



X.E.N. - ΧΡΙΣΤΙΑΝΙΚΗ ΕΝΩΣΗ ΝΕΑΝΙΔΩΝ
Y.W.C.A. - World Young Women's Christian Association

**ΠΑΓΚΟΣΜΙΑ, ΕΘΕΛΟΝΤΙΚΗ,
ΜΗ ΚΥΒΕΡΝΗΤΙΚΗ, ΓΥΝΑΙΚΕΙΑ ΟΡΓΑΝΩΣΗ**

Η ΧΕΝ δραστηριοποιείται σε 125 χώρες στον κόσμο, μιλάει 120 γλώσσες και διαλέκτους, δρα σε περισσότερες από 22.725 κοινότητες και ενώνει 25 εκατομμύρια γυναίκες. Ιδρύθηκε το 1884 και έχει έδρα τη Γενεύη.

Είναι από τις παλαιότερες διεθνείς, γυναικείες συσπειρώσεις. Έχει συμβουλευτική ιδιότητα στο Κοινωνικό & Οικονομικό Συμβούλιο του ΟΗΕ και στην Επιτροπή του για τη θέση της Γυναίκας.

«...Το όραμα της ΧΕΝ, παγκόσμια, προσβλέπει σε έναν κόσμο, όπου θα υπάρχει θέση για όλους, όπου η δικαιοσύνη, η ειρήνη, η υγεία, η ανθρώπινη αξιοπρέπεια, η ελευθερία και η μέριμνα για το περιβάλλον θα προωθούνται και θα υποστηρίζονται από γυναίκες ηγεσία. Για να πραγματοποιηθεί αυτό το όραμα η ΧΕΝ παγκόσμια εργάζεται για την αυτοδιάθεση των γυναικών και των κοριτσιών σε όλους τους τομείς της ζωής, για την ανάπτυξη των ηγετικών τους ικανοτήτων και για την ενίσχυση της συλλογικής τους δύναμης σ' ολόκληρο τον κόσμο.

Τα μέλη της είναι εθελόντριες, αποδέχονται τις Χριστιανικές αρχές, σέβονται την διαφορετικότητα, μεριμνούν για το περιβάλλον και ενεργούν με εντιμότητα και υπεύθυνη διαχείριση.»

Αποφάσεις της Παγκόσμιας Γενικής Συνέλευσης της ΧΕΝ το 2007 σ την Κέννα με θέμα «Αλλάζοντας τις ζωές, Αλλάζοντας τις κοινότητες» και με τη συμμετοχή 2000 γυναικών από όλον τον κόσμο.

Οι προτεραιότητες της Χ.Ε.Ν παγκόσμια είναι:

Υγεία και HIV/aids
Παγκόσμια ειρήνη – δικαιοσύνη
Βιώσιμη Ανάπτυξη
Ανθρώπινα δικαιώματα γυναικών & κοριτσιών

Στην Ελλάδα η ΧΕΝ ιδρύθηκε το 1923 και στην Κηφισιά το 1945.

<i>Ομάδες δράσης εθελοντριών</i> Κοινωνική Δράση, Ομάδα Βιβλιοθήκης, Ομάδα Παιδικής Βιβλιοθήκης, Ομάδα Θεάτρου, Κύκλος Επικοινωνίας, Σεμινάρια Ψυχολογίας, Εργαστήρι Μαγειρικής - Ζαχαροπλαστικής	3
<i>Πανελλήνια Προγράμματα</i> Ομάδα Βιβλίου, Ελληνική Γλώσσα & Πολιτισμός, Greek Language & Culture	5
<i>Επιμορφωτικά Προγράμματα</i> Γλώσσες - Αγγλικά, Γαλλική Λογοτεχνία, Πληροφορική, Φύση – Περιβάλλον	6
<i>Δημιουργική Απασχόληση</i> Εργαστήρια Αγιογραφίας, Ζωγραφικής, Κοσμήματος, Μικρογλυπτικής. Καλλιτεχνικά εργαστήρια κατασκευών και διακόσμησης. Ανθοδιακόσμηση με φρέσκα λουλούδια. Κοπτική – Ραπτική	8
<i>Φυσική Αγωγή</i> Γενική – Ειδική Γυμναστική, Yoga	12
<i>XEN & Υγεία</i>	13
<i>XEN & Παιδί</i> Παιδική Δανειστική Βιβλιοθήκη, Παιδική Φωλιά	13
<i>Δανειστική Βιβλιοθήκη- «Κ. Τσιρόπουλος»</i>	14
<i>Όροι Συμμετοχής στα Προγράμματα</i>	15

3

Ομάδες δράσης εθελοντριών

ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΔΡΑΣΗ

Τακτικές επισκέψεις στο «Λασκαρίδειο Ίδρυμα Τυφλών» και στο «Σπίτι της Αγάπης» στα Μελίσσια. Απασχόληση των φίλων μας με διάβασμα και φιλική κουβέντα. Η ομάδα διατηρεί επικοινωνία με τη «Στέγη ειδικής αγωγής» με επισκέψεις στο χώρο τους και διοργάνωση εκδηλώσεων στο Κέντρο μας.

ΟΜΑΔΑ ΒΙΒΛΙΟΘΗΚΗΣ

Εθελόντριες εργάζονται για την ταξινόμηση των βιβλίων και την καλή λειτουργία της δανειστικής βιβλιοθήκης. Στόχος της ομάδας είναι η οργάνωση δραστηριοτήτων για το βιβλίο.

ΟΜΑΔΑ ΠΑΙΔΙΚΗΣ ΒΙΒΛΙΟΘΗΚΗΣ

Νέες εθελόντριες / μητέρες παιδιών εργάζονται για την ταξινόμηση των βιβλίων και τη λειτουργία της παιδικής βιβλιοθήκης.

ΟΜΑΔΑ ΘΕΑΤΡΟΥ

Υπεύθυνη: Ντίνα Ρόκου (καθηγήτρια)

Δευτέρα απόγευμα

Τα Δευτεριάτικα απογεύματα διαβάζουμε και αναλύουμε προσεκτικά επιλεγμένα θεατρικά έργα είτε των μεγάλων μας τραγικών, είτε από τη διεθνή σύγχρονη θεατρική σκηνή. Προσπαθούμε να εξερευνήσουμε τη γυναικεία προσφορά προς την κοινωνία, τη γυναικεία εξέλιξη και βεβαίως τις μεγάλες πανανθρώπινες αξίες.

ΚΥΚΛΟΣ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ

Την πρώτη Τρίτη κάθε μήνα, μέσα στην ανοιχτή συντροφιά μας, προσπαθούμε να προσεγγίσουμε θέματα της καθημερινότητας όπως τα αντιλαμβανόμαστε μέσα από τη γυναικεία μας ματιά και φύση.

ΣΕΜΙΝΑΡΙΑ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑΣ

Η κ. Ρατ Helsen εθελόντρια, κλινική ψυχολόγος, θα μας βοηθήσει να προσεγγίσουμε θέματα όπως:

- Πώς μπορούμε να επικοινωνήσουμε καλύτερα με τα παιδιά και τα εγγόνια μας
- Πώς μπορούμε να διαχειριστούμε την απώλεια στη ζωή μας

ΕΡΓΑΣΤΗΡΙ ΜΑΓΕΙΡΙΚΗΣ - ΖΑΧΑΡΟΠΛΑΣΤΙΚΗΣ

Τρίτη απόγευμα 18:00 – 20:00

Παλιές νοικοκυρές, εθελόντριες, σας καλούν να μοιραστείτε μαζί τους τα μυστικά της κουζίνας.



ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΙΑΤΙΚΗ ΑΓΟΡΑ

Η ΧΕΝ Κηφισιάς

διοργανώνει παζάρι για τις χριστουγεννιάτικες αγορές σας.

5

Πανελλήνια Προγράμματα

ΟΜΑΔΑ ΒΙΒΛΙΟΥ

Ανοικτή πρόσκληση για μια ξεχωριστή εμπειρία μέσα από την ανάγνωση λογοτεχνικών βιβλίων. Η προσωπική αναζήτηση πίσω από τις λέξεις μάς οδηγεί σε επικοινωνία, προβληματισμό, εμπλουτισμό γνώσεων και εξάσκηση των κανόνων υγειούς διαλόγου.

ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΓΛΩΣΣΑ & ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΣ

Πρωϊνά τμήματα (δώρα)

Διάρκεια: 16 εβδομάδες (4 μήνες)

Έναρξη: Οκτώβριος 2010

Το πρόγραμμα απευθύνεται σε κάθε αλλοδαπό. Στόχος, η εκμάθηση της ελληνικής γλώσσας. Διδακτέα ύλη είναι η καθορισμένη από το Υπουργείο Παιδείας, για τα τέσσερα επίπεδα πιστοποίησης της ελληνομάθειας.

GREEK LANGUAGE & CULTURE

Morning classes (2 hours)

Duration: 16 weeks (4 months), beginning in October 2010

A program for foreigners who want to learn Greek

The aim is to teach you Greek and also immerse into the Greek way of life. In class, together with other women from all over the world, you learn the language.

The program covers all four levels (beginners to highly advanced) as appointed by the Ministry of Education and may also prepare you for the official exams.

6

Επιμορφωτικά προγράμματα

Γλώσσες

ΑΓΓΛΙΚΑ με την κα Θεοδοσία Σοφιάδου

Τμήματα αρχαρίων, μεσαίων, προχωρημένων.

Η κατάταξη σε τμήματα γίνεται μετά από αξιολόγηση από την καθηγήτρια.

ΣΥΝΟΜΙΛΙΑ ΣΤΑ ΑΓΓΛΙΚΑ με την κα Λίλιαν Βαζαίου

Δευτέρα ή Τρίτη πρωί για αρχάριους και προχωρημένους

Τμήματα όλων των επιπέδων γι' αυτούς που θέλουν να φρεσκάρουν και βελτιώσουν τις προφορικές τους δεξιότητες στην Αγγλική γλώσσα.

ΓΑΛΛΙΚΗ ΓΛΩΣΣΑ – ΛΟΓΟΤΕΧΝΙΑ με την κα Τασία Ευθυμιάτου –

Αλισανδράτου (φιλόλογος, πρ.καθηγήτρια του Γαλλικού Ινστιτούτου Αθηνών)

20 συναντήσεις σε δύο ενότητες

Τετάρτη: 11:30 – 13:00

Οι συναντήσεις μας εφέτος θα επικεντρωθούν στην προσέγγιση των φιλοσοφικών και κοινωνικών ρευμάτων των αρχών του 20ού αιώνα στη γαλλική λογοτεχνία, μέσα από κείμενα των Bergson, Alain, Jaures, Maurras, Romain Rolland, Peguy, Gide και άλλων.

Εναλλάξ ανά 15ήμερο ανάγνωση και σχολιασμός άρθρων από τον έγκυρο γαλλικό τύπο.

Πληροφορική

Θεωρία – Πρακτική

16 δίωρες συναντήσεις

Πέμπτη 17:30 – 19:30 και Παρασκευή 11:00 – 13:00

1. Τμήμα αρχαρίων, Θεωρία - Πρακτική

- ✚ Εισαγωγή στους Η/Υ – εφαρμογές στα Windows XP (12 ώρες)
- ✚ Επεξεργασία κειμένου με το Microsoft Word XP (12 ώρες)
- ✚ Χειρισμός του Internet explorer 6.0 (8 ώρες)

2. Τμήμα Προχωρημένων

- ✚ Χρήση και αλλαγές στο περιβάλλον των Windows XP (8 ώρες)
- ✚ Περαιτέρω χρήση του Microsoft Word XP (12 ώρες)
- ✚ Εισαγωγή στο Microsoft Excell XP (10 ώρες)
- ✚ Περαιτέρω χρήση του Internet Explorer 6.0 σε συνδυασμό με το Microsoft Word XP.

Φύση-Περιβάλλον

Την περίοδο 2010 – 2011 στόχος μας θα είναι η πληροφόρηση και η ευαισθητοποίηση των μελών μας και όχι μόνον, για το περιβάλλον.

Σε συνεργασία με το Υπουργείο Ανάπτυξης, και τις Οργανώσεις W.W.F. και Greenpeace, θα μας απασχολήσουν τα θέματα :

- ✚ Γυναίκα και κατανάλωση
- ✚ Ασφάλεια τροφίμων
- ✚ Ανακύκλωση

Εργαστήρια

ΑΓΙΟΓΡΑΦΙΑ

Ελένη (Λιάνα) Γκριτζάλα

Τετάρτη 10:00 – 13:00

Βυζαντινή αγιογραφία για αρχάριους και προχωρημένους

ΖΩΓΡΑΦΙΚΗ

Ελένη (Λιάνα) Γκριτζάλα

Τετάρτη 17:00 - 20:00

Τμήματα αρχαρίων και προχωρημένων

Στο πρώτο μέρος της διδασκαλίας οι μαθητές θα δουλέψουν ελεύθερο σχέδιο με μολύβι ή κάρβουνο. Στο δεύτερο μέρος θα δουλέψουν με χρώματα ακρυλικά την ίδια σύνθεση.

Κόσμημα – Αντικείμενο - Μικρογλυπτό

ΚΟΣΜΗΜΑ

Δέσποινα Καλλιγά-Γεωργιάδου

(Γλυπτογράφος, σχεδιάστρια, δημιουργός κοσμημάτων, κουκλοποιός)

ΜΙΚΡΟΓΛΥΠΤΙΚΗ

Κόσμημα – Αντικείμενο – Μικρογλυπτό

Ολιγομελή τμήματα – 1 φορά την εβδομάδα

Πρωινά ή απογευματινά των 2 ωρών

Παραγωγικό κόσμημα – αντικείμενο Πρακτική εφαρμογή
Με τη μέθοδο του «Χαμένου Κεριού»
Μοντέλο για χυτό. Ασημοκολλήσεις, φινίρισμα, χειροποίητες καδένες.

ΧΕΙΡΟΠΟΙΗΤΟ ΚΟΣΜΗΜΑ & ΑΝΤΙΚΕΙΜΕΝΟ

Ολιγομελή τμήματα – 1 φορά την εβδομάδα
Πρωϊνά ή Απογευματινά των 2 ωρών

Εφαρμογή σύγχρονων και παραδοσιακών τεχνικών επεξεργασίας
μετάλλων, αποτύπωση σχεδίου, ασημοκολλήσεις, απλή καρφωτική,
συρματερά, σμάλτο (ψυχρό), χρύσωμα.

ΜΕΤΑΛΛΟΠΛΑΣΤΙΚΗ (REPOUSSE) -Παραδοσιακή τεχνική
Απευθύνεται σε άτομα που έχουν γνώσεις χειροποίητου κοσμήματος.

ΚΟΣΜΗΜΑ ΓΙΑ ΠΡΟΧΩΡΗΜΕΝΟΥΣ

ΚΟΣΜΗΜΑ «FAUX BIJOUX»

Με σύρμα, διάφορα υλικά, χάντρες, ημιπολύτιμες πέτρες κ.α.,
φτιάχνουμε μοναδικά κοσμήματα.

ΑΠΟ ΠΗΛΟ ΣΕ ΜΕΤΑΛΛΟ

Κατασκευή χρηστικών αντικειμένων, που από πηλό μετατρέπονται σε
μέταλλα, με την παραδοσιακή μέθοδο της άμμου.

14 συναντήσεις των 2,5 ωρών

Καλλιτεχνικά Εργαστήρια

ΚΑΤΑΣΚΕΥΗ & ΔΙΑΚΟΣΜΗΣΗ

Ελάτε να φτιάξετε στεφάνια με το μέταλλο πιούτερ, χαλκό, αρζαντό, στολίδια χριστουγεννιάτικα πασχαλινά, αποκριάτικα, λαμπάδες. Να ανακαλύψετε τα μυστικά του papier maché, του πηλού (ψυχρού), της γυψόγαζας, της παραδοσιακής τεχνικής της νωπογραφίας, του ντεκουπάζ, της μαρκετερί...

1η ενότητα: Οκτώβριος 2010 – Μάρτιος 2011: 20 δίωρες συναντήσεις

2η ενότητα: Μάρτιος – 15 Ιουνίου 2011

ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑ ΚΑΤΑΣΚΕΥΩΝ ΧΕΙΡΟΤΕΧΝΙΑΣ

- ✚ Τεχνικές ζωγραφικής Σε διάφορα υφάσματα
9 δίωρες συναντήσεις (18 ώρες)
- ✚ Παλαίωση Εικόνας
11 δίωρες συναντήσεις (22 ώρες)
- ✚ Φρέσκο ή τοιχογραφία
9 δίωρες συναντήσεις (18 ώρες)
- ✚ Κηροπλαστική
10 δίωρες συναντήσεις (20 ώρες)
- ✚ Κούκλα – Μαριονέτα
15 δίωρες συναντήσεις (30 ώρες)
- ✚ Μάσκα Βενετσιάνικη - Κεραμική - Δερμάτινη
14 δίωρες συναντήσεις (28 ώρες)

ΑΝΘΟΔΙΑΚΟΣΜΗΣΗ ΜΕ ΦΡΕΣΚΑ ΛΟΥΛΟΥΔΙΑ με την Ειρήνη Δαρδάνη
Τρίτη 17:30 - 19:30. 6 δίωρες συναντήσεις

Εισαγωγή στην ανθοδετική τέχνη, μπουκέτα, γραμμικές ελεύθερες κατασκευές, εορταστικές συνθέσεις

ΚΟΠΤΙΚΗ – ΡΑΠΤΙΚΗ με την Αμαλία Μαρκάκη

Αρχάριοι - Τετάρτη & Παρασκευή πρωϊ

Αρχάριοι - Δευτέρα & Τετάρτη απόγευμα

Προχωρημένοι - Δευτέρα & Πέμπτη πρωϊ

Ελάτε να μάθουμε να κόβουμε πατρόν στα μέτρα μας και να ράβουμε φούστες, παντελόνια, φορέματα, ζακέτες και ό,τι άλλο θελήσουμε.



Τον Οκτώβριο
θα γίνει ΕΚΘΕΣΗ
στο Κέντρο μας των έργων
των μαθητριών των τμημάτων
της δημιουργικής απασχόλησης.

12

Φυσική Αγωγή

ΓΕΝΙΚΗ – ΕΙΔΙΚΗ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ

Πρωϊνά τμήματα

Ελένη Τσακίρη Καθηγήτρια Φυσικής Αγωγής

Τμήματα Εξειδικευμένης Γυμναστικής

Δευτέρα & Πέμπτη ή Τρίτη & Παρασκευή πρωί

Κίνηση και χορός, ασκήσεις ειδικά μελετημένες για αποφυγή τραυματισμών και εκγύμναση όλων των μυϊκών ομάδων. Αποθεραπεία χαλάρωσης των μυών και του νευρικού συστήματος.

Αποτέλεσμα: ΥΓΕΙΑ & ΕΥΕΞΙΑ.

Επίσης, ασκήσεις γυμναστικής με το σύστημα PILATES με μπάλες.

Απογευματινά τμήματα YOGA

Βάντα Ρίζου

Πτυχιούχος της Yoga Alliance USA

Δευτέρα & Πέμπτη 17:00 – 18:00

13

ΧΕΝ & Υγεία

Το Κέντρο Οικογενειακού Προγραμματισμού του Πανεπιστημίου Αθηνών σε συνεργασία με το Κέντρο μας θα ενημερώσει εφήβους και άτομα νεαρής ηλικίας σε θέματα σεξουαλικής υγείας.

ΕΛΛΗΝΙΚΟΣ ΕΡΥΘΡΟΣ ΣΤΑΥΡΟΣ

Σεμινάρια για «**Πρώτες Βοήθειες**»

6 δίωρες συναντήσεις

Παρασκευή 10 – 12 π.μ.

ΧΕΝ & Παιδί

ΠΑΙΔΙΚΗ ΔΑΝΕΙΣΤΙΚΗ ΒΙΒΛΙΟΘΗΚΗ

Με χαρά περιμένουμε τους νεαρούς αναγνώστες να γνωρίσουν τη νέα βιβλιοθήκη μας και να διαλέξουν βιβλία που θα τους ταξιδέψουν σε κόσμους μακρινούς.

ΠΑΙΔΙΚΗ ΦΩΛΙΑ - Σάββατο πρωϊ

Η ΧΕΝ Κηφισιάς έχει στόχο από τον Οκτώβριο να λειτουργήσει την Παιδική Φωλιά για παιδιά ηλικίας 5 – 8 ετών.

Σ' ένα περιβάλλον ζεστό και φιλόξενο μια παρέα από μικρούς και μεγάλους θα αξιοποιούν δημιουργικά το χρόνο τους.

Βιβλιοθήκη

ΒΙΒΛΙΟΘΗΚΗ «Κ. ΤΣΙΡΟΠΟΥΛΟΣ»

Η βιβλιοθήκη μας λειτουργεί:

Δευτέρα, Τρίτη & Πέμπτη 10:00 – 12:00

Τετάρτη 17:30 – 19:30

Ελάτε να γνωρίσετε τη βιβλιοθήκη μας. 12.500 τόμοι λογοτεχνικού, εικαστικού, ιστορικού, φιλοσοφικού, θρησκευτικού και κοινωνιολογικού περιεχομένου. Εγκυκλοπαίδειες, λογοτεχνικά και επιστημονικά περιοδικά είναι στη διάθεσή σας.

Κατά τη διάρκεια της χρονιάς θα γίνει η καθιερωμένη ομιλία του δωρητή – συγγραφέα κ. Κ. ΤΣΙΡΟΠΟΥΛΟΥ με θέμα της επικαιρότητας.

*Κατά τη διάρκεια της χρονιάς
θα πραγματοποιηθούν ξεναγήσεις, εκδρομές.
Θα επισκεφθούμε τις σπουδαιότερες εκθέσεις εικαστικών έργων και
θα παρακολουθήσουμε θεατρικές παραστάσεις.
Οι ακριβείς ημερομηνίες θα ανακοινωθούν έγκαιρα
στο δίμηνο πρόγραμμά μας.*

Όροι συμμετοχής στα προγράμματα

Οι εγγραφές για το έτος 2010 – 2011 αρχίζουν την Τετάρτη 1^η Σεπτεμβρίου 2010.

- Για τη συμμετοχή σε ένα ή περισσότερα τμήματα η εγγραφή είναι 15 ευρώ. Εξαιρούνται τα τακτικά μας μέλη. Η κράτηση θέσης είναι απαραίτητη.
- Στις ξεναγήσεις, τα ταξίδια, τις εκδρομές τηρείται σειρά προτεραιότητας μόνο με την καταβολή του ποσού συμμετοχής.
- Η ΧΕΝ δεν δεσμεύεται για αλλαγές στο πρόγραμμα (π.χ. αύξηση, περιορισμό τμημάτων ή και κατάργηση τμήματος όταν η συμμετοχή δεν είναι ικανοποιητική καθώς και για την αλλαγή των εκπαιδευτών.
- Προσφέρεται δωρεάν παρακολούθηση μαθημάτων σε γυναίκες οικονομικά ασθενέστερες, όπου υπάρχει δυνατότητα.

*Ευχαριστούμε για την προσφορά τους
την κ.Αίλιαν Βαζαίου, την κ.Pat Helsen και τον Ε.Ε.Σ.*

*Ιδιαιτέρως τις εταιρείες «AFP House Ε.Π.Ε.» για την επιμέλεια και
«Inform Π. Λόκος Α.Ε.» για τη χορηγία της έκδοσης του ετήσιου
προγράμματός μας.*

*Επίσης όλους όσους συνέβαλαν στην υλοποίηση των προγραμμάτων της
ΧΕΝ.*