

## Πρόγραμμα έκθεσης Πλατεία Ελευθερίας 18 -25 Ιουλίου 2023

### Τρίτη 18 Ιουλίου 2023

- 11:00 – 13:00 Ενημέρωση για την πρόληψη στην υγεία μας από το Διαγνωστικό Κέντρο Ηρόδοτος  
19:30 – 20:30 Αγιασμός από την Αρχιεπισκοπή Κρήτης & Εγκαίνια/Εναρξη έκθεσης από τον Περιφερειάρχη Κρήτης Σταύρο Αρναουτάκη  
Χαιρετισμός από την πρόεδρο του συλλόγου, Εβελίνα Μπάκιντα  
20:30 – 21:00 Εναρκτήρια Ομιλία, Δρ. Μαρία Μπάστα, Δ/ντρια Ψυχιατρικής Μονάδας ΠΑΓΝΗ  
21:00 – 23:00 Μουσική Βραδιά: Κρητικό συγκρότημα Βαμβουκάκη Γιάννη

### Δρώμενα στα περίπτερα:

- Καλαθοπλεκτική, **Boukaraki Handmade**
- Αργαλειός από Χειροποίητο **Αργαστήρι ΑΝΘΕΜΙΟ**
- Γευσιγνωσία κρασιών, **Titakis Wines**

### Τετάρτη 19 Ιουλίου 2023

- 11:00 – 13:00 Ενημέρωση για την πρόληψη στην υγεία μας από το Διαγνωστικό Κέντρο Ηρόδοτος  
18:00 – 19:00 Δια-δραστική Ομιλία: Αναζητώντας το περιεχόμενο, την αξία και την επίδραση "της αλλαγής και της εξέλιξης" στην εποχή μας, με παιγνιώδη-βιωματική προσέγγιση δια της μεθόδου του θεατρικού παιχνιδιού, Ψυχοπαιδαγωγός, Εμψυχώτρια, Μαρουλίτα Σμυρνάκη. *Δράση κάτω από το Δέντρο της Ζωής*  
19:00 – 20:00 Θεατρική Ομάδα Πασπαρτού – Μουσική για παιδιά μεγάλα και μικρά.  
20:00 – 20:30 Παρουσίαση πλατφόρμας ευρέσεως εργασίας Μαρία Παπαδακάκη, Επίκουρη Καθηγήτρια στο Τμήμα Κοινωνικής Εργασίας ΕΛΜΕΠΑ, Λάμπρος Καμπουράκης, Αντιπεριφερειάρχης στον τομέα Κοινωνικής Πολιτικής Περιφέρειας Κρήτης  
20:30 – 21:00 Εργασιακή Συμβουλευτική:
  - «Πώς μπορώ να δημιουργήσω ένα ελκυστικό εργασιακό περιβάλλον», Αργυρώ Καθήρη, MSc Business Psychology (HRethinking)
  - «Αξιολόγηση και tips για ένα ελκυστικό βιογραφικό», Μαρία Νταγλήρη, Σύμβουλος Επιχειρήσεων
- 21:00 – 23:00 Μουσική Βραδιά: Συναυλία Μικτής Χορωδίας Περιφερειακής Ενότητας Ηρακλείου, Διεύθυνση Λένα Χατζηγεωργίου, στο πιάνο ο Νίκος Κοκκίνης
  - *Κέρασμα από την κοινότητα Ουκρανών Γυναικών, Πλοηγός Αναπτυξιακή*

### Δρώμενα στα περίπτερα:

- Καλαθοπλεκτική, **Boukaraki Handmade**
- Αργαλειός από Χειροποίητο, **Αργαστήρι «ΑΝΘΕΜΙΟ»**
- Γευσιγνωσία κρασιών, **Titakis Wines**

Ραδιοφωνικός σταθμός UP 92,9 θα εκπέμπει ζωντανά από την έκθεση 17:00 -21:00

## Πέμπτη 20 Ιουλίου 2023

- 11:00 – 13:00 Ενημέρωση για την πρόληψη στην υγεία μας από το Διαγνωστικό Κέντρο Ηρόδοτος
- 18:00 – 18:30 Παρουσίαση Βιβλίου «Κυρία Σιντορέ» με τη Μαρία Καρυωτάκη, *Δράση κάτω από το Δέντρο της Ζωής*
- 18:30 – 19:00 Ομιλία «Πώς οι ορμόνες επηρεάζουν την ομορφιά και την ψυχική υγεία της γυναίκας στο πέρασμα των χρόνων», Δέσποινα Μπούρα καθηγήτρια φαρμακολογίας
- 19:00 – 19:30 Ομιλία “Ψυχική υγεία και Διατροφή “ , Αγγελική Σιώζου, Διατροφολόγος
- 19:30 – 21:00 Make-up tips από το Mani-Pedi / Χτενίσματα & Tips από τον Σύλλογο Κομμωτών  
Πασαρέλα: Παρουσίαση χειροποίητου ενδύματος & κοσμήματος, αξεσουάρ
- 21:00 – 22:00 Παρουσίαση Latin Χορών από την Ομάδα του Πολιτιστικού Συλλόγου Latin Αγίου Ιωάννου, υπεύθυνη Κρύστη Κακουλάκη & Παρουσίαση Tango από τον Σύλλογο Tangoneon
- *Κέρασμα από Κρητικό Διατροφικό Πολιτισμό: Επισκοπή & Μυλοπόταμο, Πλοηγός Εκπαιδευτική Αναπτυξιακή*

### Δρώμενα στα περίπτερα:

- *Παρασκευή χειροποίητου ζυμαρικού 19:00 – 20:00, Το Μαγγίρι*
- *Γευσιγνωσία κρασιών, Titakis Wines*
- *Αργαλειός από Χειροποίητο, Αργαστήρι Ανθέμιο*
- *Καλαθοπλεκτική Boukaraki Handmade*

## Παρασκευή 21 Ιουλίου 2023

- 17:00 – 18:00 Έκφραση μέσω της ζωγραφικής από το Εργαστήριο Ιδεών, *Δράση κάτω από το Δέντρο της Ζωής*
- 18:00 – 18:30 Παρουσίαση Βιβλίου «Το δέντρο της Ισότητας» Μαρία Βοζικάκη, από την κ. Άννα Στουμπίδη, νηπιαγωγό, διευθύντρια 22ου νηπιαγωγείου Ηρακλείου, αντιπρόεδρος του ΣΕΠΕ ν. Ηρακλείου Δ. Θεοτοκόπουλος και αναπληρώτρια αιρετή ΠΥΣΠΕ Ηρακλείου. *Δράση κάτω από το Δέντρο της Ζωής*
- 18:30 – 19:00 Ομιλία “ Ενδυνάμωση Γυναίκας” Μαρία Καναβάκη, Αντιδήμαρχος, Πρόεδρος Ένωσης Γυναικών Ελλάδας (ΕΓΕ)
- 19:00 – 20:30 Συγκρότημα Μω και Ρέω
- 20:30 – 22:30 Ιστορίες αποτυχίας πριν την επιτυχία “Fuckup Nights Crete Vol. 2 Female Voice” Διοργάνωση Bizrupt
- *Κέρασμα από Μπύρα Σόλο*

### Δρώμενα στα περίπτερα:

- *Γευσιγνωσία κρασιών, Titakis Wines*
- *Καλαθοπλεκτική, Boukaraki Handmade*
- *Αργαλειός από Χειροποίητο, Αργαστήρι Ανθέμιο*

### Σάββατο 22 Ιουλίου 2023

- 18:00 – 19:00 Παρουσίαση ΚΑΡΠΑ από την εθελοντική ομάδα «Φίλιος Ζεύς», Δράση κάτω από το Δέντρο της Ζωής
- 19:00 – 20:00 Παρουσίαση Σοροπτιμιστικού Ομίλου και Χορωδία
- 20:00 – 21:00 Τιμητική Βράβευση Γυναικών με πολύπλευρη προσφορά στην κοινωνία των πολιτών και την επιχειρηματικότητα.
- 21:00 – 22:00 Μουσική στην κοινότητα: η τέχνη δίπλα στη γυναίκα συμπεριληπτικά κ ενάντια σε κάθε τύπου βίας και έμφυλης βίας. Εργαστήριο για μουσική του σώματος σε συνεργασία με το Εργαστήριο Θεάτρου Κινηματογράφου και Μουσικής του Πανεπιστημίου Κρήτης. Εμφυλώνει ο μουσικός Γιάννης Παπατζανής
- Κέρασμα από τα κρασιά **Titakis Wines**

#### Δρώμενα στα περίπτερα:

- Face Painting σε παιδιά 16:00 -21:00, **AivCreation**
- Γευσιγνωσία κρασιών, **Titakis Wines**
- Καλαθοπλεκτική, **Boukaraki Handmade**
- Αργαλειός, Χειροποίητο **Αργαστήρι Ανθέμιο**

### Κυριακή 23 Ιουλίου 2023

- 19:00-20:00 Δράσεις με Αργαλειό Ειρήνη Τσιράκου
- 20:00-21:00 Παρουσίαση της Κρητικής Φορεσιάς από το Λύκειο Ελληνίδων
- 21:00-23:00 Μουσική Βραδιά: Κρητικό συγκρότημα Σωμαράκης Αντώνης  
Κρητικοί Χοροί από το Λύκειο Ελληνίδων
- Κέρασμα παραδοσιακού Ξινόχοντρου, **Εύα Κεφαλογιάννη**

#### Δρώμενα στα περίπτερα:

- Ζωγραφική σε ύφασμα 16:00 -21:00, **AivCreation**
- Καλαθοπλεκτική, **Boukaraki Handmade**
- Αργαλειός, Χειροποίητο **Αργαστήρι Ανθέμιο**
- Γευσιγνωσία κρασιών, **Titakis Wines**

### Δευτέρα 24 Ιουλίου

- 17:00 – 20:00 Σύμπραξη με τον Σύλλογο «Αιματοκρήτη», Εθελοντική Αιμοδοσία & Δειγματοληψία σιέλου για Δωρεά των Οργάνων, Δράση κάτω από το «Δέντρο της Ζωής»
- 19:30-20:30 Παρουσίαση «Πώς οι πολεμικές τέχνες και το IL SHIM KWAN συμβάλουν στην σωματική, διανοητική και συναισθηματική εξέλιξη και ισορροπία» Σχολή IL SHI KWAN, Κώστας Μόρτογλου

- 20:30-21:00 Ομιλία για την ψυχική υγεία από την Διευθύντρια της Κλινικής Αγ. Χαράλαμπος, Δρ .Εύα-Μαρία Τσαπάκη, Επίκουρος Καθηγήτρια ΑΠΘ
- 21:00 –23:00 Μουσική Βραδιά: Κρητικό συγκρότημα Μανώλη Κουγιουμουτζάκη

Δρώμενα στα περίπτερα:

- Καλαθοπλεκτική, **Boukaraki Handmade**
- Αργαλειός, Χειροποίητο **Αργαστήρι Ανθέμιο**
- Γευσιγνωσία κρασιών, **Titakis Wines**

Τρίτη 25 Ιουλίου 2023

- 19.00 - 20.00 Χαιρετισμός Λάμπρου Βαμβακά, Εντεταλμένου Περιφερειακού Συμβούλου, Δημόσιας Υγείας, Πρόεδρος Περιφερειακής Επιτροπής Ισότητας των Φύλων Κρήτης (ΠΕΠΙΣ Κρήτης). για τη δράση του Αυτοτελούς Γραφείου Ισότητας Περιφέρειας Κρήτης  
Χαιρετισμός Αντιδημάρχου, Ρένας Παπαδάκη-Σκαλίδη  
Χαιρετισμός Προέδρου Συλλόγου Μονογονεϊκών Οικογενειών Ηρακλείου, Μερίνας Ματζαπετάκη
- 20:00 –20.30 Ομιλία «Digital Wellness: Πώς θα αποκτήσετε μια υγιή σχέση με την τεχνολογία», Ροδούλα Καφτάκη, συγγραφέας και εκπαιδευτικός Πληροφορικής
- 20.30 –21:30 Παρουσίαση “Don’t Be a Victim” πρόληψη κι αντιμετώπιση ενάντια στην βία κατά των γυναικών, εισηγητής: Τάσος Λουφαρδάκης, Δάσκαλος Πολεμικών Τεχνών Προπονητής Α.Σ. Λάβρης –Six Blades Jiu Jitsu
- 21:30 –23:00 Ρεμπέτικη-Λαϊκή Μουσική Βραδιά με την μεσόφωνο Άννα Κώτη, τον Μιχάλη Κώτη και τον Πέτρο Σπυριδάκη
- Κέρασμα από την κοινότητα Αφγανών Γυναικών, **Πλοηγός Εκπαιδευτική Αναπτυξιακή**

Δρώμενα στα περίπτερα

- Καλαθοπλεκτική, **Boukaraki Handmade**
- Αργαλειός, Χειροποίητο **Αργαστήρι Ανθέμιο**
- Γευσιγνωσία κρασιών, **Titakis Wines**

Καθημερινές Δράσεις με Εθελοντικό Χαρακτήρα!

- Υγειονομική κάλυψη της έκθεσης από την εθελοντική ομάδα Πρώτων Βοηθειών «Φίλιος Ζευς» (18.00-21.00)
- Συλλογή τροφίμων για τις οικονομικά ευάλωτες οικογένειες που στηρίζει η Αποστολή Αγάπης (δρώμενο στο περίπτερο)

ΣΥΝ-ΔΙΟΡΓΑΝΩΣΗ



ΥΠΟ ΤΗΝ ΑΙΓΙΔΑ





## ΧΟΡΗΓΟΙ



Άγιος Χαράλαμπος  
ΚΛΙΝΙΚΗ ΨΥΧΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ



## ΜΕ ΤΗΝ ΣΤΗΡΙΞΗ



Επιμελητήριο Ηρακλείου  
Heraklion Chamber of Commerce & Industry



## ΧΟΡΗΓΟΙ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ



Religious  
Tour  
Πρακτορείο Θρησκευτικού  
Τουρισμού

Αναπτυξιακός Σύλλογος Γυναικών Επιχειρηματιών Κρήτης  
Εβελίνα Μπάκιντα τ. 6979973124  
<https://womencrete.gr>, [women.crete@gmail.com](mailto:women.crete@gmail.com)  
<https://www.facebook.com/cretanbusinesswomen>

Συν-διοργάνωση:



ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΚΡΗΤΗΣ  
REGION OF CRETE