



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΑΙΔΕΙΑΣ, ΔΙΑ ΒΙΟΥ ΜΑΘΗΣΗΣ ΚΑΙ ΘΡΗΣΚΕΥΜΑΤΩΝ
ΚΡΑΤΙΚΟ ΠΙΣΤΟΠΟΙΗΤΙΚΟ ΓΛΩΣΣΟΜΑΘΕΙΑΣ

Εğitim, Ömürboyu Öğrenme ve Din İşleri Bakanlığı
Devlet Dil Sertifikası

DÜZEY B1&B2

Avrupa Konseyi'nin Ortak Avrupa Çerçevesi doğrultusundadır.

BÖLÜM 4

Konuşma ve Aracılık Becerisi: Sınava girenin kitapçığı

Dönem

Deneme Testi

DİKKAT

Konuşma Sınavı'nın süresi: 15 dakika.

Sınavdan sonra bu kitapçığı sınav odasında bırakınız.

ΕΞΕΤΑΣΗ ΠΡΟΦΟΡΙΚΟΥ ΛΟΓΟΥ ΕΠΙΠΕΔΟΥ Β (B1&B2)

1. ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΤΗΣ ΕΞΕΤΑΣΗΣ

Διάρκεια: 25 λεπτά

Τρόπος Εξέτασης: Οι υποψήφιοι εξετάζονται σε ζεύγη χωρίς να συνομιλούν μεταξύ τους.

Περιεχόμενο:

1. Δοκιμασία 1: Διάλογος μεταξύ εξεταστή και υποψηφίου. Κάθε υποψήφιος καλείται να απαντήσει σε τέσσερις (4) ερωτήσεις που αφορούν τον ίδιο και το περιβάλλον του (δύο ερωτήσεις επιπέδου B1 και δύο επιπέδου B2). Η δοκιμασία διαρκεί 6 λεπτά της ώρας συνολικά, και για τους δύο υποψηφίους (3 λεπτά για τον καθένα). Ο εξεταστής συνομιλεί με τον κάθε υποψήφιο εναλλάξ.

2. Δοκιμασία 2: Μονόλογος. Κάθε υποψήφιος καλείται να απαντήσει σε δύο ερωτήματα που έχουν ως ερέθισμα μία ή περισσότερες εικόνες. Το πρώτο ερώτημα είναι επιπέδου B1 και το δεύτερο επιπέδου B2. Η δοκιμασία διαρκεί συνολικά 8 λεπτά της ώρας και για τους δύο υποψηφίους (4 λεπτά για τον καθένα). Στην περίπτωση αυτή, ο εξεταστής δεν συνομιλεί με τους υποψηφίους. Θέτει τα ερωτήματα και οι υποψήφιοι καλούνται να απαντήσουν.

3. Δοκιμασία 3: Διαμεσολάβηση. Κάθε υποψήφιος καλείται να ανταποκριθεί σε δύο ερωτήματα με βάση ένα ελληνικό κείμενο. Το ένα ερώτημα είναι επιπέδου B1 και το άλλο επιπέδου B2. Η δοκιμασία διαρκεί συνολικά 10 λεπτά της ώρας και για τους δύο υποψηφίους (5 λεπτά για τον καθένα). Στην περίπτωση αυτή, ο εξεταστής δεν συνομιλεί με τους υποψηφίους. Θέτει τα ερωτήματα και οι υποψήφιοι καλούνται να απαντήσουν.

1.1. Το Τευχίδιο του Υποψηφίου περιλαμβάνει:

- Πληροφορίες για την προφορική εξέταση και οδηγίες για τη διεξαγωγή της (σελ. 1-4).
- Την Σχάρα Αξιολόγησης της Προφορικής Εξέτασης (σελ. 4)
- Εικόνες για τη Δοκιμασία 2 (σελ. 5-10). Ο τίτλος σε κάθε σελίδα σηματοδοτεί τη γενικότερη θεματική στην οποία εντάσσονται τα ερωτήματα αυτής της δοκιμασίας.
- Κείμενα στην ελληνική γλώσσα (σελ. 11-16) για τη Δοκιμασία 3. Κάθε κείμενο έχει ένα τίτλο που καθορίζει το θέμα για το οποίο θα μιλήσουν οι υποψήφιοι.

1.2. Το Φυλλάδιο του Εξεταστή περιλαμβάνει οδηγίες για τον εξεταστή και ερωτήσεις / ερωτήματα για τις Δοκιμασίες 1, 2 και 3.

2. ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ ΤΗΣ ΕΞΕΤΑΣΗΣ

- Οι δύο εξεταστές, καθ' όλη τη διάρκεια της εξέτασης, βρίσκονται στην αίθουσα των εξετάσεων.
- Οι δύο εξεταστές αξιολογούν βάσει της Σχάρας Αξιολόγησης της Εξέτασης Προφορικού Λόγου και συμπληρώνουν τον βαθμό του κάθε υποψηφίου στο Έντυπο Αξιολόγησης Παραγωγής Προφορικού Λόγου.
- Ο ένας εξεταστής, που έχει τον ρόλο του Αξιολογητή 1, κάθεται σε κάποια απόσταση από τους υποψηφίους και δεν συμμετέχει στην εξέταση. Ακούει, παρατηρεί, κρατάει σημειώσεις και βαθμολογεί την προφορική παραγωγή του κάθε υποψηφίου.
- Ο δεύτερος εξεταστής, που έχει τον ρόλο του Αξιολογητή 2, κάθεται απέναντι από τους δύο υποψηφίους και θέτει τα ερωτήματα. Μπορεί να κρατά σημειώσεις, αλλά βαθμολογεί όταν έχει τελειώσει η εξέταση και έχουν αποχωρήσει οι υποψήφιοι από την αίθουσα.
- Ο εξεταστής / Αξιολογητής 2 θέτει εναλλάξ τα ερωτήματα στους υποψηφίους: δηλαδή, εάν αρχίσει την εξέταση από τον Υποψήφιο Α για τη Δοκιμασία 1, συνεχίζει με τον Υποψήφιο Β τα ερωτήματα της Δοκιμασίας 2 και επανέρχεται στον Υποψήφιο Α για τα ερωτήματα της Δοκιμασίας 3.
- Τον ρόλο του Αξιολογητή 2 αναλαμβάνει, μετά την εξέταση 2-3 ζευγών υποψηφίων, ο άλλος Εξεταστής.

3. ΟΔΗΓΙΕΣ ΠΡΟΣ ΤΟΥΣ ΕΞΕΤΑΣΤΕΣ

3.1. Πριν την έναρξη της Προφορικής Εξέτασης:

- Θα πρέπει να έχετε προετοιμαστεί για την εξέταση δύο (2) ώρες πριν την έναρξη της. Μελετήστε το Τευχίδιο του Υποψηφίου και το Φυλλάδιο του Εξεταστή στον χώρο του Εξεταστικού Κέντρου που έχει παραχωρηθεί στους εξεταστές ειδικά για το λόγο αυτό.
- Συνεργαστείτε με τον συνάδελφό σας και συζητήστε τα ερωτήματα των δοκιμασιών, τις εικόνες ή τα κείμενα.
- Απαντήστε σε ένα ή δύο ερωτήματα για να έχετε την εμπειρία και να εξοικειωθείτε με τις θεματικές και τα ερωτήματα.
- Εξοικειωθείτε με τις οδηγίες σχετικά με το πως να συμπεριφερθείτε στους υποψηφίους.
- Θα πρέπει να έχετε προετοιμαστεί για την εξέταση μελετώντας προσεκτικά τις πληροφορίες στο Πακέτο Επιμόρφωσης Εξεταστών που σας διενεμήθη στο σεμινάριο.

Επίσης:

- Πληροφορηθείτε σε ποια αίθουσα θα κάνετε την προφορική εξέταση και ποιος θα είναι ο συνεξεταστής σας, ώστε να συναποφασίσετε ποιος θα αναλάβει πρώτος τον ρόλο του Αξιολογητή 2.
- Βεβαιωθείτε ότι τα θρανία στην αίθουσα της εξέτασης είναι τοποθετημένα σωστά, έτσι ώστε:
 - οι υποψήφιοι να κάθονται ο ένας δίπλα στον άλλον
 - ο εξεταστής (Αξιολογητής 2) να βρίσκεται απέναντι από τους υποψηφίους
 - το θρανίο του Αξιολογητή 1 να βρίσκεται σε κάποια απόσταση από τους υποψηφίους (ίσως στο πλάι).
- Βεβαιωθείτε ότι έχετε όλο το υλικό που χρειάζεστε για την εξέταση. Να φροντίσετε ώστε να έχετε μαζί σας στην αίθουσα της εξέτασης το Τευχίδιο του Υποψηφίου και το Φυλλάδιο του Εξεταστή.
- Βεβαιωθείτε ότι υπάρχουν και άλλα δύο Τευχίδια του Υποψηφίου μέσα στην αίθουσα, ένα για τον κάθε υποψήφιο.

3.2. Κατά τη διάρκεια της Προφορικής Εξέτασης:**Ερωτήσεις γνωριμίας και εξοικείωσης (διάρκεια: 1-2 λεπτά)**

Πριν αρχίσετε την Εξέταση Προφορικού Λόγου (Δοκιμασία 1, 2 και 3), είναι σκόπιμο να κάνετε μία-δύο προσωπικές ερωτήσεις στους υποψηφίους (το όνομά τους, σε ποια τάξη πάνε στο σχολείο ή που εργάζονται αν είναι ανήλικες, κλπ). Η διαδικασία αυτή θα βοηθήσει τους υποψηφίους να προσαρμοστούν στο περιβάλλον της εξέτασης, ενώ θα επιτρέψει σε σας να διαμορφώσετε μια εικόνα για τον κάθε υποψήφιο και να επιλέξετε τα πιο κατάλληλα ερωτήματα για τον καθένα. Οι απαντήσεις των υποψηφίων σε αυτή τη φάση ΔΕΝ αξιολογούνται.

Δοκιμασία 1 Διάλογος μεταξύ εξεταστή / Αξιολογητή 2 και υποψηφίου (διάρκεια: 6 λεπτά)

- Η Δοκιμασία 1 περιλαμβάνει ερωτήσεις επιπέδου Β1 και επιπέδου Β2 που ανήκουν σε διαφορετικές θεματικές κατηγορίες.
- Επιλέξτε 2 ερωτήσεις επιπέδου Β1 από δύο διαφορετικές θεματικές κατηγορίες και 2 ερωτήσεις επιπέδου Β2 από δύο διαφορετικές κατηγορίες ερωτήσεων για τον κάθε υποψήφιο, λαμβάνοντας υπόψη το προφίλ του καθενός (από την προηγούμενη φάση της εξέτασης).

Δοκιμασία 2 Μονόλογος (διάρκεια: 8 λεπτά)

- Σε κάθε σελίδα με εικόνες αντιστοιχούν 2 (ή περισσότερα) ερωτήματα Β1 και 2 (ή περισσότερα) ερωτήματα Β2.
- Επιλέξτε διαφορετική σελίδα εικόνων για κάθε υποψήφιο (έχοντας υπόψη ότι κάποια θέματα προσφέρονται περισσότερο για μικρούς και κάποια για μεγάλους, μερικά για αγόρια και άλλα για κορίτσια, κτλ.). Υποβάλετε ένα ερώτημα επιπέδου Β1 και ένα ερώτημα επιπέδου Β2 στον κάθε υποψήφιο.

Δοκιμασία 3 Διαμεσολάβηση (διάρκεια: 10 λεπτά)

- Κάθε σελίδα περιλαμβάνει κείμενα στην ελληνική γλώσσα, τα οποία συνοδεύονται από ένα ή περισσότερα ερωτήματα επιπέδου Β1 και αντίστοιχα επιπέδου Β2 και βρίσκονται στο Φυλλάδιο του Εξεταστή.
- Επιλέξτε διαφορετικό κείμενο για τον κάθε υποψήφιο, λαμβάνοντας υπόψη ό,τι γνωρίζετε για αυτόν, θέτοντας ένα ερώτημα επιπέδου Β1 και ένα επιπέδου Β2.
- Επειδή στη διάρκεια της Δοκιμασίας 3 περιλαμβάνεται και ο χρόνος ανάγνωσης των ελληνικών κειμένων, δώστε και στους δύο υποψηφίους 2 λεπτά στην αρχή της Δοκιμασίας 3, για να διαβάσουν τα αντίστοιχα κείμενά τους, αφού προηγουμένως τους έχετε θέσει και τα ερωτήματα, ώστε να είναι «στοχευμένη» η ανάγνωση.

Μην ξεχνάτε

- να χρησιμοποιείτε ποικιλία ερωτήσεων/ερωτημάτων κατά τη διάρκεια της εξέτασης, λαμβάνοντας υπόψη σας ότι παράγοντες όπως η ηλικία, το φύλο, οι εμπειρίες και τα ενδιαφέροντα των υποψηφίων επηρεάζουν την απόδοσή τους
- ότι δεν είναι αναγκαίο να χρησιμοποιείτε όλες τις ερωτήσεις, τις εικόνες και τα κείμενα. Υπάρχει, επίσης, πιθανότητα μερικά κείμενα ή ερωτήματα να τα χρησιμοποιήσετε περισσότερες από μία φορές
- να συμβουλευτείτε τα μέλη της Επιτροπής του Εξεταστικού Κέντρου, εάν πριν ή/και κατά τη διάρκεια της εξέτασης έχετε απορίες
- να ενημερώσετε τα μέλη της Επιτροπής, αν χρειάζεται να κάνετε διάλειμμα
- ότι ΤΟ ΚΑΠΝΙΣΜΑ, η ΧΡΗΣΗ ΚΙΝΗΤΩΝ ΤΗΛΕΦΩΝΩΝ και η ΚΑΤΑΝΑΛΩΣΗ ΤΡΟΦΙΜΩΝ, ΑΠΑΓΟΡΕΥΟΝΤΑΙ μέσα στην αίθουσα εξέτασης
- ότι ΚΑΝΕΙΣ ΔΕΝ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΠΑΡΑΚΩΛΥΕΙ ΤΟ ΕΡΓΟ ΣΑΣ. Κανείς δεν επιτρέπεται να στέκεται ακριβώς έξω από την αίθουσα εξέτασης και να ενοχλεί εσάς ή τους υποψηφίους
- να χρησιμοποιείτε αποκλειστικά τη γλώσσα εξέτασης σε όλη τη διάρκεια της εξέτασης
- να είσαστε ευέλικτοι και να μην παρεμβαίνετε όταν ο υποψήφιος διστάζει. Δώστε χρόνο στους υποψηφίους να διαμορφώσουν την απάντησή τους
- ότι η διάρκεια της εξέτασης είναι περιορισμένη, οπότε φροντίστε να τηρείται ο χρόνος που αναλογεί σε κάθε υποψήφιο για κάθε δοκιμασία
- να ευχαριστείτε τους υποψηφίους όταν τελειώνει η εξέταση, αλλά δεν επιτρέπεται να τους ενημερώνετε για το πως τα πήγαν
- ότι οι υποψήφιοι δεν επιτρέπεται να φύγουν από την αίθουσα εξέτασης παίρνοντας μαζί τους το Τευχίδιο του Υποψηφίου

3.3. Μετά το πέρας της Προφορικής Εξέτασης:

Η συμπλήρωση του Εντύπου Αξιολόγησης Προφορικού Λόγου

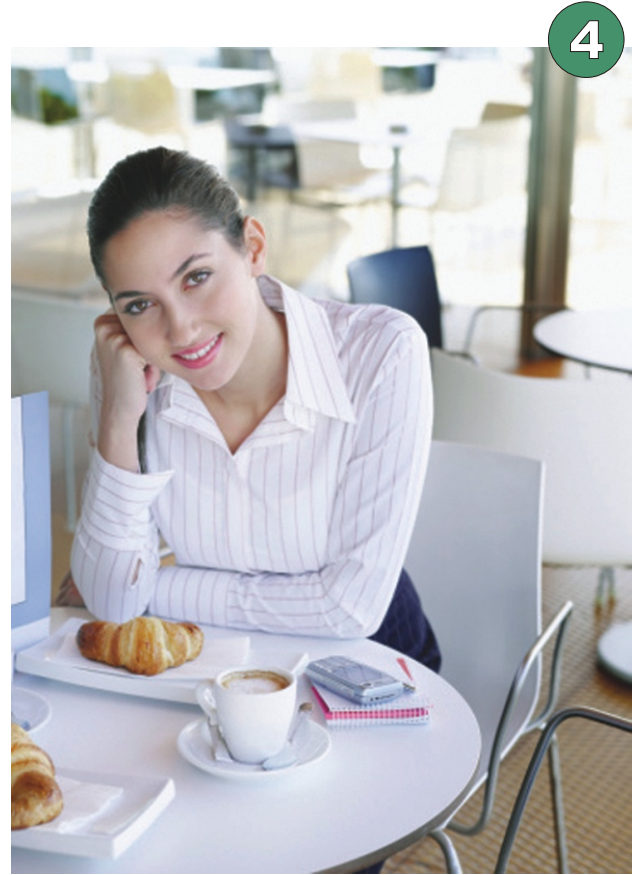
- Βεβαιωθείτε ότι τα ονόματα των υποψηφίων και οι κωδικοί τους είναι σωστά γραμμένα στο ΕΝΤΥΠΟ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗΣ ΠΑΡΑΓΩΓΗΣ ΠΡΟΦΟΡΙΚΟΥ ΛΟΓΟΥ του καθενός.
- Θυμηθείτε τα εξής:
 - τον υψηλότερο βαθμό (20) τον δίνετε σε υποψηφίους που ανταποκρίνονται πλήρως στις απαιτήσεις του κάθε επιπέδου.
 - τον πιο χαμηλό βαθμό (τη μονάδα) τον δίνετε σε υποψηφίους που δεν χρησιμοποιούν καθόλου τη γλώσσα εξέτασης ή δεν βγαίνει νόημα από αυτά που λένε.
- Αποφασίστε τι βαθμό θα βάλετε πριν τον σημειώσετε στο Έντυπο Αξιολόγησης, το οποίο πρέπει να διατηρηθεί σε καλή κατάσταση. Δεν πρέπει να σβήνετε για να μην τσαλακωθεί ή φθαρεί (γιατί τότε θα δημιουργηθεί πρόβλημα στη διαδικασία αυτόματης καταχώρησης της βαθμολογίας με το OMR). Ωστόσο, Αν κάνετε κάποιο λάθος και πρέπει να το διορθώσετε, ζητείστε τη βοήθεια της Επιτροπής του Εξεταστικού Κέντρου.
- Βαθμολογείτε συμπληρώνοντας τα κενά κουτάκια ως εξής: ■
- Συμπληρώστε το έντυπο μετά την αποχώρηση των υποψηφίων, με μαύρο ή μπλε στυλό:
 - Ο Αξιολογητής 1 (δηλ. εκείνος ο οποίος σε όλη τη διάρκεια της εξέτασης κάθεται σιωπηλά και παρατηρεί, ακούει και κρατά σημειώσεις) συμπληρώνει πρώτος τους βαθμούς του στα κουτάκια στην αριστερή στήλη του Εντύπου.
 - Ο Αξιολογητής 2 (δηλ. εκείνος που συνομιλεί με τον υποψήφιο και θέτει τα ερωτήματα) συμπληρώνει τους βαθμούς του δεύτερος στα κουτάκια στη δεξιά στήλη του Εντύπου.
- Οι βαθμοί των δύο αξιολογητών ενδέχεται να διαφέρουν μεταξύ τους. Ο συνολικός βαθμός των υποψηφίων υπολογίζεται ηλεκτρονικά.

Στο τέλος της ημέρας της Εξέτασης Προφορικού Λόγου

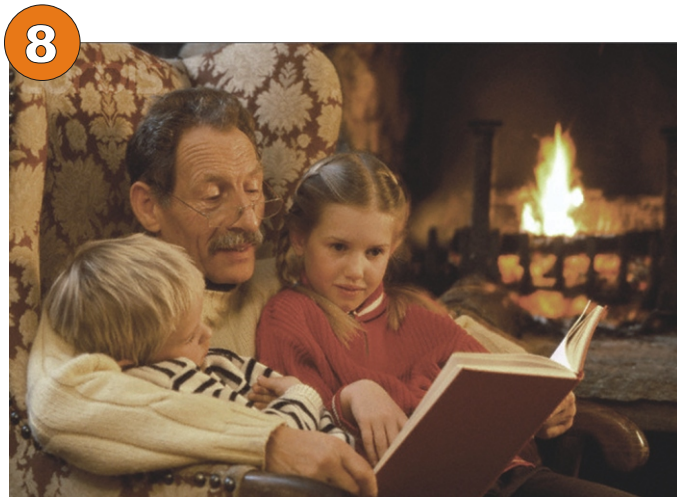
- Επιστρέψτε στην Επιτροπή του Εξεταστικού Κέντρου τα Τευχίδια του Υποψηφίου, το Φυλλάδιο του Εξεταστή και τα συμπληρωμένα Έντυπα Αξιολόγησης Προφορικού Λόγου.
- Σε περίπτωση που σας έχει ζητηθεί να συμπληρώσετε κάποιο ερωτηματολόγιο, παρακαλούμε να το επιστρέψετε συμπληρωμένο στην Επιτροπή του Εξεταστικού Κέντρου.

1ος βαθμολογητής	ΣΧΑΡΑ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗΣ ΠΡΟΦΟΡΙΚΟΥ ΛΟΓΟΥ	2ος βαθμολογητής
ΒΑΘΜΟΣ ΑΝΤΑΠΟΚΡΙΣΗΣ ΤΟΥ ΥΠΟΨΗΦΙΟΥ ΣΤΟ ΖΗΤΟΥΜΕΝΟ		
ΔΟΚΙΜΑΣΙΑ 1 – ΔΙΑΛΟΓΟΣ		
0 1 2 □ □ □	Ανταπόκριση σε ερωτήματα που αφορούν τον ίδιο και το περιβάλλον του	0 1 2 □ □ □
ΔΟΚΙΜΑΣΙΑ 2 – ΜΟΝΟΛΟΓΟΣ		
0 1 2 □ □ □	Ανάπτυξη ενός θέματος (με αφορμή οπτικό ερέθισμα, λ.χ. φωτογραφία ή σχέδιο)	0 1 2 □ □ □
ΔΟΚΙΜΑΣΙΑ 3 – ΔΙΑΜΕΣΟΛΑΒΗΣΗ		
0 1 2 □ □ □	Ανάπτυξη ενός θέματος με αφορμή πληροφορίες που δίνονται στην ελληνική γλώσσα (με τη μορφή κειμένου, διαγράμματος, πίνακα, κτλ.)	0 1 2 □ □ □
ΕΠΙ ΜΕΡΟΥΣ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ ΤΗΣ ΓΛΩΣΣΙΚΗΣ ΠΑΡΑΓΩΓΗΣ		
ΔΟΚΙΜΑΣΙΕΣ 1, 2 ΚΑΙ 3		
1 2 □ □	Επιτονισμός και προφορά	1 2 □ □
0 1 2 3 4 □ □ □ □ □	Καταλληλότητα γλωσσικών επιλογών	0 1 2 3 4 □ □ □ □ □
0 1 2 3 4 □ □ □ □ □	Ορθότητα λεξικογραμματικών επιλογών	0 1 2 3 4 □ □ □ □ □
0 1 2 3 4 □ □ □ □ □	Συνοχή και συνεκτικότητα λόγου	0 1 2 3 4 □ □ □ □ □

YEMEK SAATİ



AİLECE



ALİŞVERİŞTE

11



12



13



15



14



MESLEKLER

16



17



18



19



20



21



KİM, NEREDEN, NEREYE, NEYLE?

22



23



24



25



26



27



SEYAHAT

28



29



30



31



32



3.1. Etkinlik

ΦΙΛΟΔΑΣΙΚΗ
Ένωση Αθηνών

Οι εθελοντές της ALPHA BANK και η Φιλοδασική μαζί
στον καθαρισμό των δασικών δρόμων στο Δάσος Υμηττού

Την Κυριακή 30 Μαΐου 2010, «Ημέρα Εθελοντισμού ALPHA BANK», στα πλαίσια της συνεργασίας με τη Φιλοδασική Ένωση Αθηνών, εργαζόμενοι και στελέχη της ALPHA BANK συμμετείχαν εθελοντικά στις εργασίες καθαρισμού δασικών δρόμων και μονοπατιών στο Δάσος Υμηττού, ενόψει της Αντιπυρικής Περιόδου.

Με μεγάλο ενθουσιασμό οι εθελοντές βοήθησαν να καθαριστούν από τα ξερά χόρτα περιοχές που θα μπορούσαν να γίνουν εστίες πυρκαγιάς, βοηθώντας έτσι το δύσκολο έργο της Φιλοδασικής να προστατεύσει το Δάσος που διαχειρίζεται τους επικίνδυνους καλοκαιρινούς μήνες.

Η «υιοθέτηση» ενός μέρους του Δάσους Υμηττού από την ALPHA BANK, έχει φέρει κοντά τους εθελοντές της Τραπέζης με τους ανθρώπους της Φιλοδασικής με κοινό στόχο να φροντίσουν και να προστατέψουν το Δάσος αυτούς τους καλοκαιρινούς μήνες. Γιατί ένα καλύτερο περιβάλλον είναι ευθύνη όλων μας όπως λέει και το πολύ πετυχημένο σύνθημα της ALPHA BANK.



Διασκεπή από το περιοδικό ΦΥΣΗ & ΖΩΗ

3.2. Etkinlik



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΕΝΩΣΗ ΠΡΟΣΤΑΣΙΑΣ
ΘΑΛΑΣΣΙΟΥ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΟΣ
HELLENIC MARINE ENVIRONMENT
PROTECTION ASSOCIATION

ΠΑΓΚΟΣΜΙΑ ΗΜΕΡΑ ΕΘΕΛΟΝΤΙΚΟΥ ΚΑΘΑΡΙΣΜΟΥ ΑΚΤΩΝ 2010



Αγαπητοί φίλοι,

**Φέτος η Παγκόσμια Ημέρα Καθαρισμού Ακτών
γιορτάζει 25 χρόνια διοργάνωσης!**

Η Ελληνική Ένωση Προστασίας Θαλάσσιου Περιβάλλοντος - HELMEPA, ως συντονιστής της διεθνούς αυτής πρωτοβουλίας στην Ελλάδα, προσκαλεί όλους μας να αναλάβουμε δράση και να συμβάλουμε προσωπικά στην προσπάθεια προστασίας των θαλασσών και ακτών.

Μέχρι σήμερα εκατομμύρια άνθρωποι έχουν συμμετάσχει στην προσπάθεια αυτή συγκεντρώνοντας πάνω από 61.000.000 κιλά απορριμμάτων. Μόνο το 2009, η συνολική συμμετοχή ήταν 500.000 εθελοντές σε 108 χώρες που συγκέντρωσαν 3.356.000 κιλά απορριμμάτων, κυρίως αποτσίγαρα, αναπτήρες, πλαστικά, γυαλί, κουτιά αναψυκτικών, σχοινιά, μπαταρίες, οικιακές συσκευές και ό,τι άλλο μπορεί κανείς να φανταστεί πως καταλήγει στις παραλίες.

Με τη συμμετοχή όλων μας το 2010, μπορούμε να δείξουμε την ευαισθησία και την ανησυχία μας για την κατάσταση των ακτών μας.

<http://www.helmepa.gr>



3.3. Etkinlik



Σήμερα η παγκόσμια ημέρα μνήμης θυμάτων τροχαίων

Πρώτη αιτία θανάτου στην Ελλάδα τα τροχαία

«Μαύρη» ποδηλατοπορεία στο κέντρο της Αθήνας

Ανησυχία προκαλούν τα επίσημα στοιχεία για τα τροχαία δυστυχήματα στην Ελλάδα, όπως παρουσιάστηκαν χθες Σάββατο στην Κρήτη στο πλαίσιο εκδήλωσης με αφορμή την 21η Νοεμβρίου, παγκόσμια ημέρα μνήμης θυμάτων τροχαίων.

Τα τροχαία δυστυχήματα αποτελούν την πρώτη αιτία θανάτου στις ηλικίες 18 έως 44 ετών, σύμφωνα με τα επίσημα στοιχεία.

Τα τελευταία 50 χρόνια η Ελλάδα έχει χάσει λόγω των θανάτων στην ασφαλτο μία μεγάλη πόλη, ενώ μετρά τραυματίες τόσους όσος ο πληθυσμός της Θεσσαλονίκης.

Από το 1965 μέχρι και το 2008, 150.000 άνθρωποι σκοτώθηκαν σε τροχαίο, ενώ 1,5 εκατ. άνθρωποι τραυματίστηκαν.

Κάθε χρόνο η χώρα μετρά χιλιάδες νεκρούς, παραπληγικούς, τραυματίες και μικρά παιδιά που συνεχίζουν τη ζωή τους με μόνιμες αναπηρίες.

Εν τω μεταξύ, "μαύρη" ποδηλατοπορεία πραγματοποιήσαν το πρωί στο κέντρο της Αθήνας ποδηλάτες, οι οποίοι επέλεξαν να φορέσουν μαύρα ρούχα λόγω της παγκόσμιας ημέρας μνήμης για τα θύματα των τροχαίων δυστυχημάτων.



ΕΛΕΥΘΕΡΟΤΥΠΙΑ - enet.gr

3.4. Etkinlik



Το κόψιμο του τσιγάρου φτιάχνει και το κέφι των ανθρώπων Παρά την αντίθετη άποψη όσων καπνίζουν ακόμα...

Όσοι το παίρνουν απόφαση και κόβουν το κάπνισμα, δεν κάνουν καλό μόνο στη σωματική τους υγεία, αλλά και στην ψυχική, καθώς μια νέα αμερικανική επιστημονική έρευνα έρχεται να ανατρέψει την κοινή αντίληψη ότι το τσιγάρο βοηθά στην ανακούφιση από το άγχος. Η μελέτη κατέληξε στο συμπέρασμα ότι οι άνθρωποι που κόβουν το κάπνισμα, έχουν λιγότερα συμπτώματα κατάθλιψης από ποτέ, τουλάχιστον για όσο καιρό καταφέρνουν να μην καπνίζουν. Οι ερευνητές που δημοσίευσαν τη σχετική μελέτη σε εξειδικευμένο περιοδικό συστήνουν στους καπνιστές να κόψουν το τσιγάρο, ως ένα πρώτο βήμα για να βελτιώσουν την ψυχική διάθεσή τους.

Οι ερευνητές ανέλυσαν 236 άνδρες και γυναίκες που, εκτός από καπνιστές, ήσαν και φανατικοί φίλοι του αλκοόλ. Μετά από προσπάθειες των εθελοντών, με τη βοήθεια των επιστημόνων, να κόψουν το τσιγάρο, έστω και για μικρό χρονικό διάστημα, οι ερευνητές διαπίστωσαν ότι ακόμα και σε όσους το σταμάτησαν για λίγο, η ψυχική κατάστασή τους βελτιώθηκε, ενώ όταν ξανάρχισαν το κάπνισμα, η διάθεσή τους χειροτέρευσε, σε μερικές περιπτώσεις μάλιστα σε μεγαλύτερο βαθμό από ό,τι ήταν πριν αποπειραθούν να σταματήσουν να καπνίζουν. Όσο περισσότερο χρόνο διατηρήθηκε η αποχή από το κάπνισμα, τόσο λιγότερα συμπτώματα αρνητικής ψυχικής διάθεσης είχαν οι εθελοντές.



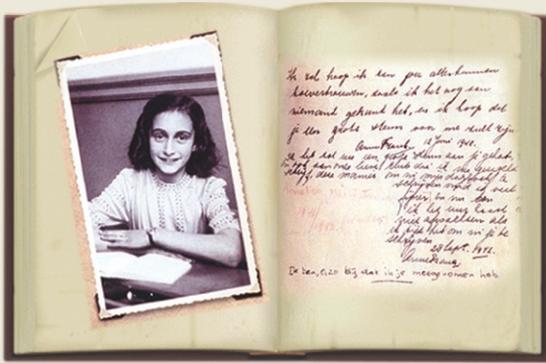
Όσοι δεν κατάφεραν καθόλου να κόψουν το τσιγάρο, παρέμειναν οι πιο καταθλιπτικοί από όλους τους άλλους μέχρι το τέλος της μελέτης. Αντίθετα, όσοι το έκοψαν οριστικά, δήλωσαν και οι πιο χαρούμενοι από όλους. Ο Κάλερ δήλωσε ότι, μετά από αυτά τα ευρήματα, είναι δύσκολο να πιστέψει κανείς ότι το κάπνισμα όντως αποτελεί ένα αποτελεσματικό μέσο για να μετριάζονται τα αρνητικά συναισθήματα και η κατάθλιψη, ακόμα κι αν μερικοί καπνιστές δικαιολογούν τη συνήθειά τους σε αυτή τη βάση. Όπως είπε, το αντίθετο ακριβώς φαίνεται να συμβαίνει: το κόψιμο του τσιγάρου μειώνει τα συμπτώματα κατάθλιψης και δυστυχίας.

www.kathimerini.gr

3.5. Etkinlik



Επιστρέφουν στο Άμστερνταμ τα χειρόγραφα της Άννας Φρανκ



Όλα τα ημερολόγια και τα χειρόγραφα της Άννας Φρανκ θα επιστραφούν στο σπίτι της στο Άμστερνταμ με την ευκαιρία της πενήκοστης επετείου από την ημέρα που το μουσείο άνοιξε τις θύρες του στο κοινό. Για πρώτη φορά στην ιστορία εκτίθεται ολόκληρο το ιδιόχειρο ημερολόγιο της Άννας Φρανκ μέσα στο φυσικό του χώρο, εκεί, δηλαδή, όπου η έφηβη Εβραία έζησε ανάμεσα

στο 1942 και το 1944 προτού συλληφθεί από τους ναζί.

Σήμερα, η βασίλισσα Βεατρίκη της Ολλανδίας εγκαινίασε μία νέα αίθουσα, όπου θα φιλοξενοούνται μόλις όλα τα πρωτότυπα κείμενα της Άννας Φρανκ, εξήντα πέντε χρόνια μετά από το θάνατο της.

«Όλα τα ημερολόγια της Άννας βρίσκονται τώρα και πάλι στο σπίτι όπου είχαν συνταχθεί και οι επισκέπτες θα μπορούν να τα δουν από σήμερα», δήλωσε ο διευθυντής του Μουσείου, Χανς Βέστρα.

Το σπίτι της Άννας Φρανκ, το οποίο επισκέφθηκαν 9.000 άνθρωποι το πρώτο έτος που άνοιξε, το 1960, σήμερα δέχεται ένα εκατομμύριο επισκέπτες ετησίως.

Μετά από τα εγκαίνια, η βασίλισσα Βεατρίκη παρακολούθησε τελετή σε μια προτεσταντική εκκλησία κοντά στο μέρος όπου η κοπέλα ζούσε κρυμμένη.

www.kathimerini.gr

3.6. Etkinlik

ΠΙΝΑΚΟΘΗΚΗ ΔΗΜΟΥ ΑΘΗΝΑΙΩΝ

Την Τετάρτη 27 Οκτωβρίου ξεκινάει η λειτουργία της Πινακοθήκης του Δήμου Αθηναίων στο κτήριο του Μεταξουργείου

Η έκθεση έργων από τις Συλλογές της Πινακοθήκης παρουσιάζει, μέσα από 160 έργα, μια ενδεικτική αναδρομή στην Ιστορία της Νεοελληνικής Τέχνης με ηχηρά ονόματα καλλιτεχνών από το τέλος του 19ου έως τους εκφραστές των σύγχρονων διατυπώσεων.

Αυτό που προσδίδει ιδιαίτερο ενδιαφέρον στην Έκθεση, είναι ότι πολλά από τα έργα της Συλλογής εμφανίζονται για πρώτη φορά. Επίσης, παρουσιάζεται ένα τελείως άγνωστο έργο της Σοφίας Λασκαρίδου, της πρώτης γυναίκας που έσπασε το άβατο της Σχολής Καλών Τεχνών.



Είναι η πρώτη φορά, μετά από πολλά χρόνια, που διοργανώνεται μια τόσο μεγάλη έκθεση των Συλλογών της Πινακοθήκης του Δήμου Αθηναίων, αφού έως πρόσφατα παρουσιάζονταν τα έργα της με συγκεκριμένο ιστορικό ή θεματικό πυρήνα.

Την επιμέλεια της Έκθεσης είχε η Νέλλη Κυριαζή, Διευθύντρια της Πινακοθήκης και των Μουσείων του Δήμου Αθηναίων.

Κτήριο Μεταξουργείου: Λεωνίδου και Μυλλέρου (Μεταξουργείο)

Διάρκεια: Από 27 Οκτωβρίου 2010 έως 28 Νοεμβρίου 2010

Ημέρες και ώρες λειτουργίας: Τρίτη έως και Σάββατο 10.00-14.00 & 17.00-21.00

Κυριακή 10.00-14.00, Δευτέρα κλειστά

Πληροφορίες: 210 3231841

<http://athenscityculture.gr>