

ΗΜΕΡΕΣ
RE-WILDING
RETREAT
ΣΤΗ ΓΑΥΔΟ

10-14

ΙΟΥΝΙΟΥ 2022

(ΤΟΥ ΑΓ. ΠΝΕΥΜΑΤΟΣ)

Διοργάνωση: Ελληνική Εταιρία Οικοψυχολογίας και Ενιαίας Υγείας



Ελληνική Εταιρία Οικοψυχολογίας
& Ενιαίας Υγείας



INTERNATIONAL
ECOPSYCHOLOGY
SOCIETY

Γιατί διαλέξαμε τη Γαύδο?



Στο νησί της Καλυψώς της Οδύσσειας (Ωγυγία), σύμφωνα με τον Καλλίμαχο, στο νοτιότερο άκρο της Ευρώπης που έχει διατηρήσει όσο κανένα την αυθεντική και αμόλυντη φύση του, με την πρωτόγνωρη και έντονη ενέργεια που νοιώθεις από την πρώτη στιγμή που βρίσκεσαι εκεί, θα έχουμε την ευκαιρία περάσουμε πέντε ημέρες ελευθερίας, εσωτερίκευσης, αυτογνωσίας, αφύπνισης και ευεξίας. Η αφύπνιση αφορά στη δική μας ταύτιση με την αυθεντική, ελεύθερη και πρωτόγονη φύση μας σε πλήρη αρμονία με το περιβάλλον που θα βρισκόμαστε.

Το πρόγραμμα περιλαμβάνει βιωματικά εργαστήρια Οικοψυχολογίας, Οικοθεραπείας και Ενσυνειδητότητας, σύνδεση με το σώμα, ψυχή και πνεύμα, με τα στοιχεία της περιβάλλουσας φύσης, διαφορετικά βιωματικά σεμινάρια στα απάραμιλλης μορφιάς τοπία και παραλίες του νησιού. Σκοπός μας είναι να ωφεληθούμε ψυχικά και σωματικά μετά από μια μακρά περίοδο καταπόνησης αλλά και να αλληλοεπιδράσουμε με το περιβάλλον στο οποίο βρισκόμαστε με σεβασμό και ευγνωμοσύνη καθώς βάση της Οικοψυχολογίας είναι η αμοιβαία σχέση με Ανθρώπου- Φύσης.

Η διαμονή θα είναι σε σκηνές στη φύση στην περιοχή του Σαρακήνικου για την καλύτερη γείωση και επαφή με τον πιο πρωτογενή πλευρά του εαυτού μας. Ωστόσο, υπάρχει και η δυνατότητα διαμονής στα πολύ λίγα καταλύματα του νησιού εφόσον αυτό είναι επιθυμητό.

Η κύρια βάση μας θα είναι η παραλία του Σαρακήνικου που ονομάζεται έτσι από τους Σαρακηνούς πειρατές που κάποτε κατά την παράδοση χρησιμοποιούσαν το νησί ως ορμητήριο. Το Σαρακήνικο, όπως και οι περισσότερες παραλίες της Γαύδου, είναι μια από τις μαγευτικότερες παραλίες της Ελλάδας. Βρίσκεται στον μυχό ενός κόλπου που κοιτάει βόρεια. Είναι μια ονειρική ξανθιά αμμουδιά με ρηχά νερά, με φόντο ένα άγριο τοπίο με αμμόλοφους και θαλασσόκεδρους. Η παραλία παρέχει κάποιες βασικές ανέσεις, όπως δωμάτια, ενοικιαζόμενα αυτοκίνητα, μερικές ταβέρνες και mini market.

Λίγα λόγια για τη Γαύδο

Το νησί ορθώνεται ανάμεσα σε Αφρική και Κρήτη, καταμεσής σχεδόν του Λιβυκού πελάγους και αποτελεί το νοτιότερο άκρο της Ευρώπης, το τελευταίο σύνορό της με το νότο. Όλο το νησί ανήκει στο δίκτυο NATURA 2000 και προστατεύεται από την ελληνική και ευρωπαϊκή νομοθεσία. Στη Γαύδο υπάρχουν μεταμορφωμένα πετρώματα, νεογενή στρώματα με θαλάσσια απολιθώματα, καθώς και ψαμμιτικές αποθέσεις του ύστερου Πλειστοκαίνου. Παρόλο που το νησί δεν χαρακτηρίζεται από μεγάλο υψόμετρο, έχει αρκετές κοιλάδες και εποχιακά ρέματα. Η ανθρώπινη παρουσία στην περιοχή χρονολογείται ήδη από τους Νεολιθικούς χρόνους.

Η βλάστηση στη Γαύδο είναι μακκία, δασώδης και φρυγανική. Στη βόρεια πλευρά υπάρχουν εκτεταμένες αμμοθίνες με άρκευθους. Αναφορικά με τη χλωριδική του σύνθεση, το σύμπλεγμα θεωρείται ένας από τους σπουδαιότερους τόπους της Ευρώπης, καθώς ένας αναλογικά μεγάλος αριθμός αφρικανικών ειδών φυτών εντοπίζονται εδώ. Επίσης, η περιοχή είναι μεγάλης σημασίας για τα μεταναστευτικά πουλιά. Στα σημαντικά είδη ορνιθοπανίδας της περιοχής περιλαμβάνονται ο θαλασσοκόρακας (*Phalacrocorax aristotelis desmarestii*), ο αρτέμης (*Calonectris diomedea*) και ο μύχος (*Puffinus yelkouan*).



ΟΙ ΚΕΔΡΟΙ ΤΗΣ ΓΑΥΔΟΥ

Η Γαύδος είναι γνωστή για τα αρχαία δάση κέδρου. Είναι ένας προορισμός μεγάλου οικολογικού ενδιαφέροντος, καθώς οι θαλασσόκεδροι (είδη *Juniperus macrocarpa* και *Juniperis phoenicea*) σχηματίζουν μερικά από τα σπουδαιότερα οικοσυστήματα στην Κρήτη-τα κεδροδάση-που φύονται στις αμμοθίνες της Νότιας Κρήτης και των νησιών της. Η οικολογική σημασία των αμμοθινών είναι τεράστια για την βιοποικιλότητα και την ύπαρξη σπάνιων ζώων και φυτών. Οι ρίζες τους βρίσκονται στην άμμο και συνδέονται και δημιουργούν έναν τεράστιο ιστό επικοινωνίας μεταξύ τους. Κάποιος, μέσα από την παρατήρηση μπορεί να νιώσει αυτά τα δέντρα να δικτυώνονται!

Ο κέδρος είναι γνωστός από τα αρχαία χρόνια για τις ιδιότητες του όχι μόνο τις θεραπευτικές, αλλά και σε πολλές αρχαίες κουλτούρες χάρει σεβασμού και για τις πνευματικές ιδιότητες του όπως του εξαγνισμού, της προστασίας, της αιωνιότητας, της δύναμης και της βοήθειας στην ερμηνεία μηνυμάτων από τον εσωτερικό εαυτό.





ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ

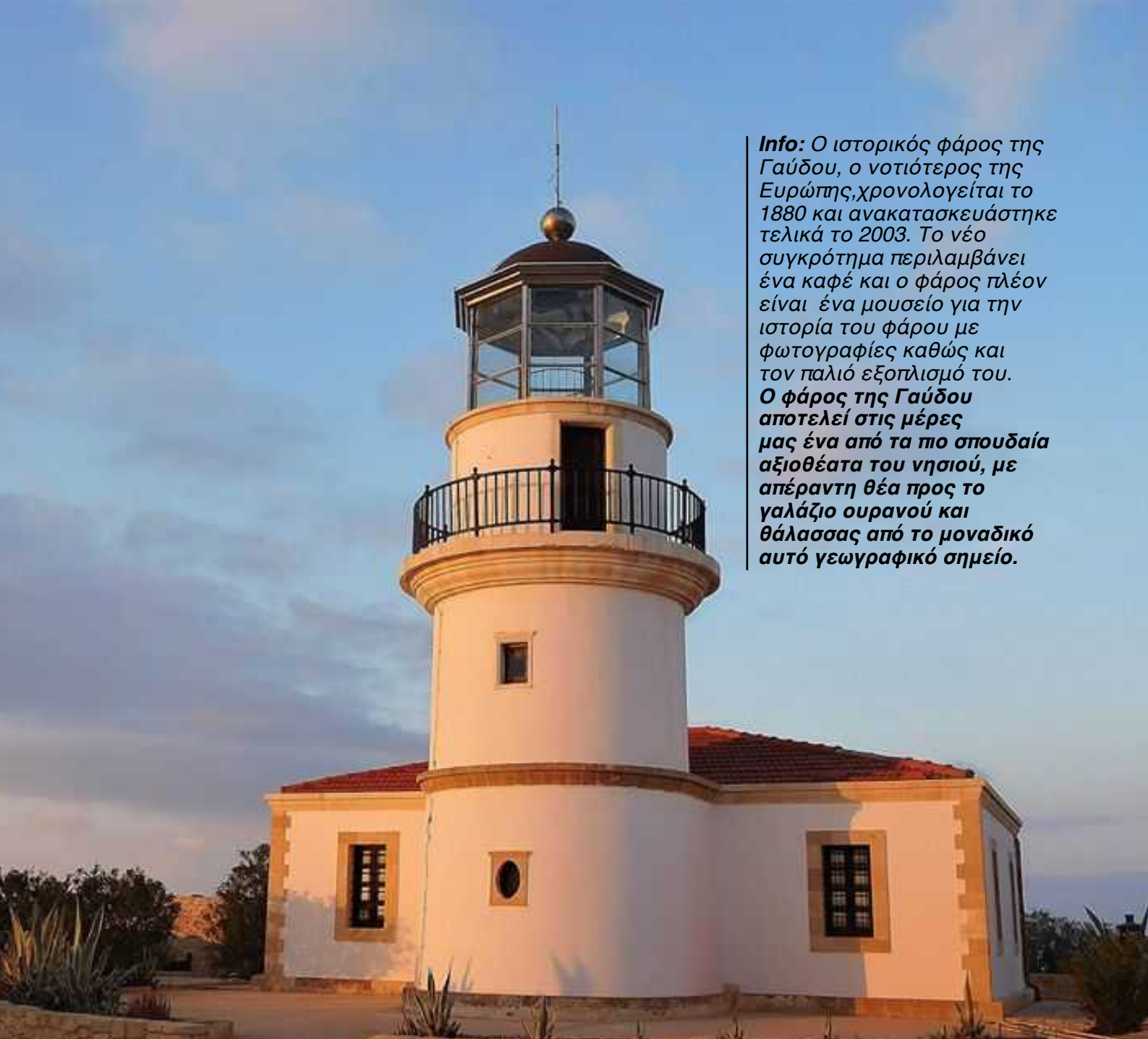
Παρασκευή 10/06/22 (Σαρακηνικό)

14.00 Προσέλευση,
τακτοποίηση και εγγραφή

17.00-18.00 Τελετή έναρξης

18.00 -20.00 Εργαστήρια Οικοψυχολογίας

20.00 Δείπνο



Info: Ο ιστορικός φάρος της Γαύδου, ο νοτιότερος της Ευρώπης, χρονολογείται το 1880 και ανακατασκευάστηκε τελικά το 2003. Το νέο συγκρότημα περιλαμβάνει ένα καφέ και ο φάρος πλέον είναι ένα μουσείο για την ιστορία του φάρου με φωτογραφίες καθώς και τον παλιό εξοπλισμό του. Ο φάρος της Γαύδου αποτελεί στις μέρες μας ένα από τα πιο σπουδαία αξιοθέατα του νησιού, με απέραντη θέα προς το γαλάζιο ουρανό και θάλασσας από το μοναδικό αυτό γεωγραφικό σημείο.

ΣΑΒΒΑΤΟ 11/06/22 (ΣΑΡΑΚΗΝΙΚΟ, ΦΑΡΟΣ ΚΑΙ ΚΑΣΤΡΙ)

09.00-10.30
Mindfulness
και Yoga

10.30-11.30
Πρωινό

11.30-14.00
Εργαστήρια
Οικοψυχολογίας

14.00-17.00
Γεύμα
και ελεύθερος
χρόνος

17.30
Αναχώρηση για
Ηλιοβασίλεμα
στο Φάρο

18.00- 20.00
Εργαστήρια
Οικοψυχολογίας

20.00-21.00
Ηλιοβασίλεμα,
χαλάρωση και
ενσωμάτωση

21.15
Δείπνο στο Καστρί

Κυριακή 12/06/22 (Ποταμός ή Λαβρακάς - Άι Γιάννης)



09.00-10.00
Πρωινό

10.00
Αναχώρηση με βάρκα
για Ποταμό

10.30-11.00
Άφιξη στον
Ποταμό-μπάνιο

11.00-13.00
Rewilding experience,
φαράγγι Ποταμού

13.00-14.00
Ελεύθερος
χρόνος

14.00
Αναχώρηση
με βάρκα για
Άι Γιάννη

14.15-17.00
Ελεύθερος
χρόνος

17.00-19.00
Εργαστήρια
Οικοψυχολογίας

19.00
Δείπνο στον
Άι Γιάννη-
επιστροφή

*Η παραλία του Αϊ Γιάννη:
Ο Αϊ Γιάννης είναι μια
πανέμορφη απόμερη αμμουδερή
παραλία, μέσα σε ένα άγριο
τοπίο που θυμίζει περισσότερο
Αφρική παρά Ευρώπη.
Το Discovery Channel την έχει
ψηφίσει στο παρελθόν ως την 2η
καλύτερη παραλία στο κόσμο,
μετά από μια παραλία στη
Χαβάη. Τριγύρω υπάρχουν μόνο
θαλασσόκεδροι, πεύκα κι
όμορφοι γεωλογικοί
σχηματισμοί.*



Δευτέρα 13/06/22 Πεζοπορία (Κόρφος- Τρυπητή)

08.00- 09.00
Πρωινό

09.00
Αναχώρηση για
Κόρφο

09.30
Έναρξη πεζοπορίας-
Forest Bathing-
Mindful Hiking

11.00 -12.00
Άφιξη στην παραλία
Τρυπητή, μπάνιο

12.00-13.00
Ανάβαση στο
νοτιότερο άκρο της
Ευρώπης – Γείωση ,
διαλογισμός

13.00- 16.00
Χρόνος
ενσωμάτωσης,
χαλάρωσης και
περισυλλογής

16.00-18.00
Εργαστήριο
Οικοψυχολογίας

18.00
Αναχώρηση
για επιστροφή
στον Κόρφο

20.00
Δείπνο στον
Κόρφο σε ταβέρνα
της περιοχής

Τρίτη 14/06/22 (Σαρακήνικο)

08.00-09.00
Πρωινό,
Διαλογισμός

10.00-12.00
Εργαστήριο
Οικοψυχολογίας

12.00-13.00
Group sharing

13.00
Τελετή λήξης

Info: Η παραλία της Τρυπητής βρίσκεται στο νοτιότερο σημείο της Γαύδου, αλλά και της Ευρώπης. Στο ανατολικό της κομμάτι έχει άμμο, ενώ στο δυτικό, ως τη «μύτη» της Γαύδου έχει μεγάλες στρογγυλές πέτρες και βότσαλα. Το τοπίο στη νοτιότερη παραλία της Ευρώπης είναι υπέροχο με σήμα κατατεθέν τις τρεις μεγάλες φυσικές καμάρες, τις Καμαρέλλες, που σχηματίζονται στο ανατολικό άκρο της παραλίας. Από αυτές τις τρύπες παίρνει και το όνομα Τρυπητή. Πάνω από τις Καμαρέλλες υπάρχει μια τεράστια καρέκλα που έφτιαξαν κάποιοι Ρώσοι επιστήμονες, στη οποία μπορεί κάποιος να σκαρφαλώσει και να αγναντέψει το απέραντο Νότιο Κρητικό Πέλαγος

Η πρόσβαση στην πανέμορφη Τρυπητή γίνεται με τα πόδια , από μονοπάτι που ξεκινάει από τον Κόρφο. Η απόσταση είναι 3,5 χλμ και η πορεία γίνεται μέσα από πευκόφυτες εκτάσεις. Επίσης, κατά τη διάρκεια της πορείας θα συναντήσουμε εγκαταλελειμμένες αγροικίες κτισμένες από πέτρα στην περιοχή της Αλυκής.

ΤΟ ΠΕΡΣΙΝΟ ΜΑΣ REWILDING RETREAT



ΜΕΣΑ ΑΠΟ ΤΙΣ ΜΑΡΤΥΡΙΕΣ
ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΝΤΩΝ

Πέρυσι την ίδια εποχή αποφασίσαμε να οργανώσουμε το πρώτο Re-wilding Retreat, μετά από μια μακροχρόνια περίοδο περιορισμού, αγωνίας, ανασφάλειας και φόβου. Και κατ' επέκταση με τα συνοδά ατομικά συναισθήματα που βίωσε ο καθένας μας μέσα από την πρωτόγνωρη κατάσταση που ήρθαμε αντιμέτωποι. Σκοπός ήταν να καλέσουμε τον κόσμο που ένιωθε την ανάγκη να μετουσιώσει όλη αυτή την εμπειρία σε απελευθέρωση και γνώση, εσωτερική και εξωτερική και με τη σοφία της Φύσης να κατανοήσει τα βαθύτερα νοήματα και τις προεκτάσεις της οικουμενικής μας αλληλεπίδρασης. Η επιλογή ενός αυθεντικά ιδιαίτερου και λιγότερου ανεπεξέργαστου και ανθρώπινα αξιοποιήσιμου μέρους, της Γαύδου, αποδείχθηκε η ιδανικότερη επιλογή. Η συνέργεια του τόπου και της ομάδας, σε μια ενορχήστρωση μέσω τεχνικών Οικοψυχολογίας, Οικοθεραπείας και Ενσυνειδητότητας ξεπέρασε κάθε προσδοκία.



Φέτος λοιπόν, αποφασίσαμε να επαναλάβουμε και να εμπλουτίσουμε την εμπειρία του πενήμερου Retreat, επιλέγοντας πάλι να ξανασυναντηθούμε του Αγ. Πνεύματος. Σε αυτή την περίοδο βρίσκουμε το νησί να ξυπνάει, να ετοιμάζεται και οι πρώτες ζεστές ακτίνες του ήλιου να μας προκαλούν να μπλεχτούμε με το νερό και τη ζεστή καθαρή άμμο του νησιού, νοιώθοντας την μεγάλη αγκαλιά των Κέδρων. Σας προσκαλούμε να ζήσουμε και φέτος μοναδικές στιγμές ανακάλυψης, μοιράσματος και συνδημιουργίας, διασκέδασης και συμβίωσης φτιάχνοντας ένα νέο ανθρώπινο δίκτυο που θα εναρμονιστεί με το δίκτυο Φύσης του νησιού για άλλη μια χρονιά με σκοπό να ελευθερώσουμε τον Φυσικό μας εαυτό και να ανακαλύψουμε τις αρχέγονες δυνάμεις που έχουμε βιοδιαθεσιμές μέσα μας! Σε μια εποχή που χρειάζονται περισσότερο από ποτέ!



ΣΧΟΛΙΑ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΝΤΩΝ

Η Κλειώ και η Βίβιαν έγιναν οι οδηγοί μας σε αυτό το ταξίδι εφήμερης και αφύπνησης. Μιας ομάδας ετερόκλητων ανθρώπων με ένα κοινό σκοπό. Να ξεφύγουν από τη δυσάρεστη κατάσταση της αιχμαλωσίας του covid και να νιώσουν ελεύθεροι. Πραγματικά ελεύθεροι. Ανθρώπων που είχαν διάθεση να μην είναι επικριτικοί, να μην είναι ανταγωνιστικοί αλλά να συνδεθούν με το περιβάλλον και τους άλλους ανθρώπους και να δεχτούν την ελευθερία που το μέρος τους πρόσφερε. Να ανοιχτούν στη ζωή. Σε αυτό το ταξίδι η Κλειώ και η Βίβιαν αποδείχτηκαν εξαιρετικοί οδηγοί.

Στη Γαύδο μοιραστήκαμε. Μοιραστήκαμε εμπειρίες και ιδέες, αισθήσεις και συναισθήματα, φόβους και ανασφάλειες. Μοιραστήκαμε και νιώσαμε. Νιώσαμε ότι μπορούμε να βρούμε από το χάος που βρισκόμαστε, νιώσαμε ότι τίποτα δεν έχει χαθεί, νιώσαμε ότι μπορούμε να αλλάξουμε το κόσμο μας και να χτίσουμε ένα νέο δικαιότερο και ευτυχέστερο κόσμο. Η οικοψυχολογία πιθανόν να είναι το εισιτήριό μας για τη μετάβαση σε αυτό τον νέο και καλύτερο κόσμο.

Βασιλική Γραμματικογιάννη - Δημοσιογράφος Athens Voice
«Πηγή: https://www.athensvoice.gr/politics/eco-voice/724197_otan-i-psyhologia-synanta-ti-dynami-tis-fysis»

Μια εμπειρία ζωής η πρώτη μου επαφή με την Οικοψυχολογία. Μπήκα σε άλλη διάσταση όλες αυτές τις μέρες με οδηγούς την φύση κ τις υπέροχες Κλειώ Αποστολάκη και Βίβιαν Καραβάνου . Δεν θέλω να σταματήσει αυτό το ταξίδι μου στον εσώτερο εαυτό μου. Η φύση σε παίρνει αγκαλιά και όλα ρέουν και γίνονται πιο ξεκάθαρα νιώθεις ασφαλής και εντυπωσιάζεσαι με τα πόσα μηνύματα σου στέλνει. Πολλά άλλαξαν από τότε μέσα μου. Όλα λες και βρήκαν την θέση τους. Ευχαριστώ τον Θεό που βρέθηκα κοντά σε όλη την ομάδα. Ανυπομονώ για τις επόμενες συναντήσεις μου με την Οικοψυχολογία και τις δυο μοναδικές κύριες

Σίσσυ Σ.

Ποτέ μου δεν είχα φανταστεί ότι η αλληλεπίδραση μου με τη φύση και με τα μέλη της ομάδας με γνώμονα τη φύση θα μπορούσαν να μου δώσουν απαντήσεις σε ερωτήματα και σε προβληματισμούς που έψαχνα μια ζωή. Έμαθα να την σέβομαι και να την αγαπώ γιατί είμαστε μέρος του ίδιου όλου και μόνο 'εν αρμονία' μπορούμε να ευδοκιμήσουμε, να ισορροπήσουμε και να ευτυχίσουμε. Είδα την ψυχή μου σαν μια μικρογραφία της φύσης, με διαφορετικά χρώματα, διαφορετικές αισθήσεις, διαφορετικές μυρωδιές, διαφορετικές εποχές. Μοναδική η πρώτη μου εμπειρία Οικοψυχολογίας. Μάθημα ζωής που δεν τελειώνει ποτέ...

Μαρία Λ.

Ένωθα σαν να ταξιδεύα σε μια άλλη διάσταση...κάθε πέτρα μια ιστορία,,κάθε κενδρος ένας φύλακας άγγελος... και η θάλασσα... τόσο μυστηριώδης..... έτοιμη να αποκαλύψει τα μυστικά της αν είσαι πολύ ακίνητος και ανοιχτός να ακούσεις....αξέχαστη εμπειρία.... να νιώσεις τον πραγματικό εαυτό σου.....

Αθηνά Φ.

Στην Γαύδο ξανασυζήτησα για την ανυπαρξία του Χρόνου. Η θεραπευτική αγκαλιά της Φύσης ήταν πανταχού παρούσα και οι άνθρωποι πάνω της ξαναβρήκαμε την χαμένη εμπιστοσύνη. Κάθε ημέρα που περνούσε ήταν ένα ταξίδι προς τα ενδότερα και καλύτερα του εαυτού. Οι λίγες αυτές ημέρες πάνω στο νησί ήθελαν να είναι η αρχή ενός μεγαλύτερου και ομορφότερου ταξιδιού, που πάντοτε μας περιμένει εκεί κι εμείς το ταχταρίζουμε λεγοντας "περίμενε...υπάρχει ακόμη χρόνος..."

Χρυσόστομος, Κ.

το συναίσθημα που μου αφήσε η εμπειρία απο το retreat στην γαύδο, είναι η εσωτερική ηρεμία-ισορροπία , η οποία εκφράζεται κ εξωτερικά στην όψη μου, μέσω των κινήσεων μου κ μέσω του τρόπου που επικοινωνώ πλέον.

Ελένη Π.

Την πρώτη μέρα συνάντησης ορίστηκαν 2 κανόνες : 1ο Εχεμύθεια της ομάδας και 2ο Δεν ασκούμε κριτική - αποδοχή. Ως εκ τούτου ένοιωσα αμέσως μια ασφάλεια. Εμένα αυτό το retreat στη Γαύδο μου άφησε έντονα την αίσθηση της εσωτερικής- ψυχικής γαλήνης και ευχαρίστησης που με ακολούθησε όλο το καλοκαίρι. Ευχαριστω

Θούλη Α.

Η εμπειρία που βιώνεις είναι πρωτόγνωρη σίγουρα αλλά παρόλα αυτά με το που ξεκινάει το ταξίδι το αίσθημα είναι η προσμονή και όχι ο φόβος της αγνώστου..αυτό που ίσως εκφράζει το αποτύπωμα αυτού που ζεις είναι ότι κάθε φορά που θέλω να χαλαρώσω στη καθημερινότητα μου μεταφέρομαι νοητά τον εαυτό μου εκεί..για να επαναφέρω τον ήχο της θάλασσας, τη μυρωδιά των κέδρων, το άγγιγμα της άμμου στο σώμα μου...στην αντίληψη όλων αυτών σίγουρα καταλυτικό ρόλο έπαιξαν τα τόσο ιδιαίτερα workshops που πήραμε μέρος.

Νίκος, Α.



Πληροφορίες

Τιμή : 435 ευρώ

Early bird: 340 ευρώ
έως 15 Μαΐου

Δηλώσεις συμμετοχής
έως 20 Μαΐου
με προκαταβολή 150 ευρώ

Περιορισμένος αριθμός ατόμων

Γλώσσα διεξαγωγής: **Ελληνικά και Αγγλικά**

Πολιτική επιστροφών: Επιστροφή προκαταβολών έως 1 Ιουνίου.
Έκπτωση σε ομάδες από 3 άτομα και πάνω στα 20%
Δυνατότητα ημερήσιας συμμετοχής στα εργαστήρια στα 100 ευρώ
Σε περίπτωση που δεν διεξαχθεί το Retreat λόγω της πανδημίας
ή άλλων παραγόντων που αφορούν τους οργανωτές, τα ποσά που έχουν
δοθεί από τους συμμετέχοντες θα επιστραφούν στο ακέραιο άμεσα.

Τι περιλαμβάνεται:

- Εργαστήρια Οικοψυχολογίας και Ενσυνειδητότητας ,
- Ναύλα μετακίνησης μέσα στο νησί (λεωφορεία και βάρκα)
- Οργάνωση του Retreat
- Ασφαλιστική κάλυψη για ηλικίες 18-60 ετών

Βεβαίωση συμμετοχής αναγνωρισμένη
από τη Διεθνή Εταιρεία Οικοψυχολογίας (IES)

- Έκπτωση 20% στα δίδακτρα του Εκπαιδευτικού
και προσμέτρηση των ωρών των βιωματικών εργαστηρίων

Τι δεν περιλαμβάνεται στην τιμή:

- Μετακίνηση προς και από Γαύδο
- Διαμονή και διατροφή
- Προσωπικά έξοδα
- Σκηνές (για οποιαδήποτε δυσκολία στον εξοπλισμό παρακαλώ επικοινωνήστε με τους οργανωτές)



Covid19 update
Τηρούμε πάντα αυστηρά
όλα τα πρωτόκολλα υγιεινής

Αναγκαία προϋπόθεση
συμμετοχής : πιστοποιητικό
εμβολιασμού ή νόσησης ή Rapid
test 48ώρου ή PCR 72ώρου.



Το πρόγραμμα είναι
ενδεικτικό και
πιθανόν να υπάρξουν
αναδιαμορφώσεις
από τους
διοργανωτές λόγω
καιρού ή καλύτερης
ροής του
προγράμματος



INTERNATIONAL
ECOPSYCHOLOGY
SOCIETY

Για οποιαδήποτε διευκρίνιση
παρακαλώ επικοινωνήστε μαζί μας
στο info@ecopsychology.gr και στο
τηλ. 0030 6945383866.

Για δηλώσεις συμμετοχής επισκεφτείτε την
ιστοσελίδα μας www.ecopsychology.gr και
συμπληρώστε τη φόρμα συμμετοχής επιλέγοντας
την εκδήλωση στις Προσεχείς Δράσεις.

Συντονίστρια/
Εισηγήτρια Εργαστηρίων
Οικοψυχολογίας



Κλειώ Αποστολάκη BSc., MSc.

Η Κλειώ Γ. Αποστολάκη γεννήθηκε και μεγάλωσε στην Αθήνα και ζει στην Κρήτη. Σπούδασε Ψυχολογία με Κλινική Ψυχολογία στο Πανεπιστήμιο του Κεντ στο Ηνωμένο Βασίλειο και συνέχισε τις μεταπτυχιακές της σπουδές στην Ψυχική Υγεία (MSc) στο King's College στο Πανεπιστήμιο του Λονδίνου όπου ειδικεύτηκε στη Δυναμική και Γνωστική Συμπεριφορική Ψυχοθεραπεία. Το 2009 έλαβε το δίπλωμά της στην Οικοψυχολογία από το Πανεπιστήμιο Strathclyde στη Γλασκόβη. Σπούδασε επίσης Dolphin Therapy για παιδιά και ενήλικες με ψυχολογικά, νευρολογικά και κινητικά προβλήματα στο Ινστιτούτο Dolphinswim σε συνεργασία με το Πανεπιστήμιο Sigmund Freud στη Βιέννη. Είναι επίσης πιστοποιημένη Εκπαιδευτής Ενηλίκων από το Ελληνικό Υπουργείο Παιδείας και θεραπευτής EMDR για το Τραύμα. Εργάστηκε στο Τμήμα Ψυχιατρικής Ενηλίκων στο Νοσοκομείο Guy's στο Λονδίνο και από το 2002 εργάζεται ως ελεύθερος επαγγελματίας στην Ελλάδα. Έχει συμμετάσχει σε πολλά διεθνή και εθνικά συνέδρια ως εισηγήτρια, έχει αρθρογραφήσει στον περιοδικό και ημερήσιο τύπο και έχει μεγάλο αριθμό τηλεοπτικών και ραδιοτηλεοπτικών εμφανίσεων ως προσκεκλημένη ειδικός. Είναι μέλος του Διοικητικού Συμβουλίου της Διεθνούς Εταιρείας Οικοψυχολογίας (IES), Πρόεδρος του IES 2016-2019 και επίσημα αναγνωρισμένη ως εκπρόσωπος του IES στην Ελλάδα με την ίδρυση της «Ελληνικής Εταιρείας Οικοψυχολογίας», η οποία δραστηριοποιείται στην Ελλάδα από το 2007.

Συντονίστρια/
Εισηγήτρια
στα εργαστήρια
Ενσυνειδητότητας
και Γιόγκα

Βίβιαν Καραβάνου BA., MSc.

Η Βίβιαν Καραβάνου γεννήθηκε στο Βανκούβερ του Καναδά και έχει μεγαλώσει στα Χανιά. Σπούδασε Ψυχολογία στο Πανεπιστήμιο του Έσσεξ στην Αγγλία, (BA Psychology) και συνέχισε της μεταπτυχιακές της σπουδές στην Συμβουλευτική Ψυχολογία στο Μετροπόλιταν Πανεπιστήμιο του Λονδίνου (MSc Counselling Psychology). Έπειτα συνέχισε την εκπαίδευση σε ποικίλες ψυχοθεραπευτικές προσεγγίσεις. Η Βίβιαν ιδιωτεύει ως συμβουλευτική Ψυχολόγος και Συνθετική Ψυχοθεραπεύτρια από το 2002. Παράλληλα έχει εκπαιδευτεί και διδάσκει Ενσυνειδητότητα και Hatha, Raja και Tantra Yoga. Εκπαιδευτεί και διδάσκει από το 2009 Γνωσιακή – Συμπεριφορική Ψυχοθεραπεία, Συμβουλευτική Ψυχικής Υγείας και Κλινική Υπνοθεραπεία. Από το 2012 προσφέρει Εποπτεία, σε Ψυχολόγους, Ψυχοθεραπευτές και Ειδικούς Ψυχικής Υγείας. Το 2016 ίδρυσε το Φ-Space που απαρτιζόταν από μια άρτια καταρτισμένη ομάδα ειδικών που συνεργάζονται για την εξασφάλιση της υγείας και της ευμάρειας των ανθρώπων που έρχονται στο Φ. Σήμερα παρέχει ατομικές και ομαδικές συνεδρίες που συνθέτουν όλα τα παραπάνω με σκοπό να συνθέσει την επιστημονικότητα της Ψυχοθεραπείας και της Συμβουλευτικής με την Τέχνη του Mindfulness, Του Διαλογισμού και της Γιόγκα και όλα αυτά σε συνέργεια με τη Φύση!





ΓΑΥΔΟΣ 2022

Διοργάνωση: Ελληνική Εταιρία Οικοψυχολογίας και Ενιαίας Υγείας



Ελληνική Εταιρία Οικοψυχολογίας
& Ενιαίας Υγείας



INTERNATIONAL
ECOPSYCHOLOGY
SOCIETY