



ΜΟΝΑΔΑ ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗΣ ΕΥΠΑΘΩΝ ΟΜΑΔΩΝ

Εξαμηνιαίο Ενημερωτικό Δελτίο



Λίγα λόγια για το ενημερωτικό δελτίο

ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΟΣ, ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΑ ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ

Η Μονάδα Υποστήριξης Φοιτητών Ευπαθών Ομάδων (ΜΥΦΕΟ) του Πανεπιστημίου Δυτικής Μακεδονίας (ΠΔΜ) λειτουργεί αδιάλειπτα από τον Φεβρουάριο του 2020. Στην πρώτη φάση λειτουργίας της χρηματοδοτήθηκε από το ΕΣΠΑ 2014-2020, μέσω της Πράξης «Υποστήριξη Παρεμβάσεων Κοινωνικής Μέριμνας Φοιτητών Πανεπιστημίου Δυτικής Μακεδονίας» (MIS 5051039), ενώ από τον Νοέμβριο του 2023 χρηματοδοτείται από ίδιους πόρους του Πανεπιστημίου Δυτικής Μακεδονίας μέσω του έργου «Ψυχολογική και Συμβουλευτική Υποστήριξη Ανθρώπινου Δυναμικού του ΠΔΜ» (κωδ. rescot 81081). Στο πλαίσιο δράσεων διάχυσης που υλοποιούμε, έχουμε ως τώρα συντάξει και δημοσιεύσει δεκατρία ενημερωτικά δελτία από την έναρξη της λειτουργίας μας. Σας καλωσορίζουμε, λοιπόν, στο 14ο Ενημερωτικό Δελτίο και σας παρουσιάζουμε τις δράσεις που υλοποιήσαμε την τρέχουσα περίοδο αναφοράς, δηλαδή από τον Ιανουάριο ως τον Ιούλιο 2024 καθώς και άρθρα σχετικά με τα ανθρώπινα δικαιώματα, τον διαδικτυακό ρατσισμό και την ομοφοβία. Τέλος, σας προτείνουμε μερικά βιβλία και ταινίες για να σας κάνουν συντροφιά το καλοκαίρι!

Ανθρώπινα Δικαιώματα : Μία σύντομη μνεία και ιστορική αναδρομή

Ράνια Χατζηλιάδου, Ψυχολόγος

Μέσα στα διάφορα περιβάλλοντα όπου ανήκουμε και δραστηριοποιούμαστε, κάθε άτομο διατηρεί ορισμένα δικαιώματα και ελευθερίες, τα οποία γίνονται αντιληπτά μέσα από τις συνδιαλλαγές με τους άλλους. Πώς όμως αυτές οι ελευθερίες και τα δικαιώματα έφτασαν να έχουν θεσπιστεί ως τέτοια στο παρόν,στη μικροκοινωνία μας;

Εστιάζοντας στον δυτικό κόσμο και τις ιστορικές και κοινωνικές του εξελίξεις, οι ελευθερίες και τα προνόμια φαίνεται να απασχόλησαν την ανθρώπινη σκέψη ήδη από τις αρχαίες και μεσαιωνικές περιόδους. Εντούτοις, υπάρχουν συγκεκριμένες χρονικές περίοδοι που αποτελέσαν «σταθμούς» τόσο ως προς τη φιλοσοφική και διανοητική διαμόρφωση των ανθρωπίνων δικαιωμάτων, όσο και ως προς την επίσημη θεσμοθέτηση τους διεθνώς.

Παραμένοντας στον ευρωπαϊκό χώρο, ο Διαφωτισμός αναγνωρίζεται ως η εποχή της ανάδυσης των πρώτων επίσημων θεωρήσεων για τα φυσικά δικαιώματα στη ζωή, την ιδιοκτησία και την ελευθερία των ανθρώπων (John Locke & Jean Jacques Rousseau) από τη στιγμή της γέννησής τους ως τέτοια όντα, δίχως κάποια πρόσθετη προϋπόθεση. Ως προς τα εργασιακά δικαιώματα, γνωστότερος πρόδρομος αυτών αποτέλεσε το κοινωνικό συμβόλαιο (John Locke), κατά το οποίο τα άτομα ενήμερα και συνειδητά διαπράττουν συμφωνία με το κράτος για την εκχώρηση ορισμένης ελευθερίας τους σε αυτό, με αντάλλαγμα την προστασία τους και τη διαφύλαξη των κεκτημένων από το παρεχόμενο έργο τους.

Αξίζει να σημειωθεί ότι πρόκειται για μια περίοδο όπου επανεκτιμήθηκαν οι έως τότε παραδοσιακές αξίες και η έννοια της ιεραρχίας στην κοινωνία και τα πολιτικά συστήματα, απορρίφθηκε η απολυτότητα της μοναρχίας ως κατάλληλο πολίτευμα, δόθηκε έμφαση στην ατομική ελευθερία και αξιοπρέπεια και άνθισαν η διανοητική ελευθερία, ο ορθολογισμός, η κριτική σκέψη και η ανάπτυξη των επιστημών και των τεχνών.

Από εκείνη την περίοδο και έπειτα συμβαίνουν πολιτικές και κοινωνικές αλλαγές ώστε αυξάνεται η συνεργασία μεταξύ ανδρών διαφορετικής καταγωγής, θρησκείας και προέλευσης, με τους λευκούς χριστιανοκαθολικούς άνδρες με ιδιόκτητη περιουσία να αποτελούν την κυρίαρχη κοινωνική και οικονομική ομάδα. Σε αυτήν τη συνύπαρξη διακυβεύονται πολιτικές, οικονομικές και εκλογικές αποφάσεις και συμφέροντα, όπου άνδρες από μειονοτικές υπο-εκπροσωπούμενες κοινωνικές ομάδες (αλλοεθνείς/ αλλόθρησκοι, π.χ Προτεστάντες, Καθολικοί, Εβραίοι, με ιδιόκτητη περιουσία) διεκδικούν την ισονομία και την ισοκατανομή σε εκλογικά, πολιτικά και οικονομικά ζητήματα.

Κατόπιν της θέσπισης κάποιων πρώτων θεμελιωδών αρχών και δικαιωμάτων υπέρ της προστασίας της ανθρώπινης ύπαρξης, έπονται το Γυναικείο Φεμινιστικό Κίνημα (Olympe de Gouges, Mary Wallstonecraft, Louise-Felicite de Keralio, Καλλιρρόη Παρρέν, Simone de Beauvoir) διεκδικώντας

πολιτικά, εκλογικά, εκπαιδευτικά και οικονομικά δικαιώματα, το Κίνημα της Κατάργησης της δουλείας και της σωματεμπορίας, της Προστασίας των Δικαιωμάτων των Αφροαμερικάνων και των ανθρώπων διαφορετικής φυλετικής ταυτότητας κ.α. Συνεπώς, αναγνωρίζονται, διευρύνονται και συγκεκριμενοποιούνται τα δικαιώματα ολόενα και περισσότερων κοινωνικών ομάδων, που αποκτούν υπόσταση και φωνή για την εξασφάλιση μιας βιώσιμης και αξιοπρεπούς ζωής.

Πρόσθετη μεταβολή αποτέλεσε η αυξημένη εργατική εκμετάλλευση κατά την βιομηχανική επανάσταση και η σχετική μαρξιστική θεώρηση περί της ανακατανομής πλούτου και εξουσίας εξίσου στους εργάτες, με τα αντίστοιχα πολιτικά κινήματα και τον Διεθνή Εργατικό Οργανισμό να διεκδικούν τα δικαιώματα των εργατών και την κοινωνική δικαιοσύνη.

Έπεται η σύσταση διεθνών και διακρατικών οργανισμών από τα κράτη-μέλη (π.χ., όργανα του ΟΗΕ, Διεθνής Αμνηστία) για την έννομη διασφάλιση της ειρήνης, της ισότητας και όλων των προαναφερθέντων δικαιωμάτων, μέσω της υπογραφής διεθνών Συμβάσεων. Μέγιστη αφορμή αποτέλεσε ο απόηχος των φρικαλεοτήτων των δύο Παγκοσμίων πολέμων, οπότε πραγματοποιήθηκε μαζική καταπάτηση των ανθρωπίνων δικαιωμάτων με τις ύστατες μορφές των εθνοκαθάρσεων και των γενοκτονιών. Παράλληλα, τα κινήματα κατά των σωματικών βασανιστηρίων υποκινούμενα από πολιτικά και πολεμικά αίτια και οι αγώνες για την κατάλυση της αποικιοκρατίας από τα ισχυρά, κυρίως δυτικοευρωπαϊκά, κράτη επί των λιγότερο ισχυρών ανά τον πλανήτη, κατά τον 19ο και τον 20ο αιώνα, διαδραμάτισαν καταλυτικό ρόλο στο να μεγαλώσει η ομπρέλα των ανθρώπων που απολαμβάνουν στοιχειώδεις ελευθερίες και δικαιώματα.

Σημαντικοί παράγοντες για την προστασία των ανθρωπίνων δικαιωμάτων αποτελούν η ενσυναίσθηση προς τον άλλον Άνθρωπο και τις ανάγκες του, η αποδοχή της διαφορετικότητας και εν γένει των ανθρώπινων διαφορών, η συνεργασία μεταξύ ομάδων και κρατών, η διεξοδική μελέτη της ανθρώπινης ύπαρξης και συμπεριφοράς, η εξέλιξη της επιστημονικής γνώσης, κοινωνικές και πολιτικές αλλαγές αλλά κυρίως η συλλογική διεκδίκηση από μέρους των καταπιεσμένων πληθυσμών, σε κάθε κοινωνικοπολιτική συνθήκη.

Πρόκειται για εκείνες τις κοινωνικές μεταβολές που παρωθούνται από τον πόθο των ανθρώπων από περιθωριοποιημένες ή λιγότερο ισχυροποιημένες κοινωνικές ομάδες, για την συμπερίληψή τους στην ισότητα, την ελεύθερη έκφραση, την ισονομία και όλα τα επιμέρους δικαιώματα που συντελούν στη βίωση μιας αξιοπρεπούς, ικανοποιητικής και γεμάτης ζωής. Είναι αυτές που οδηγούν σε μια ανθρωπότητα ολόενα περισσότερο οικουμενική.

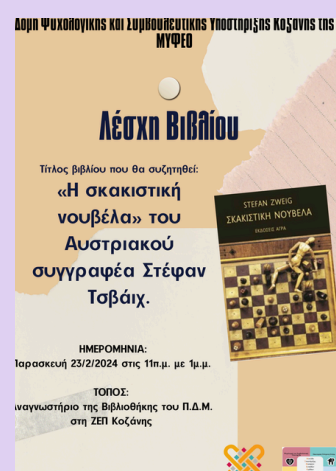
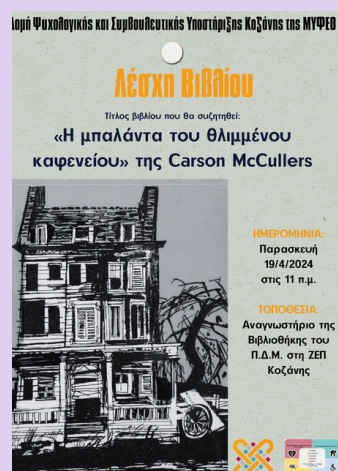
Διοργάνωση και συμμετοχή σε δράσεις για την περίοδο αναφοράς (I)

Η ΜΥΦΕΟ συνέχισε τις δράσεις ευαισθητοποίησης στον τομέα της Ψυχικής Υγείας και των Κοινωνικών Ζητημάτων. Ειδικότερα:

- Συνεχίστηκαν οι κινηματογραφικές προβολές στην πόλη της Κοζάνης σε συνεργασία των Ψυχολόγων Γρεβενών-Κοζάνης-Πτολεμαΐδας.



- Συνεχίστηκαν οι συναντήσεις της Λέσχης Βιβλίου στην πόλη της Κοζάνης.



Διοργάνωση και συμμετοχή σε δράσεις για την περίοδο αναφοράς (II)

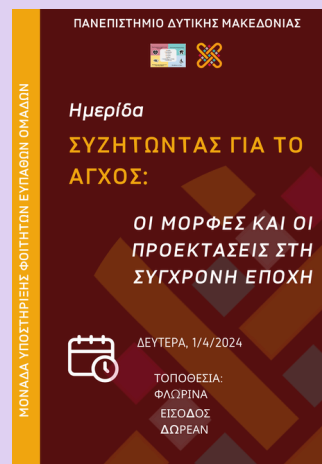
- Την 1η Απριλίου 2024 στην πόλη της Φλώρινας πραγματοποιήθηκε Ημερίδα με τίτλο: «Συζητώντας για το άγχος: Οι μορφές και οι προεκτάσεις του στη σύγχρονη εποχή».

Την εκδήλωση χαιρέτισαν η Αντιπρυτάνισσα Διεθνών Σχέσεων, Εξωστρέφειας και Ολιστικής Μέριμνας ΠΔΜ Καθ. Γρίβα Ελένη, η Κοσμητόρισα της Σχολής Κοινωνικών και Ανθρωπιστικών Επιστημών ΠΔΜ Καθ. Παπαδοπούλου Πηνελόπη, ο Κοσμήτορας της Σχολής Γεωπονικών Επιστημών ΠΔΜ Καθ. Παπαθανασίου Φωκίων, ο Καθ. Μπούζας Βασίλειος της Σχολής Καλών Τεχνών ΠΔΜ και ο Επιστημονικά Υπεύθυνος της ΜΥΦΕΟ Καθ. Πνευματικός Δημήτριος.

Ομιλητές/τριες της Ημερίδας ήταν ο Επιστημονικά Υπεύθυνος της ΜΥΦΕΟ, Καθ. Δημήτριος Πνευματικός, οι Ψυχολόγοι της Δομής Ψυχολογικής και Συμβουλευτικής Υποστήριξης (ΔΟ.ΨΥ.Σ.Υ.) της ΜΥΦΕΟ του ΠΔΜ κα Ελπίδα Σεψά, κα Θεολογία Τόζιου, κα Μαρία Τουρτουρίδου, κα Άννα Τσινούλη, και κα Ράνια Χατζηλιάδου, η Επόπτρια της ομάδας, Ψυχολόγος κα Δέσποινα Ανδροπούλου, ο Ψυχίατρος της Μονάδας Έγκαιρης Παρέμβασης στην Ψύχωση με έδρα τη Θεσσαλονίκη «ΠΝΟΕΣ SKG», κος Αθανάσιος Ξαφένιας, και η Ακαδημαϊκή Υπότροφος ΠΔΜ, κα Παναγιώτα Χριστοδούλου.

Κατά τη διάρκεια της Ημερίδας υλοποιήθηκαν τρεις στρογγυλές τράπεζες με τις ακόλουθες θεματικές:

- Μετάβαση στην ενηλικίωση: Ερευνητικά και κλινικά δεδομένα
- Μορφές άγχους και σύγχρονες παρεμβάσεις στη δυσφορία
- Ο ρόλος των κοινωνικών μεταβολών στην εξέλιξη του άγχους



- Η εθελοντική φοιτητική ομάδα «Ιθάκες: Ταξίδια Ζωής» συνέχισε τη δράση της με ακόμη μία ομιλία για το εαρινό εξάμηνο 2023-2024. Η ομιλία αφορούσε την εμπειρία της μητέρας ενός παιδιού που έπασχε από λευχαιμία. Με το πέρας της ομιλίας ακολούθησε δειγματοληψία με τη βοήθεια της κας Παρασκευά, εξουσιοδοτημένης από το «Ελπίδα». Η συμμετοχή του φοιτητικού πληθυσμού ήταν μαζική αναδεικνύοντας τη σημασία πλαισίωσης των αιτημάτων που έρχονται από τον ίδιο τον φοιτητικό πληθυσμό.



Σύγχρονες μορφές βίας: Ο διαδικτυακός ρατσισμός υπό το πέπλο της ανωνυμίας

Άννα Τσινούλη, Ψυχολόγος

Βάσει των προαναφερθέντων αναδρομών στα ανθρώπινα δικαιώματα και στο φαινόμενο της ομοφοβίας, αντιλαμβανόμαστε ότι ο δρόμος για την ισότητα είναι μακρύς και συχνά δύσβατος. Πριν εμβαθύνουμε περαιτέρω στα σύγχρονα δεδομένα, ας ξεκινήσουμε την τρέχουσα συζήτηση με έναν διαχρονικό προβληματισμό για την ανθρώπινη συμπεριφορά, τεθειμένο ήδη από τον Πλάτωνα στο έργο του «Πολιτεία»:

Εάν είχαμε την ικανότητα να πράττουμε άορατοι/ες, και κατ' επέκτασιν χωρίς τον φόβο τιμωρίας ή επίκρισης, θα δρούσαμε βάσει του ίδιου κώδικα ηθικής;

Ας επιστρέψουμε στο σήμερα. Τα σύγχρονα τεχνολογικά επιτεύγματα μας δίνουν για πρώτη φορά τη δυνατότητα να απαντήσουμε -σχεδόν κυριολεκτικά- στο ερώτημα αυτό. Ο λόγος γίνεται για την ολοένα αυξανόμενη χρήση του διαδικτύου και των κοινωνικών μέσων, η οποία μας παρέχει την ικανότητα να δρούμε ανώνυμα, ή ακόμη και να «κατασκευάζουμε» μία νέα ταυτότητα, μία νέα περσόνα. Η περσόνα αυτή έχει διαφορετικά χαρακτηριστικά για τον/την καθένα/καθεμία από εμάς. Μπορεί να σημειώνει αλλαγές από την φυσική πραγματικότητα, όπως, παραδείγματος χάριν, το να παρουσιάζεται με αυξομοιώσεις στο σωματικό βάρος, να παρουσιάζεται με πιο χαρούμενη ή λυπημένη διάθεση, να κοινωνικοποιείται πιο εύκολα, να εκθέτει απόψεις που υπό άλλες συνθήκες πιθανώς θα έμεναν στο συρτάρι.

Οι -ίσως αμέτρητοι- δυνητικοί τρόποι ύπαρξης στον κυβερνοχώρο, σε συνδυασμό με την ανωνυμία που παρέχεται, ενισχύουν το φαινόμενο εκδήλωσης συμπεριφορών που υπό φυσικές συνθήκες δεν θα είχαν εκδηλωθεί. Το φαινόμενο αυτό, χαρακτηριζόμενο ως «διαδικτυακή άρση αναστολών (Online Disinhibition Effect)», δύναται να έχει συνέπειες προς δύο κατευθύνσεις, τουλάχιστον ως προς το θιγόμενο ζήτημα της σεξουαλικότητας. Αφενός, δύναται να έχει θετική επίδραση, διευκολύνοντας τη μετάβαση σε ένα «coming out», δημιουργώντας ένα υποστηρικτικό δίκτυο για το άτομο. Ωστόσο, αφετέρου, δύναται να εντείνει την εκδήλωση ομοφοβικών συμπεριφορών, που πιθανώς θα κατακριθούν αυτές καθαυτές, θα αφήσουν ωστόσο «ανέγγιχτο» τον ανώνυμο θύτη. Μία περιήγηση στο TikTok ή στο Twitter είναι αρκετή για να μας πείσει. Θα συναντήσουμε την ομοφοβία στις διαχρονικές μορφές της, όπως χαρακτηρισμοί και απειλές. Θα την συναντήσουμε βέβαια και σε καινούργιες, meta-μοντέρνες: ένα ανώνυμο σχόλιο-απάντηση σε μια δημοσίευση, ένα «story» στο Instagram, ένα κατευθυνόμενο trend στο Twitter, ή σε μια ακόμη πιο ακραία μορφή, ένα βίντεο εκδικητικού πορνό.

Μπορούμε ίσως να υποθέσουμε ότι, από κοινωνιολογικής άποψης, το διαδίκτυο δεν αποτελεί παρά μία αντανάκλαση της κοινωνίας του σήμερα, αλλά στην υπερβολή της (ή στην αλήθεια της;). Αξίζει ωστόσο να σημειωθεί ότι ο κυβερνοχώρος δεν αποτελεί αποκλειστικά έναν χώρο εκδήλωσης του «πραγματικού εαυτού του ατόμου» που υπό άλλες συνθήκες θα παρέμενε καταπιεσμένος. Για τον Suler (2004), φανερώνει απλώς μία ακόμη πτυχή της προσωπικότητας του ατόμου. Υπό αυτή την έννοια, η προσπάθεια κατάργησης μιας διαδικτυακής ταυτότητας δεν συνεπάγεται και εξάλειψη μιας ομοφοβικής στάσης, ακόμη και αν δεν εξωτερικευτεί ποτέ. Συνεπώς, μια λύση απαγόρευσης της ανωνυμίας στο διαδίκτυο ή μια πιθανή κατάργηση των κοινωνικών δικτύων θα ήταν επιφανειακή, και δεν θα αντιμετώπιζε το ζήτημα του εκφοβισμού και της ομοφοβίας στις ρίζες του.

Υπό το πρίσμα μιας πιο γενικευμένης απλοϊκής οπτικής, θα λέγαμε ότι ενώ η ύπαρξη ποινών δύναται να περιορίσει παραβατικές συμπεριφορές, σπάνια τις εξαλείφει ολοκληρωτικά. Η λύση πρέπει να προέλθει μέσα από την ίδια την κοινωνία, με την ευαισθητοποίηση, την καλλιέργεια του ανθρωπιστικού ιδεώδους και τον αγώνα υποστήριξης των μειονοτήτων. Η ιστορία, άλλωστε, δείχνει πως οι μεγάλες μεταβολές στην κοινωνία και η κατάκτηση των ανθρωπίνων δικαιωμάτων επήλθαν όταν τα μέλη της λειτούργησαν ως ομάδα, με ενσυναίσθηση και αυτοφροντίδα.

Προτεινόμενη βιβλιογραφία:

Suler, J. (2004). The online disinhibition effect. *Cyberpsychology & Behavior*, 7(3), 321-326. <https://doi.org/10.1089/1094931041291295>

Ομοφοβία: Κατανοώντας και Αντιμετωπίζοντας τις Προκαταλήψεις

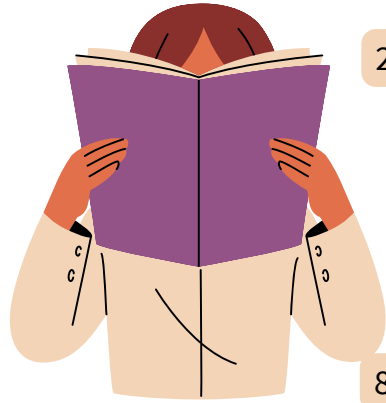
Μαρία Τουρτουρίδου, Ψυχολόγος

Ο όρος «ομοφοβία» εισήχθη από τον Αμερικανό ψυχολόγο George Weinberg το 1969. Ο Weinberg χρησιμοποίησε τον όρο για να περιγράψει τον φόβο και την απέχθεια που ένιωθαν ορισμένα άτομα προς τους ομοφυλόφιλους. Ο ίδιος ήταν ένθερμος υποστηρικτής των δικαιωμάτων των LGBTQ+ ατόμων και προσπάθησε να επιστήσει την προσοχή στις αρνητικές επιπτώσεις που έχει η ομοφοβία, τόσο για τα άτομα που την βιώνουν, όσο και για την κοινωνία γενικότερα. Ο όρος εμφανίστηκε στο βιβλίο του «Society and the Healthy Homosexual» που εκδόθηκε το 1972, όπου αναλύει τις προκαταλήψεις και τις διακρίσεις εναντίον των ομοφυλόφιλων και την ανάγκη για αλλαγή στη στάση της κοινωνίας.

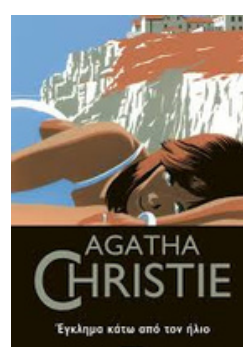
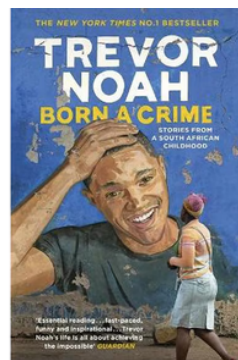
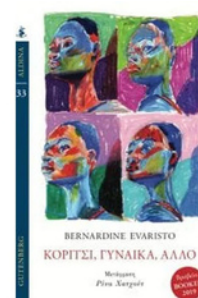
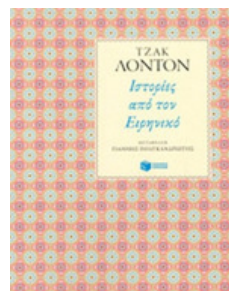
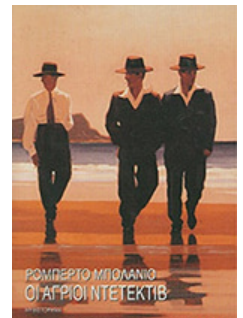
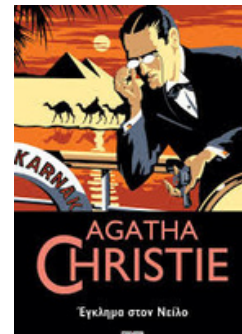
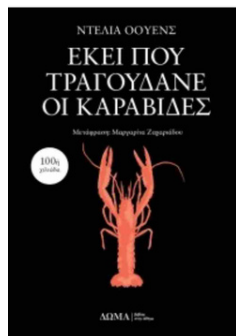
Ο όρος, λοιπόν, αναφέρεται στον φόβο, την προκατάληψη, τη μισαλλοδοξία και τις διακρίσεις εναντίον των ατόμων που ανήκουν στην LGBTQ+ κοινότητα. Μπορεί να εκδηλωθεί με λεκτική και σωματική βία, με ψυχολογική βία καθώς και μέσω του κοινωνικού αποκλεισμού και των διακρίσεων στην εργασία. Καθώς η κοινωνία εξελίσσεται και οι αξίες της προσαρμόζονται, είναι κρίσιμο να κατανοήσουμε τις αιτίες, τις επιπτώσεις και τους τρόπους αντιμετώπισης της ομοφοβίας.

Οι αιτίες της εκδήλωσης και διατήρησης τέτοιων φαινομένων μίσους είναι πολλές και συνδέονται με κοινωνικούς, πολιτιστικούς, ψυχολογικούς ακόμη και θρησκευτικούς παράγοντες. Σε πολλές κοινωνίες, οι παραδοσιακές αξίες και οι ρόλοι των φύλων προωθούν την ετεροκανονικότητα και απορρίπτουν τις διαφορετικές σεξουαλικές ταυτότητες. Για τον λόγο αυτό, πολλά άτομα μπορεί να αισθάνονται πίεση να συμμορφωθούν με τις κοινωνικές νόρμες και να απορρίπτουν οτιδήποτε θεωρείται διαφορετικό. Η έλλειψη πληροφόρησης σχετικά με την LGBTQ+ κοινότητα μπορεί να οδηγήσει σε παρανοήσεις και προκαταλήψεις. Οι ιστορικές διώξεις και διακρίσεις κατά των LGBTQ+ ατόμων έχουν δημιουργήσει βαθιές ρίζες ομοφοβικών στάσεων στην κοινωνία. Η μακροχρόνια προώθηση των παραδοσιακών ρόλων των φύλων έχει συμβάλει στη δημιουργία και συντήρηση της ομοφοβίας. Επιπλέον, ορισμένες θρησκείες και θρησκευτικές κοινότητες απορρίπτουν την ομοφυλοφιλία και θεωρούν την ετεροκανονικότητα ως τη μόνη αποδεκτή μορφή σεξουαλικότητας. Οι δηλώσεις και οι πράξεις θρησκευτικών ηγετών μπορούν να ενισχύσουν τις προκαταλήψεις και τις διακρίσεις κατά των LGBTQ+ ατόμων. Τέλος, σε χώρες όπου το νομοθετικό πλαίσιο δεν προστατεύει τα δικαιώματα των LGBTQ+ ατόμων, παρατηρείται μεγαλύτερο ποσοστό ομοφοβικών στάσεων.

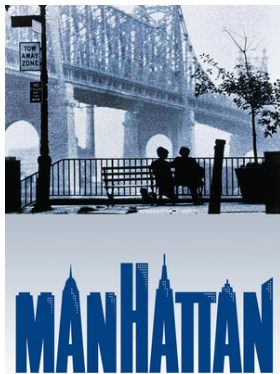
Το καλοκαίρι είναι μία εποχή συνυφασμένη με τη ξεκούραση και τη χαλάρωση για όλους και όλες. Η Μονάδα μας σας προτείνει βιβλία για τις διακοπές σας:



1. Η εγγονή του Bernhard Schlink
2. Μηχανικοί καταρράκτες της Σώτης Τριανταφύλλου
3. Τα κινέζικα κουτιά της Σώτης Τριανταφύλλου
4. Έγκλημα στο Νείλο της Agatha Christie
5. Έγκλημα κάτω από τον ήλιο της Agatha Christie
6. Αμόκ και άλλες νουβέλες του Zweig Stefan
7. Οι άγριοι ντετέκτιβ του Bolano Roberto
8. Εκεί που τραγουδάνε οι καραβίδες της Owens Delia
9. Ιστορίες από τον Ειρηνικό του Jack London
10. Κορίτσι, γυναίκα, άλλο της Bernardine Evaristo
11. Πρόλετκουλτ από τους Wu Ming
12. Φοβάμαι Ταυρομάχε του Pedro Lemebel
13. Μικρά πράγματα σαν αυτά της Claire Keegan
14. Άννα Καρένινα του Leo Tolstoi
15. Στη γη είμαστε πρόσκαιρα υπέροχοι του Ocean Vuong
16. Born a Crime του Trevor Noah



Η Μονάδα σας προτείνει ταινίες για τις διακοπές σας:



1. Call me by your name
2. Your Name
3. The tale of Princess Kaguya
4. Μυστηριώδεις φόντοι στο Μανχάταν
5. Ερωτική Επιθυμία
6. Το αλάτι



7. Μια νύχτα στον κόσμο

8. Γάζα αγάπη μου

9. Pride

10. Big Fish: Απίθανες Ιστορίες

11. A New Leaf



11. Green Book
12. Σταθμός : Νέα Υόρκη
13. Φθηνά τσιγάρα
14. Ας περιμένουν οι γυναίκες
15. Εκεί που τραγουδάνε οι καραβίδες

Η ομάδα της ΜΥΦΕΟ σας
εϋχεται καλά ταξίδια και
καλό καλοκαίρι!



ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ
<https://myfeo.uowm.gr/>



ΜΥΦΕΟ ΠΔΜ



myfeo.uowm.gr-Γραμματεία
myfeo.psy.gre@uowm.gr-Γρεβενά
myfeo.psy.kas@uowm.gr-Καστοριά
myfeo.psy.koz@uowm.gr-Κοζάνη
myfeo.psy.pt@uowm.gr-Πτολεμαίδα
myfeo.psy.flo@uowm.gr-Φλώρινα