



**ΔΗΜΟΣ ΙΛΙΟΥ**  
ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ



**ΚΕΝΤΡΟ ΓΥΝΑΙΚΩΝ ΙΛΙΟΥ**  
ΑΘΗΝΑΣ ΚΑΙ ΝΕΣΤΟΡΟΣ 107

**ΕΙΣΟΔΟΣ ΕΛΕΥΘΕΡΗ**

**ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ**

2102693617

(Δευτέρα και Τετάρτη 17.30–19:00, Σάββατο 16:00- 18:00)

6945910778



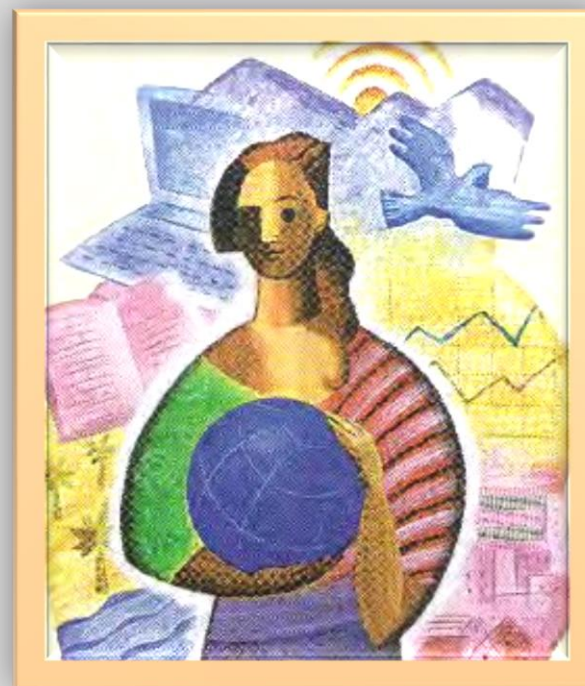
**ΔΗΜΟΣ ΙΛΙΟΥ**  
ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ



*«Εν Ιλίω η γνώση ... σε Θεματικούς  
Κύκλους».*

*Εναλλακτική Επιμόρφωση Ενηλίκων*

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΦΕΒΡΟΥΑΡΙΟΥ- ΜΑΡΤΙΟΥ-ΑΠΡΙΛΙΟΥ-  
ΜΑΪΟΥ-ΙΟΥΝΙΟΥ



**ΚΕΝΤΡΟ ΓΥΝΑΙΚΩΝ ΙΛΙΟΥ**  
ΑΘΗΝΑΣ ΚΑΙ ΝΕΣΤΟΡΟΣ 107

## ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Το Κέντρο Γυναϊκών Ιλίου συνεχίζει τις δραστηριότητες του σε καινούργιο φιλόξενο χώρο που βρίσκεται επί των οδών Αθηνάς και Νέστορος 107. Εκεί σας περιμένουμε να διαμορφώσουμε όλοι μαζί μια γωνιά γεμάτη θαλπωρή, αγάπη, αποδοχή, προσφορά και δράση.

Η δυναμική της συντροφιάς αλλά και η μοναδικότητα της κάθε προσωπικότητας με την πολύτιμη εθελοντική συμβολή των επιμορφωτών συνεικοδομούν ένα πρωτόγνωρο επικοινωνιακό περιβάλλον ανεξάντλητο σε κατάθεση ψυχής.

Οι Θεματικοί Κύκλοι των Σεμιναρίων συνεχίζονται εξασφαλίζοντας την ολότητα της γνώσης, της πληροφορίας, της τέχνης

Με κεντρικό Πυλώνα

**«Εν Ιλίω η γνώση ... σε Θεματικούς Κύκλους».**

**Εναλλακτική Επιμόρφωση Ενηλίκων**

**Τρίτος Θεματικός Κύκλος**

**Το Μεγαλείο της Ελληνικής ποίησης από τον Όμηρο έως τον Οδυσσέα  
Ελύτη**

**Γνώση- Συνείδημα - Φωτεινότητα**

**Δευτέρα στις 5. 30μ.μ**

**Τέταρτος Θεματικός Κύκλος**

**Ανιχνεύοντας την Ιστορική αλήθεια από την Ελληνική Επανάσταση  
μέχρι την Μικρασιατική καταστροφή.....**

**Κάθε Τετάρτη στις 5. 30μ.μ**

**Πέμπτος Θεματικός Κύκλος**

**Πρόληψη – ενίσχυση -φροντίδα της σωματικής και ψυχικής υγείας  
για αξιόβιοτη ζωή.**

**Κάθε Τετάρτη στις 5. 30μ.μ**

**Ευχαριστούμε τον Δήμαρχο της πόλης μας κ. Νίκο Ζενέτο και το  
Δημοτικό Συμβούλιο για τη συνεχή υποστήριξη και συμπαράστασή  
τους.**

## ΆΛΛΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ

Κατά τη διάρκεια της φετινής χρονιάς 2016 -2017 θα πραγματοποιηθούν στο Κέντρο Γυναϊκών με την συμμετοχή και την υποστήριξη σας προσθετικά των Θεματικών Κύκλων και οι παρακάτω δράσεις:

- Επισκέψεις σε Αρχαιολογικούς χώρους και Μουσεία
- Παρακολούθηση θεατρικών παραστάσεων
- Περίπατοι - Εκδρομές
- Επικοινωνία με ευαίσθητους κοινωνικούς χώρους για συναισθηματική και υλική υποστήριξη.
- Άλλες δράσεις αλληλεγγύης

Η ενημέρωση θα γίνεται έγκαιρα με ανακοίνωση από το Κέντρο Γυναϊκών .

Τηλ: επικοινωνίας 2102693617 Δευτέρα, Τετάρτη 5.30 - 7.00 μ.μ,

Σάββατο 4:00-6.00

Κινητό τηλέφωνο: 6945910778 καθημερινά

## Υπολογιστές –Χορωδία

**Χορωδία**

**Κάθε Τρίτη 6:00 μμ**

**Υπεύθυνη χορωδίας:**

**η κ. Σιμέλα**

**Εμμανουηλίδου.**

**Υπολογιστές**

**Κάθε Πέμπτη 5:00 μμ**

**αρχάριοι 6:00 μμ**

**προχωρημένοι**

**Επιμορφώτρια:**

**η κ. Αναστασία Φόρρη**

**(εκπαιδευτικός)**

## **ΦΕΒΡΟΥΑΡΙΟΣ**

**ΤΕΤΑΡΤΗ 01/02 5:30 μ.μ.**

**Σωστοί συνδυασμοί τροφών για καλύτερη υγεία**

Εισηγήτρια: κα Ναταλία Ντελίκου κλινική διαιτολόγος- Διατροφολόγος

**ΣΑΒΒΑΤΟ 04/02 4:00 μ.μ.**

**Οδηγίες αντισεισμικής προστασίας**

Εισηγητές: μέλη της Εθελοντικής ομάδας ΠΡΟ-ΤΕ-ΚΤΑ Ιλίου

**ΔΕΥΤΕΡΑ 06/02 5:30 μ.μ.**

**Λέσχη Ανάγνωσης**

Ένα απόγευμα με τον συγγραφέα κ. Νίκο Φαρούπο θα μιλήσουμε για το βιβλίο του « Ο δήμιος»

Εισηγήτρια: η κα Νάγια Κωστοπούλου (ποιήτρια)

**ΤΕΤΑΡΤΗ 08/02 5.30μ.μ.**

**Ψυχολογία**

Θέτω τα δικά μου όρια μαθαίνω να λέω όχι και να διεκδικώ χωρίς φόβο και ενοχές.

Εισηγήτρια: η κα Έφη Λιακοπούλου Ψυχολόγος

**ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 10/02 6:00 μ.μ.**

**Εκδήλωση**

Αποκριάτικος χορός «Το Γαϊτανάκι της Αγάπης»

Αίθουσα εκδηλώσεων Αθλητικού κέντρου- Πριάμου και Πρέσπας

Είσοδος με πρόσκληση

**ΣΑΒΒΑΤΟ 11/02 4:00 μ.μ.**

**Οικιακή Οικονομία**

α) Παρασκευή σαπουνιού γλυκερίνης

β)Κηροπλαστική

Εισηγήτρια: κ. Σμέλα Εμμανουηλίδου

**ΔΕΥΤΕΡΑ 13/02 3:30 μ.μ.**

**Θεατρική ομάδα**

Διδασκαλία: ο κ. Ιωάννης Κωνσταντακόπουλος (Θεατρολόγος – Σκηνοθέτης – υπεύθυνος σκηνής Εθνικού Θεάτρου)

**ΔΕΥΤΕΡΑ 13/02 5:30 μ.μ.**

**Παρουσίαση Ελλήνων Ποιητών**

Η Οδύσσεια του Ομήρου (Ταξίδι και προορισμός σ' ένα αξεπέραστο σύγχρονο παραμύθι)

Εισηγήτρια: η κα Ελένη Ζαχαράκη - Εκπαιδευτικός

**ΤΕΤΑΡΤΗ 15/02 5:30 μ.μ.**

**Ψυχολογία**

**Θετική Ψυχολογία**

Εισηγήτρια: η κα. Νίνα Μπελαούρη

**ΣΑΒΒΑΤΟ 18/02 4:00 μ.μ**

**Εκδήλωση**

**Διαγωνισμός Παραδοσιακής πίτας(γλυκιάς και αλμυρής)**

Δημιουργήστε την δική σας Παραδοσιακή πίτα και ελάτε να συμμετέχετε στο διαγωνισμό επιλογής της γευστικότερης πίτας για να ενισχύσουμε την Λαϊκή Παράδοσή μας και να γνωρίσουμε μοναδικές γεύσεις Δηλώσεις συμμετοχής Τηλ. 6945910778

**ΔΕΥΤΕΡΑ 20/02 5:30 μ.μ.**

**Παρουσίαση Ελλήνων Ποιητών**

Από τις λαϊκές Διονυσιακές γιορτές στην Αθήνα, στη γέννηση της τραγωδίας. **Η «Αντιγόνη» του Σοφοκλή**

Εισηγήτρια: η κα Ελένη Ζαχαράκη - Εκπαιδευτικός

**ΤΕΤΑΡΤΗ 22/02 5:30 μ.μ.**

**Προληπτική Ιατρική**

Α)Τροφές για γερά δόντια

Β)Τι είναι τα εμφυτεύματα

Εισηγήτρια: η κα. Πένυ Σακελλαρίου Οδοντίατρος

## **ΜΑΡΤΙΟΣ**

**ΤΕΤΑΡΤΗ 01/03 5:30 μ.μ.**

**Άγχος φίλος ή εχθρός**

Εισηγήτρια: κα Ντάνυ Βαρελά Ολιστική Θεραπεύτρια.

**ΣΑΒΒΑΤΟ 04/03 4:00 μ.μ.**

**Ελληνική Γαστρονομία και Παράδοση**

Παραδοσιακές Μανιάτικες γεύσεις

Επιμέλεια : Εένη Ζαχαράκη, Τούλα Νίκα,

**ΔΕΥΤΕΡΑ 06/03 3:30 μ.μ.**

**Θεατρική ομάδα**

Διδασκαλία: ο κ. *Ιωάννης Κωνσταντακόπουλος* (Θεατρολόγος – Σκηνοθέτης – υπεύθυνος σκηνης Εθνικού Θεάτρου)

**ΔΕΥΤΕΡΑ 06/03 5:30 μ.μ.**

**Παρουσίαση Ελλήνων Ποιητών**

Η αυτοθυσία των Ελλήνων , η δύναμη της αγάπης, η ομορφιά της φύσης μέσα από την ποίηση του Διονύσιου Σολωμού

Εισηγήτρια: η κα Σωτηρία Σαμπάνη Εκπαιδευτικός

**ΤΕΤΑΡΤΗ 08/03 7.00μ.μ.**

**Εκδήλωση**

Αφιέρωμα στην Παγκόσμια ημέρα της Γυναίκας

Θέατρο Μελίνα Μερκούρη Αγ. Φανουρίου 99 –Τλιον

**ΣΑΒΒΑΤΟ 11/03 4:00 μ.μ.**

**Χειροτεχνία- Κατασκευές για ανοιξιάτικη διακόσμηση**

Επιμέλεια : κα. Πόπη Μυλωνά μέλος Κέντρου Γυναικών

**ΔΕΥΤΕΡΑ 13/03 5:30 μ.μ.**

**Παρουσίαση Ελλήνων Ποιητών**

Κ.Π. Καβάφης: Ο Αλεξανδρινός που έγινε παγκόσμια ο πιο αναγνωρίσιμος ποιητής μας.

Εισηγήτρια: η κα Ελένη Ζαχαράκη – Εκπαιδευτικός

**ΤΕΤΑΡΤΗ 15/03 5:30 μ.μ.**

**Προληπτική Ιατρική**

Αλλοιώσεις του εγκεφάλου – Γεροντική άνοια

Εισηγητής: κ. Τίμος Σακελλαρίου Παθολόγος

**ΣΑΒΒΑΤΟ 18/03 4:00 μ.μ.**

**Ελληνική Γαστρονομία και Παράδοση**

Θρακιώτικες παραδοσιακές γεύσεις

Επιμέλεια:: κα. Ματούλα Γκαλδανίδου, κα. Σούλα Λιάκα. κα.Λίτσα

Νακούδη

**ΔΕΥΤΕΡΑ 20/03 5:30 μ.μ.**

**Λέσχη Ανάγνωσης**

Συζητάμε με τον συγγραφέα Γεώργιο Ρωμανό για το βιβλίο του « Γιούντιν» μια γυναίκα από τη Θεσσαλονίκη

Εισηγήτρια: η κα Νάγια Κωστοπούλου (ποιήτρια)

**ΤΕΤΑΡΤΗ 22/03 5:30 μ.μ.**

**Προσέγγιση της Ιστορικής αλήθειας**

Αίτια και έναρξη της Ελληνικής Επανάστασης του 1821

Εισηγητής: κ. Ιωάννης Γκιώνης τ. Εκπαιδευτικός

**ΔΕΥΤΕΡΑ 27/03 3:30 μ.μ.**

**Θεατρική ομάδα**

Διδασκαλία: ο κ. *Ιωάννης Κωνσταντακόπουλος* (Θεατρολόγος – Σκηνοθέτης – υπεύθυνος σκηνης Εθνικού Θεάτρου)

**ΔΕΥΤΕΡΑ 27/03 5:30 μ.μ.**

**Λέσχη Ανάγνωσης**

Εισηγήτρια: η κα Νάγια Κωστοπούλου (ποιήτρια)

**ΤΕΤΑΡΤΗ 29/03 5:30 μ.μ.**

**Προσέγγιση της Ιστορικής αλήθειας**

Το νόημα και η εξέλιξη της Επανάστασης του 1821

Εισηγητής: κ. Ιωάννης Γκιώνης τ. Εκπαιδευτικός

## ΑΠΡΙΛΙΟΣ

**ΣΑΒΒΑΤΟ 01/04 4:00μ.μ**

**Παγκόσμια ημέρα Παιδικού βιβλίου(02-04)  
Βιβλιοδεσία και καλλιτεχνικό ντύσιμο βιβλίου**  
Εισηγήτρια: κα Αγγελική Κεραμίδα- Γραφίστρια

**ΔΕΥΤΕΡΑ 03/04 3:30 μ.μ.**

**Θεατρική ομάδα**  
Διδασκαλία: ο κ. *Ιωάννης Κωνσταντακόπουλος* (Θεατρολόγος –  
Σκηνοθέτης – υπεύθυνος σκηνης Εθνικού Θεάτρου

**ΔΕΥΤΕΡΑ 03/04 6:00 μ.μ.**

**Παρουσίαση Ελλήνων Ποιητών**  
**Γνωριμία με την ποίηση του Γεωργίου Σεφέρη**  
Εισηγήτρια: η κα Δήμητρα Χριστοδούλου -ποιήτρια

**ΤΕΤΑΡΤΗ 05/04 6.00μ.μ**

**Φυτοφάρμακα: Μια βραδυφλεγής βόμβα στο πιάτο μας**  
Εισηγητής: κ. Γεώργιος Τάσος τ. καθηγητής Γεωπονικής

**ΣΑΒΒΑΤΟ 08/04 4:00μ.μ**

**Προτάσεις για Πασχαλινή διακόσμηση**  
Επιμέλεια κα. Πόπη Μυλωνά μέλος Κέντρου Γυναικών

*Σας ευχόμαστε ολόψυχα το φως της Αναστάσεως να φωτίζει την  
ζωή σας χαρίζοντάς σας υγεία, ευτυχία, επιτυχία όλων των  
προσδοκιών σας.*

*Καλό Πάσχα*

*Το Κέντρο Γυναίκων Ιλίου*

**ΔΕΥΤΕΡΑ 24/04 6:00 μ.μ.**

**Θεατρική ομάδα**  
Διδασκαλία: ο κ. *Ιωάννης Κωνσταντακόπουλος* (Θεατρολόγος –  
Σκηνοθέτης – υπεύθυνος σκηνης Εθνικού Θεάτρου

**ΔΕΥΤΕΡΑ 24/04 6:00 μ.μ.**

**Λέσχη Ανάγνωσης**  
**Γνωριμία του συγγραφέα Κωνσταντίνου Τζαμιώτη μέσα από το  
βιβλίο του « η Πόλη και η Σιωπή»**  
Εισηγήτρια: η κα Νάγια Κωστοπούλου (ποιήτρια)

**ΤΕΤΑΡΤΗ 26/04 6:00 μ.μ.**

**Προσέγγιση της Ιστορικής αλήθειας**  
**Το έργο του Ιωάννη Καποδίστρια**  
Εισηγητής: κ. Γεώργιος Πατερέλης τ. Εκπαιδευτικός

**ΣΑΒΒΑΤΟ 29/04 4:00 μ.μ.**

**Ελληνική Γαστρονομία και Παράδοση**  
Παραδοσιακές γεύσεις Κρήτης  
**Επιμέλεια κα.:Φιλιά Αποστολάκη, κα. Αγγέλα Δαμιανάκη, κα.  
Νεκταρία Ζαμπιάκη**

## **ΜΑΪΟΣ**

**ΤΕΤΑΡΤΗ 3/05 6:00 μ.μ.**

**Προσέγγιση της Ιστορικής αλήθειας**

**Βαβαροκρατία (Οθωνας)**

Εισηγητής: κ. Γεώργιος Πατερέλης τ. Εκπαιδευτικός

**ΣΑΒΒΑΤΟ 06/05 4:00 μ.μ.**

**Ελληνική Γαστρονομία και Παράδοση**

Παραδοσιακές γεύσεις Θεσσαλίας

Επιμέλεια : κα. Μαίρη Διαλεκτοπούλου, κα. Σοφία Στρίκου, κα. Μίμικα Τσαγκανού

**ΔΕΥΤΕΡΑ 08/05 3:30 μ.μ.**

**Θεατρική ομάδα**

Διδασκαλία: ο κ. *Ιωάννης Κωνσταντακόπουλος* (Θεατρολόγος – Σκηνοθέτης – υπεύθυνος σκηνης Εθνικού Θεάτρου)

**ΔΕΥΤΕΡΑ 08/05 6:00 μ.μ.**

**Λέσχη Ανάγνωσης**

Εισηγήτρια: η κα Νάγια Κωστοπούλου (ποιήτρια)

**ΤΕΤΑΡΤΗ 10/05 6:00 μ.μ.**

**Ψυχολογία**

**Ο ρόλος του παππού και της γιαγιάς στην οικογένεια**

Εισηγητής : κ. Ιωάννης Κουσανδρέας Παιδοψυχίατρος

**ΣΑΒΒΑΤΟ 13/05 4:00 μ.μ.**

**Εκδήλωση** για την γιορτή της Μητέρας. Τα παιδιά δημιουργούν πρωτότυπες χειροτεχνίες. Ζωγραφίζουν, διηγούνται, απαγγέλουν,

διαμορφώνοντας με την καθοδήγηση μελών του Κέντρου Γυναικών ένα πανέμορφο μοναδικό περιβάλλον αγάπης για την μητέρα

**ΔΕΥΤΕΡΑ 15/05 6:00 μ.μ.**

**Παρουσίαση Ελλήνων Ποιητών**

**Γνωριμία με τον Γιάννη Ρίτσο**

Εισηγήτρια: κα. Σοφία Μπαρδάνη Φιλολόγος – ποιήτρια- πεζογράφος

**ΤΕΤΑΡΤΗ 17/05 6:00 μ.μ.**

**Προσέγγιση της Ιστορικής αλήθειας**

Βαλκανικοί πόλεμοι, Απελευθέρωση της Μακεδονίας

Εισηγητής: κ. Ευθύμιος Παπαντώνης Εκπαιδευτικός

**ΣΑΒΒΑΤΟ 20/05 4:00 μ.μ.**

**Με καφέ και κουβεντούλα**

Δραστηριότητες και παιχνίδια ενδυνάμωσης της μνήμης

Επιμέλεια: Σωτηρία Σαμπάνη Εκπαιδευτικός

**ΔΕΥΤΕΡΑ 22/05 6:00 μ.μ.**

**Θεατρική ομάδα**

Διδασκαλία: ο κ. *Ιωάννης Κωνσταντακόπουλος* (Θεατρολόγος – Σκηνοθέτης – υπεύθυνος σκηνης Εθνικού Θεάτρου)

**ΔΕΥΤΕΡΑ 22/05 6:00 μ.μ.**

**Λέσχη Ανάγνωσης**

Εισηγήτρια: η κα Νάγια Κωστοπούλου (ποιήτρια)

**ΤΕΤΑΡΤΗ 24/05 6.00μ.μ.**

**Προσέγγιση της Ιστορικής αλήθειας**

Μικρασιατική εκστρατεία και καταστροφή -αίτια και γεγονότα

Εισηγητής :κ. Ιωάννης Χρονόπουλος Ιστορικός

**ΣΑΒΒΑΤΟ 27/05 4:00 μ.μ.**

**Ελληνική Γαστρονομία και Παράδοση**

Μικρασιάτικες αξέχαστες γεύσεις

Επιμέλεια : κα. Αγγέλα Δαμιανάκη κ. Ντίνα και Βούλα,

Μακροδήμου, κα. Πόπη Μυλωνά, κα Νίνα Σακελλαρίου

**ΚΥΡΙΑΚΗ 28/05 10.30π.μ**

**Εκδήλωση**

Τιμάμε με εκκλησιασμό και αρτοκλασία την Αγία Υπομονή στον ιερό ναό Ευαγγελισμού Της Θεοτόκου στις 10. 30πμ

**ΔΕΥΤΕΡΑ 29/05 6:00 μ.μ.**

**Με καφέ και κουβεντούλα**

Δραστηριότητες και παιχνίδια ενδυνάμωσης της μνήμης

Επιμέλεια: Σωτηρία Σαμπάνη Εκπαιδευτικός

**ΤΕΤΑΡΤΗ 31/05 6.00μ.μ.**

**Προσέγγιση της Ιστορικής αλήθειας-** Καταστροφή της Σμύρνης –

Προβολή VIDEO. Επιμέλεια: Ανδρέας Ζάκας τ. εκπαιδευτικός-συγγραφέας

## ΙΟΥΝΙΟΣ

**ΤΕΤΑΡΤΗ 01/06 6:00 μ.μ**

*Απολογισμός έργου – Σχεδιασμός νέων δραστηριοτήτων*  
Διοικούσα επιτροπή. Επιμέλεια: κα Σωτηρία Σαμπάνη Εκπαιδευτικός

**ΣΑΒΒΑΤΟ 03/06 4:00 μ.μ**

**Οικιακή Οικονομία**

**Παρασκευή αρωματικού σαπουνιού**  
Εισηγήτρια: κα Μαρία Αβραμίδου Βιολόγος

**ΔΕΥΤΕΡΑ 05/06 6:00 μ.μ**

**Παρουσίαση Ελλήνων Ποιητών**

Αφιέρωμα στον Οδυσσέα Ελύτη : « Τη γλώσσα μου έδωσαν  
Ελληνική στις αμμουδιές του Ομήρου»  
Εισηγήτρια: κα. Ελένη Ζαχαράκη Εκπαιδευτικός

**ΣΑΒΒΑΤΟ 10/06 8:00 μ.μ.**

**Φιλική συνάντηση χορωδιών ενηλίκων**

Θέατρο Μελίνα Μερκούρη Αγ. Φανουρίου 99 –Ιλιον

**ΔΕΥΤΕΡΑ 12/06 6:00 μ.μ.**

**Λέσχη Ανάγνωσης**

Εισηγήτρια: η κα Νάγια Κωστοπούλου (ποιήτρια)

*Ευχαριστούμε τους εισηγητές για  
την ευγενική τους προσφορά*

**ΟΜΑΔΑ ΧΕΙΡΟΤΕΧΝΙΑΣ 5.30 μ.μ**

Η Ομάδα χειροτεχνικών δραστηριοτήτων θα  
Λειτουργεί τις παράκατω ημερομηνίες, στο Κέντρο  
Τυναϊκών Ιλίου

**Φεβρουάριος Παρασκευή : 03 και 17**

**Μάρτιος Παρασκευή : 03 και 17**

**Απρίλιος Παρασκευή: 06 κ και 28**

**Μάιος Παρασκευή: 05 και 19**

*Το Κέντρο Τυναϊκών Ιλίου σας εύχεται  
ολόψυχα χαρούμενες καλοκαιρινές  
διακοπές.*

*Σας περιμένουμε το Σεπτέμβριο με νέες  
δραστηριότητες.*