

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΝΟΕΜΒΡΙΟΥ

Πέμπτη 1/11 στις 18:00

**Συνάντηση γνωριμίας του Εργαστηρίου ιστορίας και δημιουργικής σύνθεσης:
Η Θεσσαλονίκη του Μεσοπολέμου (1917-1940)**

Εισηγήτρια: Αναστασία Καραβασιλείου (με σπουδές Ιστορίας - αρχαιολογίας)

Ο Μεσοπόλεμος αποτελεί μια από τις πιο ζωντανές περιόδους της Θεσσαλονίκης. Στην περίοδο αυτή άλλαξαν η σύσταση του πληθυσμού, η ρυμοτομία της, τα κοινωνικά πρότυπα, οι οικονομικές συνθήκες και μεταμορφώθηκε σε σύγχρονο αστικό κέντρο. Το σεμινάριο απευθύνεται σε ανθρώπους που αγαπούν τη γνώση, την κριτική σκέψη και την αναζήτηση του ιστορικού παρελθόντος και θα ήθελαν να γνωρίσουν καλύτερα την πόλη τους.

Παρασκευή 2/11 στις 18:00

Συνάντηση γνωριμίας του σεμιναρίου: Γαλλικά Oral

Εισηγήτρια: Μάχη Κωνσταντινίδου (καθηγήτρια, μεταφράστρια κ διερμηνέας της Γαλλικής γλώσσας)

Oral στα Γαλλικά σημαίνει προφορικός λόγος. Το σεμινάριο αυτό στοχεύει στην ανάπτυξή του, στην εξάσκηση και την «επανασύνδεση» με τη γαλλική γλώσσα. Για όσους έχουν κάποια γνώση της Γαλλικής και θέλουν να μιλήσουν, με το σεμινάριο θα ξεκλειδώσει η γλώσσα τους!

Σάββατο 3/11, 16:00 - 17:00

Έναρξη του σεμιναρίου : Φιλοσοφία για εφήβους

Εισηγήτρια: Ζωή Ιωαννίδου (φιλόλογος)

Ο Σύλλογος Αρχαίας Ελληνικής Φιλοσοφίας «σὺν Ἀθηνᾶ» και ο ΚΗΠΟΣ συνδιοργανώνουν συναντήσεις αρχαίας ελληνικής φιλοσοφίας για παιδιά Β' Γυμνασίου - Β' Λυκείου κάθε Σάββατο 4-5 μ.μ. Η συμμετοχή είναι ΔΩΡΕΑΝ. Απαραίτητη η κράτηση θέσεων.

Δευτέρα 5/11, στις 17:00

Συνάντηση γνωριμίας του σεμιναρίου : Η γέννηση των Θεών

Εισηγήτρια: Αναστασία Καραβασιλείου

Ένα ταξίδι στις απαρχές των πρώτων θρησκειών Το σεμινάριο απευθύνεται σε όσους έχουν προσωπικές αναζητήσεις πάνω στη θρησκεία, την αρχαιολογία και την ανθρωπολογία και γενικά σε ανθρώπους που αγαπούν τη γνώση και την εσωτερική εμπάθυση. Ολοκληρώνοντας το σεμινάριο, θα έχουν εμπλουτίσει τις γνώσεις τους για τις θρησκείες του παρελθόντος και θα έχουν έρθει σε επαφή με μύθους, τέχνη και κοσμοθεωρίες άλλων πολιτισμών.

Τρίτη 6/11, στις 20:00

Συνάντηση γνωριμίας του σεμιναρίου : Εκφώνηση διαφημιστικού σποτ (Σπικάζ)

Εισηγήτρια: Μαρία Αράπογλου (Voice Actress, μουσικός, μουσικοθεραπεύτρια)

Ένα σεμινάριο για όσους θέλουν να ασχοληθούν επαγγελματικά με την τέχνη του Voiceover. Στον Α΄ κύκλο διάρκειας 2 μηνών, θα μάθουν να χρησιμοποιούν τη διαφραγματική αναπνοή, θα βελτιώσουν την άρθρωσή τους, για να εκφωνούν δελτία ειδήσεων, να κάνουν σπικάζ σε ντοκιμαντέρ, να παρουσιάζουν εκπομπή στο ραδιόφωνο.

Τρίτη 6/11, Τρίτη 13/11 και Τρίτη 27/11, 17:00 – 20:00

Workshop τσιμέντου: Αντικείμενα δύο μεγεθών

Εισηγήτρια: Έρση Τσιαντζή (Product Designer)

Στόχος του workshop είναι οι συμμετέχοντες να εξοικειωθούν με το συγκεκριμένο υλικό και τη χρήση του, να πειραματιστούν ανακαλύπτοντας τις δυνατότητες του τσιμέντου και να δημιουργήσουν απλά χρηστικά ή και διακοσμητικά αντικείμενα για προσωπική χρήση.

Πέμπτη 8/11, 18:00 – 20:00

Έναρξη του σεμιναρίου : Τουρκική γλώσσα & Πολιτισμός, επίπεδο A2

Εισηγήτρια: Χεντέφ Μουσταφάογλου

Το σεμινάριο απευθύνεται σε όσους θέλουν να φρεσκάρουν τις γνώσεις τους (επιπέδου A2) και να συνεχίσουν την εκμάθηση της τουρκικής γλώσσας.

Παρασκευή 9/11, στις 20:00

Συνάντηση γνωριμίας με το Θεατρικό εργαστήριο – Δημιουργία Θεατρικής Ομάδας

Εισηγήτρια: Νίνα Φωτιάδου

Το εργαστήριο απευθύνεται σε όσους επιθυμούν να αναπτύξουν τη δημιουργικότητά τους, την εκφραστικότητά τους και φυσικά να περάσουν καλά! Να γίνουν ομάδα, να επικοινωνήσουν με τους γύρω τους, με εργαλείο τους το θέατρο και τη θεατρική δημιουργία. Δεν απαιτούνται ειδικές γνώσεις και δεξιότητες, μόνο όρεξη και καλή διάθεση.

Παρασκευή 9/11, στις 20:00

Συνάντηση γνωριμίας του σεμιναρίου : Γαλλικά αρχαρίων

Εισηγήτρια: Μάχη Κωνσταντινίδου

Τα σεμινάρια με σκοπό την απόκτηση γνώσεων βασικής επικοινωνίας, 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.

Παρασκευή 9/11, στις 20:00

Συνάντηση γνωριμίας της Ομάδας ψυχολογίας, αυτογνωσίας : Οι αλλαγές στη ζωή μας

Εισηγήτρια: Δήμητρα Ζιώγα (Ψυχολόγος Α.Π.Θ και ψυχοθεραπεύτρια Gestalt)

Αυτό που η κάμπια ονομάζει τέλος του κόσμου, η ζωή το λέει πεταλούδα.

Λάο Τσε (κινέζος φιλόσοφος), 6ος αιώνας π.Χ.,

Δεν είναι οι αλλαγές πάντα εύκολες και όλες θέλουν το χρόνο τους. Άραγε, αν μια αλλαγή που θέλουμε στη ζωή μας είχε δύο όψεις ταυτόχρονα -έναν αποχαιρετισμό κι ένα καλωσόρισμα - πώς θα έμοιαζε; Μία ομάδα αυτογνωσίας, για όσους επιθυμούν να αποχαιρετίσουν σχέσεις, διαδικασίες, στιγμές και εμπειρίες.

Σάββατα 10/11, 24/11 και 15/12, 10:00 – 12:00

Εργαστήριο δημιουργικής έκφρασης : Ας παίξουμε θέατρο με γονείς και παιδιά (2-4 ετών)

Εισηγήτρια: Νίνα Φωτιάδου

Ένα ταξίδι στο μαγικό κόσμο του θεάτρου. Γονείς και παιδιά χορεύουν, τραγουδούν, γελάνε, φοράνε μάσκες και καπέλα, ταξιδεύουν με τη φαντασία τους στο όνειρο, σε πολιτείες μαγικές και παραμυθένιες. Δηλαδή, παίζουν ΘΕΑΤΡΟ!

Κυριακή 11/11, στις 11:00

Πρώτη συνάντηση του σεμιναρίου : Φωτογραφία #2

Εισηγητής: Σταύρος Αθανασάκης

Απευθύνεται σε όσους θέλουν να πάρουν όλα τα εφόδια που είναι απαραίτητα στη σύγχρονη, επαγγελματική, φωτογραφία. Θέλουν να κάνουν ένα βήμα παραπάνω στη χρήση της φωτογραφίας, σε επαγγελματίες φωτογράφους σε κατόχους e-shop, γενικότερα σε όσους θέλουν να εξειδικευτούν στον τομέα της φωτογραφίας.

Δευτέρα 12/11 στις 18:00

Συνάντηση γνωριμίας του Εργαστηρίου : Η τέχνη των διαπραγματεύσεων

Εισηγητής: Θεόδωρος Κουτρούκης

Ένα εργαστήριο ιδιαίτερα χρήσιμο σε επαγγελματίες και σε επιστήμονες, σε πωλητές, σε φοιτητές και γενικότερα στον καθένα που θέλει να μάθει τις βασικές τεχνικές διαπραγματεύσεων και να αυξήσει την επιρροή του στους άλλους.

Δευτέρα 12/11, στις 20:00

Συνάντηση γνωριμίας με το εργαστήριο -Ομάδα: Θέατρο στην εκπαίδευση-Θεατρικό παιχνίδι

Εισηγητής: Τάσος Παπαδόπουλος (Το μαγικό καπέλο)

Η ομάδα θα ασχοληθεί με τις φάσεις του θεατρικού παιχνιδιού, κάνοντας μια σειρά από ασκήσεις και παιχνίδια γνωριμίας, με τεχνικές θεάτρου, σωματική έκφραση, αυτοσχεδιασμό και το πως αυτά μπορούν να κάνουν τους συμμετέχοντες δημιουργικούς στην εκπαίδευση, στο θέατρο και στη ζωή!

Τρίτη 13/11, στις 20:00

Δωρεάν workshop : Ξύπνησε τον πολεμιστή μέσα σου

Εισηγητής: Νίκος Σαπουντζής

Τι είναι το Μονοπάτι του Πολεμιστή; Είμαστε όλοι θύματα της μοίρας ή μπορούμε ν' αποφασίζουμε εμείς οι ίδιοι για τη θέση μας στη ζωή; Όποια κι αν είναι η κατάσταση σου αυτή τη στιγμή, ο κορυφαίος Life & Relationship Coach Νίκος Σαπουντζής σου αποκαλύπτει τον τρόπο να αποφασίζεις συνειδητά για όσα θα σκεφτείς και να μην επιτρέπεις στα γονίδια ή στο περιβάλλον ή στην μοίρα να καθορίζουν το δρόμο σου.

Τετάρτη 14/11, στις 18:00

Συνάντηση γνωριμίας του σεμιναρίου : Αυτοδίδακτοι ζωγράφοι της μοντέρνας τέχνης

Εισηγήτρια: Μαρία Κωσταντούδη (Ιστορία Τέχνης)

Παρότι οι άνθρωποι ασκούν την τέχνη από τις απαρχές της ανθρώπινης ιστορίας, συχνά με μικρή γνώση στις τεχνικές, στα υλικά ή τη θεωρία, η έννοια του «αυτοδίδακτου καλλιτέχνη» είναι ένα σχετικά νέο φαινόμενο. Καλλιτέχνες όπως ο Henri Rousseau, ο Vincent van Gogh, η Frida Kahlo και ο Jean-Michel Basquiat, με ελάχιστη ή μηδαμινή καθοδήγηση και εκπαίδευση, καθόρισαν το χαρακτήρα της μοντέρνας ζωγραφικής.

Πέμπτη 15/11, στις 20:00

Δωρεάν εκδήλωση : Υπάρχει ελεύθερη βούληση; Μια διάσημη νευροεπιστημονική απάντηση

Εισηγητής: Βαγγέλης Καλφόπουλος

Το αν υπάρχει ελεύθερη βούληση ή όχι είναι ένα από τα σημαντικότερα φιλοσοφικά ερωτήματα. Η θετική απάντηση στο ερώτημα αυτό αποτελεί και τη βάση του νομικού και πολιτικού πολιτισμού μας: οι άνθρωποι θεωρούνται υπεύθυνοι για τις πράξεις και

τις παραλείψεις τους!

Κυριακή 18/11, στις 12:00

Σεμινάριο : Συναισθηματική Νοημοσύνη & Ενσυνειδητότητα

Παρουσίαση: Σπύρος Μπάνος

Τα αρνητικά συναισθήματα είναι σαν ένα άλογο που καλπάζει πανικόβλητο χωρίς να γνωρίζει που πηγαίνει ενώ ταυτόχρονα σέρνει τον αναβάτη του. Η Συναισθηματική Νοημοσύνη είναι μια δεξιότητα που μαθαίνεται πολύ εύκολα. Το σεμινάριο διδάσκει την τεχνική της Ενσυνειδητότητας, έτσι ώστε ο συμμετέχοντας να μπορεί να ελέγξει το «ατίθασο άλογο των συναισθημάτων του», να σκεφτεί ήρεμα και να αποφασίσει αυτός τον δρόμο που θέλει να ακολουθήσει την κάθε στιγμή.

Δευτέρα 19/11, 17:00 – 20:00

Τρίωρο εργαστήριο καθοδηγούμενης φαντασίας

Εισηγήτρια: Ελένη Σαμπάνη

Ανοίγοντας τη βαλίτσα της ζωής μας! Το βιωματικό εργαστήριο απευθύνεται σε όσους θέλουν να φροντίσουν τον εαυτό τους, με διαφορετικό και δημιουργικό τρόπο. Μέσα από τεχνικές όπως η καθοδηγούμενη φαντασία και η νοερή απεικόνιση (τεχνικές που χρησιμοποιούνται συχνά και στον πρωταθλητισμό) οι συμμετέχοντες θα αφήσουν τη φαντασία τους να πλάσει σκέψεις και τα συναισθήματά τους να πετάξουν, αλλά και να κρατήσουν ό,τι τους είναι πολύτιμο.

Τρίτη 20/11, στις 20:00

Έναρξη του εργαστηρίου: Η Γλώσσα της Πειθούς – το κλειδί της διεκδικητικής συμπεριφοράς

Εισηγητής: Νίκος Σαπουντζής

Κάποιοι άνθρωποι φαίνονται πιο αποτελεσματικοί στην επικοινωνία τους, από άλλους. Το εργαστήριο θα επιτρέψει στους συμμετέχοντες να τελειοποιήσουν την τέχνη της πειθούς ώστε να φέρνουν μέσα από την διαδικασία της αποτελεσματικής επικοινωνίας, θεαματικά αποτελέσματα.

Πέμπτη 22/11, 20:00 – 22:00

Έναρξη του σεμιναρίου : Πώς λειτουργεί ο εγκέφαλος;

Εισηγητής: Βαγγέλης Καλφόπουλος

Το σεμινάριο απευθύνεται σε κάθε άτομο που θέλει να ενημερωθεί με τις επιστημονικές προσπάθειες για τη λειτουργία του εγκεφάλου, τη σχέση του εγκεφάλου και του νου, αλλά και τις προοπτικές που ανοίγονται σε τομείς όπως η τεχνητή νοημοσύνη.

Κυριακή 25/11, 10:00 – 22:00

Σεμινάριο : Η Ψυχολογία της Διατροφής | Mind Body Nutrition

Εισηγητής: Στράτος Λάσπας (Certified Eating Psychology & Mind-Body Nutrition Coach)

Πώς θα σας φαινόταν εάν θα μπορούσατε να αλλάξετε το σώμα σας και τη ζωή σας μέσα σε μερικές εβδομάδες; Η προσέγγιση θρέψης νου και σώματος (mind-body nutrition) αποκαλύπτει το πώς η φυσιολογία του στρες, η χαλάρωση, η αναπνοή, η συνειδητή παρουσία, η απόλαυση, οι ώρες των γευμάτων και πολλά άλλα, επηρεάζουν βαθύτατα τη λειτουργία της πέψης και την κατανάλωση θερμίδων.

Δευτέρα 26/11, στις 17:30

Συνάντηση γνωριμίας του σεμιναρίου : Κοπή Ραφή Ρούχων «το παλιό γίνεται νέο»

Εισηγήτρια: Έρη Λώτου (σχεδιάστρια μόδας)

Το σεμινάριο απευθύνεται σε όσους διαθέτουν ελάχιστες γνώσεις ραπτικής. Όποιος συμμετέχει μυείται στον κόσμο της δημιουργίας των ενδυμάτων. Γνωρίζει τις ποιότητες των υφασμάτων και την ιδιαίτερη ραφή τους. Μαθαίνει να κόβει και να ράβει. Εύκολα γρήγορα και οικονομικά, δημιουργεί τα δικά του ρούχα και αξεσουάρ, πρωτότυπα, μοναδικά και προπάντων στα μέτρα του! Έτοιμα να τα φορέσει!

Παρασκευή 30/11, στις 21:00

PARTY: 5 ΧΡΟΝΙΑ ΚΗΠΟΣ!

Εισηγητές, συνεργάτες και φίλοι του Κήπου, όλοι μαζί θα γιορτάσουν τα 5 χρόνια διαβίου μάθησης στον ΚΗΠΟ, θα ανταλλάξουν ευχές, απόψεις, εμπειρίες και φιγούρες, αφού φυσικά δε θα μπορούσε να λείπει από ένα τέτοιο εορταστικό party, ο χορός και η μουσική, καθώς και ο μπουφές και τα κεράσματα!