



**CITYLAB 2022**

**ΥΠΝΟΣ**

### ΔΕΛΤΙΟ ΤΥΠΟΥ

Το Πανεπιστήμιο Δυτικής Αττικής και η Αστική Μη Κερδοσκοπική Εταιρεία CITYLAB ([www.citylab.edu.gr](http://www.citylab.edu.gr)) σε συνεργασία με το Μορφωτικό Ίδρυμα Δήμου Αθηναίων (Μ.Ι.Δ.Α.), τον Σύλλογο των Αθηναίων, το Πάντειο Πανεπιστήμιο, το Εργαστήριο Χώρου-Αισθητικής-Αειφορίας της Σχολής Εφαρμοσμένων Τεχνών και Πολιτισμού του Πανεπιστημίου Δυτικής Αττικής, το CRISIS Lab Εργαστήριο Στρατηγικού Σχεδιασμού και Διεπιστημονικής Κριτικής του Τμήματος Αρχιτεκτόνων Μηχανικών Πανεπιστημίου Ιωαννίνων, το Μουσείο Ιατρικής Κρήτης της Ιατρικής Σχολής του Πανεπιστημίου Κρήτης, την ΑΜΚΕ ΟΝΕΙΡΟΥΣ και με την υποστήριξη των εκδόσεων ΕΥΡΑΣΙΑ, του Συνδέσμου Επιστημόνων Πανεπιστημίων Ιταλίας (ΣΕΠΙ) και του Συλλόγου Αρχιτεκτόνων Διπλωματούχων Ανωτάτων Σχολών – Πανελλήνια Ένωση Αρχιτεκτόνων (ΣΑΔΑΣ-ΠΕΑ),

οργανώνουν επτάημερο πλέγμα αλληλένδετων δράσεων για την πολιτιστική και κοινωνική σημασία του ύπνου.

**CITYLAB • 2022 • ΥΠΝΟΣ**

### **WORKSHOP**

**3-6 Οκτωβρίου 2022, Πανεπιστήμιο Δυτικής Αττικής**

Τετραήμερο Διαθεματικό, Διεπιστημονικό και Διαπανεπιστημιακό Εργαστήριο με αντικείμενο τη διατύπωση καινοτόμων προτάσεων χωρικής και χρονικής διαχείρισης του ύπνου.

### **ΣΥΜΠΟΣΙΟ**

**7-9 Οκτωβρίου 2022, Αμφιθέατρο Μουσείου Μπενάκη, Πειραιώς 138**

Τριήμερο Επιστημονικό Συμπόσιο με διακεκριμένους ομιλητές από τα πεδία της Ιατρικής, της Αρχιτεκτονικής, της Τέχνης, της Κοινωνιολογίας, της Φιλοσοφίας, της Ψυχολογίας, του Αθλητισμού κ.ά. Στα Citylab είθισται να πραγματοποιούνται θεματικά αφιερώματα για σημαντικά πρόσωπα των τεχνών και των επιστημών, τα οποία έχουν συμβάλει στην προώθηση της θεωρητικής σκέψης, την ανάπτυξη του κριτικού λόγου ή/και την εξέλιξη της αρχιτεκτονικής πράξης στην Ελλάδα. Με ιδιαίτερη χαρά ανακοινώνουμε πως στο φετινό αφιέρωμα θα τιμηθεί ο αρχιτέκτονας Δημήτρης

Φιλίππιδης, για το πλούσιο και σημαντικό διδακτικό, συγγραφικό και καλλιτεχνικό έργο του. Το θεματικό αφιέρωμα θα πραγματοποιηθεί το Σάββατο 8 Οκτωβρίου 2022, 19:30 με 21:30.

**(η ΕΙΣΟΔΟΣ στο Συμπόσιο είναι ΕΛΕΥΘΕΡΗ στο κοινό, τηρουμένων των μέτρων προστασίας της δημόσιας υγείας από τον κίνδυνο περαιτέρω διασποράς του κορωνοϊού COVID-19).**

### Θεματική

Στον πυρήνα της πρότασης βρίσκεται ο εντοπισμός/ανάπτυξη των στοιχείων αειφορίας, βιώσιμης ανάπτυξης και ευζωίας που επαναπροσδιορίζουν τη σχέση ΥΠΝΟΥ, ΧΩΡΟΥ και ΧΡΟΝΟΥ στις τέχνες και τις επιστήμες.

Σε μια περίοδο, όπου ο καθημερινός φόβος επισκιάζει το μέλλον του πολιτισμού μας και καταρρακώνει ψυχολογικά έναν πλανήτη που πασχίζει να ανασυντάξει τις δυνάμεις του μετά από τη σαρωτική επέλαση της πανδημίας και του πολέμου, ο ύπνος φαίνεται πως ταυτίζεται περισσότερο με την αδράνεια, την απάθεια, τη νάρκωση και την αδυναμία αντίδρασης της κοινωνίας. Αν, ωστόσο, υιοθετήσουμε μια περισσότερο στοχαστική στάση, ξεπερνώντας τον θυμό και την αναστάτωση που προκαλούν τα φαινόμενα των καιρών, ενδεχομένως να καταφέρουμε να εστιάσουμε στη διατύπωση ορισμένων καίριων ερωτημάτων που θα μας βοηθήσουν να προσεγγίσουμε τον ύπνο σφαιρικά, ως έννοια τόσο επίκαιρη όσο και άχρονη, τόσο οικεία και συγχρόνως τόσο άγνωστη.

Είναι ο ύπνος χαμένος χρόνος; Αποτελεί ο ύπνος ένα εργαλείο αποκατάστασης της παραγωγικής δύναμης ή μια αναγκαία απόσταση του ανθρώπου από το φορτίο της κανονικότητας της πραγματικότητας; Πώς βελτιστοποιείται το ενεργειακό αποτύπωμα των ανθρώπινων πράξεων μέσω της ευνοϊκότερης κατανομής του χρόνου του ύπνου και της σχέσης του με την αναπαραγωγή της εργασιακής δύναμης; Ποια είναι η σχέση μεταξύ ύπνου και απραξίας; Επηρεάζει ο χώρος, ο τόπος και το κλίμα τον ύπνο; Έχουν σημασία οι χρόνοι του ύπνου (μεσημέρι-βράδυ); Γιατί τα όνειρα εμφανίζονται μονάχα στον ύπνο; Οι εφιάλτες; Έχει θεραπευτικές ιδιότητες ο ύπνος; Ποιες είναι οι σωματικές απαιτήσεις του ύπνου; Πώς ρυθμίζεται ο ύπνος και η αποδοτικότητά του; Υπάρχει ιδανικός ύπνος; Πόσο σημαντική είναι η «αρχιτεκτονική του ύπνου» με τη διττή έννοια του όρου; Ποιος είναι ο ρόλος του ύπνου στη σχέση ανθρώπου-περιβάλλοντος; Πώς επιδρά ο ύπνος στον φιλοσοφικό αναστοχασμό; Ποια είναι η σχέση μεταξύ ύπνου και θρησκείας, ύπνου και πολιτικής, ύπνου και τέχνης; Έχει χωρική διάσταση ο ύπνος; Είναι η σύγχρονη πόλη και η αρχιτεκτονική της φιλικές προς τον ύπνο; Ποια αντικείμενα σχετίζονται με τον ύπνο;

Στο 9<sup>ο</sup> πανελλήνιο Συμπόσιο - Εργαστήριο Citylab 2022 θα διερευνηθεί η έννοια του ύπνου ως βιολογική ανάγκη, αλλά και ως καταστατική συνθήκη της ατομικής και κοινωνικής καθημερινότητας του σύγχρονου τρόπου ζωής. Στην αφετηρία αυτής της πορείας συναντούμε σχέσεις και γεφυρώσεις που συγκροτούν ελκυστικά πεδία αναζήτησης, όπως ύπνος και ευζωία, ύπνος και αισθήσεις, ύπνος και ίαση, ύπνος και εγρήγορση, ύπνος και φιλοξενία, ύπνος και θάνατος, ύπνος και ασυνείδητο, ύπνος και όνειρο, ύπνος και ψευδαίσθηση, ύπνος και ρυθμός, ύπνος και περιβάλλον, ύπνος και θεραπεία, αϋπνία και αγρύπνια.

### Φορείς που συμμετέχουν στην πρόταση

Συντονιστής / Διοργανωτής: Πανεπιστήμιο Δυτικής Αττικής και Αστική Μη κερδοσκοπική Εταιρεία CITYLAB ([www.citylab.edu.gr](http://www.citylab.edu.gr)).

Συνδιοργανωτές: Μορφωτικό Ίδρυμα Δήμου Αθηναίων (Μ.Ι.Δ.Α.), Σύλλογος των Αθηναίων, Πάντειο Πανεπιστήμιο, Εργαστήριο Χώρου-Αισθητικής-Αειφορίας της Σχολής Εφαρμοσμένων Τεχνών και Πολιτισμού του Πανεπιστημίου Δυτικής Αττικής, CRISiS Lab Εργαστήριο Στρατηγικού Σχεδιασμού και Διεπιστημονικής Κριτικής του Τμήματος Αρχιτεκτόνων Μηχανικών Πανεπιστημίου Ιωαννίνων, Μουσείο Ιατρικής Κρήτης της Ιατρικής Σχολής του Πανεπιστημίου Κρήτης, ΑΜΚΕ ΟΝΕΙΡΟΥΣ.

Υποστηρικτές: Εκδόσεις ΕΥΡΑΣΙΑ, Σύνδεσμος Επιστημόνων Πανεπιστημίων Ιταλίας (ΣΕΠΙ), Σύλλογος Αρχιτεκτόνων Διπλωματούχων Ανωτάτων Σχολών – Πανελλήνια Ένωση Αρχιτεκτόνων (ΣΑΔΑΣ-ΠΕΑ).

Χορηγοί: COCO-MAT, MAGNIFLEX, BIO-ONCOLOGY CARE, ΕΠΙΚΥΚΛΟΣ

Η ΑΜΚΕ CITYLAB ([www.citylab.edu.gr](http://www.citylab.edu.gr)) αποτελεί μια πρωτοβουλία παραγωγής διαλεκτικής γνώσης μέσω της δημιουργίας ενός διεπιστημονικού διαύλου επικοινωνίας και συλλογικότητας για τα ζητήματα της αρχιτεκτονικής και της τέχνης. Σήμερα, οι πρωτοβουλίες του Citylab συμπεριλαμβάνονται στις ανώτερες ελληνικές πολιτισμικές δράσεις και χαίρουν μεγάλης εκτίμησης ανάμεσα στα μέλη της καλλιτεχνικής και επιστημονικής κοινότητας. Η ΑΜΚΕ CITYLAB απαρτίζεται από μια ομάδα προσώπων από διαφορετικά επιστημονικά πεδία, με κοινό σκοπό τη διεξαγωγή πολιτιστικών δράσεων εκπαιδευτικού και ερευνητικού χαρακτήρα. Από το 2014, διοργανώνει συστηματικά Εκθέσεις και Συμπόσια-Εργαστήρια σχεδιασμού για αρχιτέκτονες, καλλιτέχνες και φοιτητές Σχολών Αρχιτεκτονικής και Καλών Τεχνών. Η ΑΜΚΕ CITYLAB έχει αναπτύξει μια πειραματική μεθοδολογία έρευνας και σχεδιασμού, η οποία συνδυάζει τη θεωρητική προσέγγιση διαφορετικών γνωστικών πεδίων με την εμπειρική εφαρμογή σε στοχευμένες περιπτώσεις. Περισσότεροι από 160 ανεξάρτητοι δημιουργοί και καθηγητές πανεπιστημιακών ιδρυμάτων έχουν παραστεί ως ομιλητές και διδάσκοντες ενώ περισσότεροι από 650 συμμετέχοντες εργαστηρίων έχουν βιώσει την εμπειρία των διοργανώσεων CITYLAB, οι οποίες διανθίζονται από θεατρικές παραστάσεις, μουσικές και καλλιτεχνικές εκδηλώσεις. Οι διοργανώσεις της ΑΜΚΕ CITYLAB είναι ανοικτές στο κοινό και αγκαλιάζονται σταθερά από ιδιαίτερα μεγάλο αριθμό επισκεπτών. Η ΑΜΚΕ CITYLAB έχει συνεργαστεί με δημόσιους φορείς και πανεπιστημιακές σχολές (Ελληνικό Ινστιτούτο Αρχιτεκτονικής, Δήμο Πατρέων, Δήμο Αθηναίων, ΔΗΠΕΘΕ Πάτρας, Τμήμα Αρχιτεκτόνων Πανεπιστημίου Πατρών, Ανωτάτη Σχολή Καλών Τεχνών, Πανεπιστήμιο Δυτικής Αττικής, Εταιρεία Ανάπτυξης και Τουριστικής Προβολής Αθηνών, Τσεχικό Κέντρο Πολιτισμού Αθηνών, Σύλλογο Αρχιτεκτόνων Διπλωματούχων Ανωτάτων Σχολών – Πανελλήνια Ένωση Αρχιτεκτόνων ΣΑΔΑΣ-ΠΕΑ, Πράσινο Ταμείο, Πρεσβείες της Γερμανίας, της Ελβετίας, της Ουγγαρίας, της Πολωνίας, της Σλοβακίας και της Τσεχίας κ.ά.) τόσο αυτόνομα όσο και στο πλαίσιο ευρωπαϊκών χρηματοδοτικών προγραμμάτων, όπως το ROCK [Regeneration and Optimisation of Cultural Heritage in Creative and Knowledge Cities / Horizon 2020 Innovative Action (SC5-21 Cultural Heritage as a Driver for Sustainable Growth, 2017-19)]. Στις διοργανώσεις της CITYLAB έχουν τιμηθεί σημαντικές προσωπικότητες της αρχιτεκτονικής για την προσφορά τους στον πολιτισμό (Δημήτρης Φατούρος, Αλέξανδρος Τομπάζης, Δημήτρης & Σουζάνα Αντωνακάκη, Τάσος Μπίρης, Αναστάσιος Μ. Κωτσιόπουλος).

### Χώρος διεξαγωγής Εργαστηρίου

- Εγκαταστάσεις Πανεπιστημίου Δυτικής Αττικής  
**3, 4, 5, 6 Οκτωβρίου 2022**

### Χώρος διεξαγωγής Συνεδρίου

- Μουσείο Μπενάκη (Πειραιώς 138, Αθήνα)  
**7, 8, 9 Οκτωβρίου 2022**

Η Οργανωτική Επιτροπή:

- *Ηλίας Αθανασιάδης*, Ογκολόγος-Παθολόγος, Πρόεδρος του MdcON, Διευθυντής Ογκολογικής Κλινικής ΜΗΤΕΡΑ-ΥΓΕΙΑ.
- *Σταύρος Αλιφραγκής*, Συνεργαζόμενο Εκπαιδευτικό Προσωπικό ΕΑΠ, Επιμέλεια συμποσίων-εργαστηρίων Citylab.
- *Σωκράτης Γιαννούδης*, Αναπληρωτής Καθηγητής Πανεπιστημίου Δυτικής Αττικής, Επιστημονικός συνεργάτης Citylab.
- *Νίκος Κουρνιατής*, Αναπληρωτής Καθηγητής Πανεπιστημίου Δυτικής Αττικής, Επιστημονικός συνεργάτης Citylab.
- *Ιωάννης Μπουκοβίνας*, Επιστημονικός υπεύθυνος του Ογκολογικού Τμήματος Βιοκλινικής Θεσσαλονίκης και τέως Πρόεδρος ΕΟΠΕ.
- *Κώστας Μωραΐτης*, Ομότιμος Καθηγητής ΕΜΠ.
- *Γεώργιος Ξηροπαΐδης*, Καθηγητής Παντείου Πανεπιστημίου, Επιστημονικός συνεργάτης Citylab.
- *Παναγιώτης Πάγκαλος*, Αναπληρωτής Καθηγητής Πανεπιστημίου Δυτικής Αττικής, Πρόεδρος και επιστημονικός υπεύθυνος Citylab.
- *Ελευθέριος Σκιαδάς*, Πρόεδρος ΔΣ Δήμου Αθηναίων, Πρόεδρος Μορφωτικού Ιδρύματος Δήμου Αθηναίων (Μ.Ι.Δ.Α.), Πρόεδρος του Συλλόγου των Αθηναίων.



ΣΥΝΔΙΟΡΓΑΝΩΣΗ

**ΜΙΔΑ**  
ΜΟΡΦΩΤΙΚΟ ΙΔΡΥΜΑ  
ΔΗΜΟΥ ΑΘΗΝΑΙΩΝ



**CRISIS**  
ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ ΣΤΡΑΤΗΓΙΑΣ ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΟΥ ΚΑΙ  
ΑΝΘΡΩΠΙΝΗΣ ΣΤΑΣΗΣ



ΥΠΟΣΤΗΡΙΚΤΕΣ

**EURASIA**  
PUBLICATIONS



ΧΟΡΗΓΟΙ

**COCO-MAT**  
sleep on nature



SLEEP IS LIFE'S GREATEST PLEASURE.

**ΕΠ'ΚΥΚΛΑ•Σ**  
ΤΕΧΝΙΚΗ ΚΑΤΑΣΚΕΥΑΣΤΙΚΗ