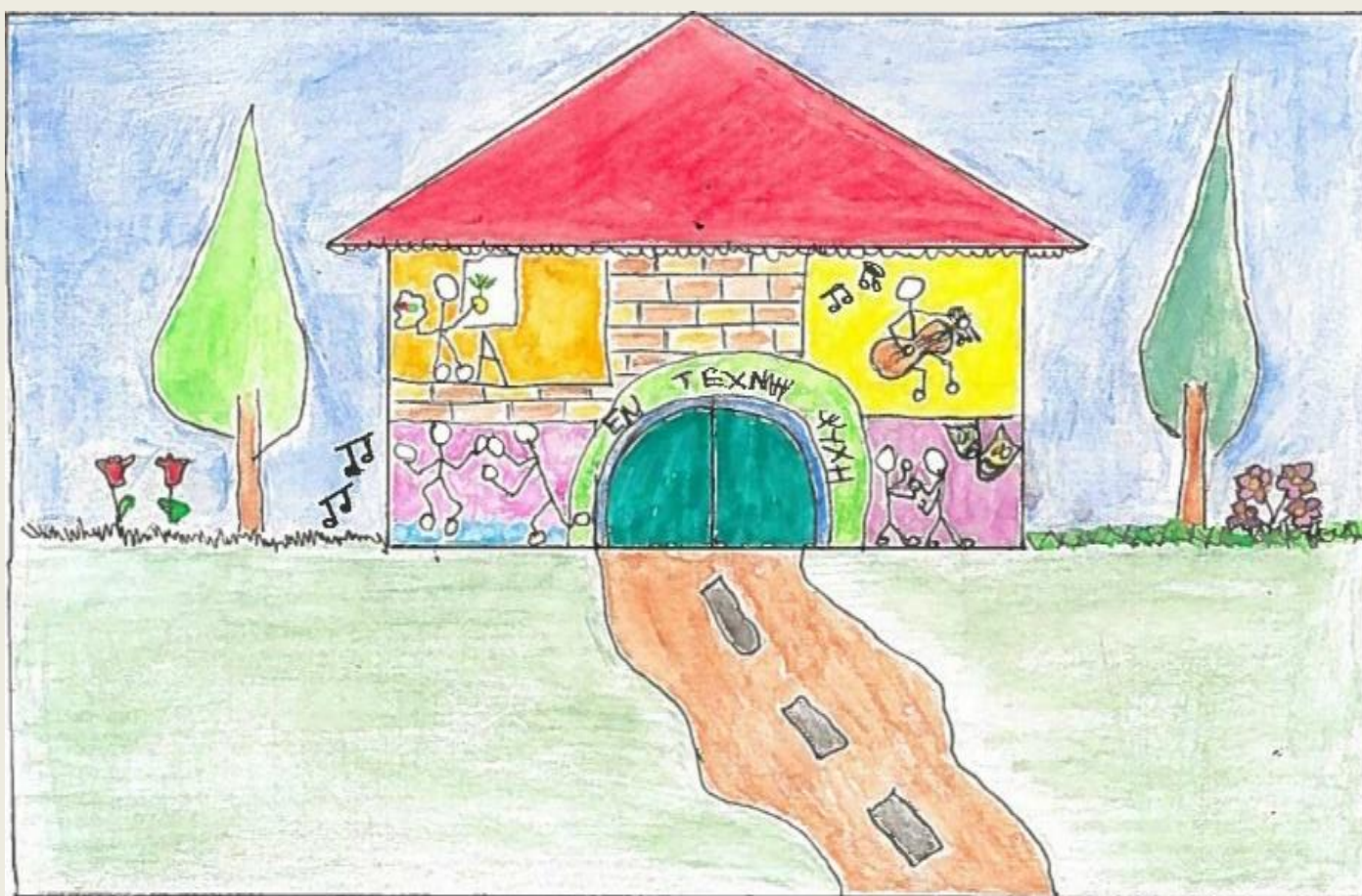


Κέντρο Ημέρας Υποστήριξης Ψυχικής Υγείας μέσω Τέχνης
«Έν-Τεχνη Ψυχή»

ΚΑΛΟΚΑΙΡΙΝΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΟΜΑΔΩΝ ΚΑΙ
ΚΑΛΛΙΤΕΧΝΙΚΩΝ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΩΝ

Ιούνιος 2026 - Σεπτέμβριος 2026



Σε συνεργασία με:

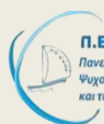
Α' Πανεπιστημιακή Ψυχιατρική Κλινική Ε.Κ.Π.Α.
Ερευνητικό Πανεπιστημιακό Ινστιτούτο Ψυχικής Υγείας, Νευροεπιστημών και Ιατρικής
Ακρίβειας «Κώστας Στεφανής»
ΑμΚΕ ΙΑΣΙΣ



Με τη συγχρηματοδότηση
της Ευρωπαϊκής Ένωσης



Περιφερειακό
Πρόγραμμα
«ΑΤΤΙΚΗ»



Π.Ε.Ψ.Α.Ε.Ε.
Πανελλαδική Ένωση για την
Ψυχοκοινωνική Αποκατάσταση
και την Επαγγελματική Επανάταξη



Κέντρο Ημέρας
Υποστήριξης Ψυχικής
Υγείας μέσω Τέχνης
Έν-Τεχνη Ψυχή

ΚΑΛΩΣΟΡΙΣΜΑ

Το Κέντρο Ημέρας Υποστήριξης Ψυχικής Υγείας μέσω τέχνης «**Έν-Τεχνη Ψυχή**» είναι μια νεοσύστατη Μονάδα, που αξιοποιεί την τέχνη τόσο ως θεραπευτικό και αποκαταστασιακό εργαλείο όσο και ως ένα μέσο για συμπερίληψη, ένταξη και αποστιγματισμό. Πρόκειται για μια καινοτόμα παρέμβαση ως προς τον τύπο μονάδας του Υπουργείου Υγείας με επίκεντρο την Τέχνη και τον Πολιτισμό. Χρηματοδοτήθηκε από το ταμείο ανάκαμψης και ανθεκτικότητας και από 01/06 εντάχθηκε στο ΕΣΠΑ 2021-2027.

Υιοθετώντας προσεγγίσεις που κυριαρχούν σήμερα στην ψυχοκοινωνική αποκατάσταση, όπως τη μεθοδολογία της ανάκαμψης (recovery) και της συμπαραγωγής (co-production), χρησιμοποιούμε ένα μεθοδολογικό πλαίσιο που αξιοποιεί θεραπευτικά και αποκαταστασιακά την Τέχνη, σε συνδυασμό με τις παραπάνω μεθοδολογίες παρέχοντας εξειδικευμένες υπηρεσίες, προσδίδοντας έτσι πολλαπλασιαστικά αποτελέσματα στις κλασικές θεραπευτικές μεθόδους.

Το Κ.Η. Τέχνης καινοτομεί καθώς υιοθετεί την σύγχρονη μεθοδολογία του μοντέλου της ανάκαμψης σε συνδυασμό με τις αρχές των θεραπειών μέσω Τέχνης για την ψυχοκοινωνική αποκατάσταση. Το πρώτο βήμα της ανάκαμψης είναι η **ενστάλαξη/διατήρηση της ελπίδας**. Μέσα από την δημιουργική διαδικασία και την επιλογή του δημιουργικού μέσου/υλικού, ενδυναμώνεται η αίσθηση της ενεργητικότητας και αυτενέργειας του ατόμου καθώς και η αισιοδοξία για το μέλλον. Η ανάπτυξη μιας δημιουργικής πλευράς και καλλιτεχνικής ποιότητας στην προσωπική ταυτότητα, επιτυγχάνεται η **επανάκτηση της θετικής ταυτότητας** όπου το άτομο ενώ κατανοεί και ενσωματώνει την ασθένεια, διατηρεί μια θετική αίσθηση εαυτού. Με αυτό τον τρόπο **οικοδομείται μια ζωή με νόημα**, όπου η ανάλυση του νοήματος της ζωής υπερβαίνει την ασθένεια. Με αυτό τον τρόπο το άτομο **αναλαμβάνει την ευθύνη και τον έλεγχο της ζωής του** και από παθητικός λήπτης υπηρεσίας γίνεται συμμετοχος στην θεραπεία του, δημιουργός και ενεργός πολίτης.

Χορός, θέατρο, εικαστικά και μουσική: Τα ποικίλα καλλιτεχνικά εργαστήρια, οι ομάδες κοινωνικοποίησης, οι εκπαιδευτικές δράσεις για το καλοκαίρι 2026 είναι έτοιμες να υποδεχθούν, να αγκαλιάσουν αλλά και να προσελκύσουν το ενδιαφέρον για συμμετοχή, ένταξη, καλλιτεχνική δημιουργία, και έκφραση. Στο φυλλάδιο του προγράμματος υπάρχουν σύντομες περιγραφές των εργαστηρίων και των ομάδων.

Επιπλέον, απαντώντας στο διαχρονικό κοινωνικό αίτημα για ισότιμη πρόσβαση στην τέχνη των ευπαθών κοινωνικών ομάδων, διοργανώνουμε καλλιτεχνικά εργαστήρια (μουσική, εικαστικά) και πολιτιστικές δράσεις (συναυλίες-κινηματογραφικές προβολές) σε στεγαστικές δομές (ξενώνες-οικοτροφεία), Κέντρα Ημέρας αλλά και στον χώρο μας. Περισσότερες πληροφορίες θα βρείτε στην προτελευταία σελίδα του φυλλαδίου μας.

Το Κέντρο ακολουθεί τις αρχές της κοινωνικής και κοινοτικής ψυχιατρικής και στελεχώνεται από μια εξειδικευμένη πολυκλαδική ομάδα ψυχολόγων, κοινωνικών λειτουργών και ψυχοθεραπευτών διαφορετικών θεραπευτικών προσεγγίσεων μέσω των τεχνών, διοικητικών και στελεχών υποστήριξης. Προσεγγίζει ολιστικά τις ανάγκες των εξυπηρετούμενων και τους θεραπευτικούς-αποκαταστασιακούς στόχους τους στην βάση πάντα των επιλογών και των ενδιαφερόντων τους. Στο πλαίσιο αυτό υποστηρίζουν τους εξυπηρετούμενους πολυεπίπεδα για να αναπτύξουν νέες δεξιότητες και ενδιαφέροντα αλλά και να ψυχαγωγηθούν μέσω των τεχνών και του πολιτισμού γενικότερα. Στο πλαίσιο αυτό για όλους τους εργαζόμενους του Κέντρου Ημέρας «**Έν-Τεχνη Ψυχή**» η έννοια της καλής επικοινωνίας, της διασύνδεσης και της συνεργασίας μεταξύ φορέων αλλά και ιδιωτών θεραπειών είναι πολύ σημαντική. Είμαστε πάντα πρόθυμοι να ενημερώσουμε για τη λειτουργία της μονάδας, τις δράσεις και τις παρεχόμενες υπηρεσίες της.

Ευχόμαστε σε όλους και όλες ένα όμορφο καλοκαίρι!

Για την Πολυκλαδική Θεραπευτική Ομάδα

Η Επιστημονικά Υπεύθυνη

Μαίρη Δέδε, Ψυχολόγος-Ψυχοθεραπεύτρια

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΟΜΑΔΩΝ

ΔΕΥΤΕΡΑ

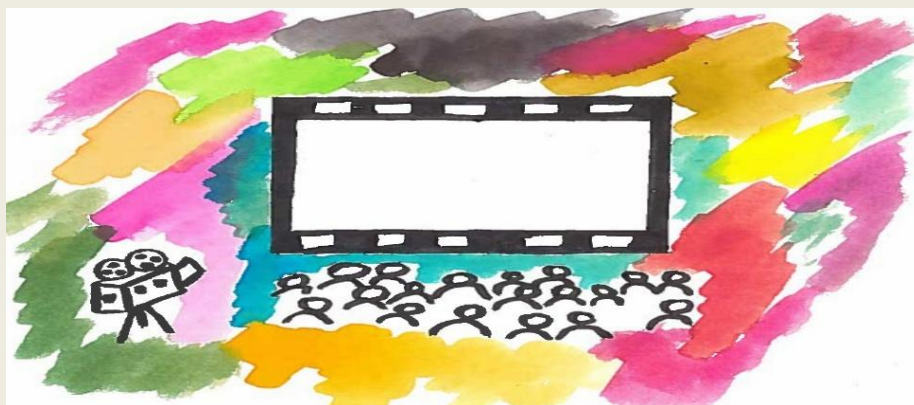
ΡυθμοΧτυπήματα

Μουσικό Εργαστήρι

Εν αρχή είναι ο ρυθμός! Ο Χρήστος μας ξεναγεί στον μαγικό κόσμο των κρουστών. Δεν χρειάζεται να γνωρίζουμε. Συντονίζουμε τους ρυθμούς μας, δημιουργούμε και απολαμβάνουμε ένα περιβάλλον ψυχαγωγίας!

Συντονιστής: Χρήστος Κλαδάς, Συντονιστής Προγράμματος - Μουσικός

Ωρα: 10:00-12:00



True Stories Cinema

Ομάδα Κοινωνικοποίησης

Καλώς ήρθατε στην παρέα μας, τον απόλυτο προορισμό για τους λάτρες των ντοκιμαντέρ! Είμαστε μια ομάδα που εξερευνά την ιστορία, την επιστήμη και τις πιο καθηλωτικές αληθινές ιστορίες του κόσμου. Κάθε εβδομάδα παρακολουθούμε μαζί κορυφαίες παραγωγές, και ανοίγουμε διάλογο για όσα μας προβλημάτισαν ή μας εντυπωσίασαν!

Συντονίστρια: Χρυσάνθη Καραγιάννη, Κοινωνική Λειτουργός

Ωρα: 18:00-20:00

ΤΡΙΤΗ

Τραγουδάμε Μαζί !

Μουσικό Εργαστήριο

Καλλιεργούμε τη φωνή μας και τραγουδάμε τα αγαπημένα μας τραγούδια. Με τη βοήθεια του Χρήστου, της παρέας και του караόκε γινόμαστε όλοι μαζί χορωδία!

Συντονιστής: Χρήστος Κλαδάς, Συντονιστής Προγράμματος - Μουσικός

Ωρα: 10:00-12:00

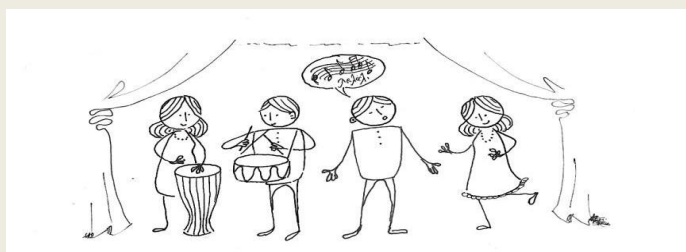
Δικαίωμα στην Τέχνη

Ομάδα Ψυχοεκπαίδευσης

Η ομάδα θα πραγματοποιηθεί στο πλαίσιο της δράσης του Γραφείου Συνηγορίας «Ας ξαναγράψουμε τα δικαιώματά μας» και θα εστιάσει στο δικαίωμα όλων για την ισότιμη συμμετοχή στον πολιτισμό, την τέχνη, την ψυχαγωγία και τον ελεύθερο χρόνο. Μέσα από συζήτηση, προσωπικές εμπειρίες και δημιουργικές δραστηριότητες, τα μέλη θα διερευνήσουν τι σημαίνει για τον καθένα το συγκεκριμένο δικαίωμα, ποια εμπόδια συναντούν και τι θα ήθελαν να αλλάξει. Στόχος είναι η ενδυνάμωση, η ελεύθερη έκφραση και η διατύπωση προτάσεων με τη δική τους φωνή.

Συντονίστρια: Άννα Μπεχράκη, Κοινωνιολόγος

Ωρα: 10:00-12:00



Τεχνικές, Έμπνευση και Έκφραση

Εικαστικό Εργαστήριο

Στο Εργαστήριο αυτό οι συμμετέχοντες/ουσες θα έχουν την ευκαιρία να εκφραστούν και να πειραματιστούν με νέες εικαστικές τεχνικές, ανακαλύπτοντας δημιουργικούς τρόπους χρήσης των εικαστικών υλικών. Επίσης θα εμπνευστούν από εικαστικές ιδέες και προτάσεις, μέσα από τις οποίες θα καταφέρουν να δημιουργήσουν με τον δικό τους μοναδικό τρόπο.

Στην ομάδα αυτή θα χρησιμοποιήσουν ποικίλα εικαστικά υλικά, όπως: υφάσματα, μελάνια, πηλός, πλαστελίνη, παστέλ, ακρυλικά, κ.α. καθώς και εικαστικές τεχνικές όπως: κολλάζ, ζωγραφική, φωτογραφία, εύρεση αντικειμένων, γλυπτική καθώς και κατασκευές. Σκοπός αυτής της ομάδας είναι η εξερεύνηση και η έκφραση εστιάζοντας περισσότερο στην δημιουργική διαδικασία παρά στο αποτέλεσμα. Για την συμμετοχή στο εργαστήριο δεν χρειάζεται προηγούμενη καλλιτεχνική εμπειρία.

Συντονίστρια: Εύα Μαναρίδου, Ψυχολόγος - Εικαστική Ψυχοθεραπεύτρια

Ωρα: 18:00-20:00

ΤΕΤΑΡΤΗ

Θερινό Πολιτιστικό Καφενείο

Ομάδα Κοινωνικοποίησης

Ποιοί καλλιτέχνες γεννήθηκαν σαν σήμερα; Ποια δωρεάν δρώμενα και καλοκαιρινά φεστιβάλ μπορώ να παρακολουθήσω αυτήν την εβδομάδα στην πόλη και ποια είναι τα πολιτιστικά μου δικαιώματα; Περί τέχνης χαλαρή κουβέντα και ενημέρωση με συνοδεία καφέ, με την Χρυσάνθη!

Συντονίστρια: Χρυσάνθη Καραγιάννη- Κοινωνική λειτουργός

Ωρα: 10:00-12:00

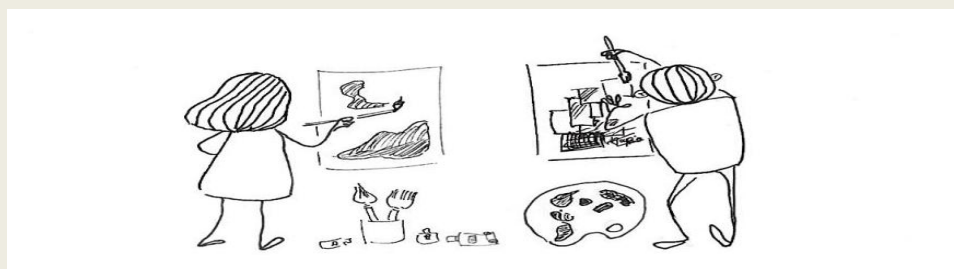
Τρισδιάστατο (3D) Σκίσο

Εικαστικό Εργαστήριο

Εισαγωγή στην τέχνη και τις τεχνικές του τρισδιάστατου σκίτσου. Βάζουμε μια τρίτη διάσταση στη φαντασία μας με τη βοήθεια της Κυριακής.

Συντονίστρια: Κυριακή Γαγλία, Εικονογράφος

Ωρα: 10:00-12:00



Να σου πω μια ιστορία

Θεατρική Ομάδα

Ελάτε να γνωρίσουμε μαζί τον κόσμο του θεάτρου και να μάθουμε πώς να εκφραζόμαστε, να αφηγούμαστε ιστορίες και συνδεόμαστε με μεγαλύτερη αυτοπεποίθηση και άνεση στην επικοινωνία! Πώς μπορούμε λοιπόν να αφηγηθούμε μια ιστορία; Ελάτε να το ανακαλύψουμε όλοι μαζί!

Συντονιστής: Παναγιώτης Βασιλειάδης

Ωρα: 18:00-20:00

ΠΕΜΠΤΗ

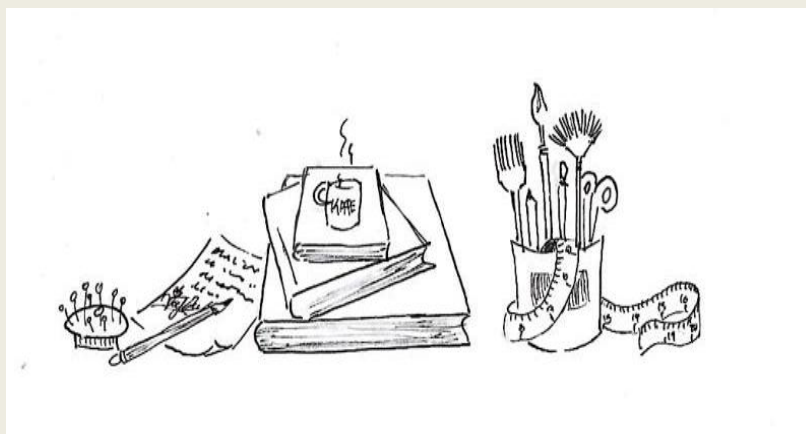
Ποίηση σε Χρώμα

Εργαστήριο Εκφραστικών Τεχνών

Βιωματικό εργαστήριο δημιουργικής έκφρασης, στο οποίο τα ποιητικά κείμενα αποτελούν το βασικό ερέθισμα για επεξεργασία και καλλιτεχνική μεταφορά. Διαβάζουμε και συζητούμε επιλεγμένα ποιήματα, εστιάζοντας στις εικόνες, τα συναισθήματα και τα νοήματα που αναδύονται, και στη συνέχεια τα αποδίδουμε εικαστικά μέσα από ζωγραφική ή ελεύθερη εικαστική δημιουργία. Η διαδικασία δεν στοχεύει στη λογοτεχνική ή καλλιτεχνική «σωστή» απόδοση, αλλά στη προσωπική ερμηνεία και τη συμβολική έκφραση. Το ποίημα λειτουργεί ως γέφυρα ανάμεσα στον εσωτερικό κόσμο του ατόμου και την εικόνα που αυτός μπορεί να πάρει μορφή.

Συντονίστρια: Μαίρη Δέδε, Ψυχολόγος-Ψυχοθεραπεύτρια

Ωρα: 10:00-12:00



Καλοκαιρινό Art Studio

Εικαστικό Εργαστήριο

Εικαστικό εργαστήριο πειραματισμού με εικαστικά υλικά και εκφραστικές εικαστικές τεχνικές, που θα μας βοηθήσουν να μάθουμε για την Ιστορία της Τέχνης και των συμβόλων που παρουσιάζονται στην Εικαστική Τέχνη του κόσμου. Μαθαίνουμε τρόπους έκφρασης μέσω εικαστικής τέχνης με την Άννα και την Εριφύλη.

Συντονίστρια: Άννα Μπεχράκη, Κοινωνιολόγος

Ωρα: 18:00-20:00

ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ

Δημιουργική Γραφή

Λογοτεχνικό Εργαστήριο

Φτιάχνουμε τις δικές μας ιστορίες και χαρακτήρες, σκαρώνουμε τα δικά μας διηγήματα και θεατρικά έργα. Εισαγόμαστε στον κόσμο της λογοτεχνικής δημιουργίας με τρόπο εύκολο και διασκεδαστικό.

Συντονίστρια: Άννα Κρεμαστού, Φιλολόγος

Ωρα: 10:00-12:00



Ορχήστρα «Έν – Τέχνη Ψυχή»

Μουσικό Εργαστήριο

Τζαζ, Μπλουζ, Ροκ, Λάτιν αλλά και Ελληνική Παραδοσιακή Μουσική! Η Συμπεριληπτική Ορχήστρα Ποικίλης Μουσικής του Κέντρου μας είναι μια ανοιχτή ομάδα που εκπαιδεύει στην τέχνη του αυτοσχεδιασμού, της ερμηνείας, της συνεργασίας και της συνύπαρξης. Όσοι μουσικοί προσέλθετε!

Συντονιστής: Χρήστος Κλαδάς, Συντονιστής προγράμματος-μουσικός

Ωρα: 18:00-20:00

Καλλιτεχνικά Εργαστήρια και Πολιτιστικές Δράσεις για Δομές Ψυχικής Υγείας

Μουσικοί Εν Δράσει !

Μουσικό Εργαστήριο

Το << Μουσικοί Εν Δράσει!>> είναι ένα βιωματικό εργαστήριο τριών δώρων συνεδριών, που απευθύνεται σε δομές ψυχικής υγείας και στόχο έχει να εκπαιδεύσει στα πολλαπλά οφέλη της συμμετοχής στη μουσική διαδικασία και στη διάδραση ακροατή και μουσικού. Ερχόμαστε στο χώρο σας και τραγουδάμε μαζί, παίζουμε κρουστά, διδασκόμαστε θεμελιώδεις μουσικές αρχές και έννοιες, συνδεόμαστε μέσα από τη μουσική, καλλιεργούμε την έκφραση, τον συντονισμό και την επικοινωνία.

Συντονιστής: Χρήστος Κλαδάς, Συντονιστής Προγράμματος - Μουσικός

Ποίηση σε Χρώμα

Εργαστήριο Εκφραστικών Τεχνών

Βιωματικό εργαστήριο δημιουργικής έκφρασης, που πραγματοποιείται σε 3 δώρες συνεδρίες και στο οποίο τα ποιητικά κείμενα αποτελούν το βασικό ερέθισμα για επεξεργασία και καλλιτεχνική μεταφορά. Διαβάζουμε και συζητούμε επιλεγμένα ποιήματα, εστιάζοντας στις εικόνες, τα συναισθήματα και τα νοήματα που αναδύονται, και στη συνέχεια τα αποδίδουμε εικαστικά μέσα από ζωγραφική ή ελεύθερη εικαστική δημιουργία. Η διαδικασία δεν στοχεύει στη λογοτεχνική ή καλλιτεχνική «σωστή» απόδοση, αλλά στη προσωπική ερμηνεία και τη συμβολική έκφραση.

Συντονίστρια: Μαίρη Δέδε, Ψυχολόγος - Ψυχοθεραπεύτρια

Σινεμά στο Σπίτι

Η ομάδα «Βίντεο Κλαμπ» του Κέντρου Ημέρας μας διοργανώνει σειρά 3 κινηματογραφικών προβολών στο χώρο μας ή τον χώρο σας. Απολαμβάνουμε επιλεγμένες κινηματογραφικές ταινίες και ντοκιμαντέρ! Με συντροφιά ποπ κορν και την αγάπη μας για το σινεμά θα συνδεόμαστε, ανταλλάσουμε σκέψεις και χτίζουμε μια νέα σχέση με την 7^η τέχνη.

Συντονίστρια: Χρυσάνθη Καραγιάννη - Κοινωνική λειτουργός

Μες στο Μουσείο

Η δράση «Μες στο Μουσείο», έχει ως στόχο την ενίσχυση της προσβασιμότητας στην τέχνη και τον πολιτισμό ατόμων που αντιμετωπίζουν ψυχοκοινωνικές δυσκολίες μέσα από την βιωματική σύνδεση με την τέχνη. Η δράση χρησιμοποιεί εργαλεία της τέχνης ως θεραπεία (art as therapy) καθώς και εργαλεία της εικαστικής θεραπείας σε μουσεία και χώρους πολιτισμού (Art Therapy in museums) και θα πραγματοποιηθεί στην Πινακοθήκη του Δήμου Αθηναίων. Παράλληλα αποσκοπεί στην ευαισθητοποίηση της ευρύτερης κοινότητας φέρνοντας σε επαφή και δημιουργώντας χώρο για άτομα με ψυχοκοινωνικές δυσκολίες στον πολιτισμό και στην τέχνη. Οι συμμετέχοντες/ουσες θα λάβουν μέρος σε μια πλούσια και ολοκληρωμένη εμπειρία σύνδεσης με την τέχνη. Θα λάβουν μέρος σε ένα ταξίδι που θα ξεκινάει από την θέαση του εικαστικού έργου θα πηγαίνει στην βιωματική επεξεργασία αυτού του βιώματος και έπειτα στην δημιουργία και στην συμμετοχή σε εικαστική έκθεση. Συγκεκριμένα η δράση περιλαμβάνει μία βιωματική ξενάγηση στην Πινακοθήκη του Δήμου Αθηναίων, δύο Εργαστήρια Εικαστικής Θεραπείας εντός των οποίων θα δημιουργηθεί συλλογικό έργο που θα εκτεθεί στην συνολική έκθεση της Δράσης στην Πινακοθήκη του Δήμου Αθηναίων τον Ιανουάριο του 2027.

Συντονίστρια: Εύα Μαναρίδου, Ψυχολόγος - Εικαστική Ψυχοθεραπεύτρια

Ευχαριστούμε θερμά τις εθελόντριές και τους εθελοντές μας για τη βοήθεια και την πολύτιμη συμβολή τους!

Ευχαριστούμε ιδιαίτερα, την κ. Κυριακή Γαγλία για τα ασπρόμαυρα σκίτσα και την κ. Γεωργία Λασκαρίδου για τα έγχρωμα σκίτσα, που ομορφαίνουν το φυλλάδιο μας! Το σκίτσο του εμπροσθόφυλλου μας είναι συλλογικό έργο της ομάδας Σκίτσου-Γελοιογραφίας, με συντονίστρια την κ. Γαγλία.

Στο Κέντρο Ημέρας «Έν-Τεχνη Ψυχή» αξιοποιούνται η χοροθεραπεία, η δραματοθεραπεία, η μουσικοθεραπεία, η εικαστική θεραπεία και οι άλλες συναφείς ψυχοθεραπευτικές παρεμβάσεις συμπληρωματικά στις όποιες εξατομικευμένες θεραπευτικές παρεμβάσεις του θεραπευτικού πλαισίου. Για τις υπηρεσίες επαγγελματικής υποστήριξης και συμβουλευτικής συνεργάζεται με τις άλλα Κέντρα Ημέρας της Π.Ε.Ψ.Α.Ε.Ε. που παρέχουν την υπηρεσία.

Το Κέντρο Ημέρας Υποστήριξης Ψυχικής Υγείας μέσω της Τέχνης λειτουργεί με ευθύνη της Πανελλαδικής Ένωσης για την Ψυχοκοινωνική Αποκατάσταση και την Επαγγελματική Έπανάταξη, με την επιστημονική συνεργασία της Α' Πανεπιστημιακής Ψυχιατρικής Κλινικής Ε.Κ.Π.Α., του Ερευνητικού Πανεπιστημιακού Ινστιτούτου Ψυχικής Υγείας, Νευροεπιστημών και Ιατρικής Ακρίβειας «Κώστας Στεφανής» (Ε.Π.Ι.Ψ.Υ.) και την ΑμΚΕ ΙΑΣΙΣ.

Που είμαστε:



Δ/ση: Σωρανού του Εφesiού 2-Κεντρικό Κτίριο ΕΠΙΨΥ

ΤΚ: 11527 Παπάγου

Τηλ: 2106535729/ 2106543673/ 6974823117

E-mail: daycenter.art@pepsaee.gr

Website: www.pepsaee.gr

Οι υπηρεσίες παρέχονται **δωρεάν**.

Ωράριο: Δευτέρα-Παρασκευή 09:00 – 20:00.

Περιοχή Ευθύνης:

1η ΥΠΕ (4^{ος}, 5^{ος}, 6^{ος}, 7^{ος}, 8^{ος}, 10^{ος} Τομέας Ψυχικής Υγείας Ενηλίκων Αττικής)