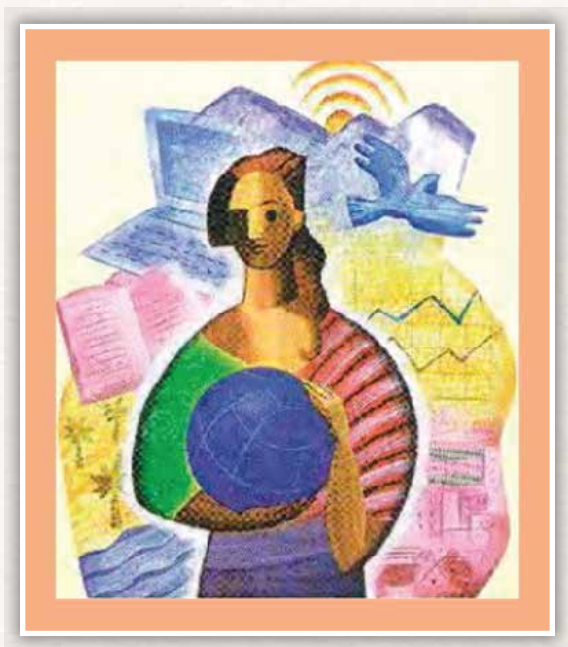


*«Εν Ιλίω η γνώση ...
σε Θεματικούς Κύκλους»
Εναλλακτική Επιμόρφωση Ενηλίκων*

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ

ΑΠΡΙΛΙΟΥ - ΜΑΪΟΥ - ΙΟΥΝΙΟΥ - 2023



ΚΕΝΤΡΟ ΓΥΝΑΙΚΩΝ ΙΛΙΟΥ
ΑΘΗΝΑΣ ΚΑΙ ΝΕΣΤΟΡΟΣ 107

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Το Κέντρο Γυναικών Ιλίου συνεχίζει τις δραστηριότητες του επί των οδών Αθηνάς και Νέστορος 107. Εκεί σας περιμένουμε με χαρά και αγάπη να διαμορφώσουμε όλες μαζί μια γωνιά γεμάτη θαλπωρή, αποδοχή, προσφορά και δράση. Να συνοικοδομήσουμε ένα φιλόξενο, ζεστό περιβάλλον γνώσης, συναισθηματικών-ψυχολογικών προσεγγίσεων, καλλιτεχνικών δημιουργημάτων καθώς και επισκέψεων και εκδρομών γνωρίζοντας καλύτερα τον τόπο και τον πολιτισμό μας.

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

Εισηγήσεις θεμάτων με στόχο τη γνώση, την ψυχικο-συναισθηματική ενίσχυση για την αποτελεσματική αντιμετώπιση προβλημάτων της καθημερινότητας, επιδιώκοντας να εμψυχήσουν θετική αύρα στην κάθε μια από εμάς.

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



ΑΛΛΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ

Κατά τη διάρκεια της φετινής χρονιάς 2022-2023 θα πραγματοποιηθούν στο Κέντρο Γυναικών, με την συμμετοχή και την υποστήριξή σας, οι παρακάτω δράσεις:

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

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

Τηλ: επικοινωνίας 2102693617

Δευτέρα, Τρίτη, Τετάρτη και Πέμπτη 5.30 - 7.00 μ.μ.

Κινητό τηλέφωνο: 69459 10778 καθημερινά.

Χορωδία

Κάθε Πέμπτη 6:00 μμ

Υπεύθυνη χορωδίας:

η κ. Σιμέλα Εμμανουηλίδου

Χορός

Χορός

Κάθε Πέμπτη 7:30μ.μ

Υπεύθυνος

ο κ. Χρήστος Μαυρόπουλος
(Χοροδιδάσκαλος)

ΑΠΡΙΛΙΟΣ

ΔΕΥΤΕΡΑ 24/04 6.00 μ.μ.

ΙΣΤΟΡΙΚΟ ΘΕΜΑ

Άγνωστες πτυχές της ζωής του Θεόδωρου Κολοκοτρώνη Α΄μέρος
Εισηγητής: ο κ. Γεώργιος Πατερέλης (τ. Εκπαιδευτικός)

ΤΡΙΤΗ 25/04 6.00 μ.μ.

ΧΕΙΡΟΤΕΧΝΙΑ

Τεχνικές πάνω σε κεραμίδι
Επιμέλεια: η κ. Φιλιώ Μελικούρη, η κ. Ελένη Λεούση
και η κ. Δήμητρα Φωτοπούλου

ΤΕΤΑΡΤΗ 26/04 6.00 μ.μ.

ΙΣΤΟΡΙΚΟ ΘΕΜΑ

Άγνωστες πτυχές της ζωής του Θεόδωρου Κολοκοτρώνη Β΄μέρος
Εισηγητής: ο κ. Γεώργιος Πατερέλης (τ. Εκπαιδευτικός)

ΜΑΪΟΣ

ΤΡΙΤΗ 2/05 6.00 μ.μ.

ΧΕΙΡΟΤΕΧΝΙΑ

Τεχνική υγρού γυαλιού σε κόσμημα (Οι συμμετέχουσες να φέρουν καστόνι για το ανάλογο κόσμημα) Επιμέλεια: η κ. Πόπη Μυλωνά

ΤΕΤΑΡΤΗ 3/05 6.00 μ.μ.

Αφιέρωμα στην Παγκόσμια ημέρα γέλιου

Αναφορά στο έργο του μεγάλου Έλληνα σατυρικού ποιητή Γεωργίου Σουρή
Εισηγητής: ο κ. Γεώργιος Χαλκιάς, επίτιμος δικηγόρος.
Η εκδήλωσή μας θα πραγματοποιηθεί στο Καλλιτεχνικό καφενείο
- Αγ. Φανουρίου 99 και θα κλείσει με τραγούδια που θα ερμηνεύσει
μια παρέα φίλων.

ΣΑΒΒΑΤΟ 6/05 7.00 μ.μ.

ΕΚΔΗΛΩΣΗ

Μορφές γυναικών πρωτοπόρων στη διάδοση της Λαϊκής μας Παράδοσης.
(Η εκδήλωση είχε αναβληθεί λόγω της τραγωδίας στα Τέμπη).

Συμμετέχει η χορωδία του Κέντρου Γυναικών υπό τη διεύθυνση της μαέστρου κ. Σιμέλας Εμμανουηλίδου.
Πολυδύναμο κέντρο Μίκης Θεοδωράκης- Θέατρο Άννα Συνοδινού Ηροδότου και Παγωνίου

ΚΥΡΙΑΚΗ 7 ΜΑΙΟΥ

ΕΚΔΡΟΜΗ Στην Παύλιανη- Αμφίκλεια

ΔΕΥΤΕΡΑ 8/05 6.00 μ.μ.

Αρχές Γεωπονικής

Κλιματική αλλαγή – ο εφιάλτης προ των πυλών.

Εισηγήτης: ο κ. Γεώργιος Τάσος (τ. καθηγητής Γεωπονικής)

ΤΡΙΤΗ 9/05 6.00 μ.μ.

Αποσπάσματα από το Βιβλίο

«Μη βασανίζετε με μικροπράγματα γιατί όλα είναι μικροπράγματα» του συγγραφέα Ρίτσαρντ Κάρλσον. Εισηγήτρια: η κ Χρυσούλα Φωτίου.

ΤΕΤΑΡΤΗ 10/05 6.00 μ.μ.

Κύκλος προσωπικής ανάπτυξης

Α) Σεμινάριο αγάπης εαυτού (σημ. οι συμμετέχουσες να έχουν μαζί τους ένα καθρέπτη) Εισηγήτρια: η κ Μαρία Γκούβρα (δασκάλα Ειδικής Αγωγής)

ΚΥΡΙΑΚΗ 14/05 11.00 π.μ.

ΕΚΔΗΛΩΣΗ

Η Μεγάλη γιορτή της Άνοιξης – γιορτή της μητέρας

Διοργανώνεται σε συνεργασία με το Πολιτιστικό Κέντρο Δήμου Ιλίου – τμήμα ζωγραφικής για φιλανθρωπικούς σκοπούς, με ποικίλο πρόγραμμα δραστηριοτήτων για μικρούς και μεγάλους, με αγάπη και σεβασμό στο πιο γλυκό και στοργικό πλάσμα: «την μητέρα». Συμμετέχει η χορωδία μας και η ομάδα χορού.

Πλατεία Ηρώων Πολυτεχνείου, οδός Κάλχου (Δημαρχείο Ιλίου).

Θα ακολουθήσει αναλυτικό πρόγραμμα της εκδήλωσης.

ΔΕΥΤΕΡΑ 15/05 6.00 μ.μ.

Κύκλος προσωπικής ανάπτυξης

Β) Τεχνική γέλιου, χοροθεραπεία, διαχείριση θυμού.

Εισηγήτρια: η κ Μαρία Γκούβρα (δασκάλα Ειδικής Αγωγής).

ΤΡΙΤΗ 16/05 6.00 μ.μ.

ΧΕΙΡΟΤΕΧΝΙΑ - Χειροποίητο κόσμημα

Υλικά που θα χρειαστούμε: κηροκλωστή, ποντικοουρά, ρέλι και (προαιρετικά) χοντρό βελονάκι. Επιμέλεια: η κ. Δήμητρα Φωτοπούλου (Δασκάλα)

ΤΕΤΑΡΤΗ 17/05 7.00 μ.μ.

ΛΟΓΟΤΕΧΝΙΑ

Παρουσίαση βιβλίου «Όσο πιο ψηλά μπορείς», συγγραφέας Κωνσταντίνα Καρούσσου.
(Στο Καλλιτεχνικό καφενείο Αγ. Φανουρίου 99).

ΔΕΥΤΕΡΑ 22/05 6.00 μ.μ.

ΛΟΓΟΤΕΧΝΙΑ- Λέσχη Ανάγνωσης

Εισηγήτρια: η κ. Νάγια Κωστοπούλου (ποιήτρια)

ΤΡΙΤΗ 23/05 6.00 μ.μ.

ΟΙΚΙΑΚΗ ΟΙΚΟΝΟΜΙΑ

Παρασκευάζουμε σαπούνι με ελαιόλαδο.
Επιμέλεια: η κ Φωτεινή Παναγιωτοπούλου (μέλος Κέντρου Γυναικών)

ΤΕΤΑΡΤΗ 24/05 6.00 μ.μ.

Κύκλος προσωπικής ανάπτυξης

Γ)Κάνουμε θέατρο αφύπνισης
Εισηγήτρια: η κ Μαρία Γκούβρα (δασκάλα Ειδικής Αγωγής)

ΔΕΥΤΕΡΑ 29/05 6.00 μ.μ.

Παράκληση με αρτοκλασία για την Αγία Υπομονή

στην Ιερά Μονή Αγίου Παντελεήμονα (Μάρκου Μπότσαρη 144 Πετρούπολη, πλησίον της οδού Περικλέους, Κηπούπολη).
Όσοι επιθυμούν μετάβαση με πούλμαν να δηλώσουν συμμετοχή τις ημέρες και ώρες λειτουργίας του Κέντρου.

ΤΡΙΤΗ 30/05 6.00μ.μ.

ΧΕΙΡΟΤΕΧΝΙΑ

Διακόσμηση σε πέτρα με ζωγραφική, ντεκουπάζ και κοχύλια.
Επιμέλεια: η κ Ματούλα Γκαλδανίδου και η κ. Ελένη Λεούση

ΤΕΤΑΡΤΗ 31 /05 6.00 μ.μ.

Αφιέρωμα στον μουσικοσυνθέτη Γιάννη Σπανό

Επιμέλεια: η κ. Ηλιάνα Μπιλάλη.

ΤΡΙΤΗ 06/06 6.00 μ.μ.

ΧΕΙΡΟΤΕΧΝΙΑ

Κατασκευάζουμε χρήσιμα αντικείμενα από μικρά κομμάτια υφασμάτων.

Επιμέλεια: η Πρεσβυτέρα κ. Δέσποινα Παναγακοπούλου.

ΤΕΤΑΡΤΗ 07/06 6.00 μ.μ.

ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ

Τα μυστικά της ευτυχίας

Εισηγητής: ο κ Γιάννης Κουτοανδρέας (Παιδοψυχίατρος).

ΣΑΒΒΑΤΟ 10/06 7.00 μ.μ.

ΔΙΑΓΩΝΙΣΜΟΣ φαγητού και γλυκού

Για δηλώσεις συμμετοχής στο διαγωνισμό μπορείτε να τηλεφωνείτε στο Κέντρο κατά τις ημέρες και ώρες λειτουργίας του.

Μετά την απόλαυση των εδεσμάτων θα ακολουθήσει ευχάριστο πρόγραμμα με μουσική και χορό.

Πολυδύναμο κέντρο Μίκης Θεοδωράκης. (Ηροδότου και Πωγωνίου- Ίλιον)

ΤΕΤΑΡΤΗ 14/06 7.00 μ.μ.

ΕΚΔΗΛΩΣΗ

Αφιέρωμα στον μεγάλο μουσικοσυνθέτη Μίκη Θεοδωράκη,

από τη χορωδία του Κέντρου Γυναικών υπό τη διεύθυνση της μαέστρου

κ. Σιμέλας Εμμανουηλίδου

(αίθριο Πολυδύναμο κέντρο Μίκης Θεοδωράκης.

Ηροδότου και Πωγωνίου - Ίλιον)

**Σας ευχόμαστε ολόψυχα χαρούμενο, ανέμελο
και δημιουργικό καλοκαίρι
Σας περιμένουμε με χαρά να επιστρέψετε υγιείς,
ξεκούραστες και ευτυχισμένες για να αναδομήσουμε
την στοργική γωνιά μας,
το Κέντρο Γυναικών Ιλίου**

*Σας ευχόμαστε ολόψυχα χαρούμενο, ανέμελο
και δημιουργικό καλοκαίρι
Σας περιμένουμε με χαρά να επιστρέψετε υγιείς,
ξεκούραστες και ευτυχισμένες για να αναδομήσουμε
την στοργική γωνιά μας,
το Κέντρο Γυναικών Ιλίου*



ΚΕΝΤΡΟ ΓΥΝΑΙΚΩΝ ΙΛΙΟΥ
ΑΘΗΝΑΣ ΚΑΙ ΝΕΣΤΟΡΟΣ 107
ΕΙΣΟΔΟΣ ΕΛΕΥΘΕΡΗ

*Ευχαριστούμε τους εισηγητές για
την ευγενική τους προσφορά*

ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ

Κάθε Δευτέρα, Τετάρτη και Πέμπτη: 17.30 - 19:00
Τηλ. 210 2693617 Κιν. 6945 910778