



**ΚΟΛΛΕΓΙΟ ΑΘΗΝΩΝ**  
Ελληνο-Αμερικανικό Εκπαιδευτικό Ίδρυμα

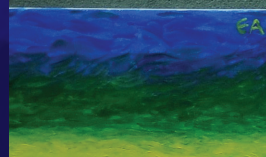
1925

# Προγράμματα Ενηλίκων

- Ξένες Γλώσσες και Πολιτισμός
- Προσωπική Ανάπτυξη
- Ανθρωπιστικές Επιστήμες
- Δημιουργικά Εργαστήρια
- Μουσική - Ωδείο Κολλεγίου
- Άσκηση - Άθληση

**2023-24**

**Β' ΠΕΡΙΟΔΟΣ**



# Προγράμματα Ενηλίκων

Τα Προγράμματα Ενηλίκων του Κολλεγίου Αθηνών, από την έναρξή τους το 1984 έως σήμερα, εστιάζουν στην ιδέα ότι η μάθηση είναι πολύπλευρη και συνεχίζεται σε όλη τη διάρκεια της ζωής μας. Ποτέ δεν είναι αργά να αποκτήσουμε καινούργιες γνώσεις, να δημιουργήσουμε νέα ενδιαφέροντα και να καλλιεργήσουμε πολύπλευρες δεξιότητες. Σας καλωσορίζουμε στο σύγχρονο και άριστα εξοπλισμένο campus του Σχολείου στο Ψυχικό, όπου οι επιλεγμένοι καθηγητές μας θα σας παρουσιάσουν τα θέματά τους σε ένα φιλικό και προσιτό περιβάλλον. Στα προγράμματά μας δίνουμε έμφαση στην ποιοτική εκπαίδευση μέσα από μία συντροφική και ενθαρρυντική ατμόσφαιρα.

## Τα προγράμματα παρουσιάζονται σε έξι ενότητες:

- Ξένες Γλώσσες και Πολιτισμός
- Προσωπική Ανάπτυξη
- Ανθρωπιστικές Επιστήμες
- Δημιουργικά Εργαστήρια
- Μουσική - Ωδείο Κολλεγίου
- Άσκηση - Άθληση

## Έναρξη Μαθημάτων

5 Φεβρουαρίου 2024 (εκτός αν αναφέρεται συγκεκριμένη ημερομηνία έναρξης)

**Εγγραφές:** 8 Ιανουαρίου 2024 – 26 Ιανουαρίου 2024

## Ηλεκτρονική Εγγραφή

<https://www.athenscollege.edu.gr/lifelonglearning/online-registration>

## Επικοινωνία

Στεφάνου Δέλτα 15, 154 52 Ψυχικό  
pee@athenscollege.edu.gr

T: 210 6748160, 210 6748153, 210 6798191

Γυμναστήριο - Κολυμβητήριο  
T: 210 6798321 (17:30 – 22:30)



Ξένες Γλώσσες και Πολιτισμός			Δε	Τρ	Τε	Πε	ΔΙΑΡΚΕΙΑ-ΕΒΔΟΜΑΔΕΣ	ΔΙΑΔΡΑ
<b>ΑΓΓΛΙΚΗ ΓΛΩΣΣΑ ΚΑΙ ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΣ</b>								
103.4	ΕΠΙΠΕΔΟ III(d)	Ευγενία Καραντώνη	17:30-19:30				14	220 €
104.5	ΕΠΙΠΕΔΟ IV(e)	Ανθή Αυγερινάκου			19:15-21:15		14	220 €
105.6	ΕΠΙΠΕΔΟ V(f)	Ευγενία Καραντώνη				17:30-19:30	14	220 €
110.1	ENGLISH CONVERSATION	Ανθή Αυγερινάκου		19:15-20:45			14	180 €
<b>ΓΑΛΛΙΚΗ ΓΛΩΣΣΑ ΚΑΙ ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΣ</b> Ειρήνη Σκλήρη								
131.1	ΕΠΙΠΕΔΟ I(a): Αρχάριοι		17:30-19:00				14	180 €
132.1	ΕΠΙΠΕΔΟ II(a)					17:15-18:45	14	180 €
136.1	COURS DE CONVERSATION					19:00-20:30	14	180 €
<b>ΙΤΑΛΙΚΗ ΓΛΩΣΣΑ ΚΑΙ ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΣ</b>								
151.1	ΕΠΙΠΕΔΟ I(a)	Daniele Ciolfi			19:00-21:00		14	220 €
152.1	ΕΠΙΠΕΔΟ II(a)	Daniele Ciolfi				17:00-19:00	14	220 €
152.2	ΕΠΙΠΕΔΟ II(a)	Daniele Ciolfi		17:00-19:00			14	220 €
153.1	ΕΠΙΠΕΔΟ III(a)	Daniele Ciolfi		19:00-21:00			14	220 €
155.1	ΕΠΙΠΕΔΟ V(a)	Daniele Ciolfi				19:00-21:00	14	220 €
158.1	LETTURE E CONVERSAZIONI ITALIANE	Σιμονέττα Περιτόρε		18:00-19:30			14	180 €
<b>ΙΣΠΑΝΙΚΗ ΓΛΩΣΣΑ ΚΑΙ ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΣ</b> Λυδία Στούπη								
161.1	ΕΠΙΠΕΔΟ I(a)				18:00-20:00		14	220 €
161.2	ΕΠΙΠΕΔΟ I(b)		18:00-20:00				14	220 €
163.1	ΕΠΙΠΕΔΟ III(a)			18:15-20:15			14	220 €
<b>ΤΟΥΡΚΙΚΗ ΓΛΩΣΣΑ ΚΑΙ ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΣ</b> Ανθούλα Φιλππίδου								
171.1	ΕΠΙΠΕΔΟ I(a): Αρχάριοι			19:00-21:00			14	220 €
172.1	ΕΠΙΠΕΔΟ II(a)		19:00-21:00				14	220 €
174.1	ΕΠΙΠΕΔΟ IV(a)		17:00-19:00				14	220 €

## Ξένες Γλώσσες και Πολιτισμός



**Το πρόγραμμα εκμάθησης ξένων γλωσσών εξοικειώνει τους σπουδαστές όχι μόνο με το λεξιλόγιο και την γραμματική της γλώσσας της επιλογής τους, αλλά και με τον πολιτισμό, την ιστορία και την τέχνη της χώρας όπου ομιλείται η κάθε γλώσσα. Μέσα σε ένα ευχάριστο, ομαδικό περιβάλλον, τα μαθήματα βελτιώνουν τις ικανότητες των σπουδαστών στον προφορικό και γραπτό λόγο, διευρύνοντας τις γνώσεις που απαιτούνται στην καθημερινή ζωή. Τα μαθήματα στηρίζονται στη χρήση της Βιβλιοθήκης του Κολλεγίου, μια από τις αρτιότερες στην Ελλάδα, με ηλεκτρονική αναζήτηση και υλικό σε όλες τις γλώσσες. Εάν υπάρχει ενδιαφέρον, τα τμήματα οργανώνουν επισκέψεις σε μέρη πολιτιστικού ενδιαφέροντος για την εξάσκηση της ξένης γλώσσας σε ένα περιβάλλον έξω από την τάξη.**

### Εκπτώσεις

- Στους σπουδαστές που παρακολουθούν περισσότερα από δύο μαθήματα 20%
- Σε ομαδικές εγγραφές (5 άτομα 10%, 10 άτομα 20%, από 20 άτομα και πάνω ειδικός διακανονισμός)
- Στους αποφοίτους του Κολλεγίου Αθηνών-Κολλεγίου Ψυχικού 20%
- Στο προσωπικό του ΕΕΙ 20%
- Στους κατόχους της Ευρωπαϊκής Κάρτας Νέων 20%





**511.1** Νόημα, Ελευθερία και Αυθεντικότητα – τρεις έννοιες που ανοίγουν την πόρτα για μια χαρούμενη ζωή. Θα τις ορίσουμε, θα εξετάσουμε την επιρροή τους και τη σύνδεσή τους με την ευημερία και θα μάθουμε νέους τρόπους να τις αναπτύξουμε.

**516.1** Βελτιώστε τις διαπροσωπικές σας σχέσεις και αναπτύξτε πιο ικανοποιητικές συνεργασίες με άλλους ανθρώπους γύρω σας. Εξετάστε τις προκλήσεις που προκύπτουν στην επικοινωνία και ενισχύστε τις ικανότητές σας να επικοινωνείτε αποτελεσματικά.



**530.1** Εισαγωγή στις θεωρητικές προσεγγίσεις και τα μοντέλα των μέσων κοινωνικής δικτύωσης. Θα εξετάσουμε τον τρόπο διαχείρισης των κοινωνικών δικτύων (Facebook, Instagram, Tik Tok, Pinterest, LinkedIn, X), τους τρόπους διαφήμισης, τη δημιουργία blog και τις τεχνικές influencer marketing, email marketing και δημιουργία περιεχομένου.

**532.1** Personal Branding είναι το συνολικό σχέδιο Marketing για να προβάλεις και να εκμεταλλευτείς στο έπακρο τα δυνατά σου σημεία, όχι μόνο στα social media αλλά και σε κάθε επαφή με άλλους.

**533.1** Η Πειθώ είναι η ικανότητα να χειρίζεται κανείς επιδέξια τις διάφορες στρατηγικές λόγου. Η κατανόησή της είναι αποτέλεσμα διδασκαλίας και η αποτελεσματική χρήση της καθορίζει την επιτυχία των στόχων και των έργων μας.

**538.1** Μέσα από πρακτικές, ρεαλιστικές και εφαρμόσιμες ασκήσεις διαπραγματεύσεων, διαγνωστικό ερωτηματολόγιο διαπραγμάτευσης και εκπαιδευτικό DVD, θα ενισχύσουμε τη διαπραγματευτική ικανότητά μας.

**538.2** Οι σπουδαστές εξοικειώνονται με μεθοδολογίες επιλογής στρατηγικών, με δεκάδες ήπιες και σκληρές τακτικές και άλλες προχωρημένες τεχνικές διαπραγμάτευσης, ενώ συγχρόνως, καλλιεργούν το προσωπικό τους διαπραγματευτικό στυλ.

**546.1** Το σεμινάριο προσφέρει όλες τις απαραίτητες γνώσεις και την ανάλυση των εφοδίων και των εμποδίων που αντιμετωπίζετε στην επίτευξη των στόχων σας και την τεχνική να αποκωδικοποιήσετε τα στοιχεία που σας είναι απαραίτητα για επιτυχία.

**548.1** Μαθαίνοντας να βάζουμε όρια, να λέμε όχι και να υπερασπιζόμαστε τον εαυτό μας μέσα από ασκήσεις ενδυνάμωσης και οριοθέτησης, μπορεί να αυξηθεί δραματικά η αυτοπεποίθησή μας.

**550.1** Θα εξετάσουμε επενδυτικές έννοιες σε ποικίλα θέματα, όπως τα ομόλογα, οι μετοχές, τα παράγωγα, η εισαγωγή εταιρειών στο Χρηματιστήριο και οι επενδύσεις σε ακίνητα.





Προσωπική Ανάπτυξη		Δε	Τρ	Τε	Πε	ΔΙΑΡΚΕΙΑ-ΕΒΔΟΜΑΔΕΣ	ΔΙΔΑΚΤΡΑ
NEO 511.1	ΧΑΡΟΥΜΕΝΗ ΖΩΗ! Τρία Χρυσά Κλειδιά για να την Αποκτήσεις Ιάνθη Σταυροπούλου ανά 15 ημέρες		17:30-19:30			3	90 €
NEO 516.1	ΔΙΑΠΡΟΣΩΠΙΚΕΣ ΣΧΕΣΕΙΣ: Τα Κλειδιά για μια Ευτυχισμένη Συνύπαρξη Άννα Τάταρη	19:15-20:45				6	130 €
NEO 520.1	ΠΡΩΤΕΣ ΒΟΗΘΕΙΕΣ ΣΕ ΕΠΕΙΓΟΥΣΕΣ ΚΑΤΑΣΤΑΣΕΙΣ ΚΑΙ ΚΑΡΔΙΟΑΝΑΠΝΕΥΣΤΙΚΗ ΑΝΑΖΩΟΓΟΝΗΣΗ Νεκτάριος Κόσσυβας			17:30-19:30		4	180 €
NEO 530.1	ΜΕΣΑ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΔΙΚΤΥΩΣΗΣ: Λειτουργίες, Εργαλεία και Διαφήμιση Χριστίνα Γεωργοπούλου		18:30-20:30			6	220 €
532.1	PERSONAL BRANDING Δημοσθένης Παπακωνσταντίνου	18:00-21:00				2	110 €
533.1	Η ΠΕΙΘΩ: Μια Δεξιότητα Ζωής που Διδάσκεται Δημοσθένης Παπακωνσταντίνου ► <b>έναρξη 19/2/2024</b>	18:00-21:00				3	160 €
538.1	ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΙΚΕΣ ΔΙΑΠΡΑΓΜΑΤΕΥΣΕΙΣ I Δημοσθένης Παπακωνσταντίνου ► <b>έναρξη 11/3/2024</b>	18:00-21:00				3	160 €
538.2	ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΙΚΕΣ ΔΙΑΠΡΑΓΜΑΤΕΥΣΕΙΣ II Δημοσθένης Παπακωνσταντίνου ► <b>έναρξη 15/4/2024</b>	18:00-21:00				3	160 €
NEO 546.1	ΞΕΚΛΕΙΔΩΣΤΕ ΤΟ ΔΥΝΑΜΙΚΟ ΣΑΣ! ΚΛΕΙΔΩΣΤΕ ΤΟΥΣ ΣΤΟΧΟΥΣ ΣΑΣ! Απελευθερώστε τη Δύναμη, τη Φαντασία, τη Θέληση για την Επιτυχία κάθε Στόχου Ντέμη Μωραΐτου			18:00-21:00		4	220 €
548.1	ΜΑΘΕ ΝΑ ΛΕΣ ΟΧΙ ΕΞΥΠΝΑ: Πώς να Προστατεύσεις τον Εαυτό σου - Οριοθέτηση και Αυτοπεποίθηση Ντέμη Μωραΐτου ► <b>έναρξη 6/3/2024</b>			18:00-21:00		4	220 €
550.1	ΕΙΣΑΓΩΓΗ ΣΕ ΕΠΕΝΔΥΤΙΚΕΣ ΕΝΝΟΙΕΣ Αλέξανδρος Μωραϊτάκης	19:15-20:45				6	160 €

## Προσωπική Ανάπτυξη



**Η Προσωπική Ανάπτυξη είναι ένα ταξίδι που διαρκεί μια ζωή. Καθώς εξελισσόμαστε, ανακαλύπτουμε νέες ανάγκες και νέες αδυναμίες, επιθυμούμε να αναπτύξουμε τον χαρακτήρα μας σε νέες κατευθύνσεις και να χτίσουμε πάνω στα δυνατά μας σημεία ή, πιο απλά, ψάχνουμε καινούργια ερεθίσματα. Η ενότητα της Προσωπικής Ανάπτυξης συγκεντρώνει επιλογές μαθημάτων που υποστηρίζουν όλους μας στο προσωπικό μας ταξίδι ενδυνάμωσης χαρακτήρα -διαλέξτε το μάθημα που σας ταιριάζει!**



### Εκπώσεις

- Στους σπουδαστές που παρακολουθούν περισσότερα από δύο μαθήματα 20%
- Σε ομαδικές εγγραφές (5 άτομα 10%, 10 άτομα 20%, από 20 άτομα και πάνω ειδικός διακανονισμός)
- Στους αποφοίτους του Κολλεγίου Αθηνών-Κολλεγίου Ψυχικού 20%
- Στο προσωπικό του ΕΕΙ 20%
- Στους κατόχους της Ευρωπαϊκής Κάρτας Νέων 20%



**204.1** Ένα περιπετειώδες ταξίδι μέσα από τις 50 «μεγάλες ιδέες» που άλλαξαν την ανθρώπινη ιστορία που θα μας γνωρίσει την πνευματική ιστορία της δυτικής σκέψης.

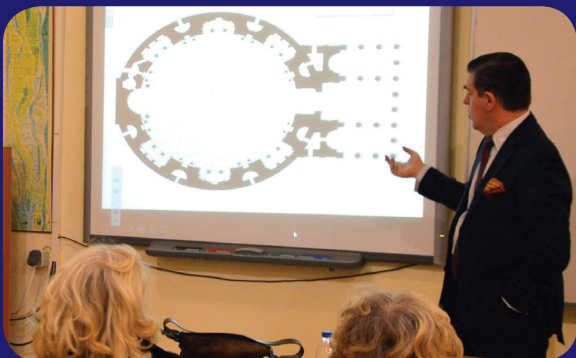
**205.1** Θα ξαναανακαλύψουμε τη φιλοσοφία ως ένα είδος τέχνης του βίου που αποσκοπεί να δώσει στους μαθητές της τα διανοητικά και ηθικά εφόδια να κατακτήσουν την αυτογνωσία και την ευδαιμονία.

**208.1** Τα δικαιώματα των ζώων, οι υποχρεώσεις μας προς τους φτωχούς, η συναίνεση, ελευθερία του λόγου και fake news, ευθανασία, γονείς μετά τα 50 και πορνογραφία -ελάτε να τα συζητήσουμε όλα!

**210.1** Το Αλφαβητάρι της Γνώσης είναι ένα εκπαιδευτικό πρόγραμμα ερμηνείας και κατανόησης κάθε μορφής πληροφορίας. Χρησιμοποιεί ως αλγόριθμο τη σειρά εντολών αντιστοίχισης που κυριαρχούν στη φυσική κοσμολογική εξέλιξη και ως βάση δεδομένων τις γνώσεις του χρήστη.

**215.1** Το μάθημα προσφέρει μια ανάλυση των βαθύτερων χαρακτηριστικών του θέματος μέσα στο πλαίσιο των ευρύτερων γεωπολιτικών, γεωστρατηγικών, γεωοικονομικών, πολιτιστικών και κοινωνικών διαστάσεων του.

**215.2** Η ελληνική πολιτική πραγματικότητα μετά τον εμφύλιο, η παρουσία της Ελλάδας στον Ψυχρό Πόλεμο, οι εξωτερικές σχέσεις της χώρας, το Κυπριακό Ζήτημα, οι δεκαετίες 1960,1970, η Δικτατορία, η Μεταπολίτευση και οι νέες μορφές πολιτικής διαχείρισης.



**219.1** Ένα εισαγωγικό μάθημα στην ευρωπαϊκή μοντέρνα τέχνη που εξετάζει πώς καλλιτέχνες όπως ο Βαν Γκογκ, Πικάσο, Καντίνσκι, Νταλί, Ντουσάμ και Μάλεβιτς ανέλυσαν νέες ιδέες σχετικά με το τοπίο, την ταυτότητα, τα καθημερινά αντικείμενα και την κοινωνία.

**223.1** Μία αρχιτεκτονική βόλτα σε όλες τις γωνιές του κόσμου για να γνωρίσουμε τα μορφότερα κτίρια που κτίστηκαν ποτέ.

**230.1** Θα ακούσουμε έργα από τον 17<sup>ο</sup> αιώνα μέχρι τις μέρες μας, μαθαίνοντας τις βασικές φόρμες της έντεχνης δυτικής μουσικής, με ένα βιωματικό τρόπο που θα μας συγκινήσει και θα μας αφυπνίσει το πνεύμα.

**250.1** Θα γράψουμε και θα εικονογραφήσουμε το δικό μας παραμύθι/βιβλίο, εκφράζοντας τα ταλέντα μας και τη διάθεσή μας. «Φορέστε» το παιδί που υπάρχει μέσα σας και φύγαμε!

**250.2** Νέο ταξίδι! Θα δημιουργήσουμε και θα αφηγηθούμε ένα καινούριο παραμύθι, μέσω των εκφραστικών και εικαστικών τεχνών. Θα μοιραστούμε ότι έχει αξία και ουσία για εμάς.



Ανθρωπιστικές Επιστήμες		Δε	Τρ	Τε	Πε	ΔΙΑΡΚΕΙΑ-ΕΒΔΟΜΑΔΕΣ	ΔΙΔΑΚΤΡΑ
204.1	Η ΠΕΡΙΠΕΤΕΙΑ ΤΗΣ ΔΥΤΙΚΗΣ ΣΚΕΨΗΣ ΚΑΙ ΟΙ ΙΔΕΕΣ ΠΟΥ ΑΛΛΑΞΑΝ ΤΟΝ ΚΟΣΜΟ Ιορδάνης Παπαδόπουλος ► <b>έναρξη 14/2/2024</b>			19:15-20:45		14	210 €
205.1	ΦΙΛΟΣΟΦΙΑ ΕΝΑΝΤΙ ΨΥΧΑΝΑΛΥΣΗΣ; Αναζητώντας στην Ελληνιστική Φιλοσοφία Ηθική Βακτηρία για τον Ανθρώπινο Βίο Ιορδάνης Παπαδόπουλος	19:15-20:45				14	210 €
<b>ΝΕΟ</b> 208.1	ΕΠΤΑ ΘΕΜΑΤΑ ΗΘΙΚΗΣ ΦΙΛΟΣΟΦΙΑΣ Ναυικά Αθανασούλη ανά 15 ημέρες		17:30-19:00			7	120 €
<b>ΝΕΟ</b> 210.1	ARTIFICIAL INTELLIGENCE ΚΑΙ ΤΟ ΑΛΦΑΒΗΤΑΡΙ ΤΗΣ ΓΝΩΣΗΣ Ιωάννης Οικονομίδης				17:30-19:00	12	200 €
215.1	ΕΛΛΗΝΟΤΟΥΡΚΙΚΕΣ ΣΧΕΣΕΙΣ 19 <sup>ος</sup> - 20 <sup>ος</sup> Αιώνας Ιωάννης Αντωνόπουλος			18:00-19:30		14	210 €
215.2	ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΙΣΤΟΡΙΑ 1950-1985 Ιωάννης Αντωνόπουλος			19:30-21:00		14	210 €
<b>ΝΕΟ</b> 219.1	ΜΟΝΤΕΡΝΑ ΤΕΧΝΗ ΚΑΙ ΙΔΕΕΣ ΓΕΜΑΤΕΣ ΑΝΑΤΡΟΠΕΣ Ειρήνη Μαρούλη			19:15-20:45		10	190 €
<b>ΝΕΟ</b> 223.1	ΤΑ ΟΜΟΡΦΟΤΕΡΑ ΚΤΙΡΙΑ ΤΟΥ ΚΟΣΜΟΥ Λαζαρής Ζαούσης	19:15-20:45				8	150 €
<b>ΝΕΟ</b> 230.1	ΜΙΑ ΣΥΝΤΟΜΗ ΙΣΤΟΡΙΑ ΤΗΣ ΔΥΤΙΚΗΣ ΚΛΑΣΙΚΗΣ ΜΟΥΣΙΚΗΣ Αναστάσης Φιλιππακόπουλος		19:15-20:45			14	210 €
250.1	ΕΝΑ ΤΑΞΙΔΙ ΣΑΝ ΠΑΡΑΜΥΘΙ, ΣΤΟ ΠΑΡΑΜΥΘΙ! Λήδα Βαρβαρούση				17:30-19:00	14	210 €
<b>ΝΕΟ</b> 250.2	ΤΟ ΠΑΡΑΜΥΘΙ ΣΥΝΕΧΙΖΕΤΑΙ! Η Βαλίτσα με τα Δώρα Λήδα Βαρβαρούση			17:30-19:00		14	210 €

## Ανθρωπιστικές Επιστήμες



**Προκαλέστε τον εαυτό σας να μάθει κάτι καινούργιο. Διευρύνετε τους οριζόντες σας με νέες ιδέες και επιχειρήματα που θα σας προκαλέσουν νοητικά. Μάθετε να σκέφτεστε από διαφορετική οπτική γωνία και απολαύστε προκλητικές ομαδικές συζητήσεις. Διαλέξτε ένα ή περισσότερα από τα μαθήματα αυτής της ενότητας, που επικεντρώνονται σε κοινωνικά και πολιτισμικά θέματα.**



### Εκπτώσεις

- Στους σπουδαστές που παρακολουθούν περισσότερα από δύο μαθήματα 20%
- Σε ομαδικές εγγραφές (5 άτομα 10%, 10 άτομα 20%, από 20 άτομα και πάνω ειδικός διακανονισμός)
- Στους αποφοίτους του Κολλεγίου Αθηνών-Κολλεγίου Ψυχικού 20%
- Στο προσωπικό του ΕΕΙ 20%
- Στους κατόχους της Ευρωπαϊκής Κάρτας Νέων 20%





Δημιουργικά Εργαστήρια		Δε	Τρ	Τε	Πε	ΔΙΑΡΚΕΙΑ-ΕΒΔΟΜΑΔΑΣ	ΔΔΑΚΤΡΑ
302.1	<b>ΘΕΑΤΡΙΚΟ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙ Ι:</b> Ομάδα Σύγχρονου Θεάτρου Θανάσης Ακοκκαλίδης				17:30-20:30	14	330 €
302.2	<b>ΘΕΑΤΡΙΚΟ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙ ΙΙ:</b> Ομάδα Σύγχρονου Θεάτρου Θανάσης Ακοκκαλίδης	17:30-20:30				14	330 €
302.3	<b>ΘΕΑΤΡΙΚΟ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙ ΙΙΙ:</b> Ομάδα Σύγχρονου Θεάτρου Θανάσης Ακοκκαλίδης		17:30-20:30			14	330 €
309.1	<b>ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ ΒΥΖΑΝΤΙΝΗΣ ΖΩΓΡΑΦΙΚΗΣ - ΑΓΙΟΓΡΑΦΙΑΣ</b> Γρηγόρης Μάρκου	18:00-20:30				14	360 €
310.1	<b>ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ ΖΩΓΡΑΦΙΚΗΣ:</b> Σχέδιο - Χρώμα - Τοπίο - Κεφάλι Δανιήλ Σπυρόπουλος		17:30-20:00			14	360 €
311.1	<b>ΓΝΩΡΙΜΙΑ ΜΕ ΤΗ ΖΩΓΡΑΦΙΚΗ</b> Ράνια Καπελιάρη				18:00-20:30	14	360 €
							► <b>έναρξη 15/2/2024</b>
312.1	<b>Η ΑΛΧΗΜΕΙΑ ΤΗΣ ΤΕΧΝΗΣ</b> Ράνια Καπελιάρη	19:00-21:00				14	290 €
313.1	<b>EASY PAINTING - ΜΙΚΤΕΣ ΤΕΧΝΙΚΕΣ</b> Ιφιγένεια Κυπραίου			18:00-20:30		10	250 €
<b>ΝΕΟ</b> 315.1	<b>MARBLING: Ζωγραφική σε Χαρτί</b> Ναταλί Πιζάντε		18:00-20:00			4	90 €
340.1	<b>ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ ΓΛΥΠΤΙΚΗΣ</b> Πωλίνα Κασιμάτη		18:00-20:00			14	290 €
350.1	<b>ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ ΨΗΦΙΔΩΤΟΥ</b> Ράνια Καπελιάρη	17:00-19:00				12	250 €
351.1	<b>ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ ΓΥΑΛΙΟΥ</b> Λέα Ρουσοπούλου		17:30-20:30			14	320 €

Δημιουργικά Εργαστήρια		Δε	Τρ	Τε	Πε	ΔΙΑΡΚΕΙΑ-ΕΒΔΟΜΑΔΕΣ	ΔΙΔΑΚΤΡΑ
357.1	ΜΕΤΑΠΟΙΗΣΗ - ΑΝΑΠΑΛΑΙΩΣΗ ΕΠΙΠΛΩΝ I Ιφιγένεια Κυπραίου				19:15-21:15	12	250 €
357.2	ΜΕΤΑΠΟΙΗΣΗ - ΑΝΑΠΑΛΑΙΩΣΗ ΕΠΙΠΛΩΝ II Ιφιγένεια Κυπραίου				17:00-19:00	10	200 €
360.1	ΚΑΤΑΣΚΕΥΕΣ ΑΠΟ ΑΝΑΚΥΚΛΩΣΙΜΑ ΥΛΙΚΑ (TRASH ART) ΚΑΙ ΧΑΡΤΟΠΟΛΤΟ (PAPIER-MÂCHÉ) Σάββας-Αλέξανδρος Κορμανός			18:00-20:00		10	200 €
368.2	ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ ΚΟΣΜΗΜΑΤΟΣ II Δημήτρης Νικολαΐδης				17:00-21:00	8	350 €
369.1	ΜΑΚΡΑΜΕ (ΚΟΣΜΗΜΑ) Ελένη Λαζαράκη			19:15-20:45		14	210 €
380.1	ΟΙΝΟΛΟΓΙΑ - ΟΙΝΟΓΝΩΣΙΑ: Εισαγωγή στην Παραγωγή και Γευσιγνωσία Κρασιών Γιάννης Φλεριανός	18:30-20:30				8	280 €
384.1	ΤΕΧΝΗ ΣΤΟ ΤΡΑΠΕΖΙ - ART DE LA TABLE Αθηνά Αρώνη-Καντά ▶ <b>έναρξη 14/2/2024</b>			18:00-19:30		3	50 €

Μουσική - Ωδείο Κολλεγίου		Δε	Τρ	Τε	Πε	ΔΙΑΡΚΕΙΑ-ΕΒΔΟΜΑΔΕΣ	ΔΙΔΑΚΤΡΑ
401.1	ΧΟΡΩΔΙΑ Ίλια Ηλιοπούλου			19:00-20:30		14	210 €
420.1	ΙΔΙΑΙΤΕΡΟ ΜΑΘΗΜΑ (Μονωδία, Σύγχρονο Τραγούδι, Πιάνο, Βιολί, Βιολοντσέλο, Βιόλα, Φλάουτο, Σαξόφωνο, Κιθάρα, Μπουζούκι, Αρμόνιο, Ηλεκτρική Κιθάρα, Ηλεκτρικό Μπάσο, Ντραμς)	1 ώρα/εβδομάδα κατόπιν συνεννοήσεως με τη Γραμματεία				14	595 €

## Δημιουργικά Εργαστήρια



Πειραματιστείτε καλλιτεχνικά, δημιουργήστε κάτι καινούργιο, ανακυκλώστε και μεταποιήστε κάτι που χρειάζεται μια νέα ζωή και μην αμελήσετε να τραγουδήσετε και να μπείτε σε έναν καινούργιο θεατρικό ρόλο. Καθοδηγούμενοι από γνωστούς καλλιτέχνες θα εκφράσετε μία άλλη πλευρά του εαυτού σας σε ένα υποστηρικτικό, ομαδικό περιβάλλον. Στο τέλος της χρονιάς θα εκθέσετε τα δημιουργήματά σας και θα παρουσιάσετε τα έργα σας στην ετήσια έκθεση έργων στο Θέατρο του Κολλεγίου.

## Μουσική - Ωδείο Κολλεγίου

Ειδικόι καθηγητές του Ωδείου του Κολλεγίου με πλούσια διδακτική εμπειρία, με πλήρη ενημέρωση και γνώση του αντικειμένου, διδάσκουν: μονωδία, σύγχρονο τραγούδι και όργανα (πιάνο, βιολί, βιολοντσέλο, βιόλα, φλάουτο, σαξόφωνο, κιθάρα, μπουζούκι, αρμόνιο, ηλεκτρική κιθάρα, ηλεκτρικό μπάσο, ντραμς).

### Εκπτώσεις

- Στους σπουδαστές που παρακολουθούν περισσότερα από δύο μαθήματα 20%
- Σε ομαδικές εγγραφές (5 άτομα 10%, 10 άτομα 20%, από 20 άτομα και πάνω ειδικός διακανονισμός)
- Στους αποφοίτους του Κολλεγίου Αθηνών-Κολλεγίου Ψυχικού 20%
- Στο προσωπικό του ΕΕΙ 20%
- Στους κατόχους της Ευρωπαϊκής Κάρτας Νέων 20%



# Άσκηση - Άθληση

- Κλειστό Κολυμβητικό Κέντρο • Fitness Studio με εξειδικευμένα μηχανήματα • Αίθουσες για προγράμματα γυμναστικής • Εσωτερικά και εξωτερικά γήπεδα basketball και volleyball • Γήπεδα ποδοσφαίρου • Γήπεδο beach volley
- Γήπεδα τέννις • Γήπεδο squash • Στίβος

 **Ημέρες και Ώρες Λειτουργίας**  
**1/9/2023 - 17/7/2024**

**ΔΕΥΤ. - ΠΑΡ.: 17:30 - 22:30 (Γυμναστήριο)**

**17:30 - 21:30 (Κολυμβητήριο)**

**ΣΑΒΒΑΤΟ: 14:00 - 19:00 (Γυμναστήριο - Κολυμβητήριο)**





## Χρήση Εγκαταστάσεων

Γήπεδα για Ατομικά Αθλήματα		Μηνιαία	Τριμηνιαία	Εξαμηνιαία	Ετήσια
	<b>Εγγραφή Γυμναστήριο - Κολυμβητήριο</b> (Κολύμβηση, Fitness Studio, Υδρογυμναστική. Χρήση των γηπέδων τένις, squash και του στίβου, κατόπιν συνεννοήσεως με τη Γραμματεία)	€ 100	€ 270	€ 480	€ 700
	<b>Εγγραφή μελών ομάδων Γυμναστήριο - Κολυμβητήριο</b> (Κολύμβηση, Fitness Studio, Υδρογυμναστική. Χρήση των γηπέδων τένις, squash και του στίβου, κατόπιν συνεννοήσεως με τη Γραμματεία)	€ 60	€ 155	€ 270	€ 400
	<b>Squash (2 φορές/εβδομάδα)</b> (Κατόπιν συνεννοήσεως με τη Γραμματεία)	€ 50	€ 140	€ 240	€ 360
	<b>Τένις (2 φορές/εβδομάδα)</b> (Κατόπιν συνεννοήσεως με τη Γραμματεία)	€ 50	€ 140	€ 240	€ 360
	<b>Στίβος (Καθημερινά)</b>	€ 50	€ 140	€ 240	€ 360
Γήπεδα για Ομάδες (2 ώρες/εβδομάδα)			Τριμηνιαία	Εξαμηνιαία	Ετήσια
Εσωτερικά γήπεδα και γήπεδο ποδοσφαίρου 5x5			€ 1.150	€ 2.000	€ 3.100
Γήπεδα ποδοσφαίρου 7x7			€ 1.300	€ 2.200	€ 3.200
Εξωτερικά γήπεδα basketball και volleyball			€ 570	€ 1.100	€ 1.700
Εξωτερικό γήπεδο beach volley			€ 400	€ 750	€ 1.000

### Εκπτώσεις για ατομικές εγγραφές ισχύουν:

- στα μέλη των οικογενειών των εγγεγραμμένων στο πρόγραμμα «Άσκηση-Άθληση» 15%
- στους αποφοίτους του Κολλεγίου Αθηνών - Κολλεγίου Ψυχικού 20%
- στους σπουδαστές του Προγράμματος Επιμόρφωσης Ενηλίκων 20%
- στο προσωπικό του Ελληνοαμερικανικού Εκπαιδευτικού Ιδρύματος 50%

## Μαθήματα

		Μηνιαία	Τριμηνιαία	Εξαμηνιαία	Ετήσια
	<b>Υδρογυμναστική</b> (Τρίτη & Πέμπτη 19:30-20:30)	€ 50	€ 140	€ 240	€ 360
	<b>Τμήματα Κολύμβησης</b> (3 έως 6 άτομα, 1 ώρα/εβδομάδα) (από 11/9/2023 μέχρι 8/06/2024)	€ 70	€ 190	€ 340	€ 510
	<b>Προπονήσεις Δρόμων Αντοχής με τη Μαρία Πολύζου</b> (Τρίτη & Πέμπτη 19:00-20:30)	€ 40			
	<b>Taichi με τον Πάτρικ Καραντινό</b> ▲ έναρξη 5/2/2024	Δευτέρα 20:15-21:15, 14 εβδομάδες, €140			
	<b>C.U.S.C.: Πρόγραμμα Ασφάλειας, Αυτοπροστασίας και Αυτοάμυνας για Πολίτες με τον Βασίλη Πετριδίδη</b> ▲ έναρξη 7/2/2024	<b>ΝΕΟ</b>	Τετάρτη 19:00-20:30, 14 εβδομάδες, € 210		
	<b>Pilates με τη Ζωή Σπανού</b> ▲ έναρξη 5/2/2024	Δευτέρα 17:30-18:30, 14 εβδομάδες, € 140			
	<b>Μπαλέτο με τη Ζωή Σπανού</b> ▲ έναρξη 5/2/2024	Δευτέρα 18:30-20:00, 14 εβδομάδες, € 210			
	<b>Ελληνικοί Χοροί με την Άννα Μαρούλη</b> ▲ έναρξη 13/2/2024	Τρίτη 17:30-18:30, 14 εβδομάδες, € 140			



**ΚΟΛΛΕΓΙΟ ΑΘΗΝΩΝ**  
Ελληνο-Αμερικανικό Εκπαιδευτικό Ίδρυμα

1925



# Προγράμματα Ενηλίκων

 /Athens.College.Lifelong.Learning

 /athenscollegelifelonglearning

 [www.athenscollege.edu.gr/lifelonglearning](http://www.athenscollege.edu.gr/lifelonglearning)



## Επικοινωνία

Στεφάνου Δέλτα 15, 154 52 Ψυχικό  
pee@athenscollege.edu.gr

T: 210 6748160, 210 6748153, 210 6798191

Γυμναστήριο - Κολυμβητήριο  
T: 210 6798321 (17:30 – 22:30)

