



ΔΕΛΤΙΟ ΤΥΠΟΥ

“Η Ψυχική Υγεία και Ευεξία ως Πηγή Ζωής στη Σύγχρονη Εποχή” – το 1ο Connect.Learn.Act. Event της Wellbeingr

Αθήνα, 8 Νοεμβρίου 2021. Η Wellbeingr διοργάνωσε με επιτυχία, υπό την αιγίδα του Δήμου-Φιλοθέης – Ψυχικού, το 1ο Connect.Learn.Act. Event “**Η Ψυχική Υγεία και Ευεξία ως Πηγή Ζωής στη Σύγχρονη Εποχή**” τη Δευτέρα 8 Νοεμβρίου 2021 στο Αμφιθέατρο του Λυκείου Φιλοθέης .

Η εκδήλωση πραγματοποιήθηκε **υβριδικά** με περιορισμένη φυσική παρουσία και εκτεταμένη διαδικτυακή συμμετοχή.

Αξίζει να σημειωθεί ότι στην εκδήλωση είχε προβλεφθεί διερμηνεία στην ελληνική νοηματική γλώσσα και πρόγραμμα εκτυπωμένο στην γραφή τυφλών (Braille).

Στην εκδήλωση μίλησαν οι **Συν-Ιδρύτριες της wellbeingr, Αγγελική Δικαιούλια και Ιζαμπέλ Ραζή**, για το όραμα και τους στόχους της εταιρείας.

Ο **Δήμαρχος Φιλοθέης – Ψυχικού Δημήτρης Γαλάνης** χαιρέτισε το 1ο Connect.Learn.Act. Event & τόνισε ότι δίνεται προτεραιότητα στην ποιότητα ζωής των δημοτών του προαστίου και τις προσπάθειες για τη **συνεχή αναβάθμισή** της με στόχο μας συνθήκες κατάλληλες και περιβάλλον που θα ενισχύει την ψυχική ευεξία .

Κεντρική Ομιλήτρια ήταν η **κ. Ζωή Ράπτη, Υφυπουργός Ψυχικής Υγείας** που μίλησε για τις αναπτυξιακές προοπτικές που έχει η ενίσχυση της ψυχικής υγείας και ευεξίας.

Ο Νευρολόγος Ψυχίατρος **κ. Παύλος Σακκάς**, Ομότιμος Καθηγητής Ψυχιατρικής, Ιατρικής Σχολής του Πανεπιστημίου Αθηνών μίλησε για τις

“Σύγχρονες Προκλήσεις: Ποιες είναι και πώς μπορούν να αντιμετωπιστούν ενισχύοντας την ψυχική υγεία ανθρωποκεντρικά; ”

Ο **Βασίλειος Τσέλιος**, Αναπληρωτής Καθηγητής Περιφερειακής Ανάπτυξης και Πολιτικής, Τμήμα Οικονομικής και Περιφερειακής Ανάπτυξης, Πάντειο Πανεπιστήμιο αναφέρθηκε στη συσχέτιση της ψυχικής υγείας με την κοινωνική ευημερία και την οικονομική ανάπτυξη.

Τέλος ο Well-being Coach & Mentor, Ayurvedic LifeStyle Consultant, NLP Master Coach κ. **Κωνσταντίνος Χαραντινιώτης** με τίτλο «Μικρές Αλλαγές-Μεγάλες Νίκες -Πρακτικοί τρόποι «Επι-βίωσης» στην καθημερινότητα», παρουσίασε με διαδραστικό τρόπο κάποιες πρακτικές υιοθέτησης θετικών συνηθειών προς όφελος της ψυχικής υγείας και ευεξίας.

Τις συζητήσεις που διεξήχθησαν κατά τη διάρκεια της εκδήλωσης συντόνισε με τον μοναδικό του τρόπο ο ηθοποιός κ. **Νίκος Ψαρράς**.

Λίγα λόγια την **Wellbeingr AMKE**:

Είναι μία Μη Κερδοσκοπική Εταιρεία που προωθεί την υγεία και την ψυχική, σωματική και κοινωνική ευεξία και ευημερία με μία καινοτόμα προσέγγιση, που βρίσκει εφαρμογή σε ΟΛΕΣ τις πτυχές της καθημερινότητας ΟΛΩΝ των ανθρώπων (σπίτι, εργασία, εκπαίδευση, υγεία, διατροφή, αναψυχή, σωματική δραστηριότητα, πόλη, κοινωνία).