

ΠΑΓΚΡΗΤΙΟ ΦΕΣΤΙΒΑΛ ΨΥΧΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ 2026

ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΚΗ ΕΝΟΤΗΤΑ ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ

19 – 23 Οκτωβρίου 2026

Πέντε ημέρες ενημέρωσης, δημιουργίας, βιωματικών και αθλητικών δράσεων. Κεντρική εκδήλωση στις 23 Οκτωβρίου και μουσικοχορευτική καντάδα «Η Στράτα του Ηρακλείου».

Το Παγκρήτιο Φεστιβάλ Ψυχικής Υγείας 2026 συνεχίζει την πορεία του στην Κρήτη, με επόμενο σταθμό το Ηράκλειο, όπου από τις **19 έως τις 23 Οκτωβρίου 2026** θα υλοποιηθεί ένα πολυδιάστατο πρόγραμμα εκδηλώσεων και δράσεων, με επίκεντρο την ψυχική υγεία, την ενημέρωση, την ευαισθητοποίηση και την ενεργό συμμετοχή των πολιτών.

Το Φεστιβάλ διοργανώνεται από την **7η Υγειονομική Περιφέρεια Κρήτης**, μέσω του Περιφερειακού Δικτύου Υπηρεσιών Ψυχικής Υγείας (Πε.Δ.Υ.Ψ.Υ.), σε συνδιοργάνωση με την Περιφέρεια Κρήτης και με τη στήριξη του Δήμου Ηρακλείου. Στη διοργάνωση συμμετέχουν Μονάδες Ψυχικής Υγείας, κοινωνικοί και επιστημονικοί φορείς, σύλλογοι, εκπαιδευτικές δομές και εθελοντές, συμβάλλοντας στην ανάδειξη της σημασίας της ψυχικής υγείας και στην προώθηση μιας κοινωνίας χωρίς αποκλεισμούς και προκαταλήψεις.

Από τις **19 έως τις 22 Οκτωβρίου**, σε διαφορετικά σημεία της πόλης, θα πραγματοποιηθούν βιωματικά και δημιουργικά εργαστήρια, δράσεις για παιδιά και εφήβους, ενημερωτικές παρεμβάσεις για την ψυχική υγεία, τη μνήμη και την άνοια, καθώς και δραστηριότητες που ενισχύουν την επικοινωνία, τη συνεργασία, την κοινωνική αλληλεπίδραση και τη συμπερίληψη.

Η κεντρική εκδήλωση του Φεστιβάλ θα πραγματοποιηθεί την Παρασκευή 23 Οκτωβρίου 2026, στις 09:00, στην αίθουσα «Μανόλης Καρέλλης» του Δήμου Ηρακλείου. Το πρόγραμμα θα περιλαμβάνει επιστημονικές ομιλίες, παρουσιάσεις δομών και υπηρεσιών ψυχικής υγείας, ανάδειξη καλών πρακτικών και προσωπικές μαρτυρίες, αναδεικνύοντας τη βιωμένη εμπειρία και δίνοντας βήμα στους ανθρώπους που έχουν άμεση ή έμμεση εμπειρία ζητημάτων ψυχικής υγείας.

Παράλληλα, η Λότζια, το Πολύκεντρο και η ευρύτερη περιοχή του Αγίου Τίτου θα αποτελέσουν σημεία συνάντησης και συμμετοχής, φιλοξενώντας ενημερωτικά περίπτερα, καλλιτεχνικά και βιωματικά εργαστήρια, μουσικοθεατρικά δρώμενα, εκθέσεις δημιουργιών και αθλητικές δραστηριότητες. Στις δράσεις θα συμμετάσχουν επαγγελματίες υγείας, ωφελούμενοι υπηρεσιών και δομών ψυχικής υγείας, μαθητές και πολίτες, αναδεικνύοντας τη δύναμη της συλλογικής προσπάθειας και της ενεργού κοινωνικής συμμετοχής.

Ξεχωριστή θέση στο πρόγραμμα της Παρασκευής 23 Οκτωβρίου κατέχει η μουσικοχορευτική καντάδα «Η Στράτα του Ηρακλείου – Η μουσική μάς ενώνει», με

ώρα έναρξης στις 18:00 και σημείο εκκίνησης τη Λότζια. Με κρητική μουσική και παραδοσιακούς χορούς, καθώς και με τη συμμετοχή της Βούλας Στρατάκη και του Χοροδιδασκαλείου «Στέλιος Καρλάκης», η εκδήλωση θα μεταφέρει στους δρόμους της πόλης ένα ισχυρό μήνυμα ενότητας, αποδοχής, αλληλεγγύης και κοινωνικής συνοχής.

Με κεντρική θεματική **«Ακούγοντας τις βιωμένες εμπειρίες: Αληθινές φωνές, ουσιαστική αλλαγή»**, το Παγκρήτιο Φεστιβάλ Ψυχικής Υγείας αναδεικνύει τη σημασία της προσωπικής εμπειρίας ως πολύτιμης πηγής γνώσης, την αξία της ουσιαστικής ακρόασης και την ανάγκη αντιμετώπισης του στίγματος και των προκαταλήψεων που εξακολουθούν να συνοδεύουν την ψυχική υγεία.

Μέσα από τη συνεργασία των υγειονομικών, κοινωνικών, επιστημονικών και εκπαιδευτικών φορέων, το Φεστιβάλ επιδιώκει να ενισχύσει τον δημόσιο διάλογο, να προωθήσει την ενημέρωση και την ευαισθητοποίηση και να συμβάλει στη διαμόρφωση ενός περιβάλλοντος όπου κάθε άνθρωπος θα μπορεί να εκφράζεται, να ακούγεται και να βρίσκει την υποστήριξη που χρειάζεται, χωρίς φόβο και αποκλεισμούς.

Η **7η Υγειονομική Περιφέρεια Κρήτης** προσκαλεί όλους τους πολίτες να συμμετάσχουν στις εκδηλώσεις του Φεστιβάλ και να συμβάλουν ενεργά στη διάδοση ενός κοινού μηνύματος:

Η ψυχική υγεία είναι υπόθεση όλων μας. Κάθε φωνή μετράει. Μαζί είμαστε πιο δυνατοί!