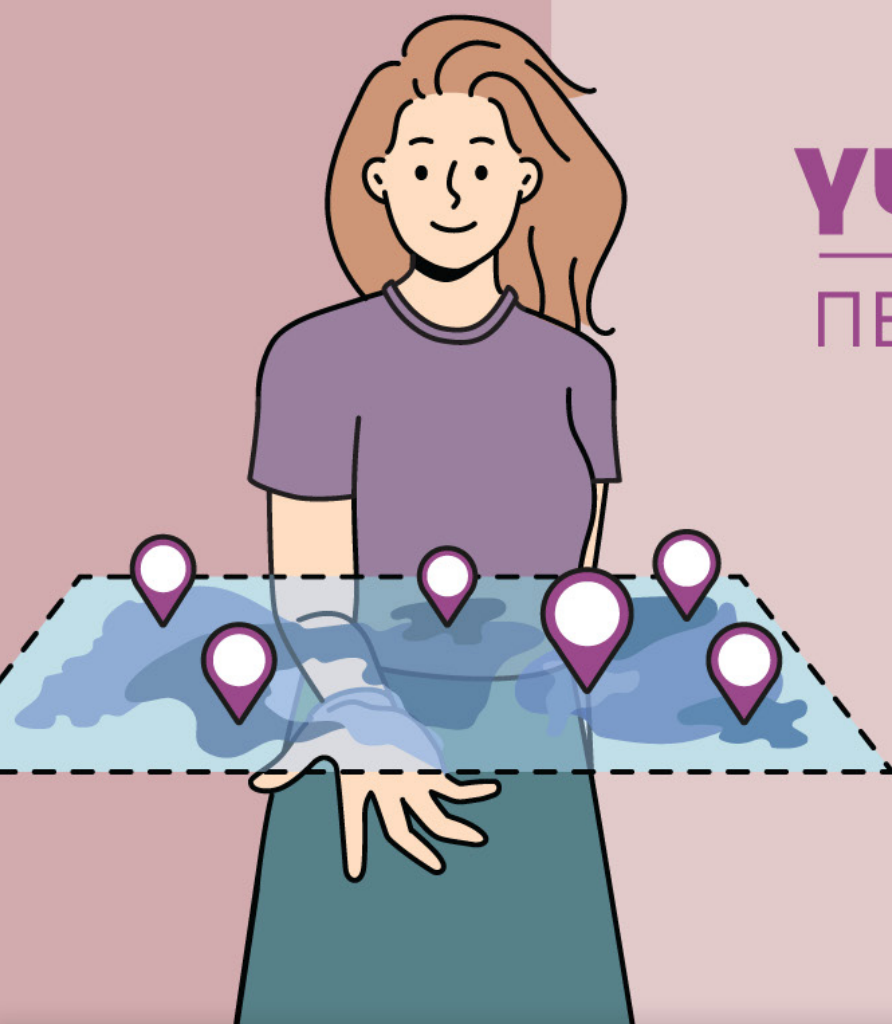


ΓΥΝΑΙΚΕΣ ΤΟΥ ΔΗΜΟΥ ΚΑΛΥΜΝΙΩΝ



ΕΡΕΥΝΑ

γυναίκες — ΤΗΣ — ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΣ

WHEN
EQUITY · EMPOWERMENT · CHANGE

ΜΕ ΤΗ ΔΩΡΕΑ



Ίδρυμα
Αθηνάς Ι.
Μαρτίνου

ΟΜΑΔΑ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

ΕΡΕΥΝΗΤΙΚΗ / ΣΥΓΓΡΑΦΙΚΗ ΟΜΑΔΑ

Στέλλα Κάσδαγλη, Συνιδρύτρια WHEN & inc.lude, Συγγραφέας

Πνεελόπη Θεοδωρακάκου, Συνιδρύτρια WHEN & inc.lude

Βάσια Αλετρά, Project Coordinator, WHEN

ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΗ ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ

Μαρία Παρταλίδου, Καθηγήτρια, Τμήμα Γεωπονίας,

Τομέας Αγροτικής Οικονομίας, Εργαστήριο Γεωργικών Εφαρμογών

& Αγροτικής Κοινωνιολογίας, Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης

Η έρευνα είναι μια πρωτοβουλία του WHEN και υλοποιείται με την υποστήριξη διαφορετικών φορέων και οργανισμών ανά περιοχή.

Η έρευνα στον Δήμο Καλυμνίων υλοποιήθηκε με την υποστήριξη του Ιδρύματος Αθηνάς Ι. Μαρτίνου.

Αθήνα, Ιανουάριος 2026

Σχεδιασμός report | coppola.gr

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Ο τεχνολογικός μετασχηματισμός στην εργασία και τη διά βίου εκπαίδευση πρόσφεραν νέες διευρυμένες ευκαιρίες ενδυνάμωσης, επιμόρφωσης και απασχόλησης σε γυναίκες, ακόμα και στις πιο απομακρυσμένες περιοχές της χώρας. Το χάσμα όμως παραμένει ανάμεσα στη συμμετοχή των γυναικών αυτών και εκείνων από μεγάλα αστικά κέντρα, τόσο αναφορικά με τις ίσες ευκαιρίες στην αγορά εργασίας όσο και με την ισότιμη πρόσβαση σε προγράμματα επιμόρφωσης από διάφορους οργανισμούς, όπως το WHEN.

Ορμώμενη από τη διαπίστωση αυτή, η ομάδα του WHEN εγκαινίασε το 2023 μια μεγάλη εμπειρική έρευνα πεδίου σε γυναίκες από μικρές πόλεις και χωριά σε απομακρυσμένα σημεία της Ελλάδας, με στόχο να διερευνήσει τις ιδιαίτερες ανάγκες, τις προκλήσεις, τα εμπόδια και τις ευκαιρίες που καλούνται να διαχειριστούν στη διάρκεια της εκπαιδευτικής και επαγγελματικής τους πορείας. Στόχος μας είναι να βασιστούμε στα ευρήματα που θα προκύψουν, για να προτείνουμε & να σχεδιάσουμε πολιτικές και εργαλεία που θα ενισχύσουν τη συμμετοχή των γυναικών από κάθε γωνιά της χώρας στην εργασία και τη διά βίου εκπαίδευση ώστε να γίνει τελικά δυνατή η ισότιμη πρόσβαση και να μειωθεί το χάσμα ανάμεσα στις αγροτικές και αστικές περιοχές.

Η έρευνα αναμένεται να επικεντρωθεί σε 10 περιοχές της χώρας και σε συγκεκριμένες μελέτες περίπτωσης που θα οριστούν με βάση: α) τα χαρακτηριστικά των περιοχών και τη σύνδεσή τους με τις προκλήσεις της επικαιρότητας και β) τη διασφάλιση της κοινωνικο-οικονομικής και γεωγραφικής ποικιλομορφίας των υπό εξέταση περιοχών.

Τα αποτελέσματά της θα δημοσιεύονται σταδιακά, με την τελική επικοινωνία και τη διάδοση των συνολικών ευρημάτων και προτάσεων μέσα στο 2026.

Είμαστε ευγνώμονες γι' αυτή την ευκαιρία που μας προσφέρουν οι χορηγοί της πρωτοβουλίας αυτής αλλά και οι κατά τόπους φορείς (τοπική αυτοδιοίκηση, κοινωνία των πολιτών, άτυπες ομάδες και δίκτυα, κρατικές δομές κ.α.) προκειμένου να «ρίξουμε φως» στις ανάγκες ενδυνάμωσης των γυναικών σε συγκεκριμένες -και αόρατες προς το παρόν- περιοχές της Ελλάδας.

Είμαστε ευγνώμονες και για τη συμμετοχή των ίδιων των γυναικών οι οποίες άνοιξαν τα σπίτια τους και τις καρδιές τους για να μοιραστούν τις εμπειρίες της ζωής τους μαζί μας.

Ευχόμαστε, δε, τα αποτελέσματα του έργου αυτού να συνεισφέρουν στο σχεδιασμό και την υλοποίηση ουσιαστικών και μακρόπνοων πρωτοβουλιών που θα ενισχύσουν την ενεργό συμμετοχή των γυναικών, από κάθε γωνιά της χώρας, στην επαγγελματική, οικονομική και κοινωνική ζωή, και θα προωθήσουν τις αξίες της έμφυλης ισότητας και συμπερίληψης σε κάθε πτυχή της δημόσιας και ιδιωτικής δραστηριότητας.

ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ & ΠΕΡΙΟΡΙΣΜΟΙ ΔΙΕΡΕΥΝΗΣΗΣ

Η έρευνα δράσης (action research) που πραγματοποιήσαμε στον Δήμο Καλυμνίων βασίστηκε σε εργαλεία ποιοτικών μεθόδων κοινωνικής έρευνας και της κατανόησης του κοινωνικού κόσμου, μέσω της ερμηνείας του από όσες γυναίκες συμμετείχαν. Οι ερευνήτριες συνεργάστηκαν με μέλη της τοπικής κοινωνίας για τη διάγνωση των προβλημάτων τους και την διερεύνηση αντίστοιχων λύσεων. Παράλληλα, πραγματοποιήθηκαν εργαστήρια με γυναίκες συγκεκριμένων περιοχών προκειμένου να απαντηθούν τα βασικά ερωτήματα και προβληματισμοί της έρευνας.

Στο σημείο αυτό θα πρέπει να διευκρινίσουμε ότι τα ευρήματα δεν προορίζονται προς γενίκευση στο σύνολο κάποιου πληθυσμού γυναικών στην ύπαιθρο αλλά βάζουν στο επίκεντρο την ποιότητα των θεωρητικών συλλογισμών και αποτελεσμάτων (Bryman, 2016).



Οι συμμετέχουσες στα εργαστήρια κλήθηκαν να μοιραστούν τις προκλήσεις που αντιμετωπίζουν στην καθημερινή τους ζωή και τον τρόπο με τον οποίο βλέπουν το μέλλον τους, και στη συνέχεια να εντοπίσουν πιθανές λύσεις για τις προκλήσεις αυτές, εμπόδια που ενδέχεται να δυσχεράνουν τις λύσεις, καθώς και «βοηθούς» -ευνοϊκές συνθήκες, συνήθειες, τάσεις ή φορείς- που μπορούν να λειτουργήσουν υποστηρικτικά για τον σχε-

διασμό και την εφαρμογή των προτάσεών τους. Η μεθοδολογία των εργαστηρίων βασίστηκε σε εργαλεία όπως το Δέντρο Προκλήσεων, το Δέντρο Λύσεων και το Ταξίδι της Αλλαγής (Journey of change). Στο τέλος του κάθε εργαστηρίου, ζητήσαμε επίσης από τις συμμετέχουσες να μοιραστούν με ποιους τρόπους (διαύλους επικοινωνίας, λέξεις κλπ.) μπορεί να φτάσει στις ίδιες η πληροφορία ότι μία ή περισσότερες από τις προτεινόμενες λύσεις είναι διαθέσιμη στην περιοχή τους.

Η διαδικασία επικοινωνίας με τις γυναίκες κάθε ηλικιακής κλάσης, πριν από την υλοποίηση των διερευνητικών εργαστηρίων, καθώς και η ενεργοποίησή τους για τη διάχυση της σχετικής πληροφορίας διήρκεσε περίπου 8 εβδομάδες. Αξίζει να σημειωθεί ότι η υποστήριξη φορέων, αλλά κυρίως ατόμων, σχετικά με την ομαλή ενσωμάτωση της ομάδας έργου στην τοπική κοινότητα, τη διάχυση όλης της σχετικής πληροφορίας και την υποστήριξη με κάθε δυνατό τρόπο, συνέβαλε σημαντικά τόσο στην επιτυχημένη διεξαγωγή της έρευνας στο πεδίο, όσο και στην καλύτερη κατανόηση του κοινωνικο-οικονομικού πλαισίου και τους τρόπους που αυτό επηρεάζει τις ζωές και τις προοπτικές των γυναικών του Δήμου Νάξου και Μικρών Κυκλάδων.

Τόσο κατά την προετοιμασία και τη διεξαγωγή των εργαστηρίων, όσο και στη φάση επεξεργασίας των σχετικών δεδομένων και παρουσίασης των αποτελεσμάτων τηρήθηκαν όλοι οι κανόνες δεοντολογίας της έρευνας πεδίου, η ανωνυμία και η ενήμερη συγκατάθεση όλων των υποκειμένων της έρευνας.

Τα εργαστήρια

Το πρώτο βήμα που πραγματοποίησε η ομάδα έργου ήταν να έρθει σε επικοινωνία με τοπικούς/ές πληροφορητές/τριες «κλειδιά» προκειμένου να γίνει μια αρχική συνέντευξη εις βάθος με αυτές/αυτούς, σε μια προσπάθεια αρχικής καταγραφής της κατάστασης, αλλά και με στόχο την επιλογή των συμμετεχουσών. Οι συμμετέχουσες προσκλήθηκαν για να συμμετάσχουν στη διαδικασία μέσω δειγματοληψίας χιονοστιβάδας, δηλαδή ξεκινώντας με προτάσεις για συμμετέχουσες γυναίκες από τους παρακάτω τοπικούς «δρώντες» αλλά και από τοπικές επιχειρήσεις και από επιδραστικές γυναίκες της κοινότητας, στην ευρύτερη περιοχή του Δήμου Καλυμνίων. Στη συνέχεια, οι πρώτες γυναίκες που προτάθηκαν πρότειναν με τη σειρά τους άλλες γυναίκες κ.ο.κ.

- Άγιος Παντελεήμων - Σωματείο Γονέων και Κηδεμόνων ατόμων με ειδικές ανάγκες Επαρχίας Καλύμνου	- Πολιτιστικός Σύλλογος Σκαλίων Καλύμνου
- Αντιδήμαρχος Οικονομικών και Διοικητικών Θεμάτων	- Σωματείο «Άγιος Νικόλαος»
- Αντιδήμαρχος Παιδείας και Πολιτισμού	- Σωματείο «Τρεις Ιεράρχες»
- Αντιδήμαρχος Τουρισμού, Αποδήμων και Δημοσίων Σχέσεων	- Σύλλογος Εθελοντών Αιμοδοτών Καλύμνου «Ο Άγιος Παντελεήμων»
- Εμπορικό Επιμελητήριο Καλύμνου	- Σύλλογος Εκπαιδευτικών Π.Ε. Επαρχίας Καλύμνου
- Εμπορικός Σύλλογος Καλύμνου - Ο Ερμής	- Σύλλογος Γονέων και Κηδεμόνων 2ου Δημοτικού Σχολείου Πόλεως Καλύμνου
- Επαρχείο Καλύμνου	- Σύλλογος Γυναικών Αυτοδυστριών Καλύμνου «Η κόρη της Καλύμνου»
- Θεατρική ομάδα Καλύμνου	- Χορευτικός Σύλλογος Μαϊάνδρος
- Λύκειο των Ελληνίδων	- Χορωδία Μελίρρυτον
- Πολιτιστικός και Περιβαλλοντικός Σύλλογος Καντούνι-Λινάρια	- Ωκεανίδες
- Πολιτιστικός Σύλλογος Καλύμνου «Κάλυμνος»	- Kalymnos Association of Tourist Accomodation «Xenias»
- Πολιτιστικός Σύλλογος Καλύμνου «Η πρόοδος»	- Kalymnos Times

Εν τέλει σχεδιάστηκαν και υλοποιήθηκαν τρία τρίωρα εργαστήρια στο Κέντρο Πολιτισμού, Ιστορίας & Τέχνης στην Πόθια της Καλύμνου, στα οποία συνολικά συμμετείχαν 25 γυναίκες.

Κατανομή των συμμετεχουσών ανά περιοχή και κλάση ηλικιών

ΠΕΡΙΟΧΗ	18-29 ΕΤΩΝ	30-45 ΕΤΩΝ	45+ ΕΤΩΝ	ΣΥΝΟΛΙΚΑ
Πόθια της Καλύμνου	1	7	17	25

ΓΕΩΓΡΑΦΙΚΟ, ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΟ & ΚΟΙΝΩΝΙΚΟ ΠΛΑΙΣΙΟ

Ο Δήμος Καλυμνίων (ΠΕ Καλύμνου)

Η Κάλυμνος είναι ένα νησί που βρίσκεται ανάμεσα στην Κω προς τα νότια και τη Λέρο προς τα βόρεια -μια θέση που το συνδέει στενά με τις ιστορικές θαλάσσιες διαδρομές και την οικονομική ζωή του Αιγαίου. Η Περιφερειακή ενότητα Καλύμνου περιλαμβάνει το Δήμο Καλυμνίων, το Δήμο Αστυπάλαιας, το Δήμο Λειψών, το Δήμο Λέρου, το Δήμο Πάτμου και το Δήμο Αγαθονησίου. Ο Δήμος Καλυμνίων περιλαμβάνει την Κάλυμνο μαζί με τις μικρότερες κατοικημένες και ακατοίκητες νησίδες γύρω της, την Ψέριμο, την Τέλενδο και άλλες μικρότερες νησίδες. Βρίσκεται στο νοτιοανατολικό Αιγαίο και ανήκει στο νησιωτικό σύμπλεγμα των Δωδεκανήσων.

Το νησί της Καλύμνου, με έκταση 111,14 τετρ. χλμ. και μήκος ακτών 96 χλμ., διαθέτει έντονη ορεινή και βραχώδη μορφολογία: τα πυκνά πετρώματα και τα απότομα υψώματα διατρέχουν την ενδοχώρα, με την κορυφή του Προφήτη Ηλία να υψώνεται στα περίπου 760 μέτρα -χαρακτηριστικό σημείο μιας γεωμορφολογίας που καθόρισε διαχρονικά την καθημερινή ζωή και τις οικονομικές δραστηριότητες των κατοίκων. Η λιγοστή βλάστηση και η έλλειψη εύφορης γης ανάγκασαν, από παλιά, τις τοπικές κοινωνίες να στραφούν προς τη θάλασσα για επιβίωση και εμπόριο.

Η κύρια πόλη και διοικητική έδρα του Δήμου είναι η Πόθια: ένα λιμάνι με έντονη ζωή και κοινωνικό πλέγμα, χτισμένο αμφιθεατρικά γύρω από τον κόλπο. Εκεί **συγκεντρώνεται** η πλειονότητα των δημόσιων υπηρεσιών και των λειτουργιών του νησιού, ενώ η πόλη αποτελεί και τον κύριο κόμβο μεταφορών και επικοινωνίας με τον υπόλοιπο χώρο του Αιγαίου.

Με βάση **τα πιο πρόσφατα στοιχεία απογραφής**, ο Δήμος Καλυμνίων είχε 17.752 μόνιμους κατοίκους το 2021 (από 16.179 το 2011) και αξιολογείται ως ένας από τους πιο πυκνοκατοικημένους δήμους των μικρότερων ελληνικών νησιών. Οι 9.004 μόνιμες κάτοικοί του (50,7%) είναι γυναίκες. Σημαντικό είναι ότι παρά τις γενικότερες δημογραφικές προκλήσεις που αντιμετωπίζει η χώρα, η Κάλυμνος, όπως και όλες οι περιφερειακές ενότητες της περιφέρειας Νοτίου Αιγαίου, κατέγραψε αύξηση του μόνιμου πληθυσμού της κατά 6,6% σε σύγκριση με την προηγούμενη απογραφή - δείγμα μιας σχετικής αντοχής της σε δημογραφικές μεταβολές, της οποίας ωστόσο οι ακριβείς αιτίες δεν έχουν τεκμηριωθεί.

Από ιστορική σκοπιά, η Κάλυμνος κατοικήθηκε από τη νεολιθική εποχή και έχει γνωρίσει διαδοχικές πολιτισμικές επιρροές από Φοίνικες, Πέρσες, Γενοβέζους, τους Ιππότες του Τάγματος της Ρόδου και Οθωμανούς, πριν ενσωματωθεί στο ελληνικό κράτος μετά τον Β' Παγκόσμιο Πόλεμο, το 1948. Αυτή η μακρά ιστορία έχει διαμορφώσει σύνθετες κοινωνικές δομές και πολιτισμικές αναφορές που στηρίζουν την τοπική ταυτότητα. Ο χαρακτήρας της τοπικής κοινωνίας παραμένει στενά δεμένος με τη θάλασσα και την **κληρονομιά της σπογγαλιείας**, μιας δραστηριότητας που για αιώνες αποτέλεσε

την κύρια οικονομική δραστηριότητα του νησιού και διαμορφώνει ακόμη την εικόνα του στη συλλογική μνήμη. Παράλληλα, η σύγχρονη Κάλυμνος επιχειρεί μια στροφή προς εναλλακτικές μορφές τουρισμού, και ιδίως προς τον αναρριχητικό τουρισμό, ο οποίος την έχει τοποθετήσει στον παγκόσμιο τουριστικό χάρτη με πρωτόγνωρο τρόπο.

Η τοπική κοινωνία νησιού διατηρεί ισχυρούς τους δεσμούς με την παραδοσιακή οικογενειακή και κοινοτική οργάνωση, αλλά αντιμετωπίζει σύγχρονες προκλήσεις που σχετίζονται με τις επαγγελματικές προοπτικές και τη μετακίνηση των νέων προς άλλες περιοχές, την εποχικότητα της οικονομίας, λόγω του τουρισμού και των εισοδημάτων που προκύπτουν από αυτόν, και τις πιέσεις που φέρνει η εξάρτηση από εξωγενείς παράγοντες, όπως η σύνδεση με την ηπειρωτική Ελλάδα, σε ένα περιβάλλον όπου η νησιωτική απομόνωση ενίοτε αυξάνει το κόστος ζωής και μειώνει την πρόσβαση σε υπηρεσίες (υγείας, εκπαίδευσης και άλλες).

ΕΥΡΗΜΑΤΑ ΠΟΙΟΤΙΚΗΣ ΔΙΕΡΕΥΝΗΣΗΣ

Προκλήσεις

Σε όλες τις ηλικιακές ομάδες διερεύνησης στην περιοχή έρευνας, οι συμμετέχουσες καλούνταν αρχικά να απαντήσουν σε ερωτήματα όπως:

- Ποιες είναι οι προκλήσεις που αντιμετωπίζετε στην καθημερινότητά σας;
- Ποια είναι τα προβλήματα που σας απασχολούν;

Οι συμμετέχουσες συνεισέφεραν αρχικά τις ιδέες τους, οι οποίες στη συνέχεια συζητούνταν στην ομάδα και κατηγοριοποιούνταν κάτω από ευρύτερες θεματικές, με τη σύμφωνη γνώμη τους.

Σε αυτή την ενότητα παρατίθενται οι κυριότερες προκλήσεις που αναφέρθηκαν, μαζί με μια σύντομη ανάλυση για τις προεκτάσεις της καθημιάς και για το πώς αυτή επηρεάζει γυναίκες διαφορετικών ηλικιών.

Από τις επιμέρους προκλήσεις που μοιράστηκαν μαζί μας, οι βασικότερες μπορούν να καταταχθούν σε 1 από τις εξής 4 κατηγορίες:

1. Προκλήσεις που σχετίζονται με το περιβάλλον και τις υποδομές

2. Προκλήσεις που αφορούν την πίεση της καθημερινότητας/ την έλλειψη υποστήριξης

3. Προκλήσεις που συνδέονται με τη νοοτροπία της τοπικής κοινωνίας

4. Προκλήσεις που αφορούν τις περιορισμένες διεξόδους επιμόρφωσης/ψυχαγωγίας

Φυσικά, πολλές από τις προκλήσεις αυτές δεν αφορούν αποκλειστικά τις γυναίκες της περιοχής αλλά επηρεάζουν άτομα κάθε φύλου. Ωστόσο, **βιβλιογραφικά** και εμπειρικά γνωρίζουμε ότι οι γυναίκες επηρεάζονται δυσανάλογα ή διαφορετικά από ένα μεγάλο ποσοστό των προκλήσεων που αφορούν σήμερα την ανθρωπότητα, κυρίως λόγω των έμφυλων ανισοτήτων που περιορίζουν την πρόσβασή τους σε πηγές πλούτου και τις επι-

βαρύνουν δυσανάλογα με τις ευθύνες φροντίδας των οικογενειών και των κοινοτήτων τους. Επίσης, λόγω και της στόχευσης της συγκεκριμένης έρευνας, θελήσαμε να εντοπίσουμε προκλήσεις που φαίνεται να προβληματίζουν ιδιαίτερα τις γυναίκες της περιοχής, προκειμένου στη συνέχεια να αγγίξουμε το πώς η δική τους ενεργοποίηση μπορεί να συμβάλει στην άμβλυσή τους.

Αξίζει, τέλος, να σημειωθεί ότι πολλές από τις προκλήσεις που περιγράφονται παρακάτω συνδέονται και αλληλοεπηρεάζονται. Θεωρούμε ωστόσο χρήσιμο να τις εξετάσουμε και ξεχωριστά, προκειμένου να βοηθηθούμε και στη διατύπωση πιο στοχευμένων λύσεων, σε γενικό και ειδικό επίπεδο.

Παρακάτω παρατίθενται οι επιμέρους προκλήσεις που μοιράστηκαν οι συμμετέχουσες, επιμερισμένες στις 4 βασικές κατηγορίες:

Προκλήσεις που σχετίζονται με το περιβάλλον και τις υποδομές

Οι προκλήσεις που αφορούν τις υποδομές και το περιβάλλον περιγράφηκαν από τις συμμετέχουσες των εργαστηρίων ως βαθιά αλληλένδετες και καθοριστικές για την ποιότητα ζωής στο νησί. Από την πρόσβαση σε βασικές δημόσιες υπηρεσίες έως τη διαχείριση των φυσικών πόρων, οι ελλείψεις και οι δυσλειτουργίες δεν βιώνονται από τις γυναίκες της Καλύμνου ως μεμονωμένα προβλήματα, αλλά ως «στασιμότητα» και «οπισθοδρόμηση», και ως ένα συνεχές που επηρεάζει την καθημερινότητα, την υγεία και την αίσθηση ασφάλειάς τους.

Στον πυρήνα των προβληματισμών τους βρέθηκαν οι υποδομές φροντίδας και υγείας. Οι συμμετέχουσες ανέφεραν επανειλημμένα την έλλειψη γιατρών και την ανασφάλεια που αυτή προκαλεί, σε συνδυασμό με τον γεωγραφικό αποκλεισμό που συνεπάγεται η νησιωτικότητα, ιδιαίτερα όταν οι ελλείψεις αφορούν την υγεία των παιδιών ή γυναικολογικά ζητήματα.

«Εχουμε επιλογή για ένα γιατρό -και αν εκείνος βγει σε άδεια; Πρέπει να περιμένω να γυρίσει ο γιατρός ή να πάω στη Ρόδο ή στην Κω. Φοβάμαι για τα παιδιά μου» μοιράστηκαν σχετικά.

Η κατάσταση του νοσοκομείου της Καλύμνου περιγράφηκε με όρους κόπωσης και ορίων: όσοι και όσες επαγγελματίες υγείας εργάζονται εκεί «δίνουν το καλύτερο που μπορούν», αλλά συχνά δεν διαθέτουν τον απαραίτητο εξοπλισμό. Χαρακτηριστικά αναφέρθηκε η απουσία βασικών διαγνωστικών μηχανημάτων, που οδηγεί σε εμπειρική χρήση αντιβιοσέων και εντείνει το άγχος γύρω από την ασφάλεια της περίθαλψης. Παράλληλα, η δυσκολία πρόσβασης σε συμβεβλημένες υπηρεσίες και η ανάγκη παραπεμπτικών που δεν μπορούν να καλυφθούν τοπικά επιβαρύνουν περαιτέρω τις γυναίκες και τις οικογένειές τους.

Αντίστοιχα πιεστική αναδείχθηκε η κατάσταση στις υποδομές φροντίδας παιδιών και εκπαίδευσης. Η απουσία βρεφονηπιακού σταθμού και οι λίστες αναμονής στους παιδικούς σταθμούς περιορίζουν τη δυνατότητα των γυναικών να εργαστούν ή να επιμορφωθούν, ενώ η έλλειψη επαρκών παιδικών χαρών και ασφαλών χώρων παιχνιδιού υποβαθμίζει την καθημερινότητα των οικογενειών. Οι μετακινήσεις των παιδιών προς φροντιστήρια ή δραστηριότητες, ιδιαίτερα για όσες οικογένειες ζουν εκτός πόλης, απαιτούν συνεχή παρουσία και οργάνωση από τις μητέρες, καθώς τα παιδιά δεν μπορούν να μετακινηθούν αυτόνομα και οι ίδιες φαίνεται να αναλαμβάνουν, ακόμα και σήμερα, το μεγαλύτερο μερίδιο της ευθύνης αυτής.

Η παιδεία αναδείχθηκε ως ένα ακόμη κρίσιμο πεδίο προβληματισμού, που συνδέεται άμεσα τόσο με τις υποδομές όσο και με τη μακροπρόθεσμη προοπτική του νησιού. Οι γυναίκες περιέγραψαν μια εκπαιδευτική πραγματικότητα όπου, πέρα από τις υλικές ελλείψεις, καταγράφεται συχνά και μια περιορισμένη διάθεση για πρωτοβουλία και εμπλοκή

πολλών εκπαιδευτικών, σε όλες τις βαθμίδες της εκπαίδευσης, πέρα από τα απολύτως βασικά. Η αναφορά σε μια λογική «να βγει η δουλειά και να σχολάσουμε» δεν αποδίδεται ως ατομική ευθύνη, αλλά ως σύμπτωμα ενός συστήματος που λειτουργεί στα όριά του, χωρίς επαρκή στήριξη, επιμόρφωση και κίνητρα. Το αποτέλεσμα είναι η δυσκολία ανάπτυξης εκπαιδευτικών δράσεων που θα έφερναν τα παιδιά σε ουσιαστική επαφή με το περιβάλλον, τον πολιτισμό και τη σύγχρονη γνώση, ενισχύοντας την αίσθηση ότι τα 26 σχολεία Α'βάθμιας εκπαίδευσης και τα 10 σχολεία Β'βάθμιας εκπαίδευσης του νησιού καλούνται κυρίως να διαχειριστούν την καθημερινότητα, παρά να ανοίξουν ορίζοντες.

Η κυκλοφοριακή συμφόρηση και η εσωτερική κινητικότητα στο νησί αποτέλεσαν επίσης σημαντικό σημείο προβληματισμού. Η αύξηση του τουρισμού, ιδιαίτερα τους θερινούς μήνες, επιδεινώνει ένα ήδη πιεσμένο οδικό δίκτυο, με αποτέλεσμα καθυστερήσεις, αποκλεισμούς και καθημερινή ταλαιπωρία. Οι γυναίκες περιέγραψαν καταστάσεις στις οποίες δεν μπορούσαν να φτάσουν στο σπίτι τους λόγω εκδηλώσεων ή απροειδοποίητων κυκλοφοριακών ρυθμίσεων, καθώς και τη συγκέντρωση μεγάλου όγκου κίνησης σε έναν μόνο άξονα, όπως στην κατεύθυνση προς τη βιομηχανική ζώνη. Αν και έχουν γίνει παρεμβάσεις, όπως η δημιουργία περιφερειακού δρόμου μέσω ιδιωτικής πρωτοβουλίας, η συνολική εικόνα παραμένει αποσπασματική και ανεπαρκής για τις πραγματικές ανάγκες του πληθυσμού.

Παράλληλα, οι περιβαλλοντικές προκλήσεις περιγράφηκαν με έντονη ανησυχία και συναισθηματικό φορτίο από τις συμμετέχουσες. Η απουσία οργανωμένων συστημάτων ανακύκλωσης και κομποστοποίησης, η διαχείριση των απορριμμάτων και η λειτουργία της χωματερής σε απόσταση αναπνοής από το λιμάνι του νησιού αποτελούν διαρκείς πηγές προβληματισμού.

“Είναι απαράδεκτο που δεν γίνεται ανακύκλωση, ντρέπομαι όταν συναναστρέφομαι με ξένους και τους λέω ότι δεν υπάρχουν ειδικό κάδοι”.

Η μυρωδιά και οι αναθυμιάσεις από τα καμένα σκουπίδια συνδέθηκαν άμεσα, στις αφηγήσεις των γυναικών, με τον μεγάλο αριθμό καρκινοπαθών στο νησί, δημιουργώντας ένα κλίμα φόβου και αβεβαιότητας για τις επιπτώσεις στο σύνολο της δημόσιας υγείας -το οποίο συνδυάζεται με τη αίσθηση εγκατάλειψης που τους προκαλούν οι εικόνες απορριμμάτων στους δρόμους της πόλης.

“Κάθε οικογένεια έχει έναν καρκινοπαθή. Είναι καρκινογόνο αυτό που εισπνέουμε. Ζούμε από τύχη”.

Ιδιαίτερη έμφαση δόθηκε και στο ζήτημα του νερού. Η κακή ποιότητα, η υφαλμύρωση, οι παλιές σωληνώσεις και η ανεπάρκεια κατά τους καλοκαιρινούς μήνες, σε συνδυασμό με την εξάντληση των αποταμιευτήρων, συνθέτουν ένα πρόβλημα που επηρεάζει βασικές καθημερινές λειτουργίες αλλά και τη βιωσιμότητα του νησιού. Η μη λειτουργία του βιολο-

γικού καθαρισμού και η εγκατάλειψη ημιτελών έργων, όπως η τεχνητή δεξαμενή νερού, ενισχύουν την αίσθηση σπατάλης πόρων και απουσίας μακροπρόθεσμου σχεδιασμού.

Τέλος, οι γυναίκες μίλησαν για τη σταδιακή αλλοίωση του φυσικού τοπίου στο όνομα της τουριστικής ανάπτυξης. Η ανέγερση μεγάλων κτισμάτων σε παραθαλάσσιες περιοχές, η απώλεια «αγνών» χώρων και η απομάκρυνση των παιδιών από την ουσιαστική επαφή με τη φύση, όταν οι σχολικές εκδρομές περιορίζονται σε γήπεδα και πλατείες αντί για δάση και θάλασσα, συνθέτουν μια εικόνα αποξένωσης από το ίδιο το περιβάλλον που ιστορικά στήριξε τη ζωή στο νησί. Η έλλειψη περιβαλλοντικής εκπαίδευσης και φροντίδας μεταφράζεται, σύμφωνα με τις συμμετέχουσες, σε μειωμένο σεβασμό προς τη θάλασσα και τους φυσικούς πόρους, με συνέπειες που θα γίνουν πιο έντονες στο μέλλον. *«Έχουμε ένα υπέροχο νησί, αλλά ελάχιστοι συμμετέχουν στην αναρρίχηση, ο ντόπιος δεν είναι κοντά στο περιβάλλον - όλα είναι επίφαση»* είπαν.

Προκλήσεις που αφορούν την πίεση της καθημερινότητας/την έλλειψη υποστήριξης

Η πίεση της καθημερινότητας αποτέλεσε έναν από τους πιο διαρκείς και συναισθηματικά φορτισμένους άξονες της διερεύνησης. Οι γυναίκες της Καλύμνου περιέγραψαν μια καθημερινή εμπειρία έντασης, όπου οι πολλαπλοί ρόλοι της εργαζόμενης, μητέρας, φροντίστριας, μέλους της κοινότητας συνυπάρχουν χωρίς επαρκή υποστήριξη και χωρίς σαφή όρια. Το άγχος δεν εμφανίζεται ως αποτέλεσμα ενός μεμονωμένου προβλήματος, αλλά ως σωρευτικό βίωμα που διαμορφώνεται από την έλλειψη χρόνου, τις αυξημένες ευθύνες και την αίσθηση ότι «όλα περνούν από τις ίδιες». Η αίσθηση αυτή εμφανίζεται ακόμα πιο έντονη στις γυναίκες των οποίων οι σύντροφοι είναι ναυτικοί και απουσιάζουν για μακρά διαστήματα από το νησί, ωστόσο επιμένει και στις υπόλοιπες που αναφέρουν ότι οι ευθύνες φροντίδας του σπιτιού και των εξαρτώμενων μελών της οικογένειας δεν μοιράζονται ισότιμα μεταξύ των συντρόφων.

Μία από τις βασικές προεκτάσεις αυτής της πίεσης είναι η δυσκολία εργασιακής ενεργοποίησης. Οι υποχρεώσεις φροντίδας παιδιών, ηλικιωμένων γονέων ή άλλων μελών της οικογένειας, σε συνδυασμό με την απουσία επαρκών δομών υποστήριξης, περιορίζουν σημαντικά τις δυνατότητες των γυναικών να εργαστούν ή να διεκδικήσουν καλύτερες συνθήκες απασχόλησης. Πολλές ανέφεραν ότι ακόμη και όταν υπάρχει διάθεση για εργασία, η καθημερινή οργάνωση των διαδρομών, των ωραρίων και των υποχρεώσεων καθιστά την πλήρη ή σταθερή απασχόληση δύσκολη έως ανέφικτη. Το αποτέλεσμα είναι συχνά η αποδοχή επισφαλών ή περιορισμένων επαγγελματικών επιλογών, με κόστος τόσο οικονομικό όσο και ψυχολογικό.

Παράλληλα, η ίδια πίεση επηρεάζει τη δυνατότητα επιμόρφωσης, προσωπικής ανάπτυξης και κοινωνικής ενεργοποίησης. Οι γυναίκες μίλησαν για μια έντονη επιθυμία να μάθουν, να εξελιχθούν και να συμμετέχουν σε συλλογικές ή πολιτιστικές δράσεις, η οποία όμως συστηματικά αναβάλλεται. Η έλλειψη χρόνου, η κόπωση από την καθημερινότητα και η προτεραιοποίηση των αναγκών των άλλων λειτουργούν ανασταλτικά, με αποτέλεσμα η επιμόρφωση και η συμμετοχή στα κοινά να βιώνονται ως «πολυτέλεια». Ακόμη και σε περιπτώσεις όπου υπάρχουν ομάδες, σύλλογοι ή ευκαιρίες συμμετοχής, πολλές γυναίκες ανέφεραν ότι δυσκολεύονται να δεσμευτούν, καθώς αισθάνονται ότι δεν μπορούν να «λείψουν» από τις υποχρεώσεις τους χωρίς ενοχές.

Η συσσώρευση αυτών των περιορισμών τροφοδοτεί ένα διάχυτο αίσθημα άγχους, το οποίο διατρέχει όλες τις ηλικιακές ομάδες. Το άγχος αυτό δεν αφορά μόνο την οργάνωση της ημέρας ή την οικονομική πίεση, αλλά και τη συνεχή αίσθηση ευθύνης: την ανάγκη να είναι «παρούσες», «ικανές» και «ανθεκτικές» σε όλα τα πεδία ταυτόχρονα. Πολλές γυναίκες περιέγραψαν μια καθημερινότητα «που τις πνίγει», χωρίς χώρο για ξεκούραση ή προσωπικό χρόνο, όπου η κόπωση θεωρείται δεδομένη και η ανάγκη για βοήθεια συχνά αποσιωπάται. «Δεν γίνεται να μην τρέχουμε – έχουμε συνηθίσει, είναι

σαν να έχεις γεννηθεί για να δουλεύεις» είπαν χαρακτηριστικά. Το αποτέλεσμα είναι μια συναισθηματική εξάντληση που δεν εκφράζεται εύκολα, αλλά επηρεάζει την ευεξία, τις σχέσεις και την αυτοεικόνα τους. «Από την ένταση και τον φόρτο ξεφεύγω και μετά το καταλαβαίνω στην ψυχοθεραπεία» μοιράστηκε μία από τις συμμετέχουσες, από τις λίγες που μίλησαν δημόσια για τη βοήθεια που δέχονται από ειδικό ψυχικής υγείας.

Συνολικά, η πίεση της καθημερινότητας στην Κάλυμνο δεν αφορά απλώς τον φόρτο υποχρεώσεων, αλλά την απουσία ενός πλαισίου στήριξης που θα επέτρεπε στις γυναίκες να ενεργοποιηθούν επαγγελματικά, να εξελιχθούν και να συμμετέχουν ισότιμα στην κοινωνική ζωή χωρίς να βιώνουν διαρκώς άγχος και ενοχή. Πρόκειται για μια πρόκληση που διαπερνά την προηγούμενη ενότητα και αναδεικνύει την ανάγκη για λύσεις που δεν θα προσθέτουν ακόμη μία απαίτηση στις γυναίκες, αλλά θα αναδιανέμουν ουσιαστικά τον χρόνο, τις ευθύνες και τις δυνατότητές τους.

Και η εργασία;

Οι γυναίκες της Καλύμνου περιέγραψαν την εργασία και την επιχειρηματικότητα ως πεδία με περιορισμένες δυνατότητες και πολλαπλά εμπόδια. Οι διαθέσιμες επαγγελματικές επιλογές είναι λίγες και συχνά επισφαλείς, ενώ η ανάπτυξη δικών τους επιχειρήσεων προσκρούει στην έλλειψη πόρων, στη δυσκολία εύρεσης αξιόπιστων συνεργατών και στην απουσία υποστηρικτικών μηχανισμών. «Δεν κάνω δική μου δουλειά επειδή είμαι δειλή διότι δεν θέλω να χάσω τα χρήματα και την ασφάλιση» μοιράστηκε μία συμμετέχουσα σχετικά. Παράλληλα, ο ηλικιακός αποκλεισμός -ιδίως μετά τα 50- περιορίζει περαιτέρω τις ευκαιρίες απασχόλησης.

Η πρόσβαση σε επιμόρφωση και επαγγελματική ανάπτυξη επιβαρύνεται από το υψηλό κόστος, το οποίο συχνά είναι δυσανάλογο με τα εισοδήματα, ενώ οι ελλείψεις σε δομές φροντίδας παιδιών, όπως η απουσία βρεφονηπιακού σταθμού και οι λίστες αναμονής στους παιδικούς σταθμούς, καθιστούν την εργασιακή ενεργοποίηση δύσκολη ή και ανέφικτη για πολλές γυναίκες. «Δεν μπορούσα να δουλέψω επειδή δεν υπήρχαν παιδικοί σταθμοί» μοιράστηκε μία από τις συμμετέχουσες. Έτσι, η εργασία δεν περιορίζεται σε ζήτημα δεξιοτήτων ή διάθεσης, αλλά συνδέεται άμεσα με δομικές ελλείψεις που αναπαράγουν τον αποκλεισμό.

Προκλήσεις που συνδέονται με τη νοοτροπία της τοπικής κοινωνίας

Οι προκλήσεις που αφορούν τη νοοτροπία της τοπικής κοινωνίας της Καλύμνου αναδείχθηκαν ως από τις πιο σύνθετες και βαθιά ριζωμένες. Δεν εκδηλώνονται μέσα από ένα ενιαίο φαινόμενο, αλλά μέσα από ένα πλέγμα στάσεων, προσδοκιών και άτυπων κανόνων που επηρεάζουν την καθημερινότητα, τις σχέσεις και τις επιλογές των γυναικών. Οι συμμετέχουσες στα εργαστήρια περιέγραψαν μια κοινωνία με έντονα χαρακτηριστικά κλειστού συστήματος, όπου η εγγύτητα και η οικειότητα συνυπάρχουν με τον έλεγχο, την κριτική και τη δυσκολία αποδοχής του διαφορετικού.

Κλειστή κοινωνία, συντηρητισμός και κοινωνικός έλεγχος

Στον πυρήνα αυτής της νοοτροπίας βρίσκεται ένας συνδυασμός παραδοσιακών ηθών, συντηρητισμού και έντονης κοινωνικής επιτήρησης. Το κουτσομπολιό, η θρησκοληψία και οι άτυπες «γραμμές» για το τι θεωρείται αποδεκτό και τι όχι λειτουργούν ως μηχανισμοί ελέγχου, ιδιαίτερα απέναντι σε γυναίκες και οικογένειες που αποκλίνουν από το κυρίαρχο πρότυπο. Γυναίκες που έχουν έρθει πρόσφατα στο νησί ή έχουν ζήσει εκτός Καλύμνου περιέγραψαν δυσκολία ένταξης, λόγω κλειστών κοινωνικών κύκλων και «κλικών» που καθιστούν τη συμμετοχή και τη δικτύωση δύσκολη.

Η νοοτροπία της κλειστής κοινωνίας βιώνεται ιδιαίτερα έντονα από γυναίκες που έχουν ζήσει για κάποια χρόνια εκτός Καλύμνου, ανέπτυξαν φιλικές σχέσεις σε πιο ανοιχτά κοινωνικά περιβάλλοντα και επέλεξαν συνειδητά να επιστρέψουν στο νησί. Για αυτές, η επιστροφή συνοδεύεται συχνά από την αίσθηση ότι «τους λείπουν οι φίλοι τους», όχι μόνο ως απουσία ανθρώπων, αλλά ως απουσία συγκεκριμένων ποιότητων σχέσεων, όπως η ανοιχτή επικοινωνία, η αποδοχή της διαφορετικότητας και η συντροφικότητα χωρίς κοινωνικό έλεγχο. Η εμπειρία αυτή εντείνει το αίσθημα αποξένωσης και καθιστά δυσκολότερη τη διαμόρφωση νέων δεσμών μέσα σε ένα περιβάλλον με ισχυρούς άτυπους κανόνες και περιορισμένη ανεκτικότητα στην αλλαγή.

Η κριτική απέναντι στο διαφορετικό εκδηλώνεται από πολύ νωρίς: παιδιά που ακολουθούν λιγότερο συνηθισμένες διαδρομές (παίζουν κλασική μουσική, μιλούν ξένες γλώσσες ή φοιτούν σε διαφορετικά εκπαιδευτικά πλαίσια) μπορεί να γίνουν αντικείμενο χλευασμού ή αρνητικής προσοχής. Οι εμπειρίες αυτές δεν βιώνονται ως μεμονωμένα περιστατικά, αλλά ως ενδείξεις μιας κοινωνίας που δυσκολεύεται να αποδεχτεί την πολυμορφία και να αφήσει χώρο για εναλλακτικές ταυτότητες.

Δυσκολία επικοινωνίας, συνεργασίας και συλλογικής δράσης

Η ίδια νοοτροπία επηρεάζει και τη δυνατότητα συνεργασίας και συλλογικής οργάνωσης. Οι γυναίκες μίλησαν για μια γενικευμένη δυσκολία επικοινωνίας, που -κατά την περιγραφή τους- συνδέεται με την κρίση αξιών των τελευταίων ετών, την οικονομική πίεση και την αποδυνάμωση της εμπιστοσύνης («Φοβάσαι να μιλήσεις, από τον covid και μετά -παλιά ήμασταν δεμένοι» δήλωσε μία από τις συμμετέχουσες). Η έλλειψη ευγένειας, η λεκτική επικριτικότητα και, σε ορισμένες περιπτώσεις, ο ψυχολογικός εκβιασμός, δημιουργούν ένα περιβάλλον όπου η συνεργασία γίνεται επίπονη και επισφαλής.

Η απουσία ισχυρού κοινωνικού κεφαλαίου οδηγεί πολλές γυναίκες σε απομόνωση ή σε στροφή προς τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης ως υποκατάστατο επαφής και έκφρασης. Ωστόσο, αυτή η ψηφιακή παρουσία δεν μεταφράζεται απαραίτητα σε ουσιαστική συλλογική δράση. «Δεν ξέρω κατά πόσο η ενημέρωσή μας βασίζεται σε πραγματικά γεγονότα ή όπως τα βλέπει ο καθένας -χρειαζόμαστε ουσιαστική πληροφόρηση που θα μας απαλλάξει από ταμπού και άγχος» παρατήρησε σχετικά μια νεαρή γυναίκα. Αντίθετα, η ενεργή συμμετοχή σε συλλόγους ή πρωτοβουλίες συχνά υποτιμάται ή αποθαρρύνεται, ιδίως όταν αφορά γυναίκες, με το επιχείρημα ότι «θα έπρεπε να κοιτάνε πρώτα το σπίτι τους». Έτσι, η γυναικεία δράση συχνά παραμένει αόρατη ή υποβαθμισμένη.

Σεξισμός και έλεγχος της γυναικείας παρουσίας

Ο σεξισμός διατρέχει οριζόντια πολλές από τις παραπάνω εμπειρίες και εμφανίζεται τόσο σε άμεσες όσο και σε έμμεσες μορφές. Οι γυναίκες περιέγραψαν δυσκολία αποδοχής από τους άνδρες του στενού και ευρύτερου κοινωνικού τους περιβάλλοντος, ιδιαίτερα όταν οι ίδιες επιδιώκουν να συμμετέχουν σε συλλογικά όργανα, πολιτιστικούς συλλόγους ή να αναλάβουν δημόσιους ρόλους. Σχόλια που απαξιώνουν τη συμμετοχή τους ως «χάσιμο χρόνου» ή περιστατικά όπου οι προσωπικές τους επιθυμίες υποτάσσονται σε οικογενειακές απαιτήσεις αναδείχθηκαν ως χαρακτηριστικά παραδείγματα υποτίμησης.

Ο κοινωνικός έλεγχος της γυναικείας συμπεριφοράς εκδηλώνεται και σε φαινομενικά καθημερινές πρακτικές, όπως το πού και πώς μπορεί να κινηθεί μια γυναίκα στον δημόσιο χώρο. Αναφέρθηκε χαρακτηριστικά ότι η γυναίκα εξακολουθεί να είναι δακτυλοδεικτούμενη ακόμη και για την παρουσία της στο καφενείο, στοιχείο που λειτουργεί αποτρεπτικά για την κοινωνική της ορατότητα και συμμετοχή.

Σε πιο βαθύ επίπεδο, καταγράφηκαν εμπειρίες όπου η αυτονομία των γυναικών αμφισβητείται ακόμη και στην ώριμη ηλικία, είτε μέσα από υπερπροστατευτικές στάσεις («μη βγεις, μη φωνάξεις»), είτε μέσα από την αμφιβολία για το αν μπορούν ή «δικαιούνται» να πάρουν πρωτοβουλίες και να αναλάβουν ευθύνη. Το γεγονός ότι η αποδοχή μιας πρότασης συμμετοχής σε διοικητικό συμβούλιο περνά, για ορισμένες γυναίκες, μέσα από το ερώτημα αν θα συμφωνήσει ο σύζυγός τους, καταδεικνύει πόσο βαθιά εδραιωμένοι παραμένουν αυτοί οι μηχανισμοί ελέγχου.

Σε αυτό το πλαίσιο, πολλές γυναίκες ανέφεραν ότι δεν έχουν μάθει να παίρνουν πρωτοβουλία και να αναλαμβάνουν ευθύνη, όχι λόγω έλλειψης ικανοτήτων, αλλά επειδή τέτοιες στάσεις δεν ενθαρρύνθηκαν ποτέ. Η συνεχής κριτική, η υποτίμηση της γυναικείας δράσης και ο φόβος κοινωνικού σχολιασμού λειτουργούν ανασταλτικά, περιορίζοντας την αυτοπεποίθηση και τη διάθεση για ενεργή συμμετοχή.

Ο σεξισμός εκδηλώνεται και μέσα από την αμφισβήτηση της ίδιας της ανάγκης των γυναικών να εργάζονται. Καταγράφηκαν σχόλια προς τις ίδιες του τύπου «τι ανάγκη έχεις εσύ να δουλεύεις;», αλλά και έμμεση κοινωνική πίεση προς τους συντρόφους τους, με ερωτήματα όπως «τι της επιτρέπεις να δουλεύει;». Τέτοιες παρεμβάσεις δεν αφορούν μόνο την εργασία, αλλά λειτουργούν ως μηχανισμοί ελέγχου της γυναικείας αυτονομίας και ενισχύουν την αίσθηση ότι η επαγγελματική ενεργοποίηση αποτελεί απόκλιση από τον «φυσικό» ρόλο.

Τα έμφυλα αυτά στερεότυπα εμφανίζονται συχνά εδραιωμένα ήδη από την παιδική ηλικία, με αναφορές ότι «τα κορίτσια θέλουν να γίνουν νοικοκυράδες», όχι ως προσωπική επιλογή, αλλά ως κοινωνική προσδοκία που επαναλαμβάνεται και εδραιώνεται. «Τη μαμά μου τη θεωρώ πιο προοδευτική από τη σύγχρονη 25χρονη Καλυμνιά» δήλωσε σχετικά μία από τις συμμετέχουσες. Όπως ειπώθηκε, το γεγονός ότι πολλές γυναίκες σήμερα είναι νοικοκυρές δεν σημαίνει ότι δεν ενδιαφέρονταν για το σχολείο ή ότι αυτός ήταν ο μοναδικός δυνατός δρόμος για εκείνες («δεν είναι γραφτό στη ζωή μας ότι θα γίνουμε νοικοκυρές»). Περισσότερες από μία συμμετέχουσες, ωστόσο, σημείωσαν στο πλαίσιο αυτό ότι «εμείς δεν είμαστε το πιο ενδεικτικό δείγμα Καλυμνιάς» υπονοώντας ότι η συμμετοχή τους στις ομάδες συζήτησης ήταν ήδη ενδεικτική μιας πιο ανοιχτής νοοτροπίας.

Ιστορική μητριαρχία και γυναικεία αντοχή στην Κάλυμνο

Στη διάρκεια των διερευνητικών εργαστηρίων αλλά και των άτυπων συζητήσεων με γυναίκες της Καλύμνου κατά την προετοιμασία της δράσης, αναφέρθηκε πολλές φορές το ζήτημα του παραδοσιακά «μητριαρχικού» χαρακτήρα της κοινωνίας του νησιού -οι περισσότερες γυναίκες αναφέρονταν σε αυτόν ως ένα θετικό δεδομένο που στηρίζει και αποδεικνύει την ισχυρή θέση των γυναικών στο νησί.

Είναι γεγονός πως η κοινωνική οργάνωση της Καλύμνου έχει ιστορικά¹ χαρακτηριστικά μητριαρχίας που αποτυπώνονται τόσο στη δομή της οικογένειας όσο και στη διαχείριση των πόρων. Σε πολλές περιπτώσεις, η μεγαλύτερη οικονομική στήριξη κατευθύνεται προς τις κόρες, με στόχο την παροχή ασφάλειας και ανεξαρτησίας: σπουδάζουν, εργάζονται και συχνά λαμβάνουν και την προίκα ως επιπλέον εγγύηση σταθερότητας.

Παράλληλα, η εγγύτητα των οικογενειών και το άτυπο πλέγμα αλληλοϋποστήριξης που έχει στο επίκεντρό του την γυναίκα-φροντίστρια —«σε στηρίζουμε για να μας στηρίξεις»— ενισχύει την αντοχή και τη συνοχή. Ωστόσο, οι γυναίκες ανέδειξαν και μια κρίσιμη αντίφαση: η φροντίδα και η προστασία αφορούν κυρίως τις κόρες ως μέλη της οικογένειας και λιγότερο τις γυναίκες ως αυτόνομα κοινωνικά υποκείμενα. Η υποστήριξη αυτή συχνά παραμένει συμφεροντολογική ή ιδιωτική, χωρίς να μεταφράζεται σε συλλογική αναγνώριση και δημόσια ενδυνάμωση.

Παράλληλα, μέσα από τις αφηγήσεις γυναικών διαφορετικών ηλικιών, η αντίληψη της νησιωτικής μητριαρχίας² άρχισε να παίρνει πιο συγκεκριμένη μορφή ως ένα σύστημα κοινωνικής οργάνωσης στο οποίο οι γυναίκες (ιδιαίτερα μεγαλύτερης ηλικίας) δεν είχαν την ελευθερία οικονομικής ή άλλης επιλογής αλλά ήταν εκείνες που καλούνταν, εν τη απουσία των ανδρών-ναυτικών, να διαφυλάξουν τις πατριαρχικές δομές της κοινότητας, ασκώντας τον προδιαγεγραμμένο έλεγχο στα παιδιά και τις νεότερες γυναίκες. «Δεν έχω δει την μάνα μου να γελάει ούτε μια φορά -η γυναίκα του ναυτικού που λείπει ο άντρας της και γενικά οι γυναίκες των ξενιτεμένων δεν έπρεπε να είναι χαρούμενες. Έλεγε: “Λείπει ο πατέρας σας και εμείς θα έχουμε γιορτή;”» αναφέρθηκε χαρακτηριστικά από συμμετέχουσα μέσης ηλικίας.

1 Tsigkra, Nicole. (2021). Περιφερειακότητα και νησιωτική συνοχή.

2 Ολυμπίτου, Ε., (2014). "Σπογγαλιευτική δραστηριότητα και κοινωνική συγκρότηση στο νησί της Καλύμνου (19ος - 20ός αι.), Αθήνα: Εθνικό Ίδρυμα Ερευνών, Ινστιτούτο Ιστορικών Ερευνών, Τομέας Νεοελληνικών Ερευνών.

Γονεϊκότητα, άγχος και αναπαραγωγή στερεοτύπων

Τέλος, οι ίδιες κοινωνικές πιέσεις αντανακλώνται έντονα στον τρόπο με τον οποίο βιώνεται η γονεϊκότητα. Οι γυναίκες μίλησαν για διαρκές άγχος γύρω από την επίδοση των παιδιών, τις πανελλήνιες εξετάσεις και την κοινωνική αξιολόγηση της «επιτυχίας». Η αγωνία να προσφέρουν στα παιδιά τους περισσότερα από όσα είχαν οι ίδιες, ώστε να μη βρεθούν «στο μεροκάματο», συνυπάρχει με την ανησυχία για την εικόνα που θα παρουσιάσουν στον κοινωνικό τους περίγυρο τόσο τα παιδιά, ως νέοι ενήλικες, όσο και οι ίδιες ως γονείς.

Η πίεση αυτή συχνά μεταφράζεται σε βαθμοθηρία και σε ένα στενό ορισμό της αξίας, όπου η ακαδημαϊκή επίδοση συνδέεται άμεσα με την προσωπική αξία του παιδιού. Όπως ειπώθηκε χαρακτηριστικά, «δεν έχουμε ξεφύγει από το προσωπείο ότι παίρνω καλό βαθμό άρα είμαι καλός και άξιος άνθρωπος», ανεξάρτητα από άλλες δεξιότητες, όπως η δημιουργικότητα, η φιλία, ο αθλητισμός ή η μουσική. Με αυτόν τον τρόπο, η κοινωνική νοοτροπία όχι μόνο επηρεάζει τις γυναίκες στο παρόν, αλλά αναπαράγεται και στις επόμενες γενιές, καθιστώντας την αλλαγή ακόμη πιο σύνθετη. «Προκαλούμε άγχος στα παιδιά που το εισπράττουν και το μεταδίδουν ως απάθεια και αδιαφορία» ανέφερε μία από τις μητέρες που συμμετείχαν στα εργαστήρια.

Και η ψυχική υγεία;

Τα ζητήματα ψυχικής υγείας αναδείχθηκαν ως ένα ιδιαίτερα ευαίσθητο και συχνά αθέατο πεδίο στην καθημερινότητα των γυναικών στην Κάλυμνο. Η απουσία εξειδικευμένων υπηρεσιών, όπως παιδοψυχιάτρων, σε συνδυασμό με την έντονη επιφυλακτικότητα απέναντι στην ψυχολογική υποστήριξη, δημιουργεί ένα περιβάλλον όπου οι ανάγκες συχνά παραμένουν άρρητες και δεν αντιμετωπίζονται. Οι γονείς ανέφεραν ότι η προσφυγή σε ψυχολόγο εξακολουθεί να αντιμετωπίζεται με καχυποψία, γεγονός που λειτουργεί αποτρεπτικά ακόμη και όταν υπάρχουν σοβαρές ενδείξεις δυσκολίας. *«Μπορεί να χρειαζόμαστε βοήθεια, αλλά μας εμποδίζουν τα ταμπού και η νοοτροπία -γίνονται σχόλια τύπου “Γιατί πας ψυχοθεραπεία, τι πρόβλημα έχεις;”»* ειπώθηκε σχετικά.

Παράλληλα, καταγράφηκαν ανησυχίες για τη χρήση ουσιών από ανήλικους και για περιστατικά ενδοοικογενειακής βίας, τα οποία συζητούνται χαμηλόφωνα ή παραμένουν στο περιθώριο. Γυναίκες μίλησαν για εμπειρίες κατάθλιψης που δεν εκφράστηκαν έγκαιρα, λόγω φόβου κοινωνικού σχολιασμού (*«αν με δει κάποιος να πηγαίνω στο ιατρείο, τι θα πούνε;»*). Η καθημερινότητα περιγράφηκε, σε ορισμένες περιπτώσεις, ως επαναλαμβανόμενη και χωρίς έμπνευση, αφήνοντας ένα αίσθημα κενού που δεν αναγνωρίζεται εύκολα ως ζήτημα ψυχικής υγείας.

Τέλος, αναδείχθηκε και η δυσκολία διαχείρισης τέτοιων θεμάτων στο επίπεδο της κοινότητας. Υπήρξαν αναφορές σε γυναίκες που φαίνεται να αντιμετωπίζουν ψυχικές δυσκολίες χωρίς επίγνωση ή υποστήριξη, με τις γύρω τους να μην γνωρίζουν πώς να ανοίξουν τη συζήτηση χωρίς να στιγματίσουν ή να εκτεθούν. *«Βλέπω πολλές μαμάδες που δεν είναι καλά λόγω του φόρτου της καθημερινότητας και το εκδηλώνουν ολοένα και περισσότερο»* αναφέρθηκε συγκεκριμένα. Έτσι, η ψυχική υγεία παραμένει ένα πεδίο υψηλής κρισιμότητας και χαμηλής ορατότητας, παγιδευμένο ανάμεσα στην έλλειψη δομών και στη δύναμη της κοινωνικής σιωπής.

Προκλήσεις που αφορούν τις περιορισμένες διεξόδους επιμόρφωσης/ψυχαγωγίας

Οι περιορισμένες δυνατότητες επιμόρφωσης και ψυχαγωγίας αναδείχθηκαν ως μια λιγότερο ορατή αλλά βαθιά και σημαντική πρόκληση για τις γυναίκες της Καλύμνου. Πέρα από τις υλικές ελλείψεις, οι συμμετέχουσες περιέγραψαν μια καθημερινότητα με περιορισμένα ερεθίσματα για μάθηση, δημιουργία και πολιτιστική συμμετοχή, γεγονός που εντείνει την αίσθηση στασιμότητας και περιορίζει τους ορίζοντες προσωπικής και συλλογικής εξέλιξης των γυναικών.

Η έλλειψη επιμορφωτικών ευκαιριών για ενήλικες, και ειδικά για γυναίκες, επανήλθε αρκετές φορές στα εργαστήρια. Πολλές συμμετέχουσες εξέφρασαν έντονη αγωνία και απογοήτευση για το γεγονός ότι θέλουν να μάθουν, να επιμορφωθούν ή να εκτεθούν σε νέες ιδέες, αλλά δεν υπάρχουν στο νησί σταθερές ή προσβάσιμες δομές που να υποστηρίζουν την επιθυμία αυτή. Η εκπαίδευση γονέων, οι δράσεις ενδυνάμωσης για γυναίκες και τα προγράμματα δια βίου μάθησης εμφανίζονται αποσπασματικά ή απουσιάζουν πλήρως, αφήνοντας το βάρος της αναζήτησης γνώσης στην ατομική πρωτοβουλία.

Η σχέση των γυναικών με τη μάθηση έχει και ιστορικές ρίζες, όπως αποτυπώθηκε στις αφηγήσεις. Υπήρξαν αναφορές σε παλαιότερες πρακτικές, όπου για τα κορίτσια θεωρούνταν επαρκής η ολοκλήρωση του δημοτικού σχολείου, στοιχείο που, παρότι έχει αλλάξει τυπικά, συνεχίζει να επηρεάζει υπόγεια τις προσδοκίες και τις προτεραιότητες των οικογενειών. Η μνήμη αυτή λειτουργεί ως υπενθύμιση ότι η πρόσβαση στη γνώση δεν ήταν ποτέ αυτονόητη και ότι η αποσύνδεση από τη μάθηση δεν αφορά μόνο το παρόν, αλλά και τη συλλογική εμπειρία του τόπου. «Κάθε χρονιά που βγαίνουν τα αποτελέσματα των Πανελληνίων βάζω το ραδιόφωνο και ακούω τα παιδιά που είχαν πετύχει» μοιράστηκε μια συμμετέχουσα μέσης ηλικίας, της οποίας οι γονείς είχαν υπάρξει επικριτικοί όταν η ίδια είχε εκφράσει την επιθυμία να σπουδάσει -κάτι που τελικά δεν έγινε ποτέ.

Στο πεδίο της ψυχαγωγίας και του πολιτισμού, οι γυναίκες περιέγραψαν μια φτωχή εικόνα. Η έλλειψη χώρων σύγχρονης τέχνης και οι περιορισμένες επιλογές για εκθέσεις, προβολές ή πολιτιστικά δρώμενα ενισχύουν την αίσθηση πολιτιστικής απομόνωσης. Παρότι υπάρχουν δύο ενεργές θεατρικές ομάδες, η συνολική πολιτιστική προσφορά παραμένει περιορισμένη, ενώ ακόμη και όταν οργανώνονται δράσεις, συχνά δεν υπάρχει η αναμενόμενη προσέλευση.

Οι συμμετέχουσες προβληματίστηκαν και για το κατά πόσο η χαμηλή συμμετοχή οφείλεται μόνο στην έλλειψη υποδομών ή και σε μια σταδιακή απομάκρυνση του πληθυσμού από τον πολιτισμό. Η απουσία συστηματικής επαφής με την τέχνη, η έλλειψη εξοικείωσης από μικρή ηλικία και η καθημερινή κόπωση φαίνεται να δημιουργούν έναν φαύλο κύκλο, όπου η χαμηλή ζήτηση λειτουργεί ως επιχείρημα για τη μη ανάπτυξη νέων δράσεων. Χαρακτηριστικά αναφέρθηκε η περίπτωση του κινηματογράφου, όπου η ύπαρξη άδειας χωρίς λειτουργία αποδίδεται σε συμφέροντα, στερώντας από το νησί μια βασική πολιτιστική διέξοδο.

Συνολικά, οι περιορισμένες διέξοδοι επιμόρφωσης και ψυχαγωγίας δεν βιώνονται απλώς ως έλλειψη επιλογών, αλλά ως απώλεια ζωτικού χώρου για έμπνευση, ανταλλαγή και προσωπική ανάπτυξη. Για πολλές γυναίκες, η απουσία αυτών των διεξόδων εντείνει το αίσθημα κενού και καθημερινής ρουτίνας, επιβεβαιώνοντας ότι η ποιότητα ζωής δεν εξαρτάται μόνο από τις βασικές υποδομές, αλλά και από τις δυνατότητες πνευματικής και πολιτιστικής καλλιέργειας.

Και τα θετικά;

Ρωτήσαμε τις συμμετέχουσες στα διερευνητικά εργαστήρια ποια είναι, εκτός από τα αρνητικά, και τα θετικά στοιχεία της ζωής τους στον Δήμο. Τι είναι αυτό που τις κρατάει στον τόπο ή που τις ενέπνευσε να ξαναγυρίσουν εδώ, μετά από μια μικρή ή μεγάλη περίοδο παραμονής σε μεγαλύτερες πόλεις;

Τα κυριότερα σημεία στα οποία στάθηκαν ήταν:

- **Η σχέση με τη φύση και τη θάλασσα**, που αποτελεί αναπόσπαστο κομμάτι της καθημερινότητας και της ταυτότητας του τόπου. Η επαφή με το φυσικό περιβάλλον, η ομορφιά του τοπίου και η αίσθηση ελευθερίας που προσφέρει η θάλασσα αναφέρθηκαν ως βασικοί λόγοι παραμονής ή επιστροφής στο νησί. «*Δεν μπορώ να φανταστώ να ζω κάπου που δεν έχει θάλασσα*» αναφέρθηκε χαρακτηριστικά.
- **Η ποιότητα ζωής και οι ανθρώπινοι ρυθμοί**, σε αντίθεση με την ένταση και την απροσωπία των μεγάλων πόλεων. Οι χαλαρότεροι ρυθμοί, η απουσία δι-αρκούς πίεσης χρόνου και η απλότητα της καθημερινότητας συνθέτουν ένα περιβάλλον που βιώνεται ως πιο ανθρώπινο.
- **Το αίσθημα ασφάλειας, ιδιαίτερα για τα παιδιά**. Πολλές γυναίκες ανέφε-ραν ότι, παρά τις δυσκολίες που συνεπάγεται ο γεωγραφικός αποκλεισμός, τα παιδιά μπορούν να παίξουν έξω με μεγαλύτερη ελευθερία και ασφάλεια, γεγονός που επηρεάζει θετικά τη συνολική εμπειρία της οικογενειακής ζωής. Γενικότερα, η εμπειρία της γονεϊκότητας στο νησί, που περιγράφηκε ως πιο άμεση και ουσιαστική, η δυνατότητα των γονιών να είναι «*δίπλα στα παιδιά τους*» και οι μικρότερες αποστάσεις αναφέρθηκαν ως σημαντικά πλεονεκτή-ματα της ζωής στην Κάλυμνο.

συνέχεια >>

<< συνέχεια

- **Η εγγύτητα στις σχέσεις και το κοινωνικό νοιάξιμο**, τόσο μέσα στην οικογένεια όσο και στο ευρύτερο κοινωνικό πλαίσιο. Η καθημερινή επαφή, η αμεσότητα στις φιλικές σχέσεις και η φροντίδα για τους ηλικιωμένους δημιουργούν ένα πλέγμα σχέσεων που δεν είναι απρόσωπο και ενισχύει την αίσθηση του ανήκειν.
- **Η αγάπη και η σύνδεση με τον τόπο**, που λειτουργεί ως ισχυρό συναισθηματικό κίνητρο. Η γνώση του περιβάλλοντος, η προβλεψιμότητα της καθημερινότητας και η αίσθηση οικειότητας («ξέρω τι να περιμένω») δημιουργούν σταθερότητα και ασφάλεια.
- **Η δυνατότητα δημιουργίας και έκφρασης**, μέσα από τέχνες, αθλητισμό και άλλες μορφές πολύμορφης δημιουργίας. Παρά τους περιορισμούς, αρκετές γυναίκες ανέφεραν ότι βρίσκουν στο νησί χώρο για αυθεντική έκφραση και προσωπική δημιουργικότητα.
- **Η εξωστρέφεια και οι δεσμοί με το εξωτερικό**, που προκύπτουν τόσο από την επιστροφή νέων ανθρώπων όσο και από τη μακρά ιστορία μετανάστευσης. Οι δεσμοί αυτοί λειτουργούν ως γέφυρες ιδεών, εμπειριών και δυνατοτήτων.

Συνολικά, τα θετικά στοιχεία της ζωής στην Κάλυμνο δεν αναιρούν τις δυσκολίες που καταγράφηκαν, αλλά εξηγούν γιατί πολλές γυναίκες επιλέγουν να μείνουν, να επιστρέψουν και να επενδύσουν συναισθηματικά και πρακτικά στον τόπο τους: επειδή, παρά τα εμπόδια, η καθημερινότητα διατηρεί μια ποιότητα ζωής και ανθρώπινης επαφής που δύσκολα αντικαθίσταται αλλού.

Πιθανές Λύσεις & Προτάσεις

Από τα διερευνητικά εργαστήρια που πραγματοποιήθηκαν στον Δήμο Καλυμνίων, προέκυψαν πολυάριθμες ιδέες και προτάσεις για την αντιμετώπιση των παραπάνω προκλήσεων, άλλες αναδύθηκαν αυθόρμητα από μεμονωμένες συμμετέχουσες και άλλες διαμορφώθηκαν μέσα από το συνδυασμό και τη ζύμωση διαφορετικών οπτικών.

Σε ομάδες που έδειξαν να δυσκολεύονται να εντοπίσουν και να μοιραστούν ρεαλιστικές λύσεις, βοήθησε ιδιαίτερα η διατύπωση του σχετικού ερωτήματος ως εξής: «Φανταστείτε ότι σε 10 χρόνια από σήμερα, οι μεγαλύτερες από τις προκλήσεις που μοιραστήκατε νωρίτερα δεν υπάρχουν πια στην περιοχή σας. Τι έχει συμβεί; Τι έχει μεσολαβήσει ώστε να αλλάξουν τόσο τα πράγματα στον Δήμο;».

Παρακάτω παρουσιάζονται οι περισσότερες από τις ιδέες και προτάσεις που διατυπώθηκαν, χωρισμένες σε τέσσερις μεγάλες κατηγορίες:

1. Κοινοτικές και συλλογικές δράσεις για ενδυνάμωση, σύνδεση και ορατότητα
2. Εκπαιδευτικές και επιμορφωτικές παρεμβάσεις για αλλαγή νοοτροπίας και ενδυνάμωση
3. Πολιτιστικές και δημιουργικές δράσεις ως πεδίο εξωστρέφειας, μάθησης και κοινωνικής συνοχής
4. Δομική υποστήριξη και άσκηση πίεσης για βιώσιμες τοπικές λύσεις

Καθώς η διερεύνηση αυτή εστιάζει στην επαγγελματική και οικονομική ενδυνάμωση των γυναικών που ζουν σε μικρές περιοχές της ελληνικής περιφέρειας, οι ιδέες που παρουσιάζονται σε αυτή την ενότητα αφορούν είτε τρόπους ενίσχυσης της **οικονομικής δραστηριοποίησης** των γυναικών, είτε τρόπους με τους οποίους η **δημόσια ενεργοποίηση** των γυναικών μπορεί να προσφέρει **λύσεις** στα ευρύτερα προβλήματα που αντιμετωπίζουν οι κοινότητές τους.

Σε όλες σχεδόν τις κατηγορίες περιλαμβάνονται τόσο λύσεις που μπορούν να ξεκινήσουν ή και να υλοποιηθούν με την πρωτοβουλία ατόμων, ομάδων ή επιχειρήσεων που δραστηριοποιούνται στην περιοχή, όσο και ορισμένες που απαιτούν την κρατική πρωτοβουλία. Αξίζει, ωστόσο, να θυμόμαστε ότι ο αντίκτυπος της οποιασδήποτε ιδιωτικής πρωτοβουλίας μπορεί να ενισχυθεί σημαντικά όταν αυτή υποστηρίζεται και από τους θεσμούς. Και, αντίστροφα, ότι η άσκηση πίεσης από άτομα, συλλογικότητες και οργανισμούς είναι συχνά απαραίτητη για την ενεργοποίηση μεγαλύτερων θεσμικών αλλαγών.

1. Κοινοτικές και συλλογικές δράσεις για ενδυνάμωση, σύνδεση και ορατότητα

Οι γυναίκες της Καλύμνου ανέδειξαν τη συλλογικότητα ως κρίσιμο αντίβαρο στην απομόνωση, τη φθορά της καθημερινότητας και τη δυσκολία ενεργοποίησης. Οι προτάσεις που ακολουθούν εστιάζουν στη δημιουργία ή ενίσχυση κοινοτικών δομών που καλλιεργούν εμπιστοσύνη, συμμετοχή και κοινό όραμα, αξιοποιώντας υπαρκτούς φορείς και ανθρώπινο δυναμικό του νησιού. Μέσα από αυτές τις συλλογικές δομές, οι γυναίκες δεν ενδυναμώνονται μόνο κοινωνικά, αλλά εξασκούν στην πράξη δεξιότητες όπως το μοίρασμα ευθυνών, το αίτημα βοήθειας, η θέσπιση ορίων και το θάρρος της έκφρασης. Η συλλογικότητα λειτουργεί έτσι ως προστατευτικό πλαίσιο, όπου η αλλαγή στάσης δεν απαιτεί ατομικό ηρωισμό, αλλά χτίζεται μέσα από σχέσεις εμπιστοσύνης. *«Την επόμενη φορά που θα σας δω θα θέλω να σας αγκαλιάσω, νιώθω ότι κόλλησαν οι ψυχές μας»* είπε χαρακτηριστικά μία από τις συμμετέχουσες στα εργαστήρια, μετά το τέλος της συζήτησης.

A. Δημιουργία ή επανενεργοποίηση ενός σύγχρονου συλλόγου γυναικών, με σαφή σκοπό την κοινωνική, επαγγελματική και πολιτιστική ενδυνάμωση. Όχι ως τυπικός φορέας, αλλά ως ανοιχτή πλατφόρμα δράσεων, συναντήσεων και πρωτοβουλιών, που θα λειτουργεί συμπληρωματικά προς ήδη υπάρχοντες συλλόγους και θα δίνει χώρο σε γυναίκες διαφορετικών ηλικιών, εμπειριών και διαδρομών.

B. Θεσμοθέτηση τακτικών συναντήσεων μελών της κοινότητας (ανεξαρτήτως φύλου) και κύκλων διαλόγου, αντίστοιχων με τα διερευνητικά εργαστήρια που υλοποιήθηκαν στο πλαίσιο της παρούσας μελέτης, ως σταθερού σημείου αναφοράς για τις γυναίκες του νησιού. Συναντήσεις που δεν περιορίζονται στην καταγραφή προβλημάτων, αλλά καλλιεργούν την ανταλλαγή εμπειριών, τη συλλογική μάθηση και τη σταδιακή μετάβαση από το «προβληματίζομαι» στο «μοιράζομαι» και στο «σχεδιάζω και δρω».

Γ. Αξιοποίηση και διασύνδεση υφιστάμενων τοπικών ομάδων και φορέων (πολιτιστικών συλλόγων, Λυκείου των Ελληνίδων, άτυπων δημιουργικών ομάδων) ώστε να λειτουργούν ως κόμβοι κοινοτικής ζωής και όχι ως απομονωμένες νησίδες δράσης. Η ενίσχυση συνεργειών μεταξύ τους μπορεί να αυξήσει την απήχηση των δράσεων και να μειώσει την κόπωση των ίδιων ανθρώπων που συχνά «κάνουν τα πάντα». Σημαντικό κομμάτι του οικοσυστήματος αυτού είναι και οι σύλλογοι γονέων, που αναγνωρίστηκαν από τις συμμετέχουσες ως σημαντικοί χώροι εκκίνησης για την ενεργοποίηση των γυναικών στα κοινά. Η διασύνδεση και ενδυνάμωσή τους μπορεί να λειτουργήσει ως ασφαλές πρώτο βήμα για την ανάληψη πρωτοβουλιών, τη συλλογική δράση και τη σταδιακή ενδυνάμωση γυναικών που δεν είχαν προηγούμενη εμπλοκή σε δημόσιους ή συλλογικούς ρόλους.

Δ. Συστηματική ανάδειξη γυναικείων προτύπων και ιστοριών αλλαγής, τόσο από το παρόν όσο και από την ιστορία της Καλύμνου. Ιστορίες γυναικών που δημιούργησαν, αντιστάθηκαν, φρόντισαν ή καινοτόμησαν μπορούν να λειτουργήσουν ως πηγή έμπνευσης, αλλά και ως εργαλείο αποδόμησης στερεοτύπων, ιδίως για νεότερες γυναίκες και κορίτσια.

Ε. Ανάπτυξη ομάδων ευαισθητοποίησης και κοινοτικής δράσης, με θεματικές όπως ο σεβασμός, η έμφυλη ισότητα, η ψυχική υγεία και η ενεργός συμμετοχή στα κοινά. Ομάδες που, όπως ήδη συμβαίνει σε πολιτιστικές πρωτοβουλίες (π.χ. θεατρικές ομάδες), μπορούν να λειτουργούν ως ασφαλείς χώροι έκφρασης και σταδιακής αποστιγματοποίησης δύσκολων θεμάτων. Οι ομάδες αυτές μπορούν να λειτουργούν και ως χώροι εξάσκησης κοινωνικών δεξιοτήτων, όπως η ενεργή ακρόαση, η ενσυναίσθηση και η παρέμβαση σε περιπτώσεις προβληματικών συμπεριφορών, ενισχύοντας μια κουλτούρα συλλογικής ευθύνης και σεβασμού. Παράλληλα, για την αποστιγματοποίηση της ψυχοθεραπείας, οι γυναίκες πρότειναν να δοθεί χώρος στις ίδιες τις εμπειρίες ανθρώπων που προσέφυγαν σε αυτήν και βοηθήθηκαν. Η δημόσια, ασφαλής και εθελοντική αφήγηση τέτοιων ιστοριών, μέσα από συζητήσεις, εκδηλώσεις ή πολιτιστικά πλαίσια, μπορεί να λειτουργήσει ως ισχυρό εργαλείο κανονικοποίησης της ψυχικής φροντίδας και να μειώσει τον φόβο της έκθεσης.

ΣΤ. Ενίσχυση της κουλτούρας συμμετοχής και κοινού οράματος, μέσα από μικρές αλλά σταθερές συλλογικές πρακτικές. Από κοινές εθελοντικές δράσεις φροντίδας του δημόσιου χώρου έως πρωτοβουλίες αλληλεγγύης και πολιτιστικής παραγωγής, οι γυναίκες υπογράμμισαν ότι η ενεργοποίηση δεν προκύπτει από μεμονωμένες δράσεις προβολής, αλλά από τη σταδιακή οικοδόμηση εμπιστοσύνης και αίσθησης ότι «δεν είμαι μόνη».

Συνολικά, οι κοινοτικές και συλλογικές δράσεις μπορούν να αποτελέσουν τη βάση πάνω στην οποία θα «πατήσουν» και οι υπόλοιπες παρεμβάσεις. Όχι ως λύση σε όλα τα προβλήματα, αλλά ως απαραίτητη υποδομή κοινωνικού κεφαλαίου που επιτρέπει σε κάθε άλλη πρωτοβουλία να ριζώσει και να διαρκέσει.

2. Εκπαιδευτικές και επιμορφωτικές παρεμβάσεις για αλλαγή νοοτροπίας και ενδυνάμωση

Οι γυναίκες που συμμετείχαν στα εργαστήρια ανέδειξαν την εκπαίδευση (όχι μόνο ως σχολική διαδικασία αλλά ως δια βίου εμπειρία) ως καθοριστικό μοχλό αλλαγής. Οι προτάσεις που ακολουθούν εστιάζουν στην ενδυνάμωση ενηλίκων, γονέων και κοινοτήτων, με στόχο τη σταδιακή μετατόπιση στάσεων, την καλλιέργεια δεξιοτήτων και τη δημιουργία ενός πιο υποστηρικτικού περιβάλλοντος για γυναίκες και παιδιά.

A. Υποστήριξη για τη συστηματοποίηση μιας οργανωμένης Σχολής Γονέων (στα πρότυπα των εργαστηρίων που ήδη διοργανώνονται από το Λύκειο των Ελληνίδων), με σταθερή διάρκεια και θεματική συνέχεια, που θα λειτουργεί ως χώρος μάθησης, ανταλλαγής και υποστήριξης. Η Σχολή Γονέων μπορεί να περιλαμβάνει ενότητες για την ανατροφή χωρίς στερεότυπα, τη διαχείριση άγχους και εφηβείας, την ψυχική υγεία παιδιών και γονέων, καθώς και τη συνειδητή κατανομή ρόλων και ευθυνών μέσα στην οικογένεια. Ιδιαίτερη έμφαση μπορεί να δοθεί στην ενδυνάμωση των γονέων ώστε να αναγνωρίζουν τα δικά τους όρια, να ζητούν υποστήριξη χωρίς ενοχή και να καλλιεργούν στα παιδιά δεξιότητες αυτοεκτίμησης, σεβασμού και συναισθηματικής έκφρασης. Η εμπλοκή κοινωνικών λειτουργών, ψυχολόγων και εξειδικευμένων εκπαιδευτών διασφαλίζει επιστημονική εγκυρότητα και ασφάλεια.

B. Δημιουργία κύκλων επιμόρφωσης και βιωματικών εργαστηρίων για ενήλικες, με έμφαση στην αυτοεκτίμηση, τον αυτοσεβασμό, την ενσυναίσθηση και την καλλιέργεια δεξιοτήτων επικοινωνίας. Τέτοιες δράσεις μπορούν να απευθύνονται ειδικά σε γυναίκες, αλλά και σε μεικτές ομάδες, συμβάλλοντας στη δημιουργία κοινής γλώσσας γύρω από τον σεβασμό, τα όρια και τη συλλογική ευθύνη. Μέσα από βιωματικές μεθόδους, οι συμμετέχουσες μπορούν να δουλέψουν πρακτικά ζητήματα όπως η διαχείριση συγκρούσεων, η διεκδικητική επικοινωνία, η θέσπιση προσωπικών ορίων και η αποδόμηση εσωτερικευμένων στερεοτύπων.

Γ. Ενσωμάτωση επιμορφωτικών δράσεων χρηματοοικονομικού εγγραμματισμού και επαγγελματικών δεξιοτήτων, προσαρμοσμένων στις πραγματικές συνθήκες του νησιού και τις ανάγκες των γυναικών. Σεμινάρια για βασικές οικονομικές δεξιότητες, διαχείριση εισοδήματος, μικρή επιχειρηματικότητα και επαγγελματικό προσανατολισμό μπορούν να ενισχύσουν την αυτονομία των γυναικών και να λειτουργήσουν υποστηρικτικά προς την εργασιακή τους ενεργοποίηση. Ιδιαίτερη αξία αποδόθηκε και στις δυνατότητες εξ αποστάσεως εκπαίδευσης, που μπορούν να ξεπεράσουν τους γεωγραφικούς περιορισμούς του νησιού και να διευκολύνουν τη συμμετοχή

γυναικών με περιορισμένο χρόνο ή αυξημένες ευθύνες φροντίδας. Παράλληλα, προτάθηκε η ανάπτυξη προγραμμάτων mentoring, που θα συνδέουν γυναίκες της Καλύμνου με επαγγελματίες και μέντορες/ισσες από άλλες περιοχές, ενισχύοντας τη γνώση, την αυτοπεποίθηση και τη δικτύωση.

«Είχα παραιτηθεί από τη δουλειά μου επειδή ο άντρας μου ήταν ναυτικός και έλειπε καιρό κι έτσι έπρεπε να τα πάρω όλα πάνω μου» μοιράστηκε μια εκπαιδευτικός τρίτης ηλικίας που συμμετείχε στα εργαστήρια. «Όταν το επεδίωξα και κατάφερα να επαναδιοριστώ, ξαναγεννήθηκα», πρόσθεσε, αναδεικνύοντας τη σημασία της επαγγελματικής ενεργοποίησης για την αίσθηση αυτοξίας και την ψυχική και κοινωνική ενδυνάμωση των γυναικών.

Δ. Υποστήριξη τοπικών φορέων και αξιοποίησή τους ως κόμβων μάθησης, όπως το Λύκειο των Ελληνίδων και άλλοι πολιτιστικοί ή εκπαιδευτικοί σύλλογοι. Μέσα από συνεργασίες, οι φορείς αυτοί μπορούν να φιλοξενήσουν επιμορφωτικές δράσεις, διαλέξεις και εργαστήρια, αξιοποιώντας τη γνώση επαγγελματιών και ειδικών που δραστηριοποιούνται εντός ή εκτός Καλύμνου.

Ε. Ανάπτυξη επιμορφωτικών προγραμμάτων για νέους/ες και εφήβους/ες, σε συνεργασία με σχολικές κοινότητες και συλλόγους γονέων, με θεματικές όπως ο σεβασμός στη διαφορετικότητα, η ισότητα των φύλων, η ψυχική ανθεκτικότητα και η υπεύθυνη κοινωνική συμμετοχή. Στόχος δεν είναι η αποσπασματική «ευαισθητοποίηση», αλλά η σταδιακή καλλιέργεια δεξιοτήτων ζωής που ενισχύουν τη συνοχή και την αυτοπεποίθηση.

ΣΤ. Πρόσκληση εξωτερικών φορέων και ειδικών σε τακτική βάση, ώστε να εμπλουτίζεται το τοπικό οικοσύστημα μάθησης με νέες οπτικές, εμπειρίες και καλές πρακτικές. Η περιοδική παρουσία εξωτερικών συνεργατών (π.χ. κάθε 2-3 μήνες) μπορεί να λειτουργήσει αναζωογονητικά, χωρίς να υποκαθιστά τη δυναμική της τοπικής κοινότητας.

Συνολικά, οι εκπαιδευτικές και επιμορφωτικές παρεμβάσεις λειτουργούν ως καταλύτης για τη βιώσιμη αλλαγή νοοτροπίας. Όταν η εκπαίδευση μεταφέρεται από το επίπεδο της ατομικής προσπάθειας στο επίπεδο της κοινότητας, δημιουργούνται οι προϋποθέσεις ώστε οι γυναίκες της Καλύμνου να ενδυναμωθούν, να διεκδικήσουν και να συνδιαμορφώσουν το μέλλον τους. Με αυτόν τον τρόπο, δεξιότητες που συχνά αντιμετωπίζονται ως προσωπικά ζητήματα μετατρέπονται σε αντικείμενο συλλογικής μάθησης και εξάσκησης, ενισχύοντας τη δυνατότητα ουσιαστικής αλλαγής σε ατομικό και κοινοτικό επίπεδο.

3. Πολιτιστικές και δημιουργικές δράσεις ως πεδίο εξωστρέφειας, μάθησης και κοινωνικής συνοχής

Οι συμμετέχουσες περιέγραψαν τον πολιτισμό και τη δημιουργία όχι ως «πολυτέλεια», αλλά ως αναγκαία διέξοδο από τη στασιμότητα της καθημερινότητας και ως βασικό εργαλείο διεύρυνσης οριζόντων. Οι προτάσεις που ακολουθούν εστιάζουν στη δημιουργία σταθερών πολιτιστικών διεξόδων που απευθύνονται τόσο σε παιδιά όσο και σε ενήλικες, ενισχύοντας τη συμμετοχή, την έκφραση και τη σύνδεση με σύγχρονες μορφές τέχνης.

A. Καθιέρωση ενός σταθερού προγράμματος πολιτιστικών δράσεων, με προβολές κινηματογράφου, θεατρικές παραστάσεις, εκθέσεις και ανοιχτές συζητήσεις. Ιδιαίτερη έμφαση δίνεται στην επαναφορά του κινηματογράφου ως συλλογικής εμπειρίας, είτε μέσα από ένα θερινό σινεμά είτε μέσα από περιοδικές προβολές, ώστε να δημιουργηθεί ένας προσβάσιμος χώρος ψυχαγωγίας και πολιτιστικής συνεύρεσης.

B. Η ανάπτυξη χώρων και προγραμμάτων δημιουργικής έκφρασης για παιδιά και ενήλικες, με εργαστήρια τέχνης, φωτογραφίας, θεάτρου, μουσικής ή χειροτεχνίας. Οι δράσεις αυτές μπορούν να αξιοποιούν ντόπιους/ες δημιουργούς και επαγγελματίες, αλλά και να προσκαλούν εξωτερικούς/ές συνεργάτες/ίδες, καλλιεργώντας δεξιότητες, αυτοπεποίθηση και τη χαρά της δημιουργίας χωρίς αξιολογική πίεση.

Γ. Ενίσχυση της επαφής με τη σύγχρονη τέχνη και τον σύγχρονο πολιτισμό, μέσα από επιμελημένες δράσεις που «ανοίγουν» θεματικά δύσκολα ή επίκαιρα ζητήματα. Η δύναμη της τέχνης αναγνωρίστηκε ήδη από τα εργαστήρια και ως μέσο προσέγγισης θεμάτων που παραμένουν ταμπού στην τοπική κοινωνία, όπως η σεξουαλική ταυτότητα και ο σεξουαλικός προσανατολισμός. Μέσα από το θέατρο, τον κινηματογράφο και άλλες μορφές σύγχρονης καλλιτεχνικής έκφρασης, δημιουργούνται ασφαλείς χώροι όπου δύσκολα ζητήματα μπορούν να τεθούν προς συζήτηση έμμεσα, χωρίς αντιπαράθεση, επιτρέποντας την καλλιέργεια ενσυναίσθησης και κατανόησης εκεί όπου ο άμεσος λόγος συναντά συχνά αντίσταση.

Δ. Αξιοποίηση και διασύνδεση υφιστάμενων πολιτιστικών ομάδων, όπως θεατρικές και χορευτικές ομάδες, ώστε να λειτουργούν ως ζωντανά κύτταρα πολιτισμού με μεγαλύτερη απήχηση στην τοπική κοινωνία. Η δικτύωση μεταξύ ομάδων μπορεί να ενισχύσει τη βιωσιμότητα των δράσεων και να αποτρέψει την αποσπασματικότητα.

Ε. Ανάπτυξη διανοητικών πολιτιστικών συνεργασιών, με ανταλλαγές δράσεων, εργαστηρίων και καλλιτεχνών μεταξύ νησιών. Τέτοιες πρωτοβουλίες μπορούν να ενισχύσουν την εξωστρέφεια της Καλύμνου, να φέρουν νέες ιδέες και να δημιουργήσουν ένα αίσθημα συμμετοχής σε ένα ευρύτερο πολιτιστικό δίκτυο.

ΣΤ. Επένδυση στην επικοινωνία και την προσβασιμότητα των πολιτιστικών δράσεων, ώστε να ενισχυθεί η συμμετοχή του κοινού. Οι γυναίκες υπογράμμισαν ότι συχνά δράσεις δεν γνωστοποιούνται επαρκώς ή απευθύνονται σε περιορισμένο κύκλο, γεγονός που ενισχύει την αίσθηση ότι «ο κόσμος δεν ενδιαφέρεται για τον πολιτισμό». Η συστηματική ενημέρωση και η ανοιχτή πρόσκληση, μέσω της ενεργοποίησης ενός ή περισσότερων Μέσων ή/και τη δημιουργία ενός κόμβου ενημέρωσης υπό την σκέπη του Δήμου, μπορούν να αντιστρέψουν αυτή τη δυναμική.

Συνολικά, οι πολιτιστικές και δημιουργικές δράσεις μπορούν να λειτουργήσουν ως γέφυρα ανάμεσα στη μάθηση, την ψυχαγωγία και τη συλλογική ταυτότητα. Όταν ο πολιτισμός γίνεται μέρος της καθημερινής ζωής και όχι περιστασιακό γεγονός, δημιουργεί χώρο για έκφραση, διάλογο και νέες μορφές κοινωνικής συνοχής στο νησί.

4. Δομική υποστήριξη και άσκηση πίεσης για βιώσιμες τοπικές λύσεις

Οι συμμετέχουσες κατέστησαν σαφές ότι, όσο σημαντικές κι αν είναι οι κοινοτικές και ατομικές πρωτοβουλίες, δεν αρκούν χωρίς δομική υποστήριξη και ενεργή εμπλοκή των θεσμών. Οι προτάσεις που ακολουθούν εστιάζουν στη δημιουργία μηχανισμών πίεσης, συνεργασίας και διεκδίκησης, ώστε οι ανάγκες των γυναικών να μεταφράζονται σε πολιτικές, υποδομές και υπηρεσίες.

A. Συστηματική ενεργοποίηση της τοπικής αυτοδιοίκησης γύρω από ζητήματα που επηρεάζουν άμεσα την καθημερινότητα των γυναικών, όπως η φροντίδα παιδιών, η ασφάλεια δημόσιων χώρων, η κυκλοφορία και η ποιότητα ζωής στις γειτονίες. Οι γυναίκες τόνισαν την ανάγκη ύπαρξης σταθερών διαύλων επικοινωνίας με τον Δήμο, ώστε οι παρεμβάσεις να μην εξαρτώνται από μεμονωμένες πρωτοβουλίες ή συγκυρίες. Σημαντική, προς αυτή την κατεύθυνση, είναι η ενδυνάμωση τοπικών ομάδων πολιτών με δεξιότητες άσκησης πίεσης. Οργανωμένες ομάδες με γνώση του πώς διαμορφώνονται αιτήματα, πώς τεκμηριώνονται ανάγκες και πώς διεκδικούνται πόροι μπορούν να λειτουργήσουν ως πολλαπλασιαστές αλλαγής. Οι συμμετέχουσες αναγνώρισαν ότι η γνώση αυτή συχνά υπάρχει διάσπαρτα, αλλά δεν αξιοποιείται συλλογικά.

B. Ενίσχυση της γυναικείας απασχόλησης και επιχειρηματικότητας. Ιδιαίτερη σημασία αποδόθηκε στην ανάγκη στοχευμένης ενίσχυσης της γυναικείας επιχειρηματικότητας, μέσα από μικροπιστώσεις, δάνεια (grants) ή άλλα ευέλικτα χρηματοδοτικά εργαλεία, προσαρμοσμένα στην κλίμακα και τις ανάγκες των γυναικών του νησιού. Τέτοια εργαλεία μπορούν να λειτουργήσουν υποστηρικτικά για γυναίκες που θέλουν να ξεκινήσουν ή να εξελίξουν μικρές επιχειρηματικές δραστηριότητες, αλλά δεν έχουν πρόσβαση σε παραδοσιακή χρηματοδότηση. Προτάθηκε επίσης η επιμόρφωση υφιστάμενων μικρομεσαίων επιχειρήσεων και εργοδοτών σε ευέλικτα μοντέλα εργασίας, που λαμβάνουν υπόψη τις ευθύνες φροντίδας. Η υιοθέτηση πρακτικών όπως ευέλικτο ωράριο, μερική απασχόληση ή εξ αποστάσεως εργασία μπορεί να καταστήσει τις τοπικές επιχειρήσεις πιο ελκυστικές για γυναίκες εργαζόμενες και να ενισχύσει τη συμμετοχή τους στην αγορά εργασίας.

Γ. Επιμόρφωση εκπαιδευτικών και θρησκευτικών λειτουργών σε ζητήματα ισότητας, ψυχικής υγείας και κοινωνικής ένταξης. Οι γυναίκες ανέδειξαν την ανάγκη για στοχευμένη επιμόρφωση επαγγελματιών και θεσμικών φορέων που διαμορφώνουν καθημερινά στάσεις και συμπεριφορές στην τοπική κοινωνία, όπως οι εκπαιδευτικοί και οι κληρικοί. Η επιμόρφωση αυτή μπορεί να εστιάζει σε ζητήματα έμφυλης ισότητας, ψυχικής υγείας, αποδοχής της διαφορετικότητας και πρόληψης στιγματισμού, ενισχύο-

ντας τον ρόλο τους ως φορέων στήριξης και όχι αναπαραγωγής στερεοτύπων. Πρόκειται για παρέμβαση που απαιτεί συνεργασία με θεσμικούς φορείς (Δήμο, εκπαιδευτικές αρχές, εκκλησιαστικούς φορείς), αλλά μπορεί να έχει καθοριστική επίδραση στη διαμόρφωση ενός πιο συμπεριληπτικού και υποστηρικτικού κοινωνικού περιβάλλοντος.

Δ. Ενίσχυση και διεκδίκηση επαρκών υποδομών δημόσιας υγείας, με έμφαση τόσο στο ανθρώπινο δυναμικό όσο και στον εξοπλισμό. Οι γυναίκες υπογράμμισαν την ανάγκη για στοχευμένη άσκηση πίεσης προς την Πολιτεία, αλλά και για αξιοποίηση συμπληρωματικών λύσεων, όπως η τηλεϊατρική, ώστε να μειωθεί η ανασφάλεια και το κόστος μετακινήσεων. Ως καλή πρακτική που ήδη εφαρμόζεται άτυπα, αναφέρθηκε η φιλοξενία μεταξύ γυναικών και οικογενειών από διαφορετικά νησιά, με στόχο τη διευκόλυνση της πρόσβασης σε πιο πλήρεις δομές υγείας. Η δημιουργία ενός οργανωμένου δικτύου homesharing μεταξύ της Καλύμνου, της Κω και άλλων νησιών θα μπορούσε να ενισχύσει την αίσθηση ασφάλειας, να μειώσει το οικονομικό βάρος της διαμονής και να στηρίξει ιδιαίτερα τις γυναίκες που μετακινούνται για λόγους υγείας.

Ε. Προώθηση παρεμβάσεων που βελτιώνουν την ασφάλεια και τη λειτουργικότητα του δημόσιου χώρου, όπως η αναβάθμιση παιδικών χαρών, η καλλιέργεια οδικής συνείδησης και η βελτίωση του οδικού δικτύου. Οι γυναίκες ανέφεραν ότι η ποιότητα του δημόσιου χώρου επηρεάζει άμεσα την καθημερινή τους οργάνωση, την αυτονομία των παιδιών και το αίσθημα ασφάλειας.

ΣΤ. Διεκδίκηση καλύτερων και πιο προσιτών συγκοινωνιών, τόσο εντός του νησιού όσο και προς τα αστικά κέντρα. Η συχνότητα, το κόστος και η κάλυψη εξόδων διαμονής αποτελούν κρίσιμους παράγοντες που επηρεάζουν την πρόσβαση σε υπηρεσίες υγείας, εργασία και επιμόρφωση. Αν και πρόκειται σε μεγάλο βαθμό για εθνικές πολιτικές, οι γυναίκες τόνισαν τη σημασία της συλλογικής φωνής και της τοπικής πίεσης.

Ζ. Αξιοποίηση καλών πρακτικών από άλλα νησιά, όπως παραδείγματα οργανωμένης καθαριότητας, συμμετοχικής διαχείρισης και βιώσιμης ανάπτυξης. Η ανταλλαγή εμπειριών με νησιά που έχουν εφαρμόσει επιτυχημένες παρεμβάσεις, μέσω διαδημοτικών ανταλλαγών και προγραμμάτων δικτύωσης, μπορεί να προσφέρει ρεαλιστικά μοντέλα και να ενισχύσει τη διεκδίκηση αντίστοιχων λύσεων στην Κάλυμνο. Οι γυναίκες ανέφεραν συγκεκριμένα παραδείγματα νησιών που μπορούν να λειτουργήσουν ως πηγή έμπνευσης. Στην Πάτμο, η συστηματική επένδυση σε φεστιβάλ κλασικής μουσικής, κινηματογράφου, εκθέσεις και καλλιτεχνικά εργαστήρια για παιδιά έχει συμβάλει στη δημιουργία ενός ζωντανού πολιτιστικού οικοσυστήματος. Αντίστοιχα, νησιά όπως οι Λειψοί, η Τήλος και η Χάλκη ξεχωρίζουν για την οργάνωση, την καθαριότητα και τη συμμετοχική διαχείριση του δημόσιου χώρου. Η μελέτη και προσαρμογή τέτοιων πρακτικών μπορεί να ενισχύσει τη διεκδίκηση ρεαλιστικών λύσεων για την Κάλυμνο.

Συνολικά, η δομική υποστήριξη και η άσκηση πίεσης δεν προκύπτουν αυτόματα. Απαιτούν οργάνωση, γνώση και συνέπεια, αλλά και τη συνειδητή μετατόπιση από την ατομική αντοχή στη συλλογική διεκδίκηση. Για τις γυναίκες της Καλύμνου, αυτή η μετάβαση αποτελεί κρίσιμη προϋπόθεση ώστε οι προσπάθειές τους να μεταφραστούν σε διαρκείς και μετρήσιμες αλλαγές.

Λίγα λόγια για τον ρόλο των τοπικών ΜΜΕ

Οι γυναίκες που συμμετείχαν στα διερευνητικά εργαστήρια αναγνώρισαν τον καθοριστικό ρόλο που μπορούν να διαδραματίσουν τα τοπικά Μέσα ενημέρωσης στη διαμόρφωση στάσεων και στην ενίσχυση ή αποδόμηση στερεοτύπων.

Η προβολή θετικών παραδειγμάτων, συλλογικών πρωτοβουλιών και ιστοριών αλλαγής μπορεί να λειτουργήσει ενισχυτικά για την κοινωνική ενεργοποίηση και τη συμμετοχή. Αντίστοιχα, η απουσία ορατότητας ή η αναπαραγωγή απαξιωτικών αφηγήσεων εντείνει τη σιωπή και τον φόβο της έκθεσης. Σε αυτό το πλαίσιο, τα τοπικά ΜΜΕ μπορούν και καλούνται να αποτελέσουν σύμμαχο στην ανάδειξη θεμάτων ισότητας, πολιτισμού και κοινωνικής συνοχής, συμβάλλοντας στη σταδιακή αλλαγή νοοτροπίας.

Μια τέτοια ενεργοποίηση θα μπορούσε να προκύψει μέσα από μια καμπάνια συνηγορίας με συνομιλητές τα κυριότερα τοπικά Μέσα ή/και με τη βοήθεια ενός επιμορφωτικού προγράμματος που θα απευθύνεται στους/τις δημοσιογράφους που εργάζονται σε αυτά, με σκοπό την ευαισθητοποίησή τους γύρω από τον ρόλο που μπορούν να διαδραματίσουν ως φορείς κοινωνικής αλλαγής.

ΕΜΠΟΔΙΑ/ΔΙΕΥΚΟΛΥΝΤΕΣ

Ποιοι είναι οι παράγοντες εκείνοι που μπορούν να διευκολύνουν ή να αναχαιτίσουν την αλλαγή;

Ζητήσαμε τις συμμετέχουσες των εργαστηρίων να αναφέρουν συνήθειες, θεσμούς, συγκυρίες και χαρακτηριστικά της περιοχής τους, τα οποία μπορούν να λειτουργήσουν ως «εμπόδια» ή ως «διευκολυντές/βοηθοί» στις προσπάθειες που κάνουν οι ίδιες ή που μπορούν να κάνουν άλλοι φορείς για να υποστηρίξουν ένα μέλλον ισότητας, γνώσης, ανάπτυξης, δημιουργικότητας και ευημερίας για τον Δήμο Καλυμνίων.

Γεωγραφικός αποκλεισμός, το μεγάλο εμπόδιο

Ο γεωγραφικός αποκλεισμός αναδύθηκε σε όλα τα εργαστήρια ως ένας αμετάβλητος παράγοντας που επηρεάζει αλυσιδωτά το κόστος ζωής, την πρόσβαση σε αγαθά και υπηρεσίες, αλλά και την αίσθηση ελευθερίας και ασφάλειας των ίδιων. Η νησιωτικότητα, παρότι αποτελεί αναπόσπαστο στοιχείο της ταυτότητας και της ποιότητας ζωής στο νησί, συνοδεύεται από σημαντικούς πρακτικούς περιορισμούς που γίνονται ιδιαίτερα ορατοί στις περιόδους αυξημένης ανάγκης ή κρίσης. «Κάτι κερδίζουμε, αλλά αυτό που χάνουμε είναι πολύ σοβαρό» μοιράστηκαν σχετικά οι συμμετέχουσες.

Η αγορά βασικών αγαθών και η διατροφή αποτελούν χαρακτηριστικά παραδείγματα. Πολλές γυναίκες περιέγραψαν ότι αναγκάζονται να προμηθεύονται προϊόντα από αγορές εκτός νησιού (από βιβλία και είδη αναψυχής έως εξειδικευμένα τρόφιμα) με αυξημένο κόστος και καθυστερήσεις. Η ακρίβεια δεν αφορά μόνο την τιμή των προϊόντων, αλλά και το συνολικό κόστος μεταφοράς, το οποίο επιβαρύνει δυσανάλογα τα νοικοκυριά και περιορίζει τις επιλογές, ιδιαίτερα για οικογένειες με παιδιά ή για γυναίκες με χαμηλότερο εισόδημα. Παράλληλα, προβλέψεις όπως τα δωρεάν μεταφορικά, κάνουν -σε ορισμένες περιπτώσεις- τις ατομικές online αγορές πιο συμφέρουσες σε σύγκριση με τις αγορές από επιχειρήσεις του νησιού, που επωμίζονται οι ίδιες το έξτρα κόστος της μεταφοράς των προϊόντων που μεταπωλούν και το μετακυλίζουν στην τελική τιμή τους.

Η μετακίνηση προς τα αστικά κέντρα περιγράφηκε ως μια σύνθετη και συχνά αγχωτική διαδικασία. Η επίσκεψη σε κάποια υπηρεσία υγείας, ιδίως για εξειδικευμένες εξετάσεις ή για θέματα που δεν μπορούν να αντιμετωπιστούν στο νησί, συνεπάγεται όχι μόνο το κόστος του ακτοπλοϊκού εισιτηρίου, αλλά και τη διαμονή, την απώλεια εργάσιμων ημερών και την ανάγκη προσεκτικού συντονισμού με τα δρομολόγια. Οι συμμετέχουσες ανέφεραν ότι, σε αντίθεση με την Αθήνα ή άλλα μεγάλα αστικά κέντρα, όπου ο προγραμματισμός είναι εφικτός χάρη στις σταθερές συγκοινωνίες και τις πολλαπλές επιλογές, στην Κάλυμνο κάθε μετακίνηση απαιτεί χρόνο, χρήματα και αντοχή.

Ιδιαίτερη αναφορά έγινε στο απαγορευτικό απόπλου, το οποίο εντείνει το αίσθημα εγκλωβισμού. Σε περιπτώσεις έκτακτης ανάγκης, η αδυναμία άμεσης μετακίνησης ενισχύει το άγχος και την αίσθηση ανασφάλειας, καθώς «δεν μπορείς απλώς να πάρεις το αυτοκίνητο και να φύγεις». Το γεγονός αυτό επηρεάζει όχι μόνο πρακτικά ζητήματα, αλλά και τη συναισθηματική διαχείριση της καθημερινότητας, ιδιαίτερα για γυναίκες με ευθύνες φροντίδας.

Οι συμμετέχουσες αναφέρθηκαν στο μέτρο του Μεταφορικού Ισοδύναμου,³ το οποίο έχει στόχο να αντισταθμίσει μέρος του αυξημένου κόστους μετακίνησης των νησιωτών. Παρότι αναγνωρίζεται ως ένα σημαντικό βήμα στήριξης, στην πράξη περιγράφηκε ως ανεπαρκές για να καλύψει τις πραγματικές ανάγκες: οι επιστροφές των χρημάτων συχνά καθυστερούν, ενώ δεν καλύπτονται κρίσιμα έξοδα, όπως η διαμονή κατά τις μετακινήσεις για λόγους υγείας. Έτσι, ακόμη και όταν προβλέπεται θεσμική μέριμνα, η μετακίνηση εξακολουθεί να αποτελεί οικονομικά και πρακτικά επιβαρυντική διαδικασία. Το αποτέλεσμα είναι να παραμένει δυσβάσταχτη, ακόμη και όταν είναι απολύτως αναγκαία. Αντίστοιχα, το υψηλό κόστος των εισιτηρίων δυσχεραίνει και τις μετακινήσεις για λόγους οικογενειακούς, περιορίζοντας την επαφή με συγγενείς που ζουν εκτός νησιού.

Συνολικά, οι γυναίκες της Καλύμνου περιέγραψαν τον γεωγραφικό αποκλεισμό όχι ως ένα μεμονωμένο πρόβλημα, αλλά ως ένα διαρκές πλαίσιο εμποδίων μέσα στο οποίο καλούνται να οργανώσουν τη ζωή τους. Ένα πλαίσιο που αυξάνει το κόστος της καθημερινότητας και περιορίζει την πρόσβαση σε επιλογές, υπηρεσίες, γνώση και υποστήριξη.

³ Μεταφορικό Ισοδύναμο (Μ.Ι.): είναι το μέτρο, με τη θέσπιση του οποίου επιδιώκεται η εξίσωση του κόστους μεταφοράς με μέσα μαζικής μεταφοράς από την ηπειρωτική Ελλάδα σε νησί ή από νησί σε νησί με το κόστος που θα ίσχυε στην ηπειρωτική Ελλάδα για την ίδια απόσταση. Περισσότερες πληροφορίες για το μέτρο: <https://metaforikoisodynamo.gr/>

Άλλα εμπόδια που μοιράστηκαν οι συμμετέχουσες ήταν τα εξής:

ΕΜΠΟΔΙΑ

- **Μικρή κλίμακα τοπικής αγοράς και επιχειρήσεων:** Η κυριαρχία μικρών οικογενειακών επιχειρήσεων περιορίζει τα περιθώρια καινοτομίας και συνεργειών.
- **Εποχιακή εξάντληση λόγω τουρισμού:** Η ένταση της τουριστικής περιόδου αφήνει ελάχιστο χρόνο και ενέργεια για άλλες δραστηριότητες ή πρωτοβουλίες.
- **Φαταλισμός και αίσθηση μταιιότητας:** Η πεποίθηση ότι «τίποτα δεν αλλάζει» αποδυναμώνει τη συλλογική κινητοποίηση.
- **Νοοτροπία κλειστής κοινωνίας και φόβος σύγκρουσης:** Σε ένα περιβάλλον με διαπλεκόμενα συμφέροντα, η δημόσια έκφραση και διεκδίκηση είναι συχνά δύσκολη. «*Θα με φάει η μαρμάγκα*» απάντησαν ορισμένες συμμετέχουσες στο ερώτημα αν έχουν σκεφτεί να ενεργοποιηθούν σε συλλογικά σχήματα ή στην τοπική αυτοδιοίκηση. «*Είναι συγκεκριμένα άτομα μέσα στον πολιτικό χώρο και θέλει γερό στομάχι – φθείρεσαι, αλλοιώνεσαι, είναι επιζήμια η ενασχόληση*».
- **Αργοί και δυσλειτουργικοί θεσμοί τοπικής αυτοδιοίκησης:** Οι καθυστερήσεις και η γραφειοκρατία λειτουργούν ανασταλτικά σε πρωτοβουλίες και συνεργασίες.
- **Αποδυνάμωση των άτυπων δικτύων φροντίδας:** Η απουσία των παλαιότερων γενεών (π.χ. γιαγιάδων) αυξάνει το βάρος φροντίδας στις γυναίκες.

Παράλληλα οι γυναίκες μίλησαν και για σημαντικούς διευκολυντικούς παράγοντες που μπορούν να υποβοηθήσουν τη θετική αλλαγή σε κάθε τομέα.

ΔΙΕΥΚΟΛΥΝΤΕΣ

- **Υψηλή συμμετοχή των γυναικών στην εργασία:** Η οικονομική πραγματικότητα έχει καταστήσει την εργασία των γυναικών αναγκαία και κοινωνικά αποδεκτή, μεταβάλλοντας σταδιακά τους έμφυλους ρόλους.
- **Κοινωνική συνοχή και αλληλεγγύη σε επίπεδο καθημερινότητας:** Άτυπες πρακτικές εμπιστοσύνης, εχεμύθειας και συνεργασίας μεταξύ γυναικών λειτουργούν υποστηρικτικά στην οργάνωση της ζωής.
- **Ισχυρή παρουσία συλλόγων και άτυπων ομάδων:** Υφιστάμενοι σύλλογοι και πολιτιστικές ομάδες αποτελούν έτοιμο κοινωνικό κεφάλαιο για ενεργοποίηση και συνεργασία.
- **Ιδιωτικές πρωτοβουλίες και στήριξη από τη διασπορά:** Δωρεές και επενδύσεις από ιδιώτες και τη διασπορά έχουν συμβάλει σε υποδομές και μπορούν να λειτουργήσουν ως μοχλός ανάπτυξης. Παράλληλα, ωστόσο, ορισμένες γυναίκες εξέφρασαν δυσαρέσκεια σε σχέση με την ανάγκη απεύθυνσης στην ιδιωτική πρωτοβουλία για την κάλυψη δημόσιων αναγκών. «Για κάτι που είναι ευθύνη του δήμου γιατί να πρέπει εγώ να απευθυνθώ σε επιχείρηση;» είπαν χαρακτηριστικά.
- **Ανάπτυξη εκπαιδευτικών δομών και φοιτητικής ζωής:** Η λειτουργία της τοπικής Ακαδημίας Εμπορικού Ναυτικού (ΑΕΝ) και η αναμενόμενη ίδρυση νέων σχολών ενισχύουν την τοπική οικονομία και φέρνουν νέες νοοτροπίες.
- **Εξωστρέφεια λόγω τουρισμού και κινητικότητας πληθυσμού:** Ο τουρισμός, η μετανάστευση και η επιστροφή κατοίκων φέρνουν νέα ερεθίσματα και δυνατότητες αλλαγής.
- **Δυναμικό εναλλακτικών μορφών ανάπτυξης:** Η αναρρίχηση, ο αγροτουρισμός και η επιστροφή στη γη προσφέρουν προοπτικές βιώσιμης και ποιοτικής ανάπτυξης. Ωστόσο, οι γυναίκες έδωσαν έμφαση στην ανάγκη ενίσχυσης αυτών των πρωτοβουλιών με τη συμμετοχή εξειδικευμένων επαγγελματιών: «Είναι απαράδεκτο να γίνεται φεστιβάλ αναρρίχησης και να ανακοινώνεται 20 μέρες πριν» είπαν σχετικά.
- **Τοπικά γυναικεία πρότυπα:** Γυναίκες πρωτοπόροι και συλλογικά πρότυπα από την τοπική μνήμη λειτουργούν ως πηγή έμπνευσης και νομιμοποίησης της αλλαγής.

ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ

Τελευταίο μας ζητούμενο από τα διερευνητικά εργαστήρια ήταν να κατανοήσουμε ποιος είναι ο καλύτερος τρόπος **διάχυσης** και **επικοινωνίας** νέων πρωτοβουλιών που έχουν δημιουργηθεί για γυναίκες του Δήμου Καλυμνίων.

Έτσι, απευθύναμε στις συμμετέχουσες των ομάδων την εξής ερώτηση: **«Αν σε ένα χρόνο από σήμερα, ένας οργανισμός, ένα δημοτικό συμβούλιο, μια εταιρεία, δημιουργούσε μια πρωτοβουλία που θα μπορούσε να σας βοηθήσει να αντιμετωπίσετε μία ή περισσότερες από τις προκλήσεις που σας απασχολούν, ποιος θα ήταν ο καλύτερος τρόπος να φτάσει η πληροφορία αυτή σ' εσάς; Ποιες είναι οι λέξεις, τα κανάλια και τα άτομα που θα σας βοηθούσαν να “αναγνωρίσετε” ότι αυτή είναι μια σημαντική ευκαιρία για εσάς;»**

Τα βασικά συμπεράσματα που προέκυψαν ήταν:

Οι γυναίκες ανέδειξαν την ανάγκη για πολυκαναλική, επαναλαμβανόμενη και ξεκάθαρη επικοινωνία, που να συνδυάζει ψηφιακά και αναλογικά μέσα. Κανένα κανάλι από μόνο του δεν θεωρείται επαρκές· αντίθετα, η αξιοπιστία μιας πρωτοβουλίας ενισχύεται όταν η πληροφορία εμφανίζεται ταυτόχρονα σε περισσότερα από ένα σημεία.

Ιδιαίτερη έμφαση δόθηκε στα social media, κυρίως στο Facebook και το Instagram, όχι τόσο μέσω επίσημων λογαριασμών, όσο μέσα από κοινοποιήσεις σε τοπικές ομάδες, tags σε άτομα της Καλύμνου και αναδημοσιεύσεις από πρόσωπα που χαίρουν εμπιστοσύνης στην κοινότητα. Η προσωπική διάσταση της πληροφορίας (το «το είδα από κάποιον που ξέρω») θεωρείται καθοριστική.

Παράλληλα, τα τοπικά μέσα ενημέρωσης (όπως το Kalymnos News, το Kalymnos Times και μέσα του Αιγαίου) αναγνωρίζονται ως βασικά σημεία αναφοράς για την εγκυρότητα και τη σοβαρότητα μιας δράσης. Η δημοσίευση ή αναφορά εκεί λειτουργεί συχνά ως μηχανισμός επιβεβαίωσης ότι πρόκειται για κάτι «που αξίζει να το προσέξεις».

Ισχυρό ρόλο διατηρούν και τα αναλογικά μέσα επικοινωνίας, ιδιαίτερα:

- αφίσες σε εμφανή σημεία (με λογική αντίστοιχη των πολιτιστικών εκδηλώσεων)
- φυλλάδια
- πίνακες ανακοινώσεων σε κεντρικά σημεία
- το ραδιόφωνο, το οποίο ακούγεται συστηματικά τόσο στις βάρκες όσο και στο αυτοκίνητο, συχνά μέσω αναμεταδοτών από την Κω

Οι συμμετέχουσες τόνισαν επίσης τη σημασία θεσμικών καναλιών, όπως:

- ο Δήμος και η Περιφέρεια
- το Επιμελητήριο Καλύμνου (μέσω ιστοσελίδας ή newsletter)
- τα σχολεία, ιδίως όταν οι δράσεις συνδέονται με εθελοντισμό, εκπαίδευση ή οικογένεια («Όταν γινόταν δράσεις ανακύκλωσης στα σχολεία, όλοι κάνανε» είπε μία από τις συμμετέχουσες.)

Σε επίπεδο περιεχομένου, υπογραμμίστηκε η ανάγκη για απλή, άμεση και οπτικά ισχυρή επικοινωνία. Οι γυναίκες ανέφεραν ότι θέλουν να καταλαβαίνουν αμέσως:

- τι είναι η δράση
- σε ποιο κοινό απευθύνεται
- πότε και πού γίνεται
- γιατί αφορά ειδικά την Κάλυμνο

Οπτικά υλικά (visuals) με καθαρές λέξεις ή φράσεις, που περιλαμβάνουν ρητά το όνομα «Κάλυμνος», καθώς και σαφή ημερομηνία και κάλεσμα (π.χ. «κάλεσμα για εργαστήριο»), θεωρούνται ιδιαίτερα αποτελεσματικά.

Τέλος, το στόμα με στόμα παραμένει κρίσιμος μηχανισμός διάχυσης, ειδικά όταν η πληροφορία αφορά δωρεάν ή επιδοτούμενα επιμορφωτικά προγράμματα. Η εμπιστοσύνη στην πηγή (ποιος το λέει και πώς) αποδείχθηκε εξίσου σημαντική με το ίδιο το μήνυμα.

Συνολικά, η αποτελεσματική επικοινωνία νέων πρωτοβουλιών στην Κάλυμνο δεν βασίζεται σε ένα κανάλι, αλλά στη συνδυαστική παρουσία της πληροφορίας σε πολλαπλά σημεία της καθημερινής ζωής των γυναικών, με σαφήνεια, επανάληψη και τοπική ταυτότητα.

Σε ό,τι αφορά τις λέξεις και τις φράσεις εκείνες που θα κινητοποιούσαν περισσότερο τις γυναίκες ώστε να λάβουν μέρος και να ωφεληθούν από κάποια μελλοντική πρωτοβουλία, αυτές ήταν: νέες γνώσεις, επιμόρφωση, σεμινάρια, ανάπτυξη.

Νέες
γνώσεις

Επιμόρφωση

Σεμινάρια

Ανάπτυξη

Τα παραπάνω αποτελούν, φυσικά, μια σημαντική υπενθύμιση για το πόσο κρίσιμη είναι η προσαρμογή όχι μόνο του περιεχομένου αλλά και των εξωτερικών χαρακτηριστικών των προγραμμάτων ευαισθητοποίησης, υποστήριξης και ενδυνάμωσης, ανάλογα με το κοινό το οποίο προσδοκούν να αγγίξουν.

ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ & ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ

Τα διερευνητικά εργαστήρια που πραγματοποιήθηκαν στον Δήμο Καλυμνίων πρόσφεραν πλούσιο υλικό για τις προκλήσεις που αντιμετωπίζουν οι συγκεκριμένες γυναίκες της περιοχής, τις λύσεις που θεωρούν οι ίδιες ότι θα βοηθούσαν στη διαχείριση των προκλήσεων αυτών, αλλά και τους παράγοντες εκείνους (τοπικούς, θεσμικούς, επικοινωνιακούς) που θα μπορούσαν να διευκολύνουν ή να παρεμποδίσουν τη θετική αλλαγή.

Τα ευρήματα αυτά δεν αποτελούν αντιπροσωπευτικό δείγμα, ούτε μπορεί να γίνει η «αναγωγή» των αποτελεσμάτων ποσοτικά στο σύνολο του πληθυσμού. Είναι, ωστόσο, πολύ χαρακτηριστικά και θέτουν στο επίκεντρο της συζήτησης καθολικά ζητήματα που απασχολούν τις γυναίκες στην ύπαιθρο.

Οι βασικότερες προκλήσεις που μοιράστηκαν μαζί μας οι συμμετέχουσες (ακόμα και εκείνες που φαίνεται να αφορούν πρωτίστως την προσωπική τους καθημερινότητα) φαίνεται να εμπίπτουν στην ευρύτερη ομπρέλα παραγόντων που συντελούν στον υπαρκτό κίνδυνο της σταδιακής ερήμωσης των κοινοτήτων τους. Συγκεκριμένα:

- **Προκλήσεις που σχετίζονται με τον γεωγραφικό αποκλεισμό και τη δυσκολία μετακίνησης**, οι οποίες επηρεάζουν άμεσα την πρόσβαση σε αγαθά, υπηρεσίες υγείας, εκπαίδευση και ευκαιρίες αναψυχής, αυξάνοντας το κόστος και το αίσθημα εγκλωβισμού.

- **Προκλήσεις που αφορούν το περιβάλλον και τις υποδομές**, με έμφαση στην επάρκεια και ποιότητα υπηρεσιών υγείας, φροντίδας παιδιών, μεταφορών, αλλά και στη διαχείριση φυσικών πόρων και απορριμμάτων, που επηρεάζουν άμεσα την καθημερινότητα και την αίσθηση ασφάλειας.

- **Προκλήσεις που συνδέονται με την πίεση της καθημερινότητας και την έλλειψη υποστήριξης**, όπως το άγχος, η δυσκολία επαγγελματικής ενεργοποίησης και επιμόρφωσης, καθώς και η άνιση κατανομή της φροντίδας.

- **Προκλήσεις που απορρέουν από τη νοοτροπία της τοπικής κοινωνίας**, συμπεριλαμβανομένων στερεοτύπων, σεξισμού, δυσκολιών συνεργασίας, κοινωνικού ελέγχου και των προσδοκιών γύρω από τους ρόλους των γυναικών, τη γονεϊκότητα και τη δημόσια συμμετοχή.

Καθώς η διερεύνηση αυτή εστιάζει στην επαγγελματική και οικονομική ενδυνάμωση των γυναικών που ζουν σε μικρές περιοχές της ελληνικής περιφέρειας, οι ιδέες που παρουσιάζονται στην ενότητα των λύσεων αυτής της αναφοράς αφορούν είτε τρόπους ενίσχυσης της απασχόλησης και της οικονομικής δραστηριοποίησης των γυναικών του Δήμου Καλυμνίων, είτε τρόπους με τους οποίους η δημόσια ενεργοποίηση των γυναικών μπορεί να προσφέρει λύσεις στα ευρύτερα προβλήματα που αντιμετωπίζουν οι κοινότητές τους.

Οι προτάσεις αυτές, για τη συγκεκριμένη περιοχή, συγκεντρώνονται κάτω από 4 βασικούς πυλώνες πρωτοβουλίας που είναι οι εξής:

1. Κοινοτικές και συλλογικές παρεμβάσεις

Πρωτοβουλίες που ενισχύουν τη συλλογικότητα, την αλληλοϋποστήριξη και τη δημόσια παρουσία των γυναικών, όπως η δημιουργία ή ενεργοποίηση συλλόγων γυναικών, ομάδων συζήτησης, δράσεων αποστιγματοποίησης της ψυχικής υγείας και κοινοτικών χώρων μάθησης και ανταλλαγής εμπειριών.

2. Εκπαιδευτικές και επιμορφωτικές παρεμβάσεις

Δράσεις δια βίου μάθησης που απευθύνονται σε γυναίκες, γονείς, νέους και επαγγελματίες, με θεματικές όπως η αυτονομία, η επαγγελματική ανάπτυξη, η ψυχική υγεία, η ισότητα, η γονεϊκότητα και η ηγεσία. Σε αυτόν τον πυλώνα εντάσσονται και εξ αποστάσεως εκπαιδεύσεις, προγράμματα mentoring, καθώς και η ενίσχυση των συλλόγων γονέων ως χώρων πρώτης εμπλοκής στα κοινά.

3. Πολιτιστικές και δημιουργικές δράσεις

Πρωτοβουλίες που αξιοποιούν την τέχνη και τον πολιτισμό ως εργαλεία εξωστρέφειας, διαλόγου και αλλαγής νοοτροπίας, όπως προβολές κινηματογράφου, θεατρικές δράσεις, εργαστήρια τέχνης και διανησιωτικές πολιτιστικές συνεργασίες, με δυνατότητα προσέγγισης και δύσκολων ή ταμπού θεμάτων με έμμεσο και συμπεριληπτικό τρόπο.

4. Δομική υποστήριξη και άσκηση πίεσης

Παρεμβάσεις που στοχεύουν στη συνεργασία με θεσμικούς φορείς και στην ενδυνάμωση της διεκδίκησης, όπως η βελτίωση υποδομών υγείας, η αξιοποίηση καλών πρακτικών από άλλα νησιά, η επιμόρφωση εκπαιδευτικών και κληρικών, η ενίσχυση της γυναικείας επιχειρηματικότητας μέσω χρηματοδοτικών εργαλείων, καθώς και η ανάπτυξη δικτύων υποστήριξης (π.χ. δίκτυα προσωρινής παραχώρησης ή ανταλλαγής χώρων κατοικίας-home sharing- για λόγους υγείας).

Από τα σημαντικότερα ευρήματα της έρευνας ήταν επίσης και η επιβεβαίωση του πόσο σημαντική είναι η **προσαρμογή** των πρωτοβουλιών που αναλαμβάνουν, προς όφελος περιοχών της περιφέρειας, εταιρείες, φορείς της Κοινωνίας των Πολιτών αλλά και άλλοι οργανισμοί, τόσο σε ό,τι αφορά το **περιεχόμενο**, όσο και τα **εξωτερικά χαρακτηριστικά** τους (γλώσσα περιγραφής, κανάλια επικοινωνίας κλπ.).

Με τον τρόπο αυτόν, οι πρωτοβουλίες γίνονται πιο αποτελεσματικές αλλά αυξάνονται ταυτόχρονα και οι πιθανότητες να διαχυθούν και να αξιοποιηθούν από ένα κοινό που συχνά παραμένει αποκλεισμένο ή αμέτοχο σε μεγάλα έργα που ξεκινούν από αστικές περιοχές και απευθύνονται στο γενικό, αλλά έντονα **διαφοροποιημένο** (σε τοπικό επίπεδο) πληθυσμό των γυναικών της υπαίθρου.

WHEN
EQUITY · EMPOWERMENT · CHANGE