



Δήμος Λυκόβρυσης - Πεύκης

Γραφείο Τύπου Τ: +30 210 6145137 email: press@likovrisipefki.gr

Τρίτη, 24 Μαρτίου 2026

ΘΕΜΑ: Με εξαιρετική επιτυχία πραγματοποιήθηκε η εσπερίδα «Ψυχική Ευεξία»

Με μεγάλη συμμετοχή και ιδιαίτερη επιτυχία πραγματοποιήθηκε τη Δευτέρα 23 Μαρτίου 2026 η εσπερίδα με θέμα «Ψυχική Ευεξία», στο Δημοτικό Θέατρο Πεύκης (Αίθουσα «Μ. Αναγνωστάκης»), που διοργάνωσαν ο Δήμος Λυκόβρυσης – Πεύκης σε συνεργασία με την ΑΜΚΕ «Passport for Life».

Η προσέλευση του κοινού ξεπέρασε κάθε προσδοκία, επιβεβαιώνοντας το έντονο ενδιαφέρον για θέματα που αφορούν την ψυχική υγεία και την ποιότητα ζωής. Οι παρευρισκόμενοι είχαν την ευκαιρία να παρακολουθήσουν μια ουσιαστική και πολυδιάστατη προσέγγιση της ψυχικής ευεξίας, μέσα από εισηγήσεις υψηλού επιπέδου και εμπνευσμένες προσωπικές τοποθετήσεις.

Στην εσπερίδα συμμετείχαν ως ομιλητές οι: Π. Βασίλειος Θερμός, Βούλα Φλώρου, Δρ. Δημήτρης Γρηγοράκης, Βαγγέλης Βερτόπουλος και Αθανασία Τσουμελεκα, οι οποίοι ανέπτυξαν σημαντικές πτυχές της ψυχικής ενδυνάμωσης, της διαχείρισης συναισθημάτων, της σημασίας των σχέσεων, καθώς και της σύνδεσης διατροφής και ψυχικής ισορροπίας.

Ιδιαίτερη τιμή αποτέλεσε η παρουσία των εκλεκτών προσκεκλημένων Παναγιώτη Γιαννάκη και Χάρη Μάλλιου, οι οποίοι με τις προσωπικές τους εμπειρίες ανέδειξαν τη σημασία της ψυχικής ανθεκτικότητας, της πειθαρχίας και της δύναμης του νου στον αθλητισμό και στη ζωή.

Η εκδήλωση ανέδειξε με σαφήνεια ότι η ψυχική ευεξία αποτελεί βασικό πυλώνα υγείας και ευημερίας, ενώ παράλληλα προσέφερε στο κοινό πρακτικά εργαλεία και πολύτιμα ερεθίσματα για την καθημερινότητά του.

Ο Δήμαρχος Λυκόβρυσης - Πεύκης, Μάριος Ψυχάλης, δήλωσε: «Η εσπερίδα με θέμα την «Ψυχική Ευεξία», αποτέλεσε μια ιδιαίτερα σημαντική πρωτοβουλία για την ενίσχυση της ενημέρωσης και της ευαισθητοποίησης των πολιτών γύρω από ζητήματα ψυχικής υγείας. Σε μια εποχή με αυξημένες προκλήσεις και πιέσεις, η ανάγκη για ενημέρωση, πρόληψη και υποστήριξη είναι πιο επιτακτική από ποτέ.

Θα ήθελα να ευχαριστήσω θερμά την ΑΜΚΕ «Passport for Life» για την εξαιρετική συνεργασία, καθώς και όλους τους επιστήμονες και ομιλητές που συνέβαλαν με τη γνώση και την εμπειρία τους στην επιτυχία της εκδήλωσης. Ο Δήμος μας θα συνεχίσει να στηρίζει πρωτοβουλίες που προάγουν την ψυχική υγεία, ενισχύουν την κοινωνική συνοχή και δημιουργούν ένα περιβάλλον φροντίδας και αλληλεγγύης για όλους.»

Η Ιδρύτρια & Πρόεδρος της ΑΜΚΕ «Passport for Life» δήλωσε: «Η ανταπόκριση του κόσμου μάς γεμίζει δύναμη και ευθύνη να συνεχίσουμε. Στόχος μας είναι να δημιουργούμε δράσεις που αγγίζουν τον άνθρωπο, προσφέρουν ουσία και συμβάλλουν στην προσωπική και

συλλογική εξέλιξη. Η ψυχική ευεξία αφορά όλους μας και αξίζει να της δίνουμε χώρο και χρόνο».

Οι διοργανωτές ευχαριστούν θερμά όλους τους ομιλητές, τους προσκεκλημένους και το κοινό για την ενεργή συμμετοχή και τη συμβολή τους στην επιτυχία της εκδήλωσης.