

Το Παγκρήτιο Φεστιβάλ Ψυχικής Υγείας ταξιδεύει στο Λασιθί

στις 20 και 21 Οκτωβρίου

Βιωματικές και αθλητικές δράσεις Άγιο Νικόλαο και Ιεράπετρα – Μεγάλη ανοιχτή εκδήλωση στη λίμνη του Αγίου Νικολάου

Το Παγκρήτιο Φεστιβάλ Ψυχικής Υγείας 2026 συνεχίζει το ταξίδι του στην Κρήτη, με **ένα διήμερο δράσεων στην Περιφερειακή Ενότητα Λασιθίου, στις 20 και 21 Οκτωβρίου**. Οι Μονάδες Ψυχικής Υγείας της περιοχής, σε συνεργασία με τοπικούς φορείς, συλλόγους και οργανώσεις, ενώνουν τις δυνάμεις τους, δίνοντας χώρο στη συμμετοχή, τη δημιουργική έκφραση και την επικοινωνία.

Την Τρίτη 20 Οκτωβρίου, βιωματικές και αθλητικές δράσεις θα πραγματοποιηθούν στους Δήμους Ιεράπετρας και Αγίου Νικολάου. **Την Τετάρτη 21 Οκτωβρίου, από τις 17:00 έως τις 21:00**, η λίμνη του Αγίου Νικολάου θα αποτελέσει το σημείο συνάντησης για την κεντρική εκδήλωση του Φεστιβάλ, με ένα πολυδιάστατο πρόγραμμα που απευθύνεται σε μικρούς και μεγάλους.

Το Φεστιβάλ διοργανώνεται από την 7η Υγειονομική Περιφέρεια Κρήτης, σε συνδιοργάνωση με την Περιφέρεια Κρήτης και με τη στήριξη των Δήμων Αγίου Νικολάου και Ιεράπετρας.

Στο επίκεντρο, οι άνθρωποι και οι εμπειρίες τους

Με οδηγό το μήνυμα της Παγκόσμιας Ημέρας Ψυχικής Υγείας 2026, «Οι βιωμένες εμπειρίες ακούγονται: Αληθινές φωνές, πραγματική αλλαγή» (*Lived Experiences Heard: Real Voices, Real Change*), το Φεστιβάλ αναδεικνύει την αξία της προσωπικής εμπειρίας και τη σημασία να ακούγεται ουσιαστικά η φωνή κάθε ανθρώπου.

Στόχος είναι να ενισχυθεί η ενημέρωση και η ευαισθητοποίηση γύρω από την ψυχική υγεία, να αναδειχθούν οι εμπειρίες των ίδιων των ανθρώπων και των οικογενειών τους και να ενθαρρυνθεί η ενεργός συμμετοχή τους στην κοινωνική ζωή, χωρίς αποκλεισμούς και προκαταλήψεις.

Μέσα από τη συνάντηση και τη συλλογική δράση, το Φεστιβάλ στέλνει ένα σαφές μήνυμα: η ψυχική υγεία αφορά ολόκληρη την κοινωνία και η αλλαγή ξεκινά όταν ακούμε, κατανοούμε και δίνουμε χώρο σε κάθε φωνή.

Η ψυχική υγεία αφορά όλους μας. Κάθε φωνή μετράει. Κάθε εμπειρία μπορεί να φέρει την αλλαγή.