

CV ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ ΚΑΡΑΝΤΖΗ

Όνοματεπώνυμο: **ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ ΚΑΡΑΝΤΖΗ**



ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ/ΤΙΤΛΟΙ ΣΠΟΥΔΩΝ

Σεπτέμβριος 2016	Έγκριση για εκπόνηση Μεταδιδακτορικής Έρευνας , Τμήμα Κοινωνικής Διοίκησης και Πολιτικής Επιστήμης, Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης. Τίτλος ερευνητικής εργασίας: <i>Η Συμβουλευτική μέσω τέχνης στη Δια Βίου Μάθηση: προσωπική ανάπτυξη και καλλιέργεια δεξιοτήτων συντονισμού ομάδων, στην αντιμετώπιση της προσφυγικής κρίσης.</i>
2009-2015	Διδακτορικό Δίπλωμα , Τμήμα Κοινωνικής Διοίκησης και Πολιτικής Επιστήμης, Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης. Τίτλος διατριβής: <i>Η Συμβουλευτική Στην Εκπαίδευση Ενηλίκων Και Τη Δια Βίου Μάθηση: Ενίσχυση Κοινωνικών Δεξιοτήτων Μέσα Από Ομάδες Δημιουργικής Έκφρασης.</i> Βαθμός, Άριστα.
2004	Πτυχίο Θεατρικών Σπουδών, Τμήμα Θεατρικών Σπουδών, Φιλοσοφική Σχολή, Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών, Βαθμός, Λίαν Καλώς.
1997-2002	Σπουδές στη Δραματοθεραπεία - Ινστιτούτο Δραματοθεραπείας ΑΙΩΝ
1993	Μεταπτυχιακό Δίπλωμα στην Εκπαίδευση (Med), Τμήμα Εκπαίδευσης, Πανεπιστήμιο Hull, Μεγάλης Βρετανίας. Τίτλος διπλωματικής εργασίας: <i>Do schools have a role to play in education about eating disorders?</i> Αναγνώριση ΔΙ.Κ.Α.Τ.Σ.Α. 22 Μαΐου 1996, αριθμός πράξης, 25/953
1992	Πτυχίο Αγγλικής Γλώσσας και Φιλολογίας, Τμήμα Αγγλικών Σπουδών, Φιλοσοφική Σχολή, Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών, Βαθμός, Λίαν Καλώς.
1987-1990	Σπουδές Ψυχολογίας, Deree College, Αγία Παρασκευή.
1981-1986	Δευτεροβάθμια σπουδές: Ιωνίδειος Πρότυπος Σχολή Πειραιά.

ΥΠΟΤΡΟΦΙΕΣ:

- | | |
|-----------|---|
| 2010-2015 | Πλήρης Υπότροφος του επιχειρησιακού προγράμματος 'Εκπαίδευση και Δια Βίου Μάθηση: ΗΡΑΚΛΕΙΤΟΣ II, Ενίσχυση του ανθρώπινου ερευνητικού δυναμικού μέσω της υλοποίησης διδακτορικής έρευνας.' Υπουργείο Εθνικής Παιδείας και Θρησκευμάτων, Ειδική Υπηρεσία Διαχείρισης. Ευρωπαϊκή Ένωση σε συγχρηματοδότηση με το Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο (ΕΣΠΑ 2007-2013) |
| 1992-1993 | Πλήρης υπότροφος μεταπτυχιακών σπουδών στο εξωτερικό (Μεγάλη Βρετανία), Κληροδότημα Μαρίας Στάη -ιδρυμα Κυθηρίων-Πανεπιστήμιο Αθηνών |
-

ΔΙΔΑΚΤΙΚΗ ΕΜΠΕΙΡΙΑ ΣΕ ΑΕΙ/ΑΣΕΙ (ΠΡΟΠΤΥΧΙΑΚΟ-ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΟ ΕΠΙΠΕΔΟ)-ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ & ΚΑΤΑΡΤΙΣΗ- ΔΙΟΡΓΑΝΩΣΗ ΕΞΕΤΑΣΕΩΝ ΑΓΓΛΙΚΗΣ ΓΛΩΣΣΑΣ ΚΑΙ ΕΙΔΙΚΗΣ ΟΡΟΛΟΓΙΑΣ

- | | |
|-----------------------------|---|
| 2016-σήμερα | Επιστημονικός Συνεργάτης του Προγράμματος Ειδίκευσης στη Συμβουλευτική και τον Προσανατολισμό (Π.Ε.ΣΥ.Π), Ανωτάτη Σχολή Παιδαγωγικής και Τεχνολογικής Εκπαίδευσης, (Α.Σ.ΠΑΙ.Τ.Ε), Αθήνα, Ανάθεση διδασκαλίας μαθημάτων-Εποπτεία Διπλωματικών Εργασιών ως ακολούθως: |
| | 2017-2018 Συμβουλευτική με Ευάλωτους Πληθυσμούς 3 ώρες εβδομαδιαίως (2 τμήματα) (ανάθεση στο δεύτερο εξάμηνο) |
| | 2016-2017
Α' εξάμηνο: <i>Συμβουλευτική-Συμβουλευτική Ψυχολογία: Θεωρητικό Υπόβαθρο και Εφαρμογές</i> , 2 ώρες εβδομαδιαίως, (2 τμήματα) και <i>Εργαστήριο Ομαδικής Παρέμβασης στην Προσωπική Ανάπτυξη I</i> , 2 ώρες εβδομαδιαίως |
| | Β' Εξάμηνο: <i>Συμβουλευτική στη Δια Βίου Ανάπτυξη</i> , 3 ώρες εβδομαδιαίως και <i>Εργαστήριο Ομαδικής Παρέμβασης στην Προσωπική Ανάπτυξη II</i> , 2 ώρες εβδομαδιαίως |
| 21 Οκτ. 2016-σήμερα | Επιστημονικός συνεργάτης στο Πρόγραμμα Μεταπτυχιακών Σπουδών με τίτλο: <i>Κοινωνική Πολιτική και Κοινωνική Εργασία</i> του τμήματος Κοινωνικής Διοίκησης και Πολιτικής Επιστήμης, Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης. Προσκεκλημένη διδάσκουσα δια ζώσης και εξ αποστάσεως στα μαθήματα: |
| | 1) <i>Κριτική Κοινωνική Εργασία σε Πολυπολιτισμικό Περιβάλλον Εκπαίδευσης</i> 2) <i>Πρακτική Άσκηση- Project Πρόληψης και Έγκαιρης Παρέμβασης στην Εκπαιδευτική Κοινότητα</i> . (Α' και Β' εξάμηνο) |
| Φεβρουάριος 2017 έως σήμερα | Εισηγήτρια σεμιναριακών μαθημάτων Αγγλικής Γλώσσας στα πλαίσια του αυτοχρηματοδοτούμενου έργου με τίτλο: «Κέντρο |

	Ξένων Γλωσσών Πολιτισμού και Άθλησης για τον Κύκλο Σπουδών 2016-2017» Οικονομικό Πανεπιστήμιο Αθηνών (ΟΠΑ)-Φοιτητική Λέσχη
1996- σήμερα	22 έτη προϋπηρεσία σε ΑΣΕΙ εκ των οποίων 21 στη Σχολή Ναυτικών Δοκίμων του Πολεμικού Ναυτικού, ως εξής:
Σεπτ. 2015- σήμερα	ΕΠΣ-Ειδική Επιστήμονας μερικής απασχόλησης, Αγγλική Γλώσσα και Ναυτική Ορολογία Σχολή Ναυτικών Δοκίμων του Πολεμικού Ναυτικού.
2008-2015	Λέκτορας Π.Δ. 407/80 πλήρους απασχόλησης, Αγγλική Γλώσσα και Ναυτική Ορολογία, Σχολή Ναυτικών Δοκίμων του Πολεμικού Ναυτικού.
1997-2008	Ωρομίσθια καθηγήτρια Αγγλικής Γλώσσας και Ναυτικής Ορολογίας, Σχολή Ναυτικών Δοκίμων του Πολεμικού Ναυτικού Διδασκαλία σε: 1 ^ο , 2 ^ο , 3 ^ο , 4 ^ο έτος ΣΝΔ επιπλέον: τμήμα Οικονομικών Αξιωματικών και τμήμα Δοκίμων Αξιωματικών του Λιμενικού Σώματος.
	Εξετάστρια εκτός των ανωτέρω, επιπλέον, σε: ΚΕΠΑΛ-ΠΑΛΑΣΚΑ, Σχολή Πολέμου, ΣΑΕΠ
Ιούλιος 2014	Εξετάστρια Αγγλικής Ορολογίας, τμήμα Πολιτικής Οικονομίας, Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης, στα μαθήματα : Αγγλικά I, II, III και IV
7 & 10 Φεβρουαρίου 2014	Εξετάστρια Αγγλικής Γλώσσας, Υπουργείο Εθνικής Άμυνας/ ΓΕΝ. Γραφείο Πολιτικών Υπαλλήλων Β5
2012- σήμερα	Εξετάστρια Αγγλικής Γλώσσας και Ορολογίας για τους υποψήφιους Μεταπτυχιακούς φοιτητές του τμήματος Κοινωνικής Διοίκησης και Πολιτικής Επιστήμης στο Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης
Φεβρουάριος 2009	Εξετάστρια Αγγλικής Γλώσσας και Ορολογίας των υποψηφίων Διδασκτόρων του Τμήματος Κοινωνικής Διοίκησης, Δημοκρίτειου Πανεπιστημίου Θράκης
2006-2007	Ωρομίσθια καθηγήτρια Αγγλικών σε ειδικότητες (ESP), ΙΕΚ Υπουργείου Παιδείας, Χαλάνδρι
1999-2001	Ωρομίσθια καθηγήτρια Αγγλικών σε ειδικότητες (ESP), ΙΕΚ Υπουργείου Παιδείας, Ν. Σμόρνη

CV ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ ΚΑΡΑΝΤΖΗ

1997-1998	Ωρομίσθια καθηγήτρια Αγγλικών στην ΤΕΣ ΟΑΕΔ Μοσχάτου
1996-1997	Ωρομίσθια καθηγήτρια Αγγλικών, Στρατιωτική Σχολή Ευελπίδων , Βάρη Αττικής
1996-1997	Ωρομίσθια καθηγήτρια Αγγλικών, Ακαδημία Αξιωματικών της ΕΛΑΣ , Μεσογείων
1996-2000	Ωρομίσθια καθηγήτρια Αγγλικών σε ειδικότητες (ESP), ΙΕΚ ΟΑΕΔ , Καλαμάκι
1994-1996	Ωρομίσθια καθηγήτρια Αγγλικών σε ειδικότητες (ESP) ΙΙΕΚ Ξυνή Πειραιάς
1994	Ωρομίσθια Καθηγήτρια Αγγλικής Γλώσσας, Ιδιωτική Εκπαίδευση
1991- 1992	Ωρομίσθια Καθηγήτρια Αγγλικής Γλώσσας, Ιδιωτική Εκπαίδευση

ΕΡΕΥΝΗΤΙΚΑ ΕΝΔΙΑΦΕΡΟΝΤΑ:

Συμβουλευτική και Συμβουλευτική Μέσω Τέχνης στη Δια Βίου Μάθηση και την Εκπαίδευση Ενηλίκων, με έμφαση στην ετερότητα_ Δραματοθεραπεία_ Σύγχρονο Βρετανικό Δράμα, Διδασκαλία Αγγλικής Γλώσσας στη Δια Βίου Μάθηση

ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΣΕ ΕΛΛΗΝΙΚΑ ΚΑΙ ΕΥΡΩΠΑΪΚΑ ΕΡΕΥΝΗΤΙΚΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ

1/2/11- 31/7/11	Έκθεση αξιολόγησης των αποτελεσμάτων της παρέμβασης στα πλαίσια του προγράμματος (κωδικός 85689): <i>‘Εκπαίδευση των παιδιών της μουσουλμανικής μειονότητας στη Θράκη’</i> . Χρηματοδότηση, Υπουργείο Παιδείας, Δια Βίου Μάθησης και Θρησκευμάτων.
Ιούνιος 2010	Συμμετοχή στην παραγωγή εκπαιδευτικού υλικού (DVD) για το Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης, Τμήμα Κοινωνικής Διοίκησης Τίτλος: <i>Πρακτική Άσκηση στον τομέα της Εκπαίδευσης: αποδοχή ετερότητας, δημιουργικότητα, συμμετοχή</i> . Χρηματοδότηση παραγωγής: Τακτικός προϋπολογισμός ΤΚΔ 2010
15/03/09- 04/03/10	Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης, ερευνητικό πρόγραμμα <i>Όψεις Διακρίσεων και Πολιτικές Παρέμβασης Σε Ευπαθείς Κοινωνικές Ομάδες</i> . Υλοποίηση σεμιναρίων σε Διαμεσολαβητές (Mediators)/ συμμετοχή στη Διοργάνωση Μουσικο- Θεατρικής Παράστασης με μαθητές των κοινοτήτων Άραττου και Ηφαιστού

CV ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ ΚΑΡΑΝΤΖΗ

Νοέμβριος 2010	Συμμετοχή στην παραγωγή εκπαιδευτικού υλικού (DVD) για το Ευρωπαϊκό Πρόγραμμα Comenius/Schools on Borders: <i>Multi/ Inter Cultural Education: Approaching Cultural Diversity via drama therapy</i>
1/11/07-31/3/09	Ευρωπαϊκό Πρόγραμμα Comenius- Schools on Borders. Υλοποίηση σεμιναρίων σε εκπαιδευτικούς στην Κομοτηνή για τη Δοκιμή του Εκπαιδευτικού Υλικού με τίτλο: <i>Multi/intercultural Education Training Model</i>
ΛΟΙΠΗ ΔΙΔΑΚΤΙΚΗ ΕΜΠΕΙΡΙΑ ΣΕ ΑΕΙ (ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΟ-ΠΡΟΠΤΥΧΙΑΚΟ ΕΠΙΠΕΔΟ) - ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗ ΚΑΤΑΡΤΙΣΗ & ΔΙΑ ΒΙΟΥ ΜΑΘΗΣΗ - ΣΥΝΤΟΝΙΣΜΟΣ ΟΜΑΔΩΝ- ΚΛΙΝΙΚΗ ΠΡΑΚΤΙΚΗ	
19 Οκτωβρίου 2015	ΕΚΠΑ-ΔΠΘ- Διαπανεπιστημιακό Διατμηματικό Πρόγραμμα Μεταπτυχιακών Σπουδών «Συμβουλευτική Ψυχολογία και Συμβουλευτική στην Εκπαίδευση, την Υγεία και Εργασία» Διεξαγωγή Βιωματικού Εργαστηρίου Δραματοθεραπείας διάρκειας 3 ωρών στο πλαίσιο του μαθήματος «Διαγνωστική Εκτίμηση»
10 Ιουλίου-11 Σεπτεμβρ. 2014	Διεξαγωγή Βιωματικού Εργαστηρίου Δημιουργικής Έκφρασης με ενήλικους εκπαιδευόμενους, πρόσφυγες- μετανάστες, πρόγραμμα εκπαίδευσης-εκπαιδευτών, δομή MOSAIC-ΚΕΘΕΑ
29 Μαρτίου 2014	Διεξαγωγή Βιωματικού Εργαστηρίου Δραματοθεραπείας διάρκειας 4 ωρών στο Τζαμί Χαλίλ Μπέη (Τζαμί Παλιάς Μουσικής) στην Παλιά Πόλη Καβάλας με θέμα Site-Specific Dramatherapy και τίτλο <i>Μια φορά κι έναν καιρό στο Τζαμί της Παλιάς Μουσικής...</i> προσκεκλημένη του Συνδέσμου Κοινωνικών Λειτουργών Ελλάδας- Περιφερειακό Τμήμα Καβάλας, στα πλαίσια καλών πρακτικών δια βίου μάθησης για τα μέλη του Συλλόγου
13 Μαρτίου 2013	Εκπαιδευτικό-Βιωματικό Εργαστήριο Δραματοθεραπείας διάρκειας 3 ωρών με θέμα την Εκπαίδευση και τίτλο <i>Το μολύβι φρρρτ που του άρεσε να ταξιδεύει</i> , προσκεκλημένη εισηγήτρια στα πλαίσια σεμιναριακής επιμόρφωσης και κατάρτισης εθελοντών Εκπαιδευτών Ενηλίκων ποικίλων Μη Κυβερνητικών Οργανώσεων. Φορέας Διοργάνωσης MOSAIC-ΚΕΘΕΑ
Οκτώβριος 2010-	Διεξαγωγή ετήσιου, βιωματικού εργαστηρίου Δραματοθεραπείας με φοιτητές 3 ^{ου} και 4 ^{ου} έτους του τμήματος Κοινωνικής Διοίκησης

CV ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ ΚΑΡΑΝΤΖΗ

- Ιούνιος 2011 Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης, Κομοτηνή
- 17 Ιουνίου 2010 Βιωματικό εργαστήριο Δραματοθεραπείας, διάρκειας 3 ωρών, με θέμα *Ο αποχαιρετισμός*, με τελειόφοιτους μεταπτυχιακούς φοιτητές κατεύθυνσης Κοινωνικής Πολιτικής και Κοινωνικής Εργασίας, Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης, Κομοτηνή
- 16 Οκτ. 2009 Βιωματικό εργαστήριο Δραματοθεραπείας, διάρκειας 4 ωρών, με θέμα τη διαπολιτισμική εκπαίδευση με φοιτητές του μεταπτυχιακού προγράμματος *Κοινωνική Πολιτική και Κοινωνική Εργασία*, Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης, Κομοτηνή
- 2004-2006 Δραματοθεραπεύτρια και συντονίστρια θεατρικών παραστάσεων των ομάδων στην Θεραπευτική Κοινότητα Απεξάρτησης Τοξικομανών 18ΑΝΩ, Κλειστό Πρόγραμμα, ΨΝΑ, Δαφνί - Μέλος της ομάδας κλινικής
- 2004 Σεμινάριο Ψυχιατρικού Νοσοκομείου Αττικής για την τοξικοεξάρτηση: θεωρία και κλινική
- 2002-2003 Συνθεραπεύτρια σε ομάδα Δραματοθεραπείας υγιών ενηλίκων, Ινστιτούτο Δραματοθεραπείας Αιών
- 1999-2000 Δραματοθεραπεύτρια στο Ινστιτούτο Ψυχοκοινωνικής Υγείας του Παιδιού και του Εφήβου (ΙΨΥΠΕ), καθηγητής Ι. Σακελλαρόπουλος, Κέντρο Ημέρας Καλλιθέας, Ομάδα Χρόνιων Ψυχωσικών Ασθενών
- 1999-2000 Δραματοθεραπεύτρια στη Μονάδα Σωματικής Απεξάρτησης Αλκοολικών Τμήμα 10, εποπτεία Χ. Λασκαράτου, ΨΝΑ, Δαφνί- Μέλος της ομάδας κλινικής
- 1993 Άδεια Διεξαγωγής Σεμιναρίων σε Εκπαιδευτικούς για Μεθόδους Διδασκαλίας Συμπεριφοριστικής Κατεύθυνσης, Πανεπιστήμιο Birmingham Μεγάλης Βρετανίας
- 1992-1993 Δίπλωμα Μεθόδων Διδασκαλίας Συμπεριφοριστικής Κατεύθυνσης, Πανεπιστήμιο Hull, Μεγάλης Βρετανίας

ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΣΕ ΣΥΛΛΟΓΙΚΟΥΣ ΤΟΜΟΥΣ

Καραντζή, Α. (υπό δημοσίευση). Δραματοθεραπεία, σύγχρονο Βρετανικό Δράμα και Κριτικός Αναστοχασμός: Προσεγγίζοντας την ετερότητα μέσα από ένα βιωματικό ομαδικό εργαστήριο με φοιτητές Κοινωνικής Εργασίας. Στο: Α. Κανδυλάκη (επιμ.) *Κοινωνική εργασία και κριτικός αναστοχασμός: ερευνητικές μελέτες και παραδείγματα βιωματικής μάθησης*. Αθήνα: Τόπος.

ΔΗΜΟΣΙΕΥΣΕΙΣ-ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΕΙΣ-ΒΙΩΜΑΤΙΚΑ ΣΕΜΙΝΑΡΙΑ ΣΕ ΣΥΝΕΔΡΙΑ

- 27-28
Απριλίου
2018 4th European Dramatherapy Conference με θέμα 'Borders in Action',
Nurtingen, Germany. Τίτλος εισήγησης: *Crossing borders-embracing
life: inviting the hero within to narrate refugee experience* .
- 27-28
Ιανουαρίου
2018 Ετήσιο συνέδριο της Ελληνικής Εταιρίας Συμβουλευτικής και
Προσανατολισμού (ΕΛ.Ε.ΣΥ.Π.) με θέμα: «Η ζωή ως τέχνη ή η τέχνη της
ζωής;» Η Τέχνη στη Συμβουλευτική Σταδιοδρομίας, την Εκπαίδευση και
την Απασχόληση. Αθήνα, Χαροκόπειο Πανεπιστήμιο. Τίτλος εισήγησης:
*Προσεγγίζοντας την ετερότητα μέσα από τη δραματοθεραπεία: Ένα
βιωματικό εργαστήριο με μεταπτυχιακούς φοιτητές κοινωνικής εργασίας*.
Καραντζή- Κανδυλάκη.
- 10-11
Δεκεμβρίου
2016 Ετήσιο συνέδριο της Ελληνικής Εταιρίας Συμβουλευτικής και
Προσανατολισμού (ΕΛ.Ε.ΣΥ.Π.) με θέμα «Επαγγελματική Αγωγή στην
Ελλάδα και τον κόσμο». Αθήνα, Χαροκόπειο Πανεπιστήμιο. Τίτλος
εισήγησης: *Προσωπική και επαγγελματική ανάπτυξη μέσα από δραματοθεραπευτική
παρέμβαση σε φοιτητές κοινωνικής εργασίας*. Καραντζή- Κανδυλάκη
http://www.elesyp.gr/images/2016_sunedri_program.pdf
- 3-5
Ιουνίου
2016 3ο Διεθνές Συνέδριο της Ένωσης Προφορικής Ιστορίας (ΕΠΙ): Αντι- Αρχαία:
Επανεξετάζοντας της Ιστορία από τα Κάτω. Τίτλος Προφορικής
Εισήγησης:
*‘Το ταξίδι του ήρωα’ : Δημιουργικοί τρόποι αφήγησης της προσφυγικής εμπειρίας
στη Συμβουλευτική μέσω Τέχνης, ΕΠΙ, ΑΠΘ, ΠΑΜΑΚ, Ιστορικό Αρχείο
Προσφυγικού Ελληνισμού, Μουσείο Βυζαντινού Πολιτισμού, Θεσσαλονίκη*
- 28-30
Νοεμβρίου
2014 9ο Πανελλήνιο Συνέδριο Παιδαγωγικής Εταιρείας Ελλάδος, Ελληνική
Παιδαγωγική και Εκπαιδευτική Έρευνα. Τίτλος Εισήγησης: *Διερευνώντας
ζητήματα φύλου, εκπαίδευσης και μετασχηματίζουσας μάθησης με τη χρήση της
εκπαιδευτικής βιογραφίας*, Μαργαρώνη- Καραντζή, Φλώρινα. Πρακτικά
Συνεδρίου, Τόμος Α΄, σσ . 391-402.
- 21
Ιουνίου
2014 2η Ημερίδα παρουσίασης ερευνητικών ευρημάτων στα πλαίσια του
προγράμματος *Εκπαίδευση και Δια Βίου Μάθηση: Ηράκλειτος II, ΕΣΠΑ
2007-2013*, Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης, Κομοτηνή

CV ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ ΚΑΡΑΝΤΖΗ

- 10-11
Μαΐου
2014 Συμπόσιο Δραματοθεραπείας για τα 20 Χρόνια του Ινστιτούτου Δραματοθεραπείας ΑΙΩΝ- Το τρίγωνο της συνάντησης: Εκπαίδευση-Τέχνη-Θεραπεία. Συμμετοχή στις εργασίες του συμποσίου με προφορική εισήγηση. Τίτλος εισήγησης: *Δραματοθεραπεία και Ποιοτική Έρευνα: Η Συνάντηση δυο Μεγάλων Κυριών*, Καλλιθέα, Χαροκόπειο Πανεπιστήμιο
- 4-6
Οκτωβ
ρ 2013 1^ο Διεθνές Συνέδριο Δημιουργικής Γραφής, Πανεπιστήμιο Δυτικής Μακεδονίας, Παιδαγωγική Σχολή. Τίτλος Εισήγησης: *Δημιουργική Γραφή και Δραματοθεραπεία: Ένα ζευγάρι ταιριαστό* Ελληνοαμερικανικό Εκπαιδευτικό Ίδρυμα, Κολλέγιο Αθηνών-Κολλέγιο Ψυχικού Πρακτικά, ISBN: 978-618-81047-1-6, ιστοσελίδα: <http://cwconference.web.uowm.gr/index.php/component/content/article/8-greek/31-2014-03-05-09-33-02>
- Δεκ.
2012 *Σχολεία του Φράχτη: αποτυπώσεις και σνάφειες εκπαίδευσης στο θεατρικό έργο Translations του Ιρλανδού συγγραφέα Brian Friel* Περιοδικό Ναυσίβιος Χώρα, ΣΝΔ, Vol 4, σσ 289-299, στην ιστοσελίδα: <http://nausivios.snd.edu.gr/docs/partD2012.pdf>
- 25-27
Ιουνίου
2012 INSEA (Unesco) European Regional Conference for Arts in Education. Τίτλος εισήγησης: *Personal and Professional development through Drama therapy, with the use of Modern British Drama: A pilot study with Social Work Students* Προφορική ανακοίνωση, Λεμεσός, Κύπρος.
- 20
Ιουνίου
2012 1^η Ημερίδα παρουσίασης ερευνητικού έργου στα πλαίσια του προγράμματος *Εκπαίδευση και Δια Βίου Μάθηση: Ηράκλειτος II*, ΕΣΠΑ 2007-2013, Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης, Κομοτηνή
- 27-29
Απριλίο
υ 2012 4^ο Συνέδριο Επιστημονικής Ένωσης Εκπαίδευσης Ενηλίκων: *Καλές πρακτικές στην Εκπαίδευση Ενηλίκων*. Τίτλος εισήγησης: *Η Δραματοθεραπεία στην Εκπαίδευση Ενηλίκων*.
- > Βιωματικό Εργαστήριο Δραματοθεραπείας διάρκειας 2 ωρών με τίτλο: *Μοιάζει θρανίο τρομερό μα έχει τόση χάρη! Μήπως αν δεν το φοβηθώ να φτάσω στο φεγγάρι?* Καραντζή-Μαργαρώνη, Δημοσίευση στα Πρακτικά, σσ. 111-121
- 18
Ιουνίου
2011 Ημερίδα 'Σύγχρονες προσεγγίσεις στη θεωρία και πρακτική της Κοινωνικής Εργασίας' Σύνδεσμος Κοινωνικών Λειτουργών Ελλάδας, Νομαρχιακό Τμήμα Έβρου. Τίτλος εισήγησης: *Δραματοθεραπεία ή Θεραπεία μέσω θεάτρου: Μια σύγχρονη θεραπεία μέσω τέχνης με μεγάλο παρελθόν*
- > Βιωματικό εργαστήριο Δραματοθεραπείας διάρκειας 2,5 ωρών με τίτλο : *Ανέβα στο αερόστατο να πάμε ένα ταξίδι* Συνεδριακό κέντρο Thraki Palace, Αλεξανδρούπολη
- 2-3
Ιουνίου
2011 London School of Economics, Έδρα Ελευθέριος Βενιζέλος, Hellenic Observatory 5th Biennial PhD Symposium on Contemporary Greece and Cyprus
Τίτλος εισήγησης:

CV ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ ΚΑΡΑΝΤΖΗ

Modern British Drama as a central Dramatherapeutic tool in counseling in adult education: Strengthening social skills through groups of creative expression
Λονδίνο, Μεγάλη Βρετανία Πρακτικά αναρτημένα στην ιστοσελίδα του LSE:

http://www2.lse.ac.uk/europeanInstitute/research/hellenicObservatory/Events/phd_Symposia/5thSymposium/Programme/phd11_Panels_and_Papers.aspx

- 27-30
Ιανουαρίου
2011
Επιστημονικό συνέδριο για τα 20 χρόνια του Τμήματος Θεατρικών Σπουδών του Πανεπιστημίου Αθηνών 'Από τη χώρα των κειμένων στο βασίλειο της σκηνής' Τίτλος εισήγησης: *Το θεατρικό κείμενο ως δυναμικό εργαλείο στην υπηρεσία της εμπόχωσης και της ενσωμάτωσης στην εκπαίδευση: Η περίπτωση του σύγχρονου αγγλικού θεάτρου*, Κεντρικό Κτίριο Πανεπιστημίου Αθηνών Προφορική ανακοίνωση
- 26-28
Νοεμβρίου
2010
2ο Πανελλήνιο Συνέδριο ΕΔΠΕ 'Δραματοθεραπεία & Παιγνιοθεραπεία. Σύγχρονες θεραπευτικές αναπαραστάσεις' Τίτλος εισήγησης: *Το έργο του Martin McDonagh ως ενδιάμεσος χώρος για επεξεργασία ζητημάτων βίας και κακοποίησης στη Δραματοθεραπευτική συνεδρία*, Καλλιθέα Χαροκόπειο
- 20-23
Μαΐου
2010
2ο Διεθνές Συνέδριο 'Τέχνη και Ψυχιατρική', Διεξαγωγή βιωματικού εργαστηρίου 3,5 ωρών με τίτλο: *Δραματοθεραπεία και Θεατρική Γραφή: Ο ήρωας που ξόπνησε μια μέρα στο χαρτί*, Αγρονομικό Ινστιτούτο Χανίων Κρήτης <http://www.eftrapelia.gr/Art&Psychiatry/Ergastiria.html>
- 7-9
Μαΐου
2010
13ο Διεθνές Συνέδριο για την ' Παιδαγωγική της Δημοκρατίας', ΚΕΔΕΚ Πάτρας Τίτλος εισήγησης: *Η χρήση του θεάτρου ως δυναμικό εργαλείο περιορισμού της διαρροής από την υποχρεωτική εκπαίδευση Καραντζή- Κατσιάνη. Συνεδριακό Κέντρο Thraki Palace, Αλεξανδρούπολη. http://kedek.inpatra.gr/alex2010_2.pdf (σσ.74-84)*
- 3-4
Μαρτίου
2010
Διημερίδα Δημοκρίτειου Πανεπιστημίου Θράκης 'Όψεις Διακρίσεων και πολιτικές παρέμβασης' , Τίτλος εισήγησης: *Το θεατρικό παιχνίδι ως μέσο ενάντια στον αποκλεισμό*, Παλαιά Νομική, Κομοτηνή
- 3-6
Σεπτεμβρίου
2009
Συνέδριο 4 Arts Therapies, Ελληνική Διοργάνωση , Συντονισμός βιωματικού εργαστηρίου 3 ωρών με τίτλο: *The foreign, the strange the meaning and I (The idea of being a foreigner/xenos in ancient Greek Tragedy)* Καραντζή- Μακρογιάννη, Εκπαιδευτήρια Αργύρη- Λαιμού Γέρακας, Αθήνα

ΧΡΗΣΗ ΥΠΟΛΟΓΙΣΤΩΝ- ΞΕΝΕΣ ΓΛΩΣΣΕΣ

2010 Γαλλικό Πτυχίο DELF B2

Ιούνιος Certificate in Drama Translation (48 hours) , Metaphrasi Institute,

CV ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ ΚΑΡΑΝΤΖΗ

2009	School of Translation Studies, Athens
Απρ 2008	Πιστοποίηση ECDL (Progress Certificate)
2004-2006	Μαθήματα Τουρκικής Γλώσσας, Ινστιτούτο Βαλκανικών Γλωσσών, Καπλανών 2, Κολωνάκι.
1987	<i>Certificate of Proficiency in English</i> , Cambridge University.

ΣΥΝΕΧΙΖΟΜΕΝΗ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ & ΚΑΤΑΡΤΙΣΗ (τελευταία δεκαετία)

18-21 Ιουνίου 2018	Σεμιναριακός κύκλος Δια Βίου Μάθησης 'Το μωσαϊκό των ελληνοτουρκικών 1974-2018' του Ινστιτούτου Διεθνών Σχέσεων (Ι.ΔΙ.Σ.) του Παντείου Πανεπιστημίου, διάρκεια 16 ώρες
24-25 Φεβρουαρίου 2018 & 10-11 Μαρτίου 2018	Πρόγραμμα Δια Βίου Μάθησης 'Προσομοίωση-Σεμινάριο Διακρατικού Χειρισμού Κρίσεων', του Ινστιτούτου Διεθνών Σχέσεων (Ι.ΔΙ.Σ.) του Παντείου Πανεπιστημίου και του Ελληνικού Ινστιτούτου Στρατηγικών Μελετών (ΕΛ.Ι.Σ.ΜΕ.), διάρκεια 23 ώρες.
19-23 Ιουλίου 2017	Συμμετοχή σε εκπαιδευτικό-βιωματικό εργαστήριο Χοροθεραπείας με θέμα 'Η Χοροθεραπεία ανάμεσα στην παράδοση και το μοντερνισμό-Πρωτόγονη έκφραση'. Διάρκεια 30 ώρες. Διοργάνωση Association Dance Rhythm Social Link and Therapy (DRLST), Επιστημονική υπεύθυνη - συντονίστρια France Schott- Billmann, Νάξος.
29 Μαΐου-24 Ιουλίου 2017	Ελληνικό Ανοιχτό Πανεπιστήμιο, Εκ Αποστάσεως Επιμορφωτικό πρόγραμμα ευαισθητοποίησης: Όψεις του προσφυγικού φαινομένου. Διάρκεια 50 ώρες. (Έργο PRESS 'Πρωτοβουλία Παροχής Εκπαίδευσης και Υποστήριξης στους Πρόσφυγες')
28 Σεπτ.-23 Οκτ. 2016	Μουσείο Κυκλαδικής Τέχνης, κύκλος διαλέξεων με θέμα <i>Το έργο του Ai Wei Wei</i> , εισηγητής Π. Τσάβαλος
24-28 Αυγ. 2016	Σεμινάριο Θεατρικής Γραφής, εισηγήτρια Σπηλιώτη, Χ., Μουσείο Καμπανέλλη, Νάξος, διάρκεια 15 ώρες
18 Μαΐου 2016	Σεμινάριο εκπαίδευσης στην εποπτεία, εισηγήτρια Meldrum, Brenda. Ινστιτούτο Δραματοθεραπείας ΑΙΩΝ
12 Οκτωβρ-14 Δεκεμβρίου 2015	Ελληνικό Ινστιτούτο Στρατηγικών Μελετών (ΕΛ.Ι.Σ.ΜΕ), Σεμινάριο Άμυνας και Στρατηγικής
13 Δεκ. 2015	Βιωματικό σεμινάριο Δραματοθεραπείας με θέμα: 'Προσδοκία-Απώλεια- Ελπίδα' αφιερωμένο στη θεωρητική σκέψη και τη δραματοθεραπευτική μέθοδο του Dr Roger Grainger 'Rehearsed

CV ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ ΚΑΡΑΝΤΖΗ

Readings', διάρκειας 5 ωρών.

- 22-23 Φεβρουαρίου 2014 Βιωματικό σεμινάριο Δραματοθεραπείας 14 ωρών: *The Power of Theatre as Metaphor and the Power of Theatre Metaphors in Drama therapy Practice*. Meldrum, B. Ινστιτούτο Δραματοθεραπείας ΑΙΩΝ.
- 11-13 Οκτωβρίου 2013 3ο Διεθνές Συνέδριο Δραματοθεραπείας-Παιγνιοθεραπεία Της Ένωσης Δραματοθεραπευτών-Παιγνιοθεραπευτών Ελλάδος (ΕΔΠΕ), Ναύπλιο
- 23-26 Αυγούστου 2013 Βιωματικό σεμινάριο Δραματοθεραπείας 18 ωρών: *Theatre on the Spot-Improvising from the Inside Out*, Clorfeine, S., Πύργος Μπαζαίου, Νάξος.
- Εαρινό Εξάμηνο ακαδημαϊκού έτους 2011-2012 Παρακολούθηση μαθήματος *Μεθοδολογία της Έρευνας στις κοινωνικές Επιστήμες*: Διαπανεπιστημιακό Διατμηματικό Μεταπτυχιακό Πρόγραμμα Σπουδών του ΤΕΑΠΗ-ΕΚΠΑ και του Τμήματος Κοινωνικής Διοίκησης-ΔΠΘ 'Συμβουλευτική Ψυχολογία και Συμβουλευτική στην εκπαίδευση, την υγεία και την εργασία, Πανεπιστήμιο Αθηνών (14 εβδομάδες επί 3 ώρες- σύνολο 43 ωρών)
- 16/12/11-17/2/12 Σεμινάριο ΕΚΕΨΥΕ (Ελληνικό Κέντρο Ψυχικής Υγιεινής και Ερευνών) με θέμα: *ΟΙ ΞΕΝΟΙ ΣΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ: ΟΨΕΙΣ ΜΙΑΣ ΣΥΝΥΠΑΡΞΗΣ* (διάρκειας 14 ωρών)
- 28 Νοεμβρίου 2011 Ημερίδα ΨΝΑ 18 ΑΝΩ: *Διατροφικές διαταραχές-η εμπειρία του 18ΑΝΩ*, Αμφιθέατρο Αθήνα 9,84, Γκάζι
- 26-29 Αυγούστου 2011 Βιωματικό Σεμινάριο: *The creation and Performance of Therapeutic Theatre*, εισηγητής Robert Landy, Ινστιτούτο Αιών, Νάξος
- 30 Νοεμβρίου 2010 Βιωματικό Σεμινάριο Δραματοθεραπείας J. M. Synge *Καβαλάρηδες στη θάλασσα* Η Δραματοθεραπευτική Χρήση του Θεατρικού Κειμένου, εισηγήτρια Marina Jenkins, ΠΑΛΜΟΣ, Εταιρεία Δραματικής Έκφρασης και Θεραπείας, Αθήνα
- 29-30 Νοεμβρίου 2010 Βιωματικό σεμινάριο 10 ωρών *Developmental Transformations*, εισηγητής Johnson, D., Ινστιτούτο Δραματοθεραπείας ΑΙΩΝ, Αθήνα
- 26-29 Αυγούστου 2010 Βιωματικό σεμινάριο Δραματοθεραπείας 16 ωρών: *Μυθοπλασίες και Γενιές-Τομές και Ανατροπές*. Εισηγητές Κατάκη, Χ., Κρασανάκης, Σ., Σταυρόπουλος, Δ., Στυλιανούδη, Λ., Πύργος Μπαζαίου, Νάξος.
- Αύγουστος 2010 15θήμερο σεμινάριο Θεατρικής γραφής, εισηγητής θεατρικό συγγραφέα Αντρέας Φλουράκης Πολιτιστικό Χωριό Σκαλιά, Ζάκυνθος

CV ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ ΚΑΡΑΝΤΖΗ

25-28 2010	Απρ.	Βιωματικό Σεμινάριο: <i>Η πρακτική του Θεάτρου του Καταπιεσμένου</i> . Εισηγητής Adrian Jackson, Βρετανικό Συμβούλιο, Θέατρο Δαβή, Γκάζι
26-30 Μαρτίου 2010		Διεθνές Συμπόσιο: <i>Το αρχαίο Δράμα στην Εκπαίδευση</i> , Δίκτυο για το Θέατρο στην Εκπαίδευση- Μέλος του IDEA, Ίδρυμα Κακογιάννη, Ταύρος
27-30 Αυγούστου 2009		Βιωματικό Σεμινάριο Δραματοθεραπείας <i>‘Τα προσωπικά όρια & τα χαρτογραφημένα</i> . Εισηγητές Κρασσανάκης, Σ., Σαπουντζής, Γ., Νάξος
30 2009	Μαΐου	Ημερίδα της Ένωσης Εκπαίδευσης Ενηλίκων με θέμα: <i>Η χρήση της Τέχνης στην Εκπαίδευση</i> , με τον Καθηγητή Κόκκο
22 2009	Μαΐου	Σεμινάριο του ΠΕΣΥΘ με θέμα: <i>‘Διερευνώντας τη Διαφορετικότητα μέσα από μη δυτικές Θεατρικές Πρακτικές’</i> Εισηγήτρια Μαρίνα Μέργου
Μάρτιος- Μάιος 2009		Σεμινάριο της Ένωσης Εκπαίδευσης Ενηλίκων για τη <i>‘Δημιουργικότητα και Κριτικός Στοχασμός μέσα από Την Τέχνη’</i> με τον Καθηγητή Κόκκο
13 2009	Μαρτίου	Ημερίδα Δραματοθεραπείας προς τιμήν της Sue Jennings: <i>Ψυχιατρική και Τέχνη της Ελληνικής Ψυχιατρικής Εταιρείας Και άλλοι ‘ Δραματοθεραπεία και κύκλοι ζωής: Συνάντηση-Μετάβαση-Αλλαγή</i> , Μουσείο Μπενάκη, Πειραιώς
Μάρτιος 2009		Διήμερο σεμινάριο Δραματοθεραπείας με τίτλο <i>The arts Become Healing: Working with Loss and Bereavement</i> . Εισηγήτρια Sue Jennings, ινστιτούτο Αιών
Οκτώβριος 2008		Διήμερο Σεμινάριο Δραματοθεραπείας, <i>Shadow Story</i> . εισηγητής R. Landy, ινστιτούτο ΑΙΩΝ
Σεπτέμβριος 2008		Τριήμερο Σεμινάριο <i>Psychodrama and Music Therapy</i> , εισηγητής J. Moreno, ινστιτούτο ΑΙΩΝ.
Αύγουστος 2008		15θήμερο σεμινάριο Θεατρικής γραφής <i>site specific theatre</i> , εισηγητής θεατρικός συγγραφέας Αντρέας Φλουράκης, Πολιτιστικό Χωριό Σκαλιά, Ζάκυνθος
Ιανουάριος 2008		Πενθήμερο Master class ανάλυσης θεατρικού κειμένου, εισηγητής Α. Μανωλικάκης, Ελληνοαμερικανική Ένωση
Ιούλιος 2007		Σεμινάριο Θεατρικής Γραφής, εισηγητής, θεατρικός συγγραφέας Α. Φλουράκης, Θέατρο των Αλλαγών.
Νοέμ.2006-		Σεμινάριο για την <i>Θεατρική Συγγραφή</i> , UNESCO, Ελληνικό

CV ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ ΚΑΡΑΝΤΖΗ

Ιούν. 2007 Παράρτημα Διεθνούς Ινστιτούτου Θεάτρου.

ΠΡΟΣΩΠΙΚΑ ΕΝΔΙΑΦΕΡΟΝΤΑ- ΘΕΑΤΡΙΚΗ ΓΡΑΦΗ- ΛΟΓΟΤΕΧΝΙΚΕΣ ΔΙΑΚΡΙΣΕΙΣ

Μέλος της χορωδίας ενηλίκων *Piano Plus Festival*, έναρξη Σεπτέμβριος 2017

Συμμετοχή με θεατρικό μονόλογο σε παράσταση θεατρικού αναλογίου, με τίτλο *Και η ζωή συνεχίζεται*, σε σκηνοθετική επιμέλεια Κατερίνας Πολυχρονοπούλου, 30 Σεπτεμβρίου - 1 Οκτωβρίου 2016, Θεατρικό Μουσείο Ιάκωβου Καμπανέλλη, διοργάνωση του Νομικού Προσώπου Πολιτισμού Αθλητισμού Περιβάλλοντος Παιδείας Πρόνοιας και Αλληλεγγύης του Δήμου Νάξου και Μικρών Κυκλάδων, Χώρα Νάξου

Τρίτο Βραβείο Διηγήματος, 1^{ος} Πανελλήνιος Λογοτεχνικός Διαγωνισμός, Ναυτικό Μουσείο Ελλάδος 2009, για το διήγημα *Στη Θάλασσα*, Απρίλιος 2011, Περίπλους Ναυτικής Ιστορίας, Τριμηνιαία έκδοση Ναυτικού Μουσείου Ελλάδος, *Τεύχος 74, Ιανουάριος-Μάρτιος 2011, σσ 69-70*

Athens Fringe Festival 2009, ομάδα στην *Τύχη* Συμμετοχή στην παράσταση *GAMES* με τον μονόλογο *Λευκή*, σκηνοθεσία Βασιλής Ασλανίδης

Συμμετοχή στην παράσταση *Νομίζω πως ένα τετραγωνικό σου αρκεί*, με το κείμενο *Κάτω απ' τα τραπέζια* Θέατρο Επί Κολωνών, σκηνοθεσία Αλεξάνδρας Παυλίδου (Σεπτέμβριος, 2008)

Μέλος της ομάδας Νέων Συγγραφέων, συμμετοχή στο ετήσιο εργαστήριο συγγραφής θεατρικού έργου για παράσταση από την ομάδα NAMA, Θέατρο Επί Κολωνών, 2007-2008.

Συμμετοχή στο Θεατρικό Αναλόγιο του Ελληνικού Παραρτήματος του Διεθνούς Ινστιτούτου Θεάτρου με το κείμενο *Η ΚΑΠΑ*, 27 Ιουνίου 2007, Θέατρο Επί Κολωνών, σκηνοθεσία Κων/νου Αρβανιτάκη

Συμμετοχή στον Ευρωπαϊκό Λογοτεχνικό Μαραθώνιο- Αφιέρωμα στο έργο του Κωνσταντίνου Π. Καβάφη με το ποίημα *Του Βασιλιά Δημήτριου*, 9 Μαΐου 2007, Αθήνα, Πολυχώρος Πολιτισμού Αθηναΐς

Δίπλωμα Ιστιοπλοΐας Ανοιχτής Θαλάσσης, Σύλλογος ΠΟΙΑΘ-Πειραιώς (2002) - *Τμήμα Προχωρημένων*, Μάιος- Ιούνιος 2016

Πρώτο Πανελλήνιο Βραβείο Διηγήματος με θέμα *‘Το Τραίνο’* (Εκδόσεις ΟΣΕ, 1984)

Μουσικές Σπουδές Πιάνου και Θεωρητικών, Συμμετοχή σε Συναυλίες της Σχολής, Α΄ Βραβείο Επιμέλειας, Ωδείο Πειραιϊκού Συνδέσμου, διδασκων Γιώργος Μάνεσης. (Πειραιϊκός Σύνδεσμος 1980-1986).

CV ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ ΚΑΡΑΝΤΖΗ

ΔΕΚΤΗ ΣΤΙΣ ΑΚΟΛΟΥΘΕΣ ΕΝΩΣΕΙΣ

Από το 2016	Ελληνικό Ινστιτούτο Στρατηγικών Μελετών (ΕΛΙΣΜΕ)
Από το 2016	Ελληνική Εταιρεία Συμβουλευτικής και Προσανατολισμού (ΕΛ.Ε.ΣΥ.Π)
από το 2014	Παιδαγωγική Εταιρεία Ελλάδος (ΠΕΕ)
από το 2014	Ένωση Προφορικής Ιστορίας (ΕΠΙ)
από το 2008	Επιστημονική Ένωση Εκπαίδευσης Ενηλίκων (ΕΕΕΕ)
από το 2007	Ελληνικό Κέντρο Διεθνούς Ινστιτούτου Θεάτρου (ΕΚΔΙΘ)
από το 2004	Πανελλήνιος Επιστημονικός Σύλλογος Θεατρολόγων (ΠΕΣΥΘ)

ΒΕΒΑΙΩΣΕΙΣ ΚΑΙ ΣΥΣΤΑΣΕΙΣ ΔΙΑΘΕΣΙΜΕΣ ΕΦΟΣΟΝ ΖΗΤΗΘΟΥΝ