

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΥ 2019:

Κυριακή 1/9 στις 08:30 **Εκδρομή στον Όλυμπο**

Ο Κήπος σε συνεργασία με την Experience Olympos, διοργανώνει μία μονοήμερη εκδρομή στον Όλυμπο. Βόλτα στο Λιτόχωρο, τον Άγιο Ιωάννη, το Κέντρο Πληροφόρησης Εθνικού Δρυμού Όλύμπου, τα Πριόνια, τον Άγιο Διόνυσο. Φυσιολατρικός περίπατος στο δάσος, καφές και φαγητό στο καταφύγιο, περιήγηση στο μοναστήρι. Γνωριμία με τον Όλυμπο! Η μετακίνηση από και προς τη Θεσσαλονίκη θα γίνει με λεωφορείο της Experience Olympos. Περιορισμένος αριθμός θέσεων. Κόστος συμμετοχής 45 ευρώ (40 ευρώ φοιτητών/ ανέργων).

Τρίτη 17/9 στις 18:00

Συνάντηση γνωριμίας με το Εργαστήρι Σωματικής έκφρασης - Σωματικού θεάτρου

Εισηγητής: Τάσος Παπαδόπουλος Το μαγικό καπέλο

Το εργαστήρι απευθύνεται σε αρχάριους, ερασιτέχνες ηθοποιούς, φοιτητές και σε όσους θέλουν να πειραματιστούν με την κίνηση και το σώμα τους. Με διάφορα κινητικά μοτίβα και κάποιες ασκήσεις κόντακτ, μέσα από το σώμα και τη σωματική έκφραση, θα προκύψουν ρόλοι και εικόνες, ιστορίες και αυτοσχεδιασμοί, ατομικοί και ομαδικοί.

Τετάρτη 18/9 στις 20:00

Συνάντηση γνωριμίας με την **Ομάδα Ψυχολογίας – GroupTherapy**

Εισηγήτρια: Δήμητρα Ζιώγα

Είναι σημαντικό να γνωρίζουμε ότι υπάρχουν κι άλλοι άνθρωποι που έχουν τις ίδιες ή περίπου ίδιες ανησυχίες και προβλήματα, τους ίδιους δισταγμούς και τους ίδιους φόβους. Γι' αυτό τον λόγο ο Κήπος δημιουργεί μία ομάδα ψυχολογίας - θεραπείας. Βασικοί άξονες του group therapy είναι η αναγνώριση και η εμβάθυνση στα συναισθήματα, η γνήσια έκφραση κι αποδοχή των αναγκών και των επιθυμιών και η αναγνώριση των σωματικών και ψυχικών εντάσεων και πώς αυτές οι εντάσεις ανακουφίζονται.

Πέμπτη 19/9 στις 20:30

Δωρεάν προβολή ταινίας «The Garden» (από το σεμινάριο Creative Cinema)

Στα πλαίσια του σεμιναρίου Creative Cinema, ο Κήπος και οι 24plus1 δημιούργησαν μία ταινία μικρού μήκους, με σενάριο, σκηνοθεσία και υλοποίηση από τους συμμετέχοντες. Η ταινία που έχει τον τίτλο «The Garden» και το παραγόμενο υλικό από το σεμινάριο θα προβληθούν στην αυλή του Κήπου, ενώ θα ακολουθήσει συζήτηση.

Παρασκευή 20/9 στις 20:00

Συνάντηση γνωριμίας με το σεμινάριο : **Μιλάμε Αγγλικά**

Εισηγήτρια: Μάντω Τερζή

Do you speak English? Στόχος του σεμιναρίου είναι η βελτίωση της προφορικής έκφρασης και ο εμπλουτισμός του λεξιλογίου μέσα από μια σειρά θεμάτων που άπτονται της καθημερινότητας προκειμένου οι συμμετέχοντες να μπορούν - με την ολοκλήρωση του κύκλου- να εκφράζονται με μεγαλύτερη ευχέρεια και αυτοπεποίθηση.

Παρασκευή 20/9 στις 20:00

Συνάντηση γνωριμίας με το σεμινάριο : Γαλλικά Oral

Εισηγήτρια: Μάχη Κωνσταντινίδου

Μέσα από θέματα συζήτησης της καθημερινότητας και μία μεγάλη γκάμα πολιτιστικών θεμάτων, οι συμμετέχοντες φρεσκάρουν γραμματική και συντακτικό, βελτιώνουν την κατανόηση και την επικοινωνία τους στη γαλλική γλώσσα.

Παρασκευή 20/9 στις 20:00

Συνάντηση γνωριμίας με το σεμινάριο : Θεραπευτική Γιόγκα Α' κύκλος

Σάββατο 21/9 στις 10:00

Συνάντηση γνωριμίας με το σεμινάριο : Θεραπευτική Γιόγκα Β' κύκλος

Σάββατο 21/9 στις 12:45

Συνάντηση γνωριμίας με το σεμινάριο : Θεραπευτική Γιόγκα Γ' κύκλος

Εισηγήτρια: Εριφύλη Βογδοπούλου

Διαχείριση άγχους και πόνου, ηρεμία, καλύτερη ποιότητα ύπνου, σωματική ενδυνάμωση σε βαθύ επίπεδο, απελευθέρωση νοητικής και σωματικής έντασης/στρες είναι από τα πιο βασικά ευεργετικά οφέλη της πρακτικής κατά τη διάρκεια των 3 κύκλων (Α-Β και Γ) των σεμιναρίων θεραπευτικής γιόγκα και διαλογισμού. Η σχέση «σκέψη και σωματική αντίληψη/σοφία». που ανοίχτηκε στον Α' κύκλο, θα δουλευτεί στον Β' κύκλο συναντήσεων. Όλοι οι μαθητές των Α και Β κύκλων μπορούν να παρακολουθήσουν τον Γ κύκλο. Θα αρχίσουν να ενσωματώνουν τη γιόγκα στην καθημερινότητα τους. Σε όλους τους τομείς.

Δευτέρα 23/9 στις 20:00

Συνάντηση γνωριμίας με το εργαστήριο: Αθλητική Δημοσιογραφία

Εισηγητής: Δημήτρης Ιορδανόπουλος

Στο εργαστήριο θα μελετηθούν οι σύγχρονοι τρόποι συγγραφής αθλητικών ειδήσεων, ρεπορτάζ και άρθρων, με έμφαση στη χρήση των νέων ηλεκτρονικών ειδησεογραφικών μέσων (ιστοσελίδες και μέσα κοινωνικής δικτύωσης). Οι συμμετέχοντες θα έχουν την ευκαιρία να γράψουν υπό καθοδήγηση τα δικά τους κείμενα/άρθρα, ενώ για όσα από αυτά διακριθούν, υπάρχει και δυνατότητα δημοσίευσής τους σε αθλητικές ιστοσελίδες.

Τρίτη 24/9 στις 20:00

Συνάντηση γνωριμίας με το σεμινάριο : Ορθοφωνία και τεχνικές προφορικής παρουσίας

Εισηγήτρια: Μαρία Αράπογλου

«Μάθε να μιλάς και να αφηγείσαι καθαρά και εκφραστικά. Να γοητεύεις με τη φωνή σου, να αφηγείσαι πειστικά, με το ανάλογο χρώμα και συναίσθημα».

Το σεμινάριο απευθύνεται σε όλους όσους χρειάζονται αποτελεσματική επικοινωνία μέσω του λόγου καθημερινά και σε επαγγελματίες που η έκθεση στο δημόσιο λόγο αποτελεί μέρος της δουλειάς τους όπως: εκπαιδευτικοί, εκφωνητές, δημοσιογράφοι, ηθοποιοί, τραγουδιστές, ξεναγοί, πολιτικοί, δικηγόροι, κ.α.

Τετάρτη 25/9 στις 20:30

Παρουσίαση παραμυθιών

Αφήγηση παραμυθιών από τους συμμετέχοντες στο σεμινάριο αφήγησης παραμυθιών (Εισηγήτρια : Κατερίνα Κλεάρχου)

Πέμπτη 26/9 στις 18:00

Συνάντηση γνωριμίας με το σεμινάριο : Τουρκική γλώσσα και πολιτισμός – τμήμα αρχαρίων

Εισηγήτρια : Χεντέφ Μουσταφάογλου

Σκοπός η διδασκαλία του βασικού επιπέδου της τούρκικης γλώσσας, δηλαδή το Α1, η βελτίωση της προφορικής επικοινωνίας, η ικανότητα κατανόησης γραπτού και προφορικού λόγου και η αναγνώριση της τουρκικής κουλτούρας.

Παρασκευή 27/9 στις 18:00

Συνάντηση γνωριμίας με το σεμινάριο : Γαλλική γλώσσα – τμήμα αρχαρίων

Εισηγήτρια: Μάχη Κωνσταντινίδου

Τα σεμινάρια γαλλικής γλώσσας για αρχάριους, θα ξεκινήσουν με τη γνώση της βασικής δομής της γλώσσας (γραμματικών και συντακτικών γνώσεων) και τον λεξιλογικό εμπλουτισμό, απαραίτητο για τη στοιχειώδη σε οικείους τομείς επικοινωνία.