



## Μαθήματα Γ' Κύκλου

**ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ Γ' ΚΥΚΛΟΥ (8 ΑΠΡΙΛΙΟΥ-14 ΙΟΥΝΙΟΥ 2019)**

| ΔΕΥΤΕΡΑ   | ΤΡΙΤΗ  | ΤΕΤΑΡΤΗ  | ΠΕΜΠΤΗ  | ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ  |
|---|--|--|---|--|
| Πάνω αίθουσα  | Κάτω αίθουσα   | Κάτω αίθουσα                                       | Κάτω αίθουσα  | Κάτω αίθουσα   |
|   | 12.00- 13.30<br><b>*Αγγλικά*</b>   | 12.00-14.00 <b>Φιλοσοφία -<br/>Επίκουρος</b>       |   | 12.00-13.30<br><b>*Αραβικά*</b>  |
| 14.00-16.00<br><b>Αυτοσχεδιασμός στο<br/>Θέατρο</b>   | 15.00-16.30<br><b>Υποκριτική</b>   | 14.00-16.00<br><b>"Περπατώντας στην<br/>Αθήνα"</b> | 15.00-16.30<br><b>*Γαλλικά (Α1)*</b>                | 14.00-16.00 <b>Ελεύθερο<br/>Σχέδιο</b>   |
| 16.00-18.00 <b>*Σύγχρονος<br/>Χόρος*</b>  | 16.30-18.00<br><b>Φωνητική</b>   | 16.00-17.30<br><b>*Γαλλικά (Α2)*</b>               | 17.00-19.00 <b>Θεραπεία-<br/>Ύπνωση-Διαλογισμός</b> | 16:30-18:00<br><b>"Ιστορία Τέχνης: Από τις<br/>σηπλαιιογραφίες στο<br/>ανθρώπινο σώμα"</b> |
| 18.00-19.30<br><b>*Salsa*</b>   | 18.30-20.00<br><b>Δημιουργική Γραφή:<br/>Αυτοπραγμάτωση &amp;<br/>Αυτογνωσία</b> |  |   |  |
| <b>ΠΡΟΣΟΧΗ! Για την εγγραφή στα μαθήματα με (*) απαιτείται η παρακολούθηση των προηγούμενων κύκλων.</b>   |  |  |   |  |
| * Τα μαθήματα Φιλοσοφίας γίνονται κάθε δεύτερη Τετάρτη.   |  |  |   |  |
| * Στα μαθήματα κίνησης χρειάζονται άνετα ρούχα, ένα ζευγάρι κάλτσες και μια πετσέτα.  |  |  |   |  |
| <b>Σημείωση:</b> Οι μαθητές είναι <u>αποκλειστικά</u> υπεύθυνοι για τη διαμόρφωση της αίθουσας που πραγματοποιείται το μάθημα, καθώς και την επαναφορά της στην αρχική της κατάσταση. |  |  |   |  |

## Αυτοσχεδιασμός στο θέατρο | κάθε Δευτέρα, 14.00-16.00

Αυτοσχεδιασμός είναι η τέχνη του να επιτρέπουμε στο μυαλό μας να δίνει τροφή στην φαντασία, τον αυθορμητισμό και την ετοιμότητα του με βάση το οποίο ερέθισμα έχει μόλις δεχτεί. Είναι η εξάσκηση υποκριτικής, τραγουδιού, μουσικών οργάνων, ομιλίας, επίλυσης προβλημάτων ή οποιασδήποτε μορφής καλλιτεχνικής έκφρασης παντώντας στις πληροφορίες του άμεσου περιβάλλοντος μας και των συναισθημάτων μας.

Οι μαθητές θα έχουν τη δυνατότητα να αναγνωρίσουν σε πρώιμο στάδιο, τη εμβρυακή γλώσσα του θεάτρου που είναι ο αυτοσχεδιασμός.

Η οποία μέσω του "θεατρικού παιχνιδιού" θα βοηθήσει στο να :

- Υπερνικάς το φόβο της αποτυχίας και, κατά συνέπεια, γεμίζεις αυτοπεποίθηση.
- Θυμίζεις στον εαυτό σου να γελάς και να παίζεις πιο συχνά.
- Μαθαίνεις να σκέφτεσαι πιο γρήγορα.
- Γίνεσαι πιο αυθόρμητος.
- Αναπτύξεις το χιούμορ σου.
- Απελευθερώνεις τη φαντασία σου και τη δημιουργικότητά σου.
- Μαθαίνεις να ακούς και να παρατηρείς τα πάντα γύρω σου.
- Μαθαίνεις να αντιδράς άμεσα και με γνησιότητα στα όποια ερεθίσματα δέχεσαι.
- Μαθαίνεις πώς να προσαρμόζεσαι γρήγορα σε απρόσμενες και άγνωστες καταστάσεις.

Διδασκαλία: Θεωρής Φραγκούλης

Τελειόφοιτος σπουδαστής ηθοποιός της Ανωτέρας Δραματικής Σχολής Βασίλη Διαμαντόπουλου ( ΙΑΣΜΟΣ ). Δραστηριοποιείται στο χώρο της υποκριτικής και του θεάτρου τα τελευταία 8 χρόνια.

**Σύγχρονος χορός & Αυτοσχεδιασμός\* | κάθε Δευτέρα, 16.00-18.00**

\*Για την εγγραφή στο μάθημα απαιτείται η παρακολούθηση του Β' κύκλου.

"Αντιλαμβάνομαι το χορό ως μέσο έκθεσης και προβολής συναισθημάτων. Ο χορός είναι ένα μέσο επικοινωνίας της ψυχής μας.. Στόχος μου αρχικός είναι να κατανοώ την κίνηση ,την δράση και την αντίδραση του ανθρώπινου σώματος στην καθημερινότητα και να την μεταφέρω μέσα από τον χορό, στον χώρο και τον χρόνο. Στόχος μου βασικός είναι να κατανοώ το συναίσθημα και να το επικοινωνώ με όλα μου τα εκφραστικά μέσα , να γίνονται το «ίδιο σώμα» ,ένας κινητικός μονόλογος.

Μέσα στο μάθημα οι κινητικές φόρμες που θα χρησιμοποιηθούν θα βοηθήσουν το σώμα να αφυπνιστεί και να θέσει σε λειτουργία μηχανισμούς σύνδεσης και προσέγγισης συναισθημάτων. Έτσι ο μαθητής που χορεύει θα αυξάνει τα όρια της αντοχής του σε σωματικό και νοητικό επίπεδο, αφού θα αισθάνεται πλήρης και σίγουρος για τη στιγμή που αποφασίζει να συμμετέχει ή να δημιουργήσει μια Κινητική Πράξη. Το μάθημα στηρίζεται στην τεχνική {release,limon ,lyrical κλπ.} ,στην έκφραση - στην χοροθεατρικότητα και σε στοιχεία αυτοσχεδιασμού. "

Διδασκαλία: Μαριλένα Βλαχοσωτήρου

Είναι καθηγήτρια και χορεύτρια σύγχρονου χορού. Διδάσκει ακόμα κλασσικό μπαλέτο, Improvisation και Contact Impro. Απόφοιτη επαγγελματικής σχολής κλασσικού και σύγχρονου χορού/Professional department of performing arts. Έκανε την πρακτική της στην διδασκαλία σε αναγνωρισμένη ερασιτεχνική σχολή από το κράτος 960 ωρών με βάση την τεχνική στο: μπαλέτο, σύγχρονο, hip hop, Stretch/flexibility σε όλα τα επίπεδα και ηλικίες. Έχει παρακολουθήσει πολυάριθμα σεμινάρια πάνω σε διαφορετικές τεχνικές και είδη χορού σε Ελλάδα και εξωτερικό με πολλούς γνωστούς καθηγητές και ομάδες χορού.

Συνεργάστηκε ως χορεύτρια σύγχρονου χορού στην ομάδα Load(+Load), την ομάδα Choreogenic /performance research project ,συνεργάστηκε επίσης με την χορογράφο Αποστολία Παπαδημάκη και την αμερικανίδα χορογράφο Heidi Latsky ,με την χορογράφο Γ. Ατζάμπου και αρχιτεκτων Χ. Καραδήμα και το εθνικό μετσόβιο πολυτεχνείο σχολή αρχιτεκτ,

μηχανικών τομέας και αρχιτεκτονική γλώσσα- επικοινωνία & σχεδιασμός αρχιτεκτονικός σχεδιασμός 6A: "Το αντικείμενο ορίζει τον χώρο" ως performer και συμμετείχε στο project μετά από επιλογή «παρέμβαση σε Επαγγελματίες χορευτές» το οποίο ονομάζεται **MSPE** { MINDFUL SPORT PERFORMANCE ENHANCEMENT }& αποσκοπεί στην ενίσχυση της Ενσυνειδητότητας από την χορεύτρια και ψυχολόγο Φ.Σταματελοπούλου.

### Salsa | κάθε Δευτέρα, 18.00-19.30

Η Salsa ως χορός, αλλά και ως μουσική προέκυψε το 1960 από τον συνδυασμό πολλών Latin και freestyle χορών και πήρε το όνομά της από την ισπανική λέξη Salsa που σημαίνει «μείγμα μπαχαρικών για σάλτσα». Χάρη την μοντέρνα μουσική, τις εντυπωσιακές φιγούρες και τη δυνατότητα αυτοσχεδιασμού μπήκε δυναμικά στο προσκήνιο την εποχή που το Mambo (ένας από τους χορούς από τους οποίους γεννήθηκε η Salsa) άρχισε να χάνει δημοτικότητα.

#### Διδασκαλία: Βασιλής Παπασταμάτης

Εμπειρία 9 ετών στον χορό salsa μέσω μαθημάτων με έλληνες και ξένους καλλιτέχνες. Συμμετοχή και δημιουργία χορογραφιών. Θεωρεί πρόκληση την αντιγραφή και βελτιστοποίηση χορευτικών φιγούρων ξένων καλλιτεχνών. Έχει χρησιμοποιήσει ακροβατικές φιγούρες σε χορογραφίες του και πιστεύει πως κάθε χορογραφία πρέπει να έχει κάποιο θέμα όπως οι θεατρικές παραστάσεις.

### Αγγλικά\* | κάθε Τρίτη 12.30-14.00

\*Για την εγγραφή στο μάθημα απαιτείται η παρακολούθηση του Β' κύκλου.

Μαθήματα Αγγλικών σε επίπεδο Intermediate.

#### Διδασκαλία: Νίκη Καψιάνη

Πάντειος Ανωτάτη Σχολή Πολιτικών Επιστημών-Πτυχίο Τμήματος Πολιτικών Επιστημών.  
Φιλοσοφική Σχολή Πανεπιστημίου Αθηνών-Πτυχίο Τμήματος Αγγλικής Φιλολογίας  
Μεταπτυχιακή φοιτήτρια στο Τμήμα Θεατρικών Σπουδών-Φιλοσοφική Σχολή ΕΚΠΑ.

Αγγλικά

Certificate of Proficiency in English - University of Cambridge.

Course για το Diploma of English Studies - University of Cambridge, Βρετανικό Συμβούλιο.

Γαλλικά

Diplome d' Etudes Superieures.

Diplome d' Etudes Francaises, 2e degre, Sorbonne II.

Ισπανικά

DELE Basico.

**Υποκριτική | κάθε Τρίτη 15.00-16.30**

Στο μάθημα της υποκριτικής θα ασχοληθούμε με τον τρόπο προσέγγισης ρόλων, τύπων, χαρακτήρων μέσω του αυτοσχεδιασμού.

Διδασκαλία: Λίλη Τέγου

Απόφοιτη Ανωτέρας Δραματικής Σχολής «Ίασμος», Βασίλη Διαμαντόπουλου.

Απόφοιτη Θεατρικού Εργαστηρίου Δήμου Νεάπολης Θεσσαλονίκης «Θέσπικς», καλλιτεχνικός διευθυντής Γιώργος Κιουρτσίδης.

Σπουδάστρια Σχολής χορού (Κλασικό μπαλέτο, μοντέρνο, τζάζ, παραδοσιακούς), «Χοροκίνηση», Γεροσιδέρη Μάγδα.

Αριστούχος Ανώτερων Θεωρητικών Μουσικής (Πτυχίο Fuga, Αντίστοιξη, Αρμονία).

Σπουδάστρια κλασσικής κιθάρας, σχολή Ασημακόπουλου Ευάγγελου (τάξη πτυχίου)

Γνώσεις Πιάνου.

1992-1995 Μαθήματα Κλασσικού Τραγουδιού, Δημοτικό Ωδείο Θεσσαλονίκης.

2003 Παρακολούθηση Master Class κιθάρας, David Russel

### Φωνητική | κάθε Τρίτη 16.30-18.00

Στο μάθημα της φωνητικής θα ασχοληθούμε με τη σωστή τοποθέτηση και χρήση της φωνής μας στο τραγούδι και την εκφορά του λόγου.

Διδασκαλία: Λίλη Τέγου

### Δημιουργική γραφή, Αυτοπραγμάτωση & Αυτογνωσία | κάθε Τρίτη 18.30-20.00

Προς λίγο μνημένους στο γράψιμο... και πολύ ανήσυχους!

Ο τρίτος, ανοιξιάτικος και τελευταίος κύκλος, για την φετινή χρονιά στο Βρυσάκι, του τμήματος Δημιουργικής Γραφής, Αυτογνωσίας και Αυτοπραγμάτωσης συνεχίζεται με όσους έφτασαν έως εδώ, έχοντας στο μυαλό τους κάποια σχηματισμένη ιδέα για το τί θέλουν να γράψουν. Η ομάδα μας είχε τα πάνω της και τα κάτω της: μπλόκαρε, μπούκωσε, αλλά βρήκε διεξόδους, χαλάρωσε και κυρίως μίλησε, μέσα από τα γραπτά της, για όσα την κινητοποιούν ή την εμποδίζουν να ολοκληρώσει το εγχείρημά της, σε τεχνικά ή προσωπικά ζητήματα. Βοηθηθήκαμε και βοηθήσαμε! Επικοινωνήσαμε, με σημείο αναφοράς το γράψιμο και όχι μόνο!

Αν κι εσείς έχετε στο κεφάλι σας κάποιο δημιουργικό πρόπλασμα... προς πληκτρολόγηση, θα μας ευχαριστήσει ο ερχομός σας, καθώς η ανανέωση (άνοιξη έρχεται εξάλλου) είναι πάντα καλοδεχούμενη!

Διδασκαλία: Κατερίνα Μίντζηρα

Έχει τελειώσει Ευρωπαϊκές Σπουδές στο Ελληνικό Ανοικτό Πανεπιστήμιο και κατόπιν παρακολούθησε ένα μονοετές μεταπτυχιακό στην Α.Σ.ΠΑΙ.Τ.Ε, με θέμα «Εξειδίκευση στην Συμβουλευτική και στον Επαγγελματικό Προσανολισμό». Έχει παρακολουθήσει σεμινάρια Δημιουργικής Γραφής στο ΕΚΕΜΕΛ και στις εκδόσεις «ΜΕΤΑΙΧΜΙΟ» και χει δουλέψει (εθελοντικά στην αρχή) ως δασκάλα ελληνικών, σε πρόσφυγες και μετανάστες.

Ασχολείται (για δική της ευχαρίστηση) με το γράψιμο, ενώ της αρέσει το διάβασμα ελληνικής και ξένης λογοτεχνίας και ο κινηματογράφος. Μέχρι να συνειδητοποιήσει τι ακριβώς θέλει και να το δρομολογήσει ανάλογα, δούλεψε σε διάφορες δουλειές, γραμματέας σε δικηγορικό γραφείο, δημοσιογράφος ειδήσεων σε ραδιοφωνικό σταθμό, διοικητική υπάλληλος σε ασφαλιστική εταιρεία. Σήμερα εξακολουθεί να ασχολείται με τα ελληνικά σε πρόσφυγες και μετανάστες, ενώ ευελπιστεί να δουλέψει ως Σύμβουλος σε Σχολεία Δεύτερης Ευκαιρίας, που αποτελεί και όνειρο ζωής.

## Φιλοσοφία- Επικούρεια και Στωική | κάθε δεύτερη Τετάρτη 12.00-14.00

I. Εισαγωγή στην Επικούρεια και την Στωϊκή φιλοσοφία: Ιστορικό κοινωνικό και πολιτισμικό πλαίσιο ανάπτυξης

II. Η φιλοσοφία του Επίκουρου μέσα από αναγνώσεις αρχαίων ελληνικών κειμένων

- Ο βίος και τα έργα του Επίκουρου (Διογένης Λαέρτιος)
- Οι κοσμολογικές απόψεις του Επίκουρου (*Επιστολή πρώτη προς Ηρόδοτον*)
- Οι απόψεις του Επίκουρου για την φύσιν (*Επιστολή δευτέρα προς Πυθοκλή*)
- Η τετραφάρμακος του Επίκουρου: Οι θεοί, η αφοβία θανάτου, η ευδαιμονία και ο νήφων λογισμός (*Επιστολή τρίτη προς Μενοικέα*)
- Η ηθική του Επίκουρου (*Κύρια Δόξα* και *Επικούρου προσφώνησις*)



### III. Η φιλοσοφία των Στωϊκών μέσα από αναγνώσεις αρχαίων ελληνικών κειμένων

#### Η φιλοσοφία του Επίκτητου

- Η θεμελιώδης διάκριση μεταξύ του *εφ'ημίν* και του *ουκ εφ'ημίν*, η *προκοπή*, η *πρόνοια*, ο *βιωτικός νόμος* και η ελεύθερη βούληση (*Διατριβαί Α'*).
- Η *αταραξία*, η *αδιαφορία*, η ουσία του αγαθού, η αρχή της φιλοσοφίας, η *φιλία* και η κριτική του Επίκτητου στους Επικουρείους και τους Ακαδημαϊκούς (*Διατριβαί Β'*).
- Η *άσκησις* των αρετών, η θεμελιώδης διάκριση μεταξύ *ιδιώτου* και *φιλοσόφου* και οι απόψεις του Επίκτητου για τους Κυνικούς φιλοσόφους (*Διατριβαί Γ'*).
- Οι αρετές του Επίκτητου: *ελευθερία*, η *αφοβία*, η *καθαριότητα* και η *προσοχή* (*Διατριβαί Δ'*).
- Σύνοψη της ηθικής του Επίκτητου (*Εγχειρίδιον-Αποσπάσματα*).

#### Η φιλοσοφία του Μάρκου Αυρήλιου

- Το σύμπαν, η πόλις και ο λόγος (*Των εις εαυτόν Βιβλία Α'-ΣΤ'*).
- Η ψυχή και οι αρετές της (*Των εις εαυτόν Βιβλία Ζ'-ΙΒ'*).

#### Η φιλοσοφία του Γαληνού

- Διάγνωση και θεραπεία των *παθών* της ψυχής.
- Διάγνωση και θεραπεία των *σφαλμάτων* της ψυχής

Διδασκαλία: Άννα Μαρκοπούλου

Σπούδασε στο Τμήμα Φιλοσοφίας, Παιδαγωγικής και Ψυχολογίας του Πανεπιστημίου Ιωαννίνων και στο Τμήμα Επιστημών της Αγωγής του Πανεπιστημίου Paris V της Σορβόνης, όπου το 1994 ανακηρύχθηκε διδάκτωρ. Δίδαξε Φιλοσοφία της Παιδείας και Παιδαγωγική Θεωρία στο Πανεπιστήμιο Αθηνών και στην Ανώτατη Παιδαγωγική Σχολή Τεχνολογικής Εκπαίδευσης (Α.Σ.ΠΑΙ.Τ.Ε.) στην Αθήνα. Από το 2008 ασχολείται με την αρχαία ελληνική φιλοσοφία, με έμφαση στην πλατωνική και νεοπλατωνική φιλοσοφία. Στο πλαίσιο εθελοντικών δραστηριοτήτων, παραδίδει, από το 2014 έως σήμερα, πλατωνική και προσωκρατική φιλοσοφία στον δήμο Αγίου Στεφάνου, στο πλαίσιο των δραστηριοτήτων του Ο.Ν.Α.Π. «Ο Θέσπις».

«Περπατώντας στην Αθήνα» | κάθε Τετάρτη 14.00-16.00

Η πόλη είναι η έκφραση στον χώρο του κοινωνικού και οικονομικού πλαισίου της εποχής της και κατά συνέπεια η εικόνα της πόλης και η αρχιτεκτονική της αντανακλά αυτές τις κοινωνικές και οικονομικές συνθήκες.

Άλλωστε η πόλη είναι ένας κατεξοχήν τόπος συμπύκνωσης πολιτισμού είτε αυτός είναι υλικός είτε άυλος. Ως υλικό πολιτισμό, εννοούμε τα έργα τέχνης, την αρχιτεκτονική, μνημεία, μουσεία, αρχαιολογικούς χώρους και γενικά όλους τους χώρους ή αντικείμενα όπου είναι εμφανής η εναπόθεση πολιτισμού. Ως άυλο πολιτισμό όλες τις μορφές πνευματικού πολιτισμού, προφορική παράδοση, μουσική και άλλες εκφράσεις πολιτισμού που δεν έχουν ύλη. Στην περίπτωση της Ιστορίας της Αρχιτεκτονικής, η ίδια η αρχιτεκτονική των κατασκευών του παρελθόντος θεωρείται ως δημιουργία που δεν διαχωρίζεται από τη ζωή, την κοινωνία και την πολιτική μέσα στην οποία εκδηλώνεται.

Η συλλογική μνήμη που ενσωματώνει ένα έργο τέχνης και αρχιτεκτονικής συχνά ανακινεί αμφιλεγόμενα γεγονότα, περιόδους και πρόσωπα του παρελθόντος που εξακολουθούν να αποτελούν αντικείμενο σύγκρουσης στο παρόν. π.χ η Βουλή, η Αμερικάνικη πρεσβεία, τα οποία όμως μπορεί να χρησιμεύσουν και ως εμβληματικά έργα της αρχιτεκτονικής.

Πιστεύουμε ότι είναι μία αξιόλογη εμπειρία να κάνουμε μία περιήγηση στο ιστορικό κέντρο γιατί ουσιαστικά διατρέχει τη διαδρομή της σύγχρονης Ελλάδας από την ίδρυση του σύγχρονου ελληνικού Κράτους έως σήμερα, αφού πάντα η αρχιτεκτονική συνοδοιπορεί με τη ζωή και την Ιστορία. Οι δρόμοι μιας πόλης είναι πράγματι ένας από τους κατ' εξοχήν «τόπους» εγγραφής της συλλογικής μνήμης, είναι «τόποι» διαρκείς και καθημερινοί, που περνούν γι' αυτό το λόγο απαρατήρητοι. Στην ουσία όμως επιτελούν την ίδια λειτουργία με τις προτομές, τα αγάλματα και τα μνημεία που είναι φορείς μνήμης συγκεκριμένων γεγονότων. Η Αθήνα, όπως και οι μεγάλες ευρωπαϊκές πόλεις, έχει ζήσει

τη διαρκώς μεταβαλλόμενη συγκρότηση των αστικών, των περιαστικών και των μικρότερων κέντρων και οι κρατικοί φορείς έχουν προσπαθήσει να επέμβουν περισσότερο ή λιγότερο ρυθμιστικά στην εξέλιξή τους.

Διδασκαλία: Νικολία Ιωαννίδου, αρχιτέκτων

Δρ. Ιστορίας της Αρχιτεκτονικής και Πολεοδομίας

MSc Αποκατάστασης Μνημείων

Γαλλικά (A2)\* | κάθε Τετάρτη 16.00-17.30

\* Για την εγγραφή στο μάθημα απαιτείται η παρακολούθηση του Β' κύκλου.

Μαθήματα γαλλικής γλώσσας σε επίπεδο A2.

Διδασκαλία: Νόνη Εξαδακτύλου

«Είμαι πτυχιούχος Ελληνικής & Γαλλικής Φιλολογίας. Κάτοχος πτυχίου Ελληνικής & Γαλλικής Φιλολογίας Παν/μίου Αθηνών καθώς επίσης και πτυχίου Ιστορικού- Αρχαιολογικού Τμήματος Παν/μίου Αθηνών. Έχω φοιτήσει στο Πάν/μιο της Σορβόννης Pantheon 1 Paris απ όπου απέκτησα Μεταπτυχιακό Τίτλο D.E.A. Δίδαξα για 33 έτη στη Δημόσια Δευτεροβάθμια Εκπαίδευση. Τα τελευταία 15 χρόνια δίδαξα στο Πειραματικό Σχολείο Παν/μίου Αθηνών όπου διετέλεσα και Υποδιευθύντρια. Κατέχω «Πιστοποίηση» για διδασκαλία Ελληνικής Γλώσσας – Ιστορίας & Πολιτισμού σε Κ.Ε.Κ. όπου δίδαξα σε μετανάστες για πολλά χρόνια. Γνωρίζω Γαλλικά άριστα, Ιταλικά αρκετά καλά & Αγγλικά μέτρια. Παρακολουθώ Σεμινάρια Ψυχολογίας – Κοινωνιολογίας. Έχω μία κόρη η οποία ζει και εργάζεται στην Αθήνα.»

Γαλλικά (A1)| κάθε Πέμπτη 15.00-16.30

\* Για την εγγραφή στο μάθημα απαιτείται η παρακολούθηση του Β' κύκλου.

Μαθήματα γαλλικής γλώσσας σε αρχάριο επίπεδο.

### Διδασκαλία: Νόνη Εξαδακτύλου

«Είμαι πτυχιούχος Ελληνικής & Γαλλικής Φιλολογίας. Κάτοχος πτυχίου Ελληνικής & Γαλλικής Φιλολογίας Παν/μίου Αθηνών καθώς επίσης και πτυχίου Ιστορικού- Αρχαιολογικού Τμήματος Παν/μίου Αθηνών. Έχω φοιτήσει στο Πάν/μιο της Σορβόνης Pantheon 1 Paris απ όπου απέκτησα Μεταπτυχιακό Τίτλο D.E.A. Δίδαξα για 33 έτη στη Δημόσια Δευτεροβάθμια Εκπαίδευση. Τα τελευταία 15 χρόνια δίδαξα στο Πειραματικό Σχολείο Παν/μίου Αθηνών όπου διετέλεσα και Υποδιευθύντρια. Κατέχω «Πιστοποίηση» για διδασκαλία Ελληνικής Γλώσσας – Ιστορίας & Πολιτισμού σε Κ.Ε.Κ. όπου δίδαξα σε μετανάστες για πολλά χρόνια. Γνωρίζω Γαλλικά άριστα, Ιταλικά αρκετά καλά & Αγγλικά μέτρια. Παρακολουθώ Σεμινάρια Ψυχολογίας – Κοινωνιολογίας. Έχω μία κόρη η οποία ζει και εργάζεται στην Αθήνα.»

### «Θεωρία-Ύπνωση- Διαλογισμός» | κάθε Πέμπτη 17.00-19.00

Στον κύκλο αυτό θα πειραματιστούμε βιωματικά με διαλογιστικές τεχνικές από τον Οσσο, μεθόδους που προέρχονται από την Ινδουιστική Τάντρα, σύγχρονες και παραδοσιακές τεχνικές θεραπευτικής ύπνωσης, με σκοπό μια πρώτη γεύση από το πεδίο του Διαλογισμού. Θα δοκιμάσουμε να γνωρίσουμε την αυθεντική ποιότητα της προσωπικής μας ενέργειας και φύσης, να αξιοποιήσουμε την διαίσθηση μας και να κατευθύνουμε, όσο μπορούμε πιο συνειδητά, τις δράσεις μας στο επόμενο εξελικτικό βήμα που ζητά η ψυχή μας.

Όπως λέει ο Οσσο : «Υπάρχουν τρία στάδια στην ζωή, η ανάγκη, το παιχνίδι και η προσευχή. Η αγάπη είναι παιχνίδι, και στην ύψιστη έκφραση της γίνεται προσευχή. Αν δεν έχεις φτάσει σ' αυτή την κορύφωση της αγάπης, τότε δεν έχεις ζήσει πραγματικά την ζωή σου».

### Διδασκαλία: Amodini Κωστάκη

Έχει σπουδάσει Γαλλική Φιλολογία, Κοινωνική Οικολογία και Κοινωνική Ανθρωπολογία. Έχει εργαστεί ως αρθρογράφος σε διάφορες εφημερίδες και περιοδικά, καθώς και στον τομέα της περιβαλλοντικής εκπαίδευσης. Τα τελευταία χρόνια ασχολείται επαγγελματικά με τις εναλλακτικές θεραπείες και το NLP & Life Coaching. Το Σωματικό Θέατρο είναι η μεγάλη της αγάπη.

### Αραβικά Αρχαρίων\* | Κάθε Παρασκευή, 12.00-13.30

\* Για την εγγραφή στο μάθημα απαιτείται η παρακολούθηση του Β' κύκλου

Μαθήματα Αραβικής Γλώσσας σε επίπεδο Αρχαρίων.

Διδασκαλία: Διονύσης Σγουρός

Διδάσκων Αραβικής Γλώσσας (MSA) για αρχάριους.

Καταταχθείς στο Πολεμικό Ναυτικό ως Υπαξιωματικός και απόκτηση της ειδικότητας του Νοσηλευτή με την απόκτηση Βασικού Πτυχίου Β΄ ΠΝ (1996) , υπηρετών στο Ναυτικό Νοσοκομείο Αθηνών (Ν.Ν.Α) έως το 2017 και απόφοιτος της Σχολής Ειδικών Όπλων (PBX όπλων) των Ενόπλων Δυνάμεων (ΣΕΟΕΔ) (2008). Πτυχιούχος Β.Sc. (2008) του Προγράμματος “Φυσικών Επιστημών” της Σχολής Θετικών Επιστημών και Τεχνολογίας του ΕΑΠ και μεταπτυχιακού τίτλου Μ.Sc. (2010) «Ακτινοπροστασία – Πυρηνική Τεχνολογία» της Πολυτεχνικής Σχολής του Αριστοτελείου Πανεπιστημίου Θεσσαλονίκης (ΑΠΘ) – γνώστης της Αγγλικής Γλώσσας.

Σπουδαστής της Αραβικής Γλώσσας στο Διδασκαλείο Ξένων Γλωσσών του Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών (ΕΚΔΑ) από το ακαδημαϊκό έτος 2008, στο Σύνδεσμο Αιγυπτιακών Ελλήνων και απόκτηση πτυχίου Αραβικής Γλώσσας (MSA) επιπέδου C1 (2017) του Αιγυπτιακού Μορφωτικού Κέντρου Αθηνών καθώς και παρακολούθηση σεμιναρίων Αραβικής καλλιγραφίας και Αραβικού πολιτισμού στο ΕΚΠΑ.

**Ελεύθερο Σχέδιο | Κάθε Παρασκευή, 14.00-16.00**

Μαθήματα Ελεύθερου Σχεδίου για αρχάριους. Οι συμμετέχοντες θα πρέπει να έχουν μαζί τους τρία μολύβια: HB, 5B, 8B

Διδασκαλία: Αχιλλέας Μανταίος

**Ιστορία της Τέχνης «Από τις σπηλαιογραφίες στο ανθρώπινο σώμα» | Κάθε Παρασκευή, 16:30-18:00**

Ο άνθρωπος από την πρώτη εμφάνισή του συνέδεσε την παρουσία του με την καλλιτεχνική δημιουργία. Ξεκινώντας από τις πρώτες προϊστορικές σπηλαιογραφίες, θα παρουσιαστεί η διαδρομή του ανθρώπινου πνεύματος μέσα από την τέχνη που παρήγαγε σε κάθε εποχή, καταλήγοντας στον 20ό και πρώιμο 21<sup>ο</sup> αιώνα, όταν έπαψε να υπάρχει έργο τέχνης με την αντικατάστασή του από το ίδιο το σώμα.

Διδασκαλία: Παύλος Γκουγιάννος

«Έχω σπουδάσει Ιστορία και Αρχαιολογία στο Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών, και τώρα τελειώνω το μεταπτυχιακό μου στην Ιστορία της Τέχνης στο Πανεπιστήμιο Αθηνών, με θέμα διπλωματικής την εμφάνιση του μοτίβου της femme fatale στην τέχνη του τέλους του 19ου και αρχές 20ού αιώνα (fin de siecle). Παράλληλα, κάνω ξεναγήσεις και γράφω στο ηλεκτρονικό site moveitmagazine.»