



8ο Φεστιβάλ Humanlinks

“Επιστροφή στην ουσία”

Επιστήμη Φιλοσοφία Πνευματικότητα

1 – 13 Οκτωβρίου 2026

Το 8ο Φεστιβάλ Humanlinks αποτελεί μια πολυήμερη, ανοιχτή δράση που συνδέει την τέχνη, την ψυχική υγεία και την κοινότητα, αναζητώντας τα σημεία όπου η επιστήμη, η φιλοσοφία και η πνευματικότητα συναντώνται στην ουσία τους.

Μέσα από εκθέσεις, ομιλίες και βιωματικά εργαστήρια, προσκαλεί το κοινό σε ενεργή συμμετοχή και σε μια βαθύτερη εξερεύνηση του εαυτού και των σχέσεών μας. Όλες οι δράσεις είναι ελεύθερες και δωρεάν.

Πέμπτη 1 Οκτωβρίου

Εγκαίνια του 8ου Φεστιβάλ Humanlinks παράλληλα με τα εγκαίνια της Έκθεσης φωτογραφίας με τίτλο “Cosmos”

Ώρες: 19:00 – 22:00

Χώρος φιλοξενίας: “Βρυσάκι”

Χώρος Τέχνης και Δράσης

Βρυσακίου 17, Πλάκα

1 - 6 Οκτωβρίου

Έκθεση φωτογραφίας με τίτλο “Cosmos”

Συντονισμός - Επιμέλεια: Αλεξάνδρα Γεωργίου, Γιάννης Χελιώτης,
Κωνσταντίνος Σταυρόπουλος

Ώρες: 11:00 – 22:00

Χώρος φιλοξενίας: “Βρυσάκι”

Χώρος Τέχνης και Δράσης

Βρυσακίου 17, Πλάκα



2, 3, 4 Οκτωβρίου:

Εικαστική έκθεση έργων μαθητών Δημοτικών Σχολείων με θέμα:
“Τι νομίζω πως χρειάζονται οι γονείς και οι δάσκαλοί μου σήμερα”

Ώρες: 11:00 - 14:00 / 17:00 - 19:00

Χώρος φιλοξενίας: Πολιτιστικό Κέντρο “Μελίνα”

Ηρακλειδών 66, Θησείο

5, 6, 7 Οκτωβρίου:

Παρουσίαση έργων του εργαστηρίου ζωγραφικής της ομάδας Humanlinks, ατόμων που έχουν δοκιμαστεί σε θέματα ψυχικής υγείας και της συντονίστριας Μαρίας Οικονόμου, εκπαιδευτικού / εικαστικού.

Ώρες: 11:00 - 14:00 / 17:00 - 20:00

Χώρος φιλοξενίας: MatchPoint

Αινιάνος Γεώργιου 1, Πλατεία Βικτωρίας

Εγκαίνια έκθεσης: Δευτέρα 5 Οκτωβρίου και ώρα 21:00.

Παρασκευή 2 Οκτωβρίου

“Η διαδικασία της συμφιλίωσης και η ενδυνάμωση της αλληλεγγύης”
Προβολή ταινίας μικρού μήκους 20' πάνω στο θέμα της συμφιλίωσης και
εργαστήρι με μοιράσματα κι εμπειρίες.

Συντονίζει: Η οργάνωση “Κόσμος Χωρίς Πολέμους και Βία”

Ώρες: 18:30 - 20:00

Χώρος φιλοξενίας: Χώρος τέχνης και θεραπείας -

“Humanlinks - Ανθρώπινοι Σύνδεσμοι”

Χατζηχρήστου 16 - Ακρόπολη / Μακρυγιάννη

Σάββατο 3 Οκτωβρίου

“Graffiti / Αστική Περιήγηση”

Περιήγηση στους δρόμους της Πλάκας, Μακρυγιάννη, Ακρόπολη

Σύνδεση τέχνης δρόμου και κοινωνικής πραγματικότητας

Συντονίζει η NGO - Graffiti in the City

Ώρες: 11:00 - 13:00

Σημείο συνάντησης: Μετρό Ακρόπολη, έξοδος Διονυσίου Αρεοπαγίτου



Σάββατο 3 Οκτωβρίου

Βιωματικό εργαστήριο:

“Μη Βίαιη Επικοινωνία: Άτομο, Οικογένεια, Σχέσεις, Κοινότητα”
Εισαγωγή στην θεωρία του Marshall Rosenberg, βιωματικές
ασκήσεις, χαλάρωση και ενσώματη εμπειρία.

Συντονίζουν: Λένα Κούτσικα, Μαρία Αγγέλου.

Ωρες: 18:00 - 21:30

Χώρος φιλοξενίας: “Βρυσάκι”, Χώρος Τέχνης και Δράσης.

Βρυσακίου 17, Πλάκα

Κυριακή 4 Οκτωβρίου

Εκδήλωση

“Ακούμε τη φωνή των παιδιών”

Παρουσίαση εικαστικών έργων και μηνυμάτων μαθητών, με
ομιλίες και ανοιχτή συζήτηση για τη σχολική κοινότητα.
Διαδραστικό εργαστήριο μαγειρικής από τον Γιώργο Ευγενειάδη
και τους Special Chef

Συντονίζει: Ιωάννα Χαραλαμπίδου

Ωρες: 11:00–14:00

Χώρος φιλοξενίας: Πολιτιστικό Κέντρο «Μελίνα»

Ηρακλειδών 66, Θησείο

“Βιωματικό εργαστήριο φωτογραφίας”

Συμμετέχουν άτομα σε κατάσταση αστεγίας, πρόσφυγες, άτομα
με θέματα ψυχικής υγείας και το ευρύ κοινό.

Συντονίζει: Αλεξάνδρα Γεωργίου

Ωρες: 18:00 - 20:00

Χώρος φιλοξενίας: “Βρυσάκι” Χώρος Τέχνης και Δράσης

Βρυσακίου 17, Πλάκα



Δευτέρα 5 Οκτωβρίου

“Εαυτός, Κοινότητα, Πόλη”

Εργαστήρι σχέσεων: Συμμετέχουν άτομα σε συνθήκες αστεγίας

Συντονίζουν: Μαρίνα Σαράκη, Νικολέτα Γιαννακοπούλου.

Ωρες: 11:00 - 14:00

Χώρος φιλοξενίας: “Σχεδία HOME”

Κολοκοτρώνη 56 & Νικίου 2

“Συνεξαρτώμενοι Ανώνυμοι”

Άτομα σε εξάρτηση από σχέσεις μοιράζονται εμπειρίες και τρόπους διαχείρισης του εαυτού και του άλλου.

Συντονίζει: Γιώργος Α.

Ωρες: 19:00 - 21:00

Χώρος φιλοξενίας: “little tree” books and coffee

Καβαλλότι 2, Ακρόπολη

Εγκαίνια έκθεσης έργων του εργαστηρίου ζωγραφικής της ομάδας Humanlinks, ατόμων που έχουν δοκιμαστεί σε θέματα ψυχικής υγείας και της συντονίστριας Μαρίας Οικονόμου, εκπαιδευτικού/ εικαστικού.

Ωρες 21:00 – 23:00

Χώρος φιλοξενίας: MatchPoint

Αινιάνος Γεώργιου 1, Πλατεία Βικτωρίας

Τρίτη 6 Οκτωβρίου

Κατασκευές / χειροτεχνία / vegan πικ νικ

Ωρες: 11:00 - 14:00

Παλιό αναψυκτήριο - κτήριο Πικιώνη

Σημείο συνάντησης: Προαύλιο Ιερού Ναού Αγίου Δημητρίου Λουμπαρδιάρη

Συντονίζει: Διόνη Σαραντινού

Αξίες Ζωής: “Βιώνοντας τη θεραπευτική δύναμη των Αξιών Ζωής”

Το εργαστήρι περιλαμβάνει: Τι είναι οι Αξίες Ζωής; Το Μοντέλο της Diane Tillman. Βιωματικές ασκήσεις. Διαλογισμός / Ενσυνειδητότητα (Mindfulness).

Συντονίζουν: Peter Williams και Ιωάννα Βασιλειάδου.

(Αγγλόφωνο εργαστήρι με αυτόματη μετάφραση)

Ωρες: 18:00 – 21:00

Χώρος φιλοξενίας: “Βρυσάκι” Χώρος Τέχνης και Δράσης

Βρυσακίου 17, Πλάκα



Τετάρτη 7 Οκτωβρίου

“Ακούω την καρδιά μου”

Εργαστήριο αυτοφροντίδας, σύνδεσης της ψυχικής υγείας και ευεξίας με την καρδιά

Συντονίζει: Ανθούλα Πλευριτάκη, Καρδιολόγος

Ωρες: 12:00 - 14:00

Χώρος φιλοξενίας: Χώρος τέχνης και θεραπείας - “Humanlinks - Ανθρώπινοι
Σύνδεσμοι”

Χατζηχρήστου 16 - Ακρόπολη / Μακρυγιάννη

“Νιώθω το σώμα μου: “Ακούω την ψυχή μου”

Εργαστήριο διερεύνησης μέσω του Διαλογισμού και του mindfulness της σχέσης με
το σώμα, το νου και τον βαθύτερο εαυτό.

Συντονίζει: Μαρία Παγκάλου

Ωρα: 18:00 – 19:00

Χώρος φιλοξενίας: Χώρος τέχνης και θεραπείας - “Humanlinks - Ανθρώπινοι
Σύνδεσμοι”

Χατζηχρήστου 16 - Ακρόπολη / Μακρυγιάννη

Πέμπτη 8 Οκτωβρίου

«Η τέχνη ως τόπος συνάντησης, έκφρασης και μεταμόρφωσης»

Επίσκεψη σε τρέχουσα έκθεση του Εθνικού Μουσείου Σύγχρονης Τέχνης και
βιωματική προσέγγιση της θεραπευτικής και μεταμορφωτικής δύναμης της τέχνης.

Συνοδεύει η Τίνα Πανδή, επιμελήτρια της έκθεσης.

Ωρα: 11:00–12:00

Χώρος φιλοξενίας: Εθνικό Μουσείο Σύγχρονης Τέχνης (ΕΜΣΤ)

Λεωφ. Καλλιρρόης και Αμβροσίου Φραντζή

“Καθρεφτίζοντας την ουσία της ύπαρξής μου”

Εργαστήριο εικαστικής έκφρασης με ειδικές θεματικές και διαλογιστική εμπειρία
μέσα από την τέχνη. Συμμετέχουν άτομα σε κατάσταση αστεγίας, πρόσφυγες και
άτομα με θέματα ψυχικής υγείας.

Συντονίζουν: Μαρία Οικονόμου - Γιώργος Κράλλης

Επιμελητής Τέχνης: Βύρωνας Βαφειάδης

Ωρες: 18:00 – 21:00

Χώρος φιλοξενίας: MatchPoint

Αινιάνος Γεώργιου 1, Πλατεία Βικτωρίας



Παρασκευή 9 Οκτωβρίου

“Γνωριμία με την Πόλη”

Καφές, ροφήματα, σνακς, γνωριμίες, χαλάρωση.

Συμμετέχουν άτομα που δοκιμάστηκαν - δοκιμάζονται σε θέματα ψυχικής υγείας
και αστεγίας

Ωρες: 11:00 - 14:00

Ιστορικό Κέντρο. Σημείο Συνάντησης: Μοναστηράκι

Παραστατικές τέχνες

Performance

Τίτλος: “MORE THAN ONE”

Ερμηνεύει: Εύα Θεολόγη

Ερμηνεία / ανάγνωση μονολόγου

Τίτλος: “Δίψα για αγάπη”

Κείμενο: Χρήστος Κ, φιλοξενούμενος στο Πολυδύναμο Κέντρο Αστεγών του Δήμου
Αθηναίων

Ερμηνεύει: Γιώργος Κράλλης

Συμμετέχει: Μαρίνα Σαράκη

Παράσταση Χορού

Τίτλος: “ΠΕ32 - ΘΥΤΑ”

Ομάδα σύγχρονου τσίρκο “Ex Statera”

Χώρος φιλοξενίας: “Χώρος Τεχνών Κ4”

Βέικου 28, Κουκάκι

Ωρες: 20:00 - 22:00

Σάββατο 10 Οκτωβρίου

“Μεσογειακή χλωρίδα - Μύθοι και πραγματικότητα”.

“Πρωινάδικη” περιήγηση με την Άνκα Αρβανιτίδη.

Ωρα: 11:00 - 12:30

Λόφος Φιλοπάππου

Σημείο συνάντησης: Προαύλιο Ιερού Ναού Αγίου Δημητρίου Λουμπαρδιάρη

“Η Μη Κατευθυντικότητα ως ζωτικός χώρος για την ανάδυση των αυθεντικών
επιθυμιών” Σύμφωνα με την θεωρία της Παρεμβαίνουσας Μη Κατευθυντικότητας
του Michel Lobrot

Συντονίζουν: Καίτη Κανακάκη, Ελένη Παναγιωτακοπούλου, Ιωάννα Χαραλαμπίδου

Ωρες: 17:00 - 20:00

Χώρος φιλοξενίας: ΙΩΝΙΚΟ Κέντρο Πολιτισμού

Λυσίου 11, Πλάκα



Κυριακή 11 Οκτωβρίου

Ημερίδα: «Επιστροφή στην ουσία»
Επιστήμη – Πνευματικότητα – Φιλοσοφία

Ομιλητές:

- Μάριος Μπέγζος – Ομότιμος Καθηγητής Φιλοσοφίας ΕΚΠΑ

Τίτλος: «Εξουσία, περιουσία, συνουσία: ποια είναι η ουσία της ζωής μας;»

- Δρ. Ανδρέας Αλεξόπουλος – Μεταδιδακτορικός Ερευνητής Τμήματος Θεολογίας ΕΚΠΑ

Τίτλος: «Στα όρια του δαιμονικού και του θεϊκού, η πάλη της πίστης μέσα από τη βίωση του τραύματος»

- Δρ. Γιώργος Τζεφεράκος – Ψυχίατρος, Διδάκτωρ Ψυχιατροδικαστικής ΕΚΠΑ & Επιστημονικός Διευθυντής Ψυχιατρικής Κλινικής “Η Παναγία η Γρηγορούσα”, “Γραμματέας του Κλάδου Ψυχιατρικής, Νόμου και Δεοντολογίας της Παγκόσμιας Ψυχιατρικής Εταιρείας”

Τίτλος: “Μύθοι από το χθες, οδηγοί του σήμερα”

- Αρχιμανδρίτης Δρ Σεραφείμ Σιγιάννης – Υποψήφιος Διδάκτορας της Νομικής Σχολής του ΕΚΠΑ, Θρησκευτικές / Εθνικές μειονότητες και ανθρώπινα δικαιώματα, Θεολόγος, Νομικός LL.M

Τίτλος: «Η επιστροφή στην Ιθάκη, ως βίωμα και ως καθήκον»

Συντονίζουν: Δρ. Γιώργος Αναστασόπουλος, Σταυρούλα Διαμαντή – Κοινωνική Ψυχολόγος / Κοινωνική Επιστήμων

Ωρα: 11:00 – 14:00

Χώρος Φιλοξενίας: Ιωνικό Κέντρο Πολιτισμού (Λυσίου 11, Πλάκα)

Συνάντηση ομάδας Αλκοολικών Ανωνύμων - Ανοιχτή προς το κοινό
“Αλκοολικοί Ανώνυμοι: το θαύμα της ανάρρωσης”

Άτομα και συγγενείς που έχουν δοκιμαστεί σε θέματα αλκοολισμού μοιράζονται εμπειρία, δύναμη και ελπίδα

Συντονίζει μέλος των ΑΑ

Ώρες: 18:00 - 20:00

Χώρος φιλοξενίας: Cafe “Ρίζα Ρίζα”

Δράκου 19, Κουκάκι

Alcohol-Free / Sober Party / Humanlinks

DJ: Γιώργος Αναστασόπουλος, Σταυρούλα Διαμαντή.

20:00 - 22:00



Δευτέρα 12 Οκτωβρίου

“Η Σχέση αναρρώνει”

Ζευγάρια σε ειδικό Πρόγραμμα Ανάρρωσης Ανωνύμων, 12 βημάτων, μοιράζονται την εμπειρία τους και τον τρόπο διαχείρισης της σχέσης τους.

Συντονίζουν: Άντα Φ., Βασίλης Κ.

Ωρα: 18:00 - 19:30

Χώρος φιλοξενίας: “little tree” books and coffee

Καβαλλότι 2, Ακρόπολη

Τρίτη 13 Οκτωβρίου

“Στέγη, δρόμος, γειτονιά: εστίες συγκατοίκησης και κοινότητα”

Ανοιχτή εκδήλωση

Ωρα: 19:00 - 20:30

Συντονίζει: Μαλάμω Μπουμπουγιάννη

Χώρος φιλοξενίας: Χώρος τέχνης και θεραπείας - “humanlinks -

Ανθρώπινοι Σύνδεσμοι”

Χατζηχρήστου 16 - Ακρόπολη / Μακρυγιάννη

ΥΠΟΣΤΗΡΙΚΤΕΣ ΤΟΥ ΦΕΣΤΙΒΑΛ

Οικογένεια Περικλή Νικολόπουλου και Αναστασίας Κοντοσταθάκου