπτύσσοντας υγιείς σχέσεις στην οικογένεια» ΕΚΔΨΠ ΚΩΣΤΗΣ ΜΠΑΛΛΑΣ ΑΙΘΟΥΣΑ Β  
Το εργαστήριο απευθύνεται σε ενήλικες & στοχεύει στη βελτίωση των οικογενειακών σχέσεων.
- ❖ 12:30-14:00 «Ψυχική Ανθεκτικότητα» ΕΚΔΨΠ ΚΩΣΤΗΣ ΜΠΑΛΛΑΣ ΑΙΘΟΥΣΑ Α  
Το εργαστήριο απευθύνεται σε ενήλικες & στοχεύει στην ανασκόπηση των προστατευτικών παραγόντων για την λειτουργική & αποτελεσματική αντιμετώπιση δυσκολιών.
- ❖ 14:00-15:30 «Άρση βαρών. Πόσο μας βαραίνουν οι ρόλοι μας;» ΠΕΨΑΕΕ ΑΙΘΟΥΣΑ Β  
Το εργαστήριο απευθύνεται σε ενήλικες.

### 15:30 - 16:00 ΔΙΑΛΕΙΜΜΑ

- ❖ 16:00-17:00 «Θέλεις παιδί μου να παίξουμε;» ΠΕΨΑΕΕ-ΚΕΝΤΡΙΚΗ ΑΙΘΟΥΣΑ  
Παιχνίδια κιναισθητικής εκπαίδευσης & θεατρικού παιχνιδιού για γονείς και παιδιά.
- ❖ 17:00-18:30 «Χτίζοντας την ψυχική ανθεκτικότητα στο σχολείο και την οικογένεια» ΕΚΨ Π. ΣΑΚΕΛΛΑΡΟΠΟΥΛΟΣ ΑΙΘΟΥΣΑ Β  
Το εργαστήριο απευθύνεται σε γονείς, εκπαιδευτικούς & άλλους ενήλικες.

### ΚΕΝΤΡΙΚΗ ΟΜΙΛΙΑ

- ❖ 18:30-19:30 ΔΙΑΔΡΑΣΤΙΚΗ ΕΙΣΗΓΗΣΗ: «Εφηβεία και Γονεϊκή Λειτουργία: Όψεις μιας δύσκολης μετάβασης» Σ. Μοίρας Κοινωνικός Λειτουργός (Msc) - Επιστημονικά Υπεύθυνος Εξειδικευμένου Κέντρου Ημέρας - «Κέντρο Κοινωνικού Διαλόγου» Π.Ε.Ψ.Α.Ε.Ε.

### 19:30 -20:30 ΘΕΑΤΡΙΚΗ ΠΑΡΑΣΤΑΣΗ

«Ζωή μετά χαμηλών πτήσεων»

Του Αρκά

«ΟΜΑΔΑ ΘΕΑΤΡΟΥ της ΠΕΨΑΕΕ»

## ΠΑΡΑΛΛΗΛΕΣ ΔΡΑΣΕΙΣ (Καθ' όλη τη διάρκεια του διημέρου στο χώρο)

### ΠΑΙΧΝΙΔΙΑ

- ❖ «Το κυνήγι του κρυμμένου θησαυρού» ΑμΚΕ ΙΑΣΙΣ
- ❖ «Ο Τροχός της Τύχης/Μύθοι & αλήθειες για τη ψυχική υγεία» ΕΚΔΨΠ ΚΩΣΤΗΣ ΜΠΑΛΛΑΣ
- ❖ «Είσαι Δίκαιος;» ΕΚΨΠ. ΣΑΚΕΛΛΑΡΟΠΟΥΛΟΣ
- ❖ «Escape Psychosis Stigma/Δραπετεύοντας από το στίγμα της ψύχωσης» ΠΕΙΡΑΙΩΣ 33

### ΠΡΟΒΟΛΕΣ

- ❖ Κομικ για τη ψυχική υγεία ΑΝΕΛΙΞΗ
- ❖ Προβολή δραματοθεραπευτικής παράστασης «Η Ηχώ των ψυχών» & Έκθεση με στοιχεία από τα σκηνικά της παράστασης ΕΚΔΨΠ ΚΩΣΤΗΣ ΜΠΑΛΛΑΣ ΑΙΘΟΥΣΑ Α
- ❖ Προβολή animation «Μια οθόνη μακριά» ΠΕΨΑΕΕ

### ΕΚΘΕΣΗ ΕΡΓΩΝ ΤΩΝ ΕΞΥΠΗΡΕΤΟΥΜΕΝΩΝ ΤΩΝ ΦΟΡΕΩΝ

- ❖ «Τι είναι για εμένα Ψυχική Υγεία;» Προβληματιστείτε μαζί μας και δώστε τις δικές σας απαντήσεις. ΦΟΡΕΑΣ ΨΥΧΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ & ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΜΕΡΙΜΝΑΣ ΑΝΟΔΟΣ
- ❖ «Στο ταξίδι των χρωμάτων & της ζωγραφικής» της Π.Ε.Ψ.Α.Ε.Ε.
- ❖ «Εικαστικό σημείο συνάντησης» ΕΚΔΨΠ ΚΩΣΤΗΣ ΜΠΑΛΛΑΣ .

Πληροφορίες/Κρατήσεις θέσεων για τα εργαστήρια  
στο τηλ: 211 11 13 992 (Δευτέρα με Παρασκευή 14:00 - 17:00)