



Δελτίο Τύπου

Ολοκληρώθηκε το 4^ο Διεθνές Wellbeingr Forum: Γεφυρώνοντας τη θεωρία με την πράξη για την προώθηση της ψυχικής υγείας και της εργασιακής ευημερίας

Αθήνα, 20 Οκτωβρίου 2024 – Με μεγάλη επιτυχία ολοκληρώθηκαν οι εργασίες του **4ου Διεθνούς Wellbeingr Forum**, συγκεντρώνοντας για μία ακόμη χρονιά κορυφαίους επαγγελματίες, επιστήμονες και φορείς, με κοινό στόχο την προώθηση της ψυχικής ευεξίας και της εργασιακής άνθισης ως θεμέλιο για τη βιώσιμη ανάπτυξη. Η διοργάνωση πραγματοποιήθηκε, με αφορμή την Παγκόσμια Ημέρα Ψυχικής Υγείας, την Παρασκευή 10 Οκτωβρίου 2025, υπό την αιγίδα του Υπουργείου Υγείας, στο Anassa City Events Venue.

Όπως κάθε χρόνο, το συνέδριο διεξήχθη στα ελληνικά, με ταυτόχρονη διερμηνεία στα αγγλικά και την ελληνική νοηματική γλώσσα. Επιπλέον, ειδικές υπηρεσίες υποστήριξης μέσω QR code εξασφάλισαν την ισότιμη συμμετοχή ατόμων με προβλήματα όρασης.

Ο τίτλος του 4ου Διεθνούς Wellbeingr Forum ήταν: «**Ψυχική Υγεία και Εργασιακή Άνθιση για Βιώσιμη Ανάπτυξη – Τα Γιατί; και τα Πώς;**», με στόχο τη μετάβαση από την ευαισθητοποίηση σε πρακτικές προσεγγίσεις και εργαλεία που οδηγούν σε απτά αποτελέσματα. Οι συμμετέχοντες είχαν την ευκαιρία να ενημερωθούν και να διερευνήσουν το πώς η ψυχική ευεξία και η εργασιακή άνθιση μπορούν να καλλιεργηθούν ουσιαστικά σε εταιρείες και οργανισμούς.

Οι σύνεδροι είχαν την ευκαιρία να ακούσουν ομιλίες κορυφαίων ομιλητών από την Ελλάδα και το εξωτερικό και να ενημερωθούν για τα πιο πρόσφατα επιστημονικά δεδομένα καθώς και για τις καινοτόμες πρακτικές και διεθνείς στρατηγικές γύρω από την ψυχική ευεξία και την εργασιακή ευημερία. Παράλληλα, το φετινό Forum προσέφερε μια σειρά από διαδραστικά και βιωματικά sessions, όπως ασκήσεις mindfulness, χορό, μουσική, ψυχοδραματική εμπειρία κά που μετέτρεψαν την ημέρα σε μια ζωντανή εμπειρία μάθησης και αυθεντικής επικοινωνίας. Μέσα από αυτές τις πρακτικές, οι συμμετέχοντες έζησαν την εμπειρία της σύνδεσης και της συν-δημιουργίας βιώνοντας ουσιαστικά τί σημαίνει ψυχική ευεξία.

Ομιλητές από το εξωτερικό:

- Mara Lisa Arizaga, Head of Well-Being, OHCHR, OHE
- Ivailo Kalfin, Executive Director, Eurofound
- Joao Breda, Head, WHO Athens
- Bruce Hood, Professor, University of Bristol
- Chris Ruane, Chair, Mindfulness Initiative Global Network
- Geoff McDonald, Business Transformation Advisor & Mental Health Campaigner

Ομιλητές από την Ελλάδα:

- Νίκη Κεραμέως, Υπουργός Εργασίας και Κοινωνικής Ασφάλισης
- Δημήτρης Βαρτζόπουλος, Υφυπουργός Ψυχικής Υγείας
- Ζωή Ράπτη, Βουλευτής ΝΔ, πρ. Υφυπουργός Υγείας και Ανάπτυξης
- Νίκος Μιλαπιδης, Γενικός Γραμματέας Εργασιακών Σχέσεων
- Γιώργος Παπαδημητρίου, Διευθύνων Σύμβουλος, ΕΥ Ελλάδας
- Γιάννα Ανδρονόπουλου, Διευθύνουσα Σύμβουλος Microsoft Ελλάδας, Κύπρου, Μάλτας
- Απόστολος Πεταλάς, Γενικός Διευθυντής, Ενωση Σουπερμάρκετ Ελλάδος
- Γιάννης Υφαντόπουλος, Καθηγητής Οικονομικών της Υγείας, ΕΚΠΑ, Μέλος της Επιστημονικής Επιτροπής της Wellbeingr
- Αρτεμης Τσίτσικα, Αναπλ. Καθηγήτρια Παιδιατρικής-Εφηβικής Ιατρικής, ΕΚΠΑ
- Σάββας Χατζηχριστοφής, Καθηγητής Τεχνητής Νοημοσύνης Πανεπιστημίου Νεάπολης Πάφου
- Αντώνης Ντακανάλης, Καθηγητής Ψυχιατρικής και Ψυχοθεραπείας Πανεπιστημίου Μπικόκα Μιλάνου
- Γλυκερία Ρέππα, Λέκτορας Εκπαιδευτικής Ψυχολογίας Πανεπιστημίου Νεάπολης Πάφου
- Νίκος Δρόσος, Αναπληρωτής Καθηγητής, Ευρωπαϊκό Πανεπιστήμιο Κύπρου
- Μενέλαος Θεοδωρουλάκης, Πρόεδρος, ΠΕΨΑΕΕ
- Ευτυχία Κασελάκη, Εταίρος ΕΥ Ελλάδας
- Ιωάννα Φαναριώτη, Διευθύντρια Ανθρώπινου Δυναμικού, ΕΥ
- Τατιάνα Τούντα, CEO Hellas EAP
- Πόλα Νικολάου, Πρόεδρος, ΚοιΣΠΕ «Ευ Ζην»
- Ελένη Τούντα, Ειδικός Ιατρός Εργασίας

Εισηγητές διαδραστικών sessions:

- Θεόδωρος Καρκατσούλης, Ψυχίατρος-Ψυχοθεραπευτής
- Αγγελος Λεβέντης, Κλινικός Κοινωνικός Λειτουργός, Ψυχοθεραπευτής, Συγγραφέας
- Νίκη Λουλαδάκη, Χορογράφος, ΠΕΨΑΕΕ
- Μάγδα Καζόλη, Image Consultant & Founder, Visual Voice™ System

Ο Υφυπουργός Ψυχικής Υγείας, Δημήτρης Βαρτζόπουλος, κατά τον χαιρετισμό του στο Forum, τόνισε: *«Αν δεν υπάρχει ψυχική ευεξία την ώρα που εργάζεστε, δεν μπορεί να υπάρξει και απόδοση, άρα δεν υπάρχει και βιώσιμη ανάπτυξη. Για να διασφαλιστεί, λοιπόν, αυτή η ευεξία στον χώρο εργασίας είναι απαραίτητα δύο στοιχεία: πρώτον, η ύπαρξη αποτελεσματικών υπηρεσιών ψυχικής υγείας για τους εργαζόμενους και, δεύτερον, αυτό το κομμάτι αυτό που πληθυσμού που έχει διαταραχές της ψυχικής*

σφαίρας που χρήζουν αντιμετώπισης, να μπορούν να εξασφαλίσουν εργασία και να παραμείνουν σε αυτή.»

Η Υπουργός Εργασίας και Κοινωνικής Ασφάλισης, Νίκη Κεραμέως, όπως σημείωσε στο χαιρετισμό της: «10 Οκτωβρίου, Παγκόσμια Ημέρα Ψυχικής Υγείας και θέλω να ξεκινήσω με πάρα πολλά συγχαρητήρια για την πρωτοβουλία αυτή, για το Forum αυτό το οποίο τολμώ να πω ότι είναι πλέον θεσμός και τον χαιρετίζω ... Η ψυχική υγεία και η εργασιακή ευημερία συνδέονται άμεσα με την ανάπτυξη βιώσιμων και παραγωγικών εργασιακών περιβαλλόντων. Μέσα από πρωτοβουλίες όπως η τετραήμερη εργασία όλο το χρόνο, η επέκταση αδειών γονεϊκής φροντίδας και οι αυστηροί έλεγχοι εφαρμογής της εργατικής νομοθεσίας, προωθούμε ουσιαστικά την ισορροπία επαγγελματικής και προσωπικής ζωής.»

Οι συν-ιδρύτριες της Wellbeingr AMKE, Ιζαμπέλ Ραζή και Αγγελική Δικαιούλια, επισημαίνουν: «Το Wellbeingr Forum γεννήθηκε με όραμα να φέρνει κοντά κάθε χρόνο επιστήμονες, επαγγελματίες, ειδικούς και φορείς γύρω από το wellbeing, και έχει καθιερωθεί πλέον ως ένας θεσμός που εμπνέει δράση και αλλαγή. Το φετινό, 4ο Forum, ανέδειξε τη σημασία της σύνδεσης θεωρίας και πράξης: οι συμμετέχοντες είχαν την ευκαιρία να παρακολουθήσουν εμπνευσμένες ομιλίες και να συμμετάσχουν σε βιωματικές δράσεις που έκαναν την εμπειρία μοναδική, ζωντανή και ουσιαστική για όλους.»

ΧΟΡΗΓΟΙ

- Πλατινένιος Χορηγός: EY
- Χρυσοί Χορηγοί: HELLENiQ ENERGY, ΟΙΚΟΝΟΜΑΚΗΣ ΔΙΚΗΓΟΡΙΚΗ ΕΤΑΙΡΙΑ
- Ασημένιοι Χορηγοί: COCA-COLA HBC, ERGO
- Υποστηρικτές: ANICON, COSMOTE, MOTOR OIL
- Χορηγοί Επικοινωνίας: TO BHMA, VITA

Το 4ο Wellbeingr Forum επιβεβαίωσε για μία ακόμη χρονιά ότι η ψυχική υγεία, η εργασιακή ευημερία και η κοινωνική συμμετοχή δεν χρειάζεται να είναι μόνο στόχοι, αλλά πρακτικές που μπορούν να γίνουν πραγματικότητα. Το Wellbeingr Forum θα συνεχίσει να ενώνει, να εμπνέει και να προάγει την ψυχική ευημερία στην ελληνική κοινωνία.

-ΤΕΛΟΣ-

Σημείωση για συντάκτες:

Η Wellbeingr ενημερώνει, ευαισθητοποιεί και εκπαιδεύει την κοινωνία για τη σημασία της ευεξίας (wellbeing) στον εργασιακό χώρο.

Με μία καινοτόμα, ολιστική (360°) και ανθρωποκεντρική προσέγγιση, που βρίσκει εφαρμογή σε κάθε πτυχή της καθημερινότητας του ανθρώπου, προωθεί επιστημονικές και βιωματικές δράσεις και πρωτοβουλίες σε ατομικό, τοπικό, περιφερειακό και εθνικό επίπεδο. Website: www.wellbeingr.org

Το 3ο Wellbeingr Forum αποτελεί μέρος της εκστρατείας ενημέρωσης και ευαισθητοποίησης της ελληνικής κοινωνίας, που ηγείται η Wellbeingr, με στόχο την υιοθέτηση μιας νέας νοοτροπίας, που όχι μόνο ενισχύει την ψυχική, σωματική και κοινωνική υγεία των ανθρώπων, αλλά παράλληλα αναβαθμίζει την ποιότητα ζωής τους, κάνοντάς τους πιο ευτυχισμένους.

Πλατινένιος Χορηγός/Platinum Sponsor



Χρυσοί Χορηγοί / Gold Sponsors



HELLENiQ
ENERGY



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

Αργυροί Χορηγοί / Silver Sponsors



Coca-Cola
HBC

ERGO

Υποστηρικτές / Supporters



Χορηγοί Επικοινωνίας / Communication Sponsors

ΤΟ ΒΗΜΑ

vita