

Παρασκευή 9 Οκτωβρίου
Anassa City Events Venue

5ο Wellbeingr Forum 2026



Επαναπροσδιορίζουμε τον τρόπο, που εργαζόμαστε, συνεργαζόμαστε και ζούμε

Π Ρ Ο Γ Ρ Α Μ Μ Α

10:00-10:30 ΕΓΓΡΑΦΗ - ΚΑΦΕΣ

Παρουσίαση-Συντονισμός Συνεδρίου



ΜΑΡΙΑ ΛΥΣΑΝΔΡΟΥ

Δημοσιογράφος, Διευθύντρια Σύνταξης
Healthupdate.gr, "Plan Be" Magazine

10:30-10:50 ΚΑΛΩΣΟΡΙΣΜΑ – ΧΑΙΡΕΤΙΣΜΟΙ



ΣΠΥΡΙΔΩΝ-ΑΔΩΝΙΣ ΓΕΩΡΓΙΑΔΗΣ

Υπουργός Υγείας



Dr GUNDO AUREL WEILER

WHO Representative to Greece
Head, WHO European Office for Quality of Care and Patient Safety in Athens

10:50-11:50 ΣΥΖΗΤΗΣΗ I ► **Ο ΑΝΘΡΩΠΟΣ ΣΕ ΕΝΑΝ ΚΟΣΜΟ ΠΟΥ ΑΛΛΑΖΕΙ:
ΑΝΑΖΗΤΩΝΤΑΣ ΝΕΑ ΣΗΜΕΙΑ ΑΝΑΦΟΡΑΣ**



ΑΚΗΣ ΣΚΕΡΤΣΟΣ

Υπουργός Επικρατείας



ΘΕΟΦΑΝΗΣ ΠΑΝΑΓΙΩΤΑΡΟΠΟΥΛΟΣ

Καθηγητής Γνωστικής Νευροεπιστήμης, Τμήμα Ψυχολογίας
ΕΚΠΑ



ΟΛΙΑ ΛΑΖΑΡΙΔΟΥ

Ηθοποιός-Σκηνοθέτις



ΘΕΟΦΑΝΗΣ ΤΑΣΗΣ

Καθηγητής Φιλοσοφίας της Πληροφορίας και Ψηφιακού Ανθρωπισμού
Ιόνιο Πανεπιστήμιο

Συντονιστής:



ΓΕΩΡΓΙΟΣ ΠΑΠΑΔΗΜΗΤΡΙΟΥ

Διευθύνων Σύμβουλος
ΕΥ Ελλάδος

11:50-12:00 10' Anti-Stress Break



ΕΛΕΝΗ ΠΕΡΙΒΟΛΑΡΟΠΟΥΛΟΥ

Ιδρύτρια, Ευνοήα
Mindfulness Instructor, Life & Wellness Coach

**12:00-12:40 ΣΥΖΗΤΗΣΗ II ► Η ΝΕΑ ΓΕΝΙΑ ΚΑΙ ΤΟ ΜΕΛΛΟΝ ΤΗΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ:
ΠΟΙΕΣ ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΧΡΕΙΑΖΟΝΤΑΙ ΟΙ ΠΟΛΙΤΕΣ ΤΟΥ ΑΥΡΙΟ;**



ΟΛΓΑ ΚΑΦΕΤΖΟΠΟΥΛΟΥ

Γενική Γραμματέας Επαγγελματικής Εκπαίδευσης, Κατάρτισης και Δια Βίου Μάθησης
Υπουργείο Παιδείας, Θρησκευμάτων και Αθλητισμού



ANDREAS SCHLEICHER

Director for Education & Skills
ΟΟΣΑ, Παρίσι

Online



ΕΥΤΥΧΙΑ ΚΑΣΕΛΑΚΗ

Εταίρος, Συμβουλευτικές Υπηρεσίες & Επικεφαλής Συμβουλευτικών Υπηρεσιών Ανθρώπινου
Δυναμικού, ΕΥ



ΕΛΕΝΗ ΓΚΙΡΤΖΙΜΑΝΗ

Talent Management & Acquisition Manager
Motor Oil Group

Συντονιστής:



ΜΙΧΑΛΗΣ ΚΑΚΟΣ

Αναπληρωτής Καθηγητής, Carnegie School of Education, Leeds Beckett University
Διευθυντής, Διεπιστημονικό Κέντρο Έρευνας στην Πολιτειότητα, την Εκπαίδευση και την Κοινωνία
(CIRCES); Μέλος, Ομάδα Ειδικών, Wellbeing and Mental Health at School, Ευρωπαϊκή Επιτροπή

12:40-12:50 ΔΙΑΛΕΙΜΜΑ

12:50-13:00 ΟΜΙΛΙΑ



ΝΙΚΗ ΚΕΡΑΜΕΩΣ

Υπουργός Εργασίας και Κοινωνικής Ασφάλισης

**13:00-13:40 ΣΥΖΗΤΗΣΗ III ► ΕΡΓΑΣΙΑΚΟΣ ΜΕΤΑΣΧΗΜΑΤΙΣΜΟΣ ΜΕ ΕΠΙΚΕΝΤΡΟ ΤΗΝ ΨΥΧΙΚΗ ΥΓΕΙΑ
ΚΑΙ ΕΥΕΞΙΑ: Η ΣΤΡΑΤΗΓΙΚΗ ΕΠΙΛΟΓΗ ΤΩΝ ΣΥΓΧΡΟΝΩΝ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΕΩΝ**



CHRIS CUMMINGS

Ιδρυτής
Wellbeing at Work, Ηνωμένο Βασίλειο



ΝΙΚΟΛΑΟΣ ΔΗΜΗΤΡΙΑΔΗΣ

Διευθυντής, Συμβουλευτικές Υπηρεσίες - Επικεφαλής του Εργαστηρίου Εφαρμοσμένης Νευροεπιστήμης,
ΕΥ Ελλάδα



ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ ΒΟΡΔΟΥ

People & Culture Manager
Coca-Cola HBC



Συντονίστρια:

ΙΩΑΝΝΑ ΦΑΝΑΡΙΩΤΗ

Head of Talent
ΕΥ Greece & South BU Europe Central

13:40-13:50 10' Anti-Stress Break



ΓΙΩΡΓΟΣ ΣΑΡΡΟΣ

Καθηγητής Φυσικής Αγωγής
Ιδρυτής, ThriveWell

13:50-14:30 ΣΥΖΗΤΗΣΗ IV ►

**ΥΓΙΗΣ ΚΑΙ ΕΝΕΡΓΗ ΓΗΡΑΝΣΗ:
ΨΥΧΙΚΗ ΥΓΕΙΑ, ΕΥΗΜΕΡΙΑ ΚΑΙ ΠΟΙΟΤΗΤΑ ΖΩΗΣ**



VALDIS ZAGORSKIS

Online

Deputy Head, D2-Social Protection & Demography
DG EMPL-Directorate-General for Employment, Social Affairs and Inclusion, Ευρωπαϊκή Επιτροπή



ΕΥΣΤΑΘΙΟΣ ΓΚΟΝΟΣ

Διευθυντής Ινστιτούτου Χημικής Βιολογίας, Διευθυντής Ερευνών
Εθνικό Ίδρυμα Ερευνών



ΑΝΤΙΓΟΝΗ ΛΥΜΠΕΡΑΚΗ

Καθηγήτρια Οικονομικών, Τμήμα Οικονομικής και Περιφερειακής Ανάπτυξης
Πάντειο Πανεπιστήμιο



Συντονιστής:

ΠΑΥΛΟΣ ΣΑΚΚΑΣ

Ομότιμος Καθηγητής Ψυχιατρικής, Ιατρική Σχολή
ΕΚΠΑ

14:30-15:00 ΓΕΥΜΑ

15:00-17:00

BEST PRACTICES- ΒΙΩΜΑΤΙΚΟΙ & ΠΡΑΚΤΙΚΟΙ ΤΡΟΠΟΙ ΕΝΙΣΧΥΣΗΣ ΤΗΣ ΨΥΧΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ ΚΑΙ ΕΥΕΞΙΑΣ

LET'S DISMANTLE AGEISM

ΕΛΣΑ ΠΙΤΣΑΚΗ

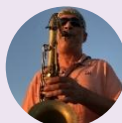
Συν-ιδρύτρια
Startagers



ΣΤΕΛΛΑ ΨΑΡΡΟΥ

Συν-ιδρύτρια
Startagers

ΕΛΑΤΕ ΣΤΟ ΡΥΘΜΟ ΜΑΣ!



ΧΡΗΣΤΟΣ ΚΛΑΔΑΣ

Σαξοφωνίστας-Συνθέτης-Μουσικοπαιδαγωγός
ΠΕΨΑΕΕ

VIDEO DANCE: ΚΙΝΗΣΗ, ΕΙΚΟΝΑ, ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ

ΑΝΤΩΝΗΣ ΜΠΕΡΤΟΣ

Ψυχολόγος, ΠΕΨΑΕΕ
Ιδρυτής, Dare.Dance.Digitalize



SELF-REGULATION: ΠΑΡΑΤΗΡΩ.ΠΡΟΣΑΡΜΟΖΟΜΑΙ.ΕΠΑΝΕΡΧΟΜΑΙ.



ΕΙΡΗΝΗ ΛΟΪΣΙΟΥ

Body Awareness & Self-Regulation Expert
Founder, Body Intelligence®

ΑΠΟΦΟΡΤΙΣΗ ΣΤΗΝ ΠΡΑΞΗ: 5 ΠΡΑΚΤΙΚΕΣ ΟΤΑΝ «ΧΤΥΠΑΣ ΚΟΚΚΙΝΟ»

ΑΪΝΟΛΑ ΤΕΡΖΟΠΟΥΛΟΥ

Δημοσιογράφος
NLP Wellbeing Coach



THE POWER OF PLAY: PLAY.CONNECT.RESET.

ΜΑΡΙΛΕΝΑ ΜΑΝΘΟΥΛΗ

Σύμβουλος Δημιουργικής Εκπαίδευσης
Εμπυχώτρια Ομάδων



17:00 ΤΕΛΟΣ ΕΡΓΑΣΙΩΝ ΣΥΝΕΔΡΙΟΥ

Πλατινένιος Χορηγός/Platinum Sponsor



Shape the future
with confidence

Χρυσοί Χορηγοί / Gold Sponsors



Coca-Cola
HBC



ΟΙΚΟΝΟΜΑΚΗΣ LAW®
Africa · America · Asia · Europe · Oceania

Αργυροί Χορηγοί / Silver Sponsors

ERGO



Υποστηρικτές / Supporters



EUROBANK



Χορηγός Επικοινωνίας / Communication Sponsor

