



ΠΡΟΣΚΛΗΣΗ ΕΚΔΗΛΩΣΗΣ ΕΝΔΙΑΦΕΡΟΝΤΟΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ

«Η Ζωή Ανάμεσα»

Διαδικτυακή Συνάντηση για την Τέχνη και την Πρόληψη

Τετάρτη 26 & Πέμπτη 27 Μαΐου 2021

Ολοκληρώνοντας ένα μεγάλο κύκλο διαδικτυακής λειτουργίας το Κέντρο Πρόληψης των Εξαρτήσεων και Προαγωγής της Ψυχοκοινωνικής Υγείας Π.Ε. Λάρισας – Ο.ΚΑ.ΝΑ και το Εργαστήρι Ζωής οργανώνουν μία **διήμερη διαδικτυακή συνάντηση** με σκοπό να συγκεντρώσουν τη σημαντική εμπειρία μίας ιδιότυπης χρονιάς, να δημιουργήσουν μία ευκαιρία για μοίρασμα σημαντικών συμπερασμάτων και να φωτίσουν νέους μελλοντικούς δρόμους συμπόρευσης.

Την Τετάρτη 26 Μαΐου 2021 (από τις 10:00 έως τις 14:30) η ομάδα του Κέντρου Πρόληψης και η εκπαιδευτική ομάδα του Εργαστηρίου Ζωής συναντιούνται με στελέχη άλλων Κέντρων και φορέων Πρόληψης με σκοπό να βιώσουν και να εξελίσουν μεθόδους με τις οποίες δουλεύουν με τις ομάδες μέσα από το διαδίκτυο, επαναπροσδιορίζοντας τον ρόλο τους.

Την Πέμπτη 27 Μαΐου 2021 καλούμε το ευρύ κοινό να συνδεθεί μαζί μας και να μοιραστεί την εμπειρία των ομάδων των εργαστηρίων γύρω από τη θεματική «Ανάμεσα». Την ξεχωριστή αυτή συνάντηση τιμά με την παρουσία του ο Γιώργος Μ. Γουρνάς, Διδάκτωρ Ψυχιατρικής/Θεραπευτής Ομάδας και Οικογένειας/Συνεργάτης του Αθηναϊκού Κέντρου Μελέτης του Ανθρώπου, με την ομιλία του **«Ανάμεσα: Η δύναμη των ... συν-κινήσεων»**.

Για την ομαλή οργάνωση των εργαστηρίων, σας προσκαλούμε να δηλώσετε τη συμμετοχή σας το αργότερο μέχρι την Παρασκευή 21 Μαΐου, στο παρακάτω link:

<https://forms.gle/DpWcQKN6bE9uZnty8> επιλέγοντας μέχρι δύο θεματικά εργαστήρια (ένα από κάθε κύκλο εργαστηρίων).

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΕΚΔΗΛΩΣΗΣ

ΤΕΤΑΡΤΗ 26 Μαΐου 2021

- 09:30 – 10:00 Καλωσόρισμα – Παρουσίαση του Προγράμματος - Συζήτηση
- 10:00 - 12:00 Α ΚΥΚΛΟΣ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΩΝ
1. Λογοτεχνίας
 2. Σωματικής Έκφρασης-Χορού
- 12:00 - 14:00 Β ΚΥΚΛΟΣ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΩΝ
3. Ιστορίας-Πολιτισμού
 4. Θεάτρου
 5. Εικαστικών
- 14:00 – 14:30 Κλείσιμο ημέρας – Ανατροφοδότηση

ΠΕΜΠΤΗ 27 Μαΐου 2021

- 18:00 – 18:30 Καλωσόρισμα – Χαιρετισμούς – Παρουσίαση του Προγράμματος
- 18:30 – 19:00 Διαδικτυακό Εργαστήρι Ζωής – Εμπειρίες μελών ομάδων
- 19:00 – 19:10 Προβολή βίντεο: «ΑΝΑ(ΜΕ)ΣΑ»
Δημιουργία των μελών του Εργαστηρίου Ζωής
- 19:10 – 19:30 Ομιλία: «Ανάμεσα: Η δύναμη των ... συν-κινήσεων»
Γιώργος Μ. Γουρνάς, Διδάκτωρ Ψυχιατρικής/Θεραπευτής Ομάδας και Οικογένειας/Συνεργάτης του Αθηναϊκού Κέντρου Μελέτης του Ανθρώπου
- 19:30 – 20:00 Συζήτηση
- 20:00 Κλείσιμο εκδήλωσης

ΠΡΟΤΕΙΝΟΜΕΝΑ ΔΙΑΔΙΚΤΥΑΚΑ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑ

Λίγα λόγια από τους συντονιστές και τις συντονίστριες των εργαστηρίων

1. Διαδικτυακό εργαστήριο Λογοτεχνίας

«Εκφραζόμαστε μέσα από τις σελίδες του ανάμεσα στο Μέσα και το Έξω»

Το εργαστήριο Λογοτεχνίας αποτελεί το πεδίο έκφρασης και το σημείο συνάντησης του Εργαστηρίου Ζωής των ανθρώπων που αγαπούν τον έντεχνο λόγο. Το κοινό μας ενδιαφέρον για τη Λογοτεχνία είναι η αφορμή να μοιραστούμε τις σκέψεις μας και τα συναισθήματά μας, να στοχαστούμε και να εκφραστούμε με όχημα την Τέχνη του Λόγου. Και κάπου εκεί η Τέχνη συναντά την Πρόληψη δίνοντάς μας την ευκαιρία να επικοινωνήσουμε, να συνδεθούμε και να βρούμε τον δικό μας χώρο μέσα στο κοινό βίωμα που μάς προσφέρει το λογοτεχνικό κείμενο.

Αυτή τη χρονιά οι πολυκύμαντες διαστάσεις του «Ανάμεσα» συνδέουν τα εργαστήρια του Εργαστηρίου Ζωής. Στα πολλά «Ανάμεσα» του κοινού παρόντος, των έντονων αντιθέσεων και των μεταβάσεων σε προσωπικό και συλλογικό επίπεδο, το εργαστήριο Λογοτεχνίας μάς δίνει την ευκαιρία να στοχαστούμε πάνω στις πτυχές της εναλλαγής ανάμεσα στο «μέσα» και το «έξω».

Απαραίτητη προϋπόθεση για τη συμμετοχή σας, το ενδιαφέρον σας για τη Λογοτεχνία και η διάθεση για μοίρασμα, επικοινωνία, σύνδεση.

Αριθμός συμμετοχών: 8 έως 12 άτομα

Οι συντονίστριες του εργαστηρίου Λογοτεχνίας:

Μπάρδα Έλενα (PhD Κοινωνιολόγος)

Μπισμπιγιάννη Μαρία (Med Φιλολόγος – Εκπαιδεύτρια Ενηλίκων)

2. Διαδικτυακό εργαστήριο Σωματικής Έκφρασης-Χορού

«Ανακαλύπτοντας τις σχέσεις ανάμεσά μας»

Το εργαστήριο αυτό εξερευνά τις ανθρώπινες σχέσεις με αφορμή τη λέξη «Ανάμεσα» και όλες τις ιδέες που αυτή η λέξη φέρνει μαζί της. Σε αυτή την αναζήτηση αξιοποιούμε την ομαδική διεργασία και τη σωματική έκφραση. Οι συμμετέχοντες θα έχουν την ευκαιρία να ενεργοποιήσουν το σώμα τους και να εκφραστούν μέσα από την κίνηση. Για αυτό καλό θα ήταν να επιλέξουν να συνδεθούν από ένα άνετο χώρο που να τους προσφέρει συναισθηματική ασφάλεια, να έχουν κοντά τους ένα

μπουκάλι νερό, όπως επίσης να φορέσουν άνετα ρούχα και κυρίως την καλύτερη διάθεσή τους!

Ευχαριστούμε, σας περιμένουμε!

Αριθμός συμμετοχών: 8 έως 12 άτομα

Οι συντονίστριες του εργαστηρίου Σωματικής Έκφρασης-Χορού:

Μακρυδάκη Βάσια (Ψυχολόγος)

Μπουνίτση Δέσποινα (Χορογράφος, Θεατρολόγος)

3. Διαδικτυακό εργαστήριο Ιστορίας – Πολιτισμού

«Ας συν-διερευνήσουμε το ανάμεσα στο Σχετικό και το Απόλυτο»

Στο εργαστήριο Ιστορίας-Πολιτισμού του Εργαστηρίου Ζωής τα μέλη των ομάδων μας έχουν τη δυνατότητα να επικοινωνήσουν και να αλληλεπιδράσουν με αφορμή τα διαχρονικά ή τα επίκαιρα φαινόμενα, τα ιστορικά γεγονότα, την ανθρώπινη συμπεριφορά στο πολιτισμικό της πλαίσιο, την κουλτούρα των ανθρώπων και των κοινωνιών, αξιοποιώντας πηγές από το ευρύτατο φάσμα των κοινωνικών και των ανθρωπιστικών επιστημών.

Κοινός μας τόπος αυτή τη χρονιά στο Εργαστήριο Ζωής είναι το «Ανάμεσα». Αυτό το μεταβατικό, το ενδιάμεσο και το πολυδιάστατο «Ανάμεσα» που υπάρχει στις σχέσεις μας με τον εαυτό μας, τους άλλους και την πραγματικότητα.

Δηλώνοντας συμμετοχή στο εργαστήριο Ιστορίας-Πολιτισμού αποδέχεστε παράλληλα και την πρό(σ)κληση να συν-διερευνήσουμε τι υπάρχει *ανάμεσα* στο Σχετικό και το Απόλυτο.

Αριθμός συμμετοχών: 8 έως 12 άτομα

Οι συντονιστές του εργαστηρίου Ιστορίας – Πολιτισμού:

Αλμπάνης Ανδρέας (PhD Κοινωνιολόγος)

Μπισμπιγιάννη Μαρία (Med Φιλολόγος – Εκπαιδεύτρια Ενηλίκων)

4. Διαδικτυακό εργαστήριο Θεάτρου

«Ανά(μεσά) μας: Αφουγκραζόμαστε τον Εαυτό και τις Σχέσεις»

Με αφορμή το έργο τέχνης «Η σχεδία» του Μπιλ Βιόλα, οι σκέψεις, τα συναισθήματα και οι τρόποι σύνδεσης με τους ανθρώπους γύρω μας γίνονται αντικείμενο επεξεργασίας του παρόντος εργαστηρίου. Πιο συγκεκριμένα, οι στόχοι του εργαστηρίου είναι η παρατήρηση και το μοίρασμα των σκέψεων, των συναισθημάτων, των τρόπων αντίδρασης και σύνδεσης με τους/τις άλλους/ες σε απαιτητικές και απρόσμενες καταστάσεις. Για την επίτευξη των παραπάνω στόχων αξιοποιείται η βιωματική μέθοδος και συγκεκριμένα η θεατρική πράξη.

Οι συμμετέχοντες/ουσες του εργαστηρίου θα χρειαστεί να συνδεθούν στην εφαρμογή zoom us από έναν χώρο που τους παρέχει συναισθηματική ασφάλεια για να εκφραστούν. Θα χρειαστούν χαρτί, στυλό.

Αριθμός συμμετεχόντων/ουσών: 6-10

Οι συντονίστριες του εργαστηρίου Θεάτρου:

Μακρυδάκη Βάσια(Ψυχολόγος)

Μπέκου Κατερίνα (Θεατρολόγος)

5. Διαδικτυακό Εργαστήριο Εικαστικών

«Χρωματίζοντας το ανάμεσα της εμπειρίας σας»

Το τμήμα Εικαστικών του Εργαστηρίου Ζωής του Κέντρου Πρόληψης Π.Ε. Λάρισας – Ο.ΚΑ.ΝΑ. σας προσκαλεί να συμμετάσχετε στο βιωματικό εργαστήριο που διοργανώνει διαδικτυακά με θέμα την αλλαγή και την εξέλιξη της ζωής μας κατά τη διάρκεια, καθώς και μετά από μία εμπειρία (ψυχοπιεστική ή μη). Τα μέλη της ομάδας θα κληθούν να σκεφτούν και να αποτυπώσουν πώς ήταν η ζωή τους πριν το γεγονός αυτό, πώς άλλαξε κατά τη διάρκεια αυτού, και πώς τους επηρέασε, δηλαδή τι εφόδια ή τι τραύματα τούς προέκυψαν από το βίωμα αυτού του γεγονότος. Βασικός στόχος είναι η επικέντρωση και η σύνδεση των μελών της ομάδας με τον εαυτό τους, καθώς και το μοίρασμα της εμπειρίας τους μέσω της έκφρασης των σκέψεων και των συναισθημάτων με τα υπόλοιπα μέλη. Θα δοθεί ο χώρος και ο χρόνος να εκφράσουν στο εδώ και τώρα τα συναισθήματα που βιώνουν ή που βίωσαν κυρίως στο «ανάμεσα» αυτής της εμπειρίας.

Ο αριθμός των ατόμων που μπορούν να συμμετέχουν στο συγκεκριμένο εργαστήριο είναι από 7 έως 12 μέλη.

Οι συμμετέχοντες καλούνται να βρίσκονται σε κάποιο γραφείο ή τραπέζι, το οποίο καλό θα ήταν να βρίσκεται σε ένα ήσυχο μέρος, χωρίς εξωτερικά ερεθίσματα που θα τους αποσπούν την προσοχή.

Τα υλικά που θα χρειαστούν για το εργαστήριο Εικαστικών είναι: μολύβι, γόμα, χρώματα της επιλογής σας, δύο κόλλες Α4 και προαιρετικά εφημερίδες, περιοδικά, φωτογραφίες, κόλλα, ψαλίδι.

Σας περιμένουμε με χαρά!

Οι συντονίστριες του εργαστηρίου Εικαστικών:

Λεβέντη Κλειώ (Εικαστικός)

Κούτρα Γεωργία (MSc Ψυχολόγος)

Το «ανάμεσα» στο Εργαστήρι Ζωής

Η λέξη «ανάμεσα» φαίνεται να είναι το κλειδί, αφού λειτουργεί σαν βασικός θεματικός άξονας όλων των διεργασιών, παραπέμποντας στις συνέπειες της πανδημίας και στους τρόπους υπέρβασης ή/και αξιοποίησής τους προς όφελος των κοινωνικών σχέσεων και της διατήρησης της ψυχικής υγείας του γενικού πληθυσμού.

Το «ανάμεσα» βρέθηκε να είναι η λέξη που μπορεί να αποδώσει την αβεβαιότητα και την ανασφάλεια που νιώθουμε σε αυτή τη χρονική συγκυρία, τη ρευστότητα της κοινωνικής πραγματικότητας, την αναμονή αλλά και τη μετάβαση που νιώθουμε ότι γίνεται σε κάτι καινούργιο. Το «ανάμεσα» περιέχει τη λέξη «μέσα», φωτίζοντας τις διεργασίες που γίνονται εντός μας αλλά και τις αλλαγές που έγιναν στο «μέσα», όταν αυτό αντιπαραβάλλεται με το «έξω». Το «ανάμεσα» επίσης περιέχει τη λέξη «με» που δείχνει τον εαυτό αλλά και τη σχέση του με τους άλλους, την προβολή του στο έξω, στο «σε», στο «σας» ή ακόμα και στο «μας» που μας περιλαμβάνει. Και τότε, το «με» μπαίνει σε παρένθεση και αφήνει από το ανά(με)σα να ξεχυθεί μία δυνατή ανάσα, που τη χρειαζόμαστε σήμερα τόσο σε προσωπικό όσο και σε συλλογικό επίπεδο.

Για περισσότερες πληροφορίες σχετικά με την εκδήλωση, το πρόγραμμα και τη δυνατότητα συμμετοχής παρακαλούμε επικοινωνήστε στο τηλέφωνο του κέντρου Πρόληψης των Εξαρτήσεων και Προαγωγής της Ψυχοκοινωνικής Υγείας Π.Ε. Λάρισας –Ο.ΚΑ.ΝΑ. 2410 555935 (ώρες 09:00-14:00).