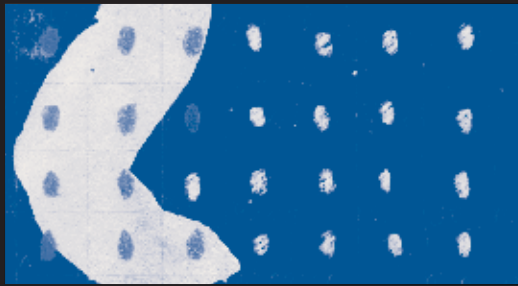




# Φεβρουάριος 2019



# 02.

## Καλωσήρθατε στο ΚΠΙΣΝ

Ένα πολυλειτουργικό και περιβαλλοντικά βιώσιμο κέντρο παιδείας, τέχνης, αθλητισμού και αναψυχής.

Ημερολόγιο Εκδηλώσεων

Λειτουργία Παγοδρομίου

Το Παγοδρόμιο του ΚΠΙΣΝ είναι ανοιχτό.

2/2

15°  
24/01

## Εκδηλώσεις και Νέα



ΕΛΕΥΘΕΡΟ

Σάββατο 01/12, 10:00  
ΑΓΟΡΑ

**Το Παγοδρόμιο του ΚΠΙΣΝ**

Ελεύθερη είσοδος με ηλεκτρονική προεγγραφή >



COSMOS

Δευτέρα 04/02, 20:30  
ΑΙΘΟΥΣΑ ΣΤΑΥΡΟΣ ΝΙΑΡΧΟΣ ΕΛΣ

**Εθνική Συμφωνική Ορχήστρα ΕΡΤ: D. Shostakovich, P. I. Tchaikovsky & Δ. Λαυράγκας**

Ελεύθερη είσοδος με ηλεκτρονική προεγγραφή >



**13.000 επισκέπτες υποδέχθηκαν το 2019 στο ΚΠΙΣΝ!**

Αψηφώντας τη βροχή και το τσουχτερό κρύο, περισσότεροι από 13.000 επισκέπτες υποδέχθηκαν το 2019 στο Κέντρο Πολιτισμού Ίδρυμα Σταύρος Νιάρχος (ΚΠΙΣΝ).

Περισσότερα >

Από αυτόν τον μήνα μπορείτε να χρησιμοποιείτε το ολοκαίνουργιο site του Κέντρου Πολιτισμού Ίδρυμα Σταύρος Νιάρχος. Το site σχεδιάστηκε ξανά από μηδενική βάση, αφού πρώτα μελετήσαμε τις προτιμήσεις και τις ανάγκες των επισκεπτών μας.

Στόχος μας είναι να σας προσφέρουμε εύκολα και άμεσα πληροφορίες, από όποια συσκευή και αν εισέρχεστε στο site, σχετικά με τις εκδηλώσεις και δράσεις του ΚΠΙΣΝ, της ΕΒΕ και της ΕΛΣ, το σύνολο της δραστηριότητάς μας, χρηστικές πληροφορίες για το πώς να οργανώσετε την επίσκεψή σας, αλλά και ενδιαφέροντα στοιχεία που θα σας βοηθήσουν να μας γνωρίσετε καλύτερα.

Το site θα εμπλουτίζεται διαρκώς με νέες ενότητες, με στόχο την παραγωγή και διάχυση χρήσιμου, υψηλής ποιότητας πολιτιστικού, περιβαλλοντικού και εκπαιδευτικού περιεχομένου έτσι ώστε, ακόμα και όσοι δεν έχουν τη δυνατότητα να επισκεφθούν το ΚΠΙΣΝ, να αποκτήσουν ελεύθερη πρόσβαση σε ένα κομμάτι της δράσης μας.

Είναι ένα ζωντανό και διαρκώς εξελισσόμενο site, το οποίο αντανακλά την προσωπικότητα και τον πλούτο του ΚΠΙΣΝ, τον πολιτιστικό, περιβαλλοντικό και εκπαιδευτικό του χαρακτήρα, την αμεσότητα και φιλικότητα που θέλουμε να μας χαρακτηρίζει, και τη μόνιμη επιδίωξή μας να εξυπηρετούμε όσους μας επισκέπτονται φυσικά ή ψηφιακά, με τον καλύτερο δυνατό τρόπο. Ειδικά για τους ψηφιακούς μας επισκέπτες στόχος μας είναι να τους δώσουμε μέσα από το site μια γεύση της εμπειρίας του ΚΠΙΣΝ!

Στο νέο μας site θα βρείτε και τις δράσεις και εκδηλώσεις του Φεβρουαρίου οι οποίες παρουσιάζονται στις επόμενες σελίδες και πραγματοποιούνται με ελεύθερη είσοδο χάρη στην αποκλειστική δωρεά του Ιδρύματος Σταύρος Νιάρχος.



## Γιώργος Ζογγολόπουλος: Το Όραμα μιας Δημόσιας Γλυπτικής



ΑΓΟΡΑ - ΠΙΣΩ ΑΓΟΡΑ 12

28/01-31/05 | 09.00-22.00 → ΑΙΘΡΙΟ 4ΟΥ ΟΡΟΦΟΥ ΕΒΕ 11

Το Κέντρο Πολιτισμού Ίδρυμα Σταύρος Νιάρχος, σε συνεργασία με το Ίδρυμα Γεωργίου Ζογγολόπουλου, διοργανώνει την πρώτη έκθεση αφιερωμένη αποκλειστικά σε δημόσια γλυπτά του εμβληματικού καλλιτέχνη, τα οποία βρίσκονται εγκατεστημένα στην Ελλάδα και το εξωτερικό.

Στόχος της έκθεσης είναι να αποτυπώσει τον τρόπο με τον οποίο η δημόσια γλυπτική του Ζογγολόπουλου σηματοδοτεί και συνομιλεί με τους χώρους στους οποίους βρίσκεται και επικοινωνεί με το κοινό στην καθημερινότητά του, αλλά και να αναδείξει τη σημασία της δημόσιας τέχνης. Το τελευταίο αποκτά ιδιαίτερη βαρύτητα δεδομένου ότι η έκθεση πραγματοποιείται στο ΚΠΙΣΝ, το οποίο φιλοδοξεί να επαναπροσδιορίσει το ίδιο τη σχέση του πολίτη με τον δημόσιο χώρο.

Περισσότερες πληροφορίες για την έκθεση μπορείτε να βρείτε στο SNFCC.org καθώς και στο ειδικό έντυπο της έκθεσης.

Παράλληλα, με αφορμή την έκθεση πραγματοποιούνται εκπαιδευτικά προγράμματα και διαλέξεις με αφετηρία το έργο του καλλιτέχνη.

## Από τη Μνημειακή Γλυπτική στη Street Art

Με αφετηρία την έκθεση του Γ. Ζογγολόπουλου ο Αναπληρωτής Καθηγητής της Ιστορίας της Τέχνης και της Θεωρίας του Πολιτισμού στο Πολυτεχνείο Κρήτης, Θανάσης Μουτσόπουλος εγκαινιάζει έναν κύκλο διαλέξεων για την πορεία της τέχνης στον δημόσιο χώρο.

Η δημόσια τέχνη στην Αθήνα μοιάζει με αδύνατη υπόθεση, συμπιεσμένη ανάμεσα στις αιώνιες μαρμάρινες προτομές και τις ανεξέλεγκτες επιγραφές στους τοίχους των πολυκατοικιών της. Μαζί με τον νεοκλασικό σχεδιασμό της, η Αθήνα κληρονόμησε και μερικές δεκάδες αγάλματα και προτομές αγωνιστών του '21, Φιλικών και Φιλελλήνων. Στη συνέχεια, οι πολιτικοί αναδείχθηκαν (αναπόφευκτα) στους νέους ήρωες και δίπλα στις προτομές τους στήθηκαν και νέοι ανδριάντες στρατιωτικών, αλλά και δημάρχων, ποιητών, ηθοποιών.

Όμως, ο Μοντερνισμός του 20ου αιώνα επρόκειτο να δώσει νέες διαστάσεις στη γλυπτική. Τα πειράματα εμφανίστηκαν από τη Γαλλία έως τη Σοβιετική Ένωση, ώσπου κάποια στιγμή φάνηκε ότι το ζήτημα δεν περιορίζεται μόνο στην καλλιτεχνική φόρμα, αλλά κυρίως εστιάζεται στον όλο και πιο αλλόκοτο ρόλο της μνημειακής τέχνης σε μια μητρόπολη και μια κοινωνία που άλλαξε δραστικά στη διάρκεια του τελευταίου αιώνα.

**Τετάρτη 13/02, 19.00-21.00 | Από την Κλασική στη Μοντέρνα Γλυπτική**

Έναρξη προεγγραφής για το κοινό Πέμπτη 07/02 στις 12.00.

**Τετάρτη 27/02, 19.00-21.00 | Η Τέχνη στον Δημόσιο Χώρο**

Έναρξη προεγγραφής για το κοινό Πέμπτη 21/02 στις 12.00.

Θα υπάρχει ταυτόχρονη μετάφραση στην Ελληνική Νοηματική Γλώσσα

ΠΥΡΓΟΣ ΒΙΒΛΙΩΝ 11 (με προεγγραφή στο SNFCC.org)

## Εργαστήριο αρχιτεκτονικής: Οι ομπρέλες

Η εξερεύνηση του χώρου της πόλης γίνεται ένα συναρπαστικό ταξίδι με οδηγό τα γλυπτά του Γ. Ζογγολόπουλου. Τα παιδιά εξοικειώνονται με τις ιδιότητες του χώρου, της πόλης, της αρχιτεκτονικής, της κατοίκησης, των υλικών και μαθαίνουν για την αιώρηση, την κίνηση, την ισορροπία.

Με αφετηρία το γλυπτό *Ομπρέλες* που φαίνονται πως πετούν αλλά είναι πάντα εκεί, τα παιδιά θα κατασκευάσουν ένα πλέγμα αιωρούμενων αντικειμένων που θα τους αποκαλύψει το προσωπικό ταξίδι του φωτός στις διαφορετικές οπτικές του γωνίες.

**Σάββατο 02/02 & Κυριακή 24/02, 17.30-19.00**

ΠΑΙΔΙΚΟ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙ 11

Για παιδιά 6-10 ετών

(έως 20 συμμετοχές ανά εργαστήριο με σειρά προτεραιότητας)

Σχεδιασμός-Υλοποίηση: Athens Super Script

## Δημιουργούμε όλοι μαζί τέχνη: Οι ανθρώπινες φιγούρες του Γ. Ζογγολόπουλου

Με χρήση πηλού που στεγνώνει και δεν χρειάζεται ψήσιμο, οι συμμετέχοντες θα κατασκευάσουν μια σειρά από γλυπτικές λεπτομέρειες εμπνευσμένοι από τα ανθρωπόμορφα μνημειακά γλυπτά του Γ. Ζογγολόπουλου.

Έργα όπως *Αλέξανδρος*, *Ποσειδώνας*, *Ζάλογγο* θα είναι η κεντρική θεματική του εργαστηρίου.

Αφού μελετηθεί η ανατομία και η μορφή του κάθε έργου, θα ακολουθηθούν όλα τα βήματα της κλασικής γλυπτικής διαδικασίας: αποτύπωμα, κατασκευή αρματούρας, ενίσχυση με μονωτικό υλικό και λεπτομερές πλάσιμο ώστε να γίνει κατανοητός ο τρόπος με τον οποίο ο καλλιτέχνης δούλεψε σε μικρή κλίμακα τα γιγάντια γλυπτά του.

Με αφορμή το έργο του Ζογγολόπουλου, οι συμμετέχοντες θα χρησιμοποιήσουν μια σειρά από λεπτομέρειες για να κατασκευάσουν ο καθένας τη δική του σύνθεση και να φανταστούν τη δυναμική της στον δημόσιο χώρο.

**Σάββατο 23/02, 17.30-18.30, 18.30-19.30, 19.30-20.30**

ΠΑΙΔΙΚΟ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙ 11

Για παιδιά 7 ετών και άνω, νέους και οικογένειες με ή χωρίς αναπηρία

(έως 25 συμμετοχές ανά ώρα με σειρά προτεραιότητας)

Σχεδιασμός-Υλοποίηση:

Θεόδωρος Ζαφειρόπουλος, Εικαστικός

Ελισάβετ Χελιδώνη, Εικαστικός, Εκπαιδευτικός Ειδικής Αγωγής

## Γλυπτική που αναπνέει: Κίνηση

"Να αναπνέει ένα έργο" - Γιώργος Ζογγολόπουλος

Πώς μπορεί κανείς να ελευθερώσει έναν χώρο δημιουργώντας ένα μνημείο γι' αυτόν; Πώς δίνει ζωή και ενέργεια σε μία κατασκευή;

Με άξονα τα κινητικά γλυπτά του Γ. Ζογγολόπουλου οι συμμετέχοντες θα πειραματιστούν με τη δυνατότητα της κίνησης δημιουργώντας μια κατασκευή υπό κλίμακα προορισμένη για έναν δημόσιο χώρο της επιλογής τους.

**Κυριακή 10/02 & 17/02, 17.30-20.30**

ΠΑΙΔΙΚΟ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙ 11

Για ενήλικες

(έως 18 συμμετοχές με προεγγραφή στο SNFCC.org)

Σχεδιασμός-Υλοποίηση: Very Young Contemporary Art (VYCA) σε συνεργασία με τον γλύπτη Βασίλη Γεροδήμο



Στο πλαίσιο της μουσικής ενότητας Cosmos του Κέντρου Πολιτισμού Ίδρυμα Σταύρος Νιάρχος, η Εθνική Συμφωνική Ορχήστρα της ΕΡΤ επιστρέφει στην Αίθουσα Σταύρος Νιάρχος.



## Εθνική Συμφωνική Ορχήστρα D. Shostakovich, P. I. Tchaikovsky & Δ. Λαυράγκας

Δευτέρα, 04/02 | 20.30 —————> ΑΙΘΟΥΣΑ ΣΤΑΥΡΟΣ ΝΙΑΡΧΟΣ 13

Στο πλαίσιο της μουσικής ενότητας Cosmos του ΚΠΙΣΝ, η Εθνική Συμφωνική Ορχήστρα ΕΡΤ, η οποία από το 1938 παρουσιάζει το έργο σημαντικών Ελλήνων και ξένων συνθετών, μαέστρων και ερευνητών, έρχεται στην Αίθουσα Σταύρος Νιάρχος για να ερμηνεύσει έργα των D. Shostakovich, P. I. Tchaikovsky και Δ. Λαυράγκα υπό τη μουσική διεύθυνση του Ender Sakrinar, Διευθυντή της Κρατικής Συμφωνικής Ορχήστρας της Κωνσταντινούπολης από το 2015 και της Μητροπολιτικής Συμφωνικής Ορχήστρας του Εσκή Σαχίρ. Συμμετέχει ο διακεκριμένος πιανίστας Τίτος Γουβέλης.

Η πρώτη ελληνική σουίτα για συμφωνική ορχήστρα του Διονυσίου Λαυράγκα, του «αριστοκράτη μαέστρου» από την Κεφαλλονιά, όπως τον αποκαλούσαν επί μισό αιώνα, έχει ιστορική σημασία, καθώς αποτελεί την πρώτη ελληνική σύνθεση συμφωνικής μουσικής. Μας παραπέμπει στην ατμόσφαιρα της ηπειρωτικής Ελλάδας, διατηρώντας τη διαύγεια, την τάξη και το μέτρο που χαρακτηρίζει την γαλλική μουσική.

Το 2ο κονσέρτο για πιάνο σε φα μείζονα, έργο 102, ο D.Shostakovich το συνέθεσε το 1957 για τα 19α γενέθλια του γιου του Maxim. Η πρεμιέρα του έργου δόθηκε κατά την αποφοίτησή του από το Κονσερβατόριο της Μόσχας. Διάρκει είκοσι λεπτά, αποτελείται από τρία μέρη, με το δεύτερο να περνάει κατευθείαν στο τρίτο.

Από τους πιο δημοφιλείς Ρώσους συνθέτες του 19ου αιώνα, ο P. I. Tchaikovsky συνθέτει στα 1877-1878 την 4η συμφωνία σε φα ελάσσονα έργο 36, η πρεμιέρα της οποίας δόθηκε το 1878 στη Μόσχα υπό τη μουσική διεύθυνση του Nikolai Rubinstein. Ο συνθέτης αφιέρωσε το έργο στην καλύτερη φίλη και προστατευόμενη του, Nadezhda von Meck. Χαρακτηριστικό μοτίβο του έργου είναι η φανφάρα με την οποία ξεκινάει το πρώτο μέρος της συμφωνίας.

Ελεύθερη είσοδος με προεγγραφή στο SNFCC.org

Έναρξη προεγγραφής για το κοινό την Τρίτη, 29/01 στις 12.00.

Η είσοδος επιτρέπεται σε παιδιά άνω των 6 ετών.

Μετά την έναρξη η είσοδος θα είναι δυνατή μόνο σε περίπτωση παύσης.



Η Orchestra of the Age of Enlightenment (OAE), το σύνολο που εδώ και τρεις δεκαετίες συγκλονίζει, μεταμορφώνει και μαγεύει τον κόσμο της μουσικής, έρχεται στο ΚΠΙΣΝ για να ερμηνεύσει τραγούδια της καρδιάς με τη μεσόφωνο Magdalena Kožená υπό τη διεύθυνση του Giovanni Antonini.



## Orchestra of the Age of Enlightenment & Magdalena Kožená Love & Duty

Δευτέρα, 11/02 | 20.30 —————> ΑΙΘΟΥΣΑ ΣΤΑΥΡΟΣ ΝΙΑΡΧΟΣ 13

Όταν νοοτροπίες και συμβάσεις απαγορεύουν ό,τι η καρδιά επιθυμεί, ποιος βγαίνει νικητής: ο έρωτας ή το καθήκον;

Η OAE ιδρύθηκε το 1986 ως αυτοδιοικούμενο σύνολο. Αποτελεί το κορυφαίο βρετανικό σύνολο με όργανα εποχής και είναι μόνιμη ορχήστρα στο Southbank Centre του Λονδίνου ενώ συνεργάζεται και με το Φεστιβάλ Όπερας Glyndebourne.

Η ορχήστρα θα παρουσιάσει για πρώτη φορά στην Ελλάδα με την Κοζενά μια επιλογή από θεϊκές άριες από όπερες των Mozart, Haydn και Gluck.

Τρυφερές μελωδίες από τους Γάμους του Φίγκαρο εναλλάσσονται με γλυκόπικρες ιστορίες από την Επιείκεια του Τίτου, το επικό κύκνειο άσμα του Mozart, σε ένα πρόγραμμα που το εμπλουτίζουν άριες από τη Σκηνή της Βερενίκης του Haydn και τα λυρικά έργα Πάρις και Ελένη και Η Parnaso Confuso του Gluck. Συνδυετικός ιστός, η δραματικά φορτισμένη Συμφωνία αρ. 40 του Mozart.

Η Κοζενά έχει συνεργαστεί με πολλούς από τους μεγαλύτερους μαέστρους του κόσμου και διακεκριμένους παρτενέρ, σε εμφανίσεις σε μεγάλες αίθουσες μουσικής, όπως Carnegie Hall, Wigmore Hall, Alice Tully Hall, Concertgebouw του Άμστερνταμ, καθώς και στα φεστιβάλ μουσικής Άλντεμπεργκ, Εδιμβούργου και Σάλτσμπουργκ. Είναι επίσης περιζήτητη ως σολίστ από τις φιλαρμονικές του Βερολίνου, της Βιέννης και της Τσεχίας, καθώς και τις ορχήστρες του Κλίβελαντ, της Φιλαδέλφειας και τη Βασιλική Ορχήστρα του Concertgebouw του Άμστερνταμ.

Έχει ερμηνεύσει την Τσερλίνα στον Ντον Τζοβάννι στο Φεστιβάλ Σάλτσμπουργκ το 2002, όπου και επέστρεψε το 2013 ως Ιδάμανθης, ρόλο που ερμήνευσε και για το φεστιβάλ του Γκλίντεμπορν, καθώς και στο Βερολίνο και στη Λουκέρνη. Η Magdalena έκανε το ντεμπούτο της στη Μετροπόλιταν Όπερα της Νέας Υόρκης το 2003 ως Κερουμπίνο στους Γάμους του Φίγκαρο του Μότσαρτ· έκτοτε, αποτελεί τακτική προσκεκλημένη, όπως για τον ομώνυμο ρόλο στην όπερα του Ντεμπνυσού Πελλέας και Μελισσάνθη σε παραγωγή Τζόνθαν Μίλλερ τη σεζόν 2010/11. Άλλοι της ρόλοι: Οκτάβιος στην όπερα του Ρίχαρντ Στράους Ο Ιππότης με το Ρόδο (Κρατική Όπερα Βερολίνου 2009 και Πασχαλινό Φεστιβάλ Μπάντεν Μπάντεν 2015), ομώνυμο ρόλος στις όπερες Κάρμεν του Μπιζέ (Πασχαλινό και Θερινό Φεστιβάλ Σάλτσμπουργκ 2012), Μήδεια του Σαρπαντιέ (Βασιλεία 2015) και Ιουλιέττα του Μαρτίνου (Κρατική Όπερα Βερολίνου 2016).

Ελεύθερη είσοδος με προεγγραφή στο SNFCC.org.

Έναρξη προεγγραφής για το κοινό την Τρίτη, 05/02 στις 12.00.

Η είσοδος επιτρέπεται σε παιδιά άνω των 6 ετών.

Μετά την έναρξη η είσοδος θα είναι δυνατή μόνο σε περίπτωση παύσης.



### Πρόγραμμα:

- **Wolfgang Amadeus Mozart:** Συμφωνία αρ. 40 σε σολ ελάσσονα KV 550 I: Molto allegro
- **Christoph Willibald Gluck:** «O del mio dolce ardor» (από την όπερα Πάρις και Ελένη)
- **Christoph Willibald Gluck:** «Ο χορός των Ερινυών» (από την όπερα Ορφέας και Ευρυδίκη)
- **Wolfgang Amadeus Mozart:** «Giunse alfin il momento... Deh vieni, non tardar» / «Al desio di chi t'adora» (από την όπερα Οι Γάμοι του Φίγκαρο)
- **Wolfgang Amadeus Mozart:** Συμφωνία αρ. 40 σε σολ ελάσσονα KV 550 II: Andante
- **Joseph Haydn:** Recitativo: «Berenice, che fai?» (από τη Σκηνή της Βερενίκης, Hob XXIVa)
- **Wolfgang Amadeus Mozart:** Συμφωνία αρ. 40 σε σολ ελάσσονα KV 550 III: Menuetto. Allegretto
- **Christoph Willibald Gluck:** «Di questa cetra» (από την όπερα Η Parnaso Confuso)
- **Wolfgang Amadeus Mozart:** «Den, per questo istante solo» (από την όπερα Η Μεγαλοψυχία του Τίτου)
- **Wolfgang Amadeus Mozart:** Συμφωνία αρ. 40 σε σολ ελάσσονα KV 550 IV: Finale. Allegro assai
- **Wolfgang Amadeus Mozart:** "Parto, parto" (από την όπερα Η Μεγαλοψυχία του Τίτου)



## Νίκος Αναδολής & Αλέξανδρος Δράκος Κτιστάκης INSTANT COMPOSING

Κυριακή 03/02 | 21.00 → ΦΑΡΟΣ 14

Δύο εξαιρετικά δημιουργικοί μουσικοί, ο Νικόλας Αναδολής και ο Αλέξανδρος Δράκος Κτιστάκης, συναντώνται και συνθέτουν μουσικές εικόνες, με χρώματα από την κλασική, τζαζ και world μουσική.

Οι δύο μουσικοί, αυτοσχεδιάζουν και δημιουργούν συνθέσεις που μεταφέρουν την έμπνευση και το συναίσθημα της στιγμής. Μέσα από ένα μοναδικό μουσικό performance, καλούν το κοινό να αισθανθεί τη μουσική και να συνδιαμορφώσει την ατμόσφαιρα.

Το αποτέλεσμα είναι ότι οι μουσικοί δοκιμάζονται στην αυτόματη σύνθεση (instant composing) και τον ελεύθερο αυτοσχεδιασμό. Εξ ορισμού και εκ των πραγμάτων κάθε μουσική σύμπραξη είναι μοναδική και δεν επαναλαμβάνεται.

Ο Νικόλας Αναδολής, που αυτοσχεδιάζει στο πιάνο από πολύ μικρή ηλικία, ξεκίνησε πεντέμιση χρονών με μαθήματα κλασικού πιάνου για τον κερδίσει αργότερα η τζαζ. Έχει παρακολουθήσει master classes με γνωστούς μουσικούς και έχει λάβει πολλές και σημαντικές διακρίσεις, μερικές από τις οποίες είναι το Α΄ Βραβείο στον Διεθνή Διαγωνισμό Τζαζ Πιάνου Martial Solal που γίνεται κάθε 4 χρόνια στο Παρίσι (2010) και το Clare Fischer Composition Award στο Berklee College of Music (2012).

Έχει συνεργαστεί με πολλούς σπουδαίους μουσικούς και εμφανίστηκε σε πολλά φεστιβάλ της Ελλάδας και του εξωτερικού, αλλά και στο μυθικό jazz club Blue Note της Νέας Υόρκης.

Στη σκηνή συναντά τον Αλέξανδρο Δράκο Κτιστάκη, με πολυετή πανεπιστημιακή πείρα στο Τμήμα Μουσικών Σπουδών (τομέας Jazz) του Ιονίου Πανεπιστημίου Κέρκυρας και σπουδές στη Μουσική Ερμηνεία, στη jazz performance και στα drums, όπου έχει συνεργαστεί με μεγάλα ονόματα της ξένης και ελληνικής μουσικής σκηνής. Έχει ενορχηστρώσει παραστάσεις μεγάλων Ελλήνων καλλιτεχνών και ειδικά αφιερώματα, όπως και πρόσφατα κυκλοφόρησε τις νέες του συνθέσεις με το προσωπικό σχήμα Alex Drakos Trio και το album με τίτλο *Tora*.

### Συντελεστές:

Νικόλας Αναδολής, πιάνο  
Αλέξανδρος Δράκος Κτιστάκης, τύμπανα

## Θοδωρής Ρέλλος & Γιάννης Αναστασάκης HORSELOVERFAT

Κυριακή 24/02 | 21.00 → ΦΑΡΟΣ 14

Οι μουσικοί Θοδωρής Ρέλλος και Γιάννης Αναστασάκης παρουσιάζουν την πρώτη τους κοινή δισκογραφική δουλειά με τίτλο *HORSELOVERFAT* στον Φάρο του ΚΠΙΣΝ.

Το υλικό και οι συνθέσεις της πρώτης κοινής δουλειάς των μουσικών δημιουργήθηκαν από τις ζωντανές εμφανίσεις τους τα τελευταία πέντε χρόνια, τους αυτοσχεδιασμούς και τους πειραματισμούς τους, καθώς και από κείμενα βασισμένα σε διηγήματα του γνωστού Αμερικανού συγγραφέα επιστημονικής φαντασίας Philip K. Dick.

Στη συναυλία τους στο ΚΠΙΣΝ θα τους συνοδεύσει η Σαβίνα Γιαννάτου αλλά και ο Νίκος Σιδηροκαστρίτης, ένας από τους σπουδαιότερους τζαζ drummers στην Ελλάδα, με μια μοναδική προσέγγιση και έναν ιδιαίτερο τρόπο παιξίματος.

Τα τελευταία 30 χρόνια ο ήχος του Θοδωρή Ρέλλου είναι συνυφασμένος με μερικές από τις πιο δημιουργικές στιγμές της σύγχρονης ζωντανής τζαζ, της πειραματικής σκηνής και της ανάλογης δισκογραφίας.

Ο Γιάννης Αναστασάκης βλέπει την κιθάρα ως γεννήτρια πρωτότυπων και ατμοσφαιρικών ήχων και ασχολείται με την τεχνική του live-sampling και τα εφέ και είναι επίσης ο σχεδιαστής και κατασκευαστής των JAM pedals. Η μουσική του είναι ένα κράμα ambient και ψυχεδέλειας που ισορροπεί μεταξύ μελωδίας και θορύβου. Έχει συνεργαστεί με γνωστά ονόματα της ελληνικής και παγκόσμιας μουσικής σκηνής και δραστηριοποιείται και με το δικό του προσωπικό σχήμα, τους "Elektronik Meditation".

### Συντελεστές:

Θοδωρής Ρέλλος, βαρύτονο σαξόφωνο, φλάουτο, φωνή  
Γιάννης Αναστασάκης, ηλεκτρική κιθάρα, κλασική κιθάρα, effects,  
live-sampling, analog synth bass  
Σαβίνα Γιαννάτου, φωνή  
Νίκος Σιδηροκαστρίτης, τύμπανα

## SNFCC Sessions

Τα SNFCC Sessions επιστρέφουν στο ΚΠΙΣΝ: Μια σειρά μουσικών συναντήσεων με καλεσμένους από την παγκόσμια και εγχώρια σκηνή σε έναν συνδυασμό ανοιχτής συζήτησης και DJ set ή live performance. Επόμενος καλεσμένος των SNFCC Sessions, ο Andrew Weatherall, ένας από τους σημαντικότερους DJs και παραγωγούς της βρετανικής electronica.

## Andrew Weatherall

Κυριακή 10/02 → ΦΑΡΟΣ 14

20.00: Ανοιχτή συζήτηση με τον Παναγιώτη Μένεγο  
21.00: DJ Set

Το 1991 ο Andrew Weatherall έκατσε στην καρέκλα του παραγωγού και καθοδήγησε τους Primal Scream να παραδώσουν ένα από τα πιο καθοριστικά άλμπουμ στην ιστορία της βρετανικής pop, το θρυλικό *Screamadelica*. Ήταν ο δίσκος που κατέργησε τα όρια μεταξύ του ροκ και της χορευτικής μουσικής και ο μουσικός Τύπος της εποχής τον χαρακτήρισε "rave n' roll". Αυτό αποτελεί το πιο σύντομο βιογραφικό του Weatherall, ενός μουσικού που εδώ και πάνω από τρεις δεκαετίες επανεφεύρει διαρκώς τον εαυτό του μέσα από τις πολλαπλές του ιδιότητες.

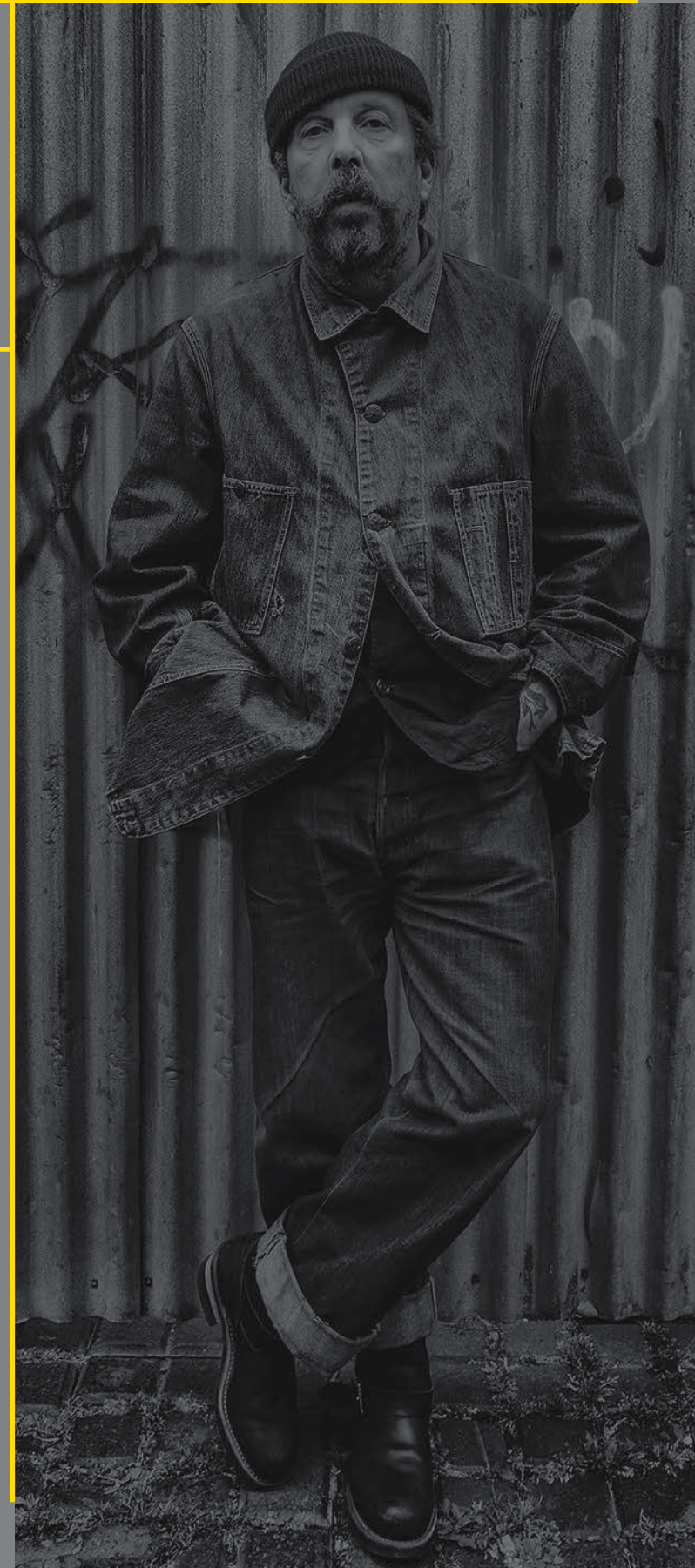
Είναι ένας από τους πιο εκλεκτικούς DJs όλων των εποχών. Με την ίδια άνεση που κάνει τους ανθρώπους να χορεύουν, μπορεί να τον ακούσετε σε ένα rockabilly ή dub set. Αποτελεί περιζήτητο remixer και τη δική του ιδιαίτερη προσέγγιση έχουν αναζητήσει καλλιτέχνες όπως οι Harry Mondays (το remix του στο "Hallelujah" ήταν η πρώτη φορά που μπήκε στο στούντιο), Bjork, Siouxsie Sioux, The Orb, The Future Sound of London, New Order, Manic Street Preachers, My Bloody Valentine, Saint Etienne, James μεταξύ πολλών άλλων. Είναι ο παραγωγός που έχει αναδείξει ονόματα όπως η Beth Orton και οι Fuck Buttons, κι έχει υπάρξει μέλος σχημάτων που είχαν πάντα κάτι διαφορετικό να πουν όπως οι 2 Lone Swordsmen, Sabres of Paradise και, πιο πρόσφατα, the Asphodels.

Μέσα σε όλα αυτά κυκλοφόρησε την πρώτη του σόλο δουλειά μόλις το 2006. Από τότε όμως προσθέτει σταθερά στον προσωπικό κατάλογό του με τελευταίο του άλμπουμ το *Qualia* του 2017 και 2 EPs την περσινή χρονιά.

Λάτρης της pop κουλτούρας, ο Andrew Weatherall, ισχυρίζεται πως η ιστορία της pop μουσικής παρουσιάζει μεγάλο ενδιαφέρον λόγω της εσωτερικής δημοκρατίας που τη χαρακτηρίζει. Έχει δηλώσει, μάλιστα, πως το χιούμορ είναι το σημαντικότερο συστατικό της μουσικής ιδεολογίας του. Παράλληλα, όμως, είναι απολαυστικός συνομιλητής για μια σειρά από θέματα, ξεκινώντας από την λογοτεχνία και την ποίηση και φτάνοντας μέχρι τη μόδα και τα εικαστικά, και τον τρόπο που αναμειγνύονται στη νεανική κουλτούρα.

Το σημαντικότερο: ήταν εκεί - παίζοντας μάλιστα κεντρικό ρόλο - σχεδόν σε όλα τα μουσικά ρεύματα από τα μέσα της δεκαετίας του '80.

Τη συζήτηση με τον Andrew Weatherall θα συντονίσει ο δημοσιογράφος και ραδιοφωνικός παραγωγός Παναγιώτης Μένεγος.







## Πάνω σ' έναν αρχαίο στίχο Ελύτης και Σαπφώ

Πέμπτη 28/02 | 19.00-20.30 → ΠΥΡΓΟΣ ΒΙΒΛΙΩΝ 11

Το 2019 ο κύκλος *Πάνω σ' έναν αρχαίο στίχο*, με τη Διδάκτορα Συγκριτικής Λογοτεχνίας Εμμανουέλα Κάντζια, συνεχίζει την περιδιάβαση στο βίο και το έργο Νεοελλήνων ποιητών που συνομιλούν μέσα από το έργο τους με την αρχαία παράδοση.

Η δεύτερη διάλεξη του 2019 με τίτλο «Ελύτης και Σαπφώ» εστιάζει στα ποιήματα: «Της Σελήνης της Μυτιλήνης - Παλαιά και νέα ωδή», και «Περασμένα μεσάνυχτα».

Στο δοκιμιακό του έργο ο Ελύτης ομολογεί συχνά τις οφειλές του στη Σαπφώ, την ποιήτρια που ύμνησε τον έρωτα και αναμετρήθηκε με τον χρόνο, με τη βαθιά πεποίθηση ότι γράφοντας κανείς γίνεται «μέτοχος της αθανασίας». Τα ίδια θέματα διατρέχουν και την ποίηση του Ελύτη και αναδεικνύονται συχνά με την παράθεση στίχων ή αφομοιωμένων αναμνήσεων από τον γιαλό της Μυτιλήνης και το φεγγάρι της Σαπφώς.

### Επόμενη διάλεξη:

Πέμπτη 28/03, Οι αρκαδικές ρίζες του Νίκου Γκάτσου

Θα υπάρχει ταυτόχρονη μετάφραση στην Ελληνική Νοηματική Γλώσσα

## Η αρχή της ζωής: Διαλέξεις για τα πρώτα βήματα του ανθρώπου. Η ζωή στη μήτρα

Σάββατο 16/02 | 17.00-18.30 → ΠΥΡΓΟΣ ΒΙΒΛΙΩΝ 11

Τον Φεβρουάριο ξεκινά μια νέα σειρά διαλέξεων για τα πρώτα βήματα του ανθρώπου, από την κύηση μέχρι και τη νηπιακή ηλικία.

Οι ενότητες είναι επιλεγμένες ώστε να επιτρέψουν έναν διάλογο ανάμεσα στη φυσιολογία και την ψυχολογία, προκειμένου να ενημερώσουν και να δώσουν απαντήσεις.

Στόχος της πρώτης διάλεξης είναι να απαντηθεί μια σειρά από ερωτήματα: Πώς είναι η ζωή μέσα στη μήτρα; Πώς αναπτύσσεται ο άνθρωπος από τη σύλληψη μέχρι τον τοκετό; Πότε αναπτύσσονται τα όργανα; Τι καταλαβαίνει και τι αισθάνεται το έμβρυο στα διάφορα στάδια ανάπτυξής του; Μπορεί να ακούσει; Μπορεί να νιώσει πόνο; Είναι απόλυτα προστατευμένο από το περιβάλλον ή υπάρχουν επιρροές; Μπορούν οι γονείς να βοηθήσουν την ψυχοσωματική ανάπτυξη του παιδιού τους ήδη από την ενδομήτρια ζωή;

**Ομιλητές:** Παναγιώτα (Νένη) Περβανίδου, Επίκουρη Καθηγήτρια Αναπτυξιακής & Συμπεριφορικής Παιδιατρικής στην Ιατρική Σχολή του Εθνικού και Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών (ΕΚΠΑ)

Μακάριος Ελευθεριάδης, Ειδικός Ιατρικής του Εμβρύου, Επίκουρος Καθηγητής Μαιευτικής-Γυναικολογίας, Εμβρυομητρικής Ιατρικής Β' Μαιευτική & Γυναικολογική Κλινική ΕΚΠΑ, Αρεταίειο Νοσοκομείο.

### Σχεδιασμός - Υλοποίηση: ΦΑΙΝΑΡΕΤΗ

Η Αστική μη Κερδοσκοπική Εταιρεία (ΑμΚΕ) ΦΑΙΝΑΡΕΤΗ ιδρύθηκε το 2006 με σκοπό να συμβάλει ενεργά στην αναβάθμιση του επιπέδου των υπηρεσιών περιγεννητικής υγείας στην Ελλάδα. Μέσω εξειδικευμένων παρεμβάσεων στο πεδίο της μαιευτικής φροντίδας και της ψυχολογικής υποστήριξης, η ΦΑΙΝΑΡΕΤΗ στοχεύει στην προαγωγή της υγείας της εγκύου, του νεογνού/βρέφους, των γονέων, και της ευρύτερης οικογένειας.

## Παραβάσεις: Το Θεατρικό Αναλόγιο του ΚΠΙΣΝ

Τη σεζόν 2018 - 2019 οι Παραβάσεις, το Θεατρικό Αναλόγιο του ΚΠΙΣΝ μετατρέπουν τον Φάρο σε ένα ιδιότυπο λογοτεχνικό σαλόνι όπου γνωστοί ηθοποιοί μοιράζονται με το κοινό διηγήματα μεγάλων συγγραφέων. Ιδιαίτερα κυριακάτικα απογεύματα αφιερωμένα σε μαστορες της γραφής που λάτρεψαν τη μικρή φόρμα, μέσα από δραματοποιημένες αναγνώσεις.

## Δημήτρης Χατζής Άι - Γιώργης

Κυριακή 17/02 | 17.00 → ΦΑΡΟΣ 14

Σκηνοθετική Επιμέλεια: **Αργυρώ Χιώτη**  
Ερμηνεύουν: **Μανώλης Μαυροματάκης, Ηρώ Μπέζου**  
Συνοδεύει στην τρομπέτα: **Ανδρέας Πολυζωγόπουλος**

Τον Φεβρουάριο οι Παραβάσεις, υπό τη σκηνοθετική καθοδήγηση της Αργυρώς Χιώτη και με την ερμηνεία των Μανώλη Μαυροματάκη και Ηρώς Μπέζου παρουσιάζουν τον «Άι-Γιώργη», ένα από τα κορυφαία διηγήματα του Δημήτρη Χατζή.

Στο πλαίσιο της ιστορίας, εισχωρούμε στο φιλόξενο και ήσυχο σπίτι του Σταμάτη και της Κατερίνας, σε μια απόμερη γειτονιά της Αθήνας. Ένα νέο και όμορφο ζευγάρι που έρχεται για να εγκατασταθεί δίπλα τους απελπίζει, τελικά, με τη φιλία του το δύσμορφο αντρόγυνο που είχε για χρόνια συνηθίσει την περιορισμένη του ζωή: «η Ιφιγένεια έφυγε - η απολύτρωση δεν ήρθε. Ποτέ δεν θα 'ρχότανε. Πέρασε ο Άι-Γιώργης εκεί -θα περνούσε κάποτε- έγινε φως, πολύ φως.»

Ο Δημήτρης Χατζής ανήκει στους νεωτεριστές ρεαλιστές συγγραφείς της μεταπολεμικής ελληνικής πεζογραφίας με κυρίαρχο στοιχείο της γραφής του τον κοινωνικό προβληματισμό. Με συχνά έντονη λυρική διάσταση στο λόγο του, παραμένει τόσο επίκαιρος όσο και βαθιά ανθρώπινος. Μέσα από τα διηγήματά του αποτυπώνονται αρχετυπικές φιγούρες του ανθρώπου που παλεύουν για καλύτερες συνθήκες στη ζωή τους, που ταλαιπωρούνται, τραυματίζονται, και που τα πάθη τους είναι άρρηκτα συνδεδεμένα με τα κοινωνικά συμβάντα και την Ιστορία η οποία, ωστόσο, συνεχίζει να γράφεται ερήμην τους.

Τα πνευματικά δικαιώματα για την αφήγηση του διηγήματος παραχωρούνται για την συγκεκριμένη εκδήλωση δωρεάν από την κυρία Καίτη Χατζή.

Το διήγημα περιλαμβάνεται στο βιβλίο *Ανυπεράσπιστοι (2000) των Εκδόσεων Το Ροδακί.*

Ελεύθερη είσοδος με προεγγραφή στο [SNFCC.org](http://SNFCC.org).

Έναρξη προεγγραφής την Παρασκευή 08/02 στις 12.00.

Η είσοδος επιτρέπεται σε παιδιά άνω των 6 ετών.

Μετά την έναρξη η είσοδος θα είναι δυνατή μόνο σε περίπτωση παύσης.





## Κυριακές στο Πάρκο

Κάθε μέρα, το Πάρκο Σταύρος Νιάρχος αποτελεί έναν ιδανικό προορισμό για όλους. Τις Κυριακές όμως, κρύβει και κάτι διαφορετικό: ποδηλατικές δράσεις, μαθήματα roller skates, περιβαλλοντικές αλλά και μουσικές δραστηριότητες για παιδιά και για ενήλικες. Όλα βρίσκουν τη θέση τους στον Λαχανόκηπο, στο προαύλιο του Κέντρου Επισκεπτών και στον Μουσικό Κήπο.

### Μαθήματα ποδηλάτου για παιδιά και για ενήλικες

Ειδικοί εκπαιδευτές διδάσκουν στα παιδιά απλές τεχνικές που τους δίνουν την ευκαιρία να χαρούν το ποδήλατο χωρίς βοηθητικές ρόδες, ενώ και εκείνα που ξέρουν ήδη ποδήλατο μπορούν να βελτιώσουν τις δεξιότητές τους. Για τους ενήλικες που δεν ξέρουν ποδήλατο αλλά πάντα ήθελαν να μάθουν, προσφέρονται ειδικά προσαρμοσμένα μαθήματα.

Κυριακή 10/02  
11.00-15.00

ΚΕΝΤΡΟ ΕΠΙΣΚΕΠΤΩΝ 23

Για παιδιά 3-10 ετών και τους γονείς τους και για ενήλικες

(με σειρά προτεραιότητας)

Σχεδιασμός-Υλοποίηση:  
MBike

### Μαθήματα BMX στο ΚΠΙΣΝ για εφήβους

"Να βγάλω τα pegs;  
Να οδηγήσω brakeless;  
Δεκαενιά ή είκοσι μία ίντσες;  
Ένα φρένο ή δύο;"

Ένα εργαστήριο που λύνει όλες τις απορίες γύρω από το BMX: Ποια είδη υπάρχουν, ποιοι τύποι ποδηλάτου, ποια είναι η σωστή στάση σώματος και πώς στήνεται σωστά ένα ποδήλατο BMX. Και φυσικά, πώς κάνουμε διάφορα παλιά και νέα κόλπα!

Θα υπάρχουν διαθέσιμες όλες οι κατηγορίες ποδηλάτων BMX.

Κυριακή 03/02  
11.30-15.30

ΚΕΝΤΡΟ ΕΠΙΣΚΕΠΤΩΝ 23

Για εφήβους 12-18 ετών

(με σειρά προτεραιότητας)

Σχεδιασμός-Υλοποίηση:  
MBike μαζί με τους εκπαιδευτές  
Γιώργο Κίκο και Χρήστο Κολομβάτσο

### Ένας σπόρος ταξιδεύει

Τα παιδιά μαζί με τους γονείς τους εξερευνούν το Πάρκο μέσα από ένα ταξίδι αναζήτησης και ανακάλυψης των μυστικών που κρύβει μέσα στις φυλλωσιές του. Ακολουθούν τη διαδρομή των φυτών που συνδέονται με την ιστορία του τόπου μας από την αρχαία Ελλάδα μέχρι σήμερα. Ταξιδεύουν μέσα στο χρόνο, από τόπο σε τόπο, από φυτό σε φυτό αναζητώντας το μυθικό σπόρο που θα δώσει το δέντρο του μέλλοντος.

Κυριακή 10, 24/02  
10.30-12.00

ΛΑΧΑΝΟΚΗΠΟΣ 20

Για παιδιά 4-9 ετών και τους γονείς τους

(έως 30 συμμετοχές, 15 παιδιά & 15 συνοδοί, ανά συνάντηση, με σειρά προτεραιότητας)

Σχεδιασμός-Υλοποίηση:  
Urban Point\_Landscape Programs

### Τα φυτά που μας φροντίζουν

Μια σειρά συναντήσεων και εργαστηρίων με επίκεντρο τα σημαντικότερα φυτά που αναπτύχθηκαν μαζί με τον ανθρώπινο πολιτισμό και τα φυτά της Μεσογειακής διατροφής, πολλά από τα οποία φιλοξενεί και το Πάρκο Σταύρος Νιάρχος. Οι συμμετέχοντες θα μάθουν την ιστορία τους, πώς να τα καλλιεργούν, καθώς και τις χρήσεις τους. Στο τέλος θα δημιουργήσουν ένα όμορφο παραγωγικό παρτέρι με σημαντικά ενδημικά φυτά και παραδοσιακές ποικιλίες.

#### 03/02 Γνωριμία με τον σπόρο

Η δεύτερη συνάντηση, αποτελεί μια γνωριμία με τον σπόρο και τις διαφορετικές ποικιλίες του. Οι συμμετέχοντες γνωρίζουν τον καρπό και το άνθος, μαθαίνουν πώς λειτουργεί η άνθηση, αλλά και τις διεργασίες μετά τη γονιμοποίηση, τις αναπτυξιακές φάσεις, την αναπνοή, την ωρίμανση και τη ρύθμιση της ανάπτυξης του καρπού. Στο εργαστήριο θα έχουν τη δυνατότητα να παρατηρήσουν πολλούς διαφορετικούς σπόρους και την ανατομία τους, αλλά και

να βιώσουν την εμπειρία της σπορείας με παραδοσιακές ποικιλίες λαχανικών και ψυχανθών.

#### 17/02 Έδαφος – Θρέψη των Φυτών

Η τρίτη συνάντηση, αποτελεί μια γνωριμία με το έδαφος και τη θρέψη των φυτών. Οι συμμετέχοντες μελετούν τις ιδιότητες των εδαφών και τη συμβολή τους στην ανάπτυξη και παραγωγικότητα των φυτών. Κατανοούν το ρόλο των οργανικών λιπασμάτων και τη διαφυλλική λίπανση, ενώ στο εργαστήριο μαθαίνουν για τη σπορά σε διαφορετικά εδάφη και τη διαδικασία κομποστοποίησης.

Κυριακή 03, 17/02  
11.00-13.00

ΛΑΧΑΝΟΚΗΠΟΣ 20

Για ενήλικες

(έως 30 συμμετοχές με σειρά προτεραιότητας)

Σχεδιασμός-Υλοποίηση:  
Παναγιώτης Παπαδόπουλος,  
Γεωπόνος MSc, Med Culture

Μπορείτε να βρείτε πληροφορίες για τις υπόλοιπες σταθερές κυριακάτικες δραστηριότητές μας στις σελίδες 15-19.

### Κύκλος κρουστών για οικογένειες

Ρυθμικά παιχνίδια συνοδεύουν τις μεταλλικές, μουσικές πλάκες εδάφους, δημιουργώντας κινητικές μελωδίες, ήχους και τραγούδια. Ελάτε να μάθουμε πώς φτιάχνουμε μουσική ηχοχoreύοντας πάνω σε πεντατονικές μελωδίες και κρουστά.

Κυριακή 03, 17/02  
12.00-14.00

ΜΟΥΣΙΚΟΣ ΚΗΠΟΣ 9

Για παιδιά 5 ετών και άνω και τις οικογένειές τους. Κατάλληλο για άτομα με ή χωρίς αναπηρία.

(έως 40 συμμετοχές με σειρά προτεραιότητας)

Σχεδιασμός-Υλοποίηση:  
QUILOMBO LAB

### Κύκλος κρουστών για ενήλικες

Μια συνάντηση με τη μουσική, τον ρυθμό και την κίνηση, όπου τραγούδια από την Αφροβραζιλιάνικη παράδοση συνδυάζονται με τις πεντατονικές μελωδίες και μεταφράζονται μέσα από τις μεταλλικές, μουσικές πλάκες εδάφους στον Μουσικό Κήπο.

Με βάση τη διάσημη Βραζιλιάνικη Samba συνεχίζεται και το νέο έτος ο κύκλος των κρουστικών συμπράξεων.

Κυριακή 10, 24/02  
12.00-14.00

ΜΟΥΣΙΚΟΣ ΚΗΠΟΣ 9

Για ενήλικες, με ή χωρίς κινητικές αναπηρίες

(έως 30 συμμετοχές με σειρά προτεραιότητας)

Σχεδιασμός-Υλοποίηση:  
QUILOMBO LAB

### Roller Skates για παιδιά

Ψυχαγωγία, γυμναστική ή μεταφορικό μέσο; Τα πατίνια είναι όλα αυτά μαζί! Μέσα από τα αυτοτελή, εισαγωγικά μαθήματα, τα παιδιά θα εξασκήσουν την ισορροπία τους κάνοντας βόλτες με πατίνια!

Δεν απαιτείται προηγούμενη εμπειρία. Οι συμμετέχοντες θα πρέπει να έχουν δικό τους εξοπλισμό (πατίνια, κράνη, επιγονατίδες).

Κυριακή 17, 24/02  
12.00-14.00

ΚΕΝΤΡΟ ΕΠΙΣΚΕΠΤΩΝ 23

Για παιδιά 6-12 ετών

(έως 15 συμμετοχές με σειρά προτεραιότητας)

Σχεδιασμός-Υλοποίηση:  
Ακαδημία πατινιών Powerskate.eu,  
Γιάννης Κούσπαρης, πιστοποιημένος εκπαιδευτής με Level 1, 2 και 3 από τον οργανισμό ICP.



# Τέχνες και Τεχνικές: Εργαστήρια Δεξιοτήτων

Εργαστήρια που δίνουν έμφαση στην ανάπτυξη νέων τεχνικών και στην εξάσκηση των δεξιοτήτων σας, σάς προσκαλούν σε ευχάριστα και δημιουργικά απογεύματα.

## Εργαστήρι καλλιγραφίας: Lettering

Ανακαλύπτουμε την τέχνη της καλλιγραφίας σε τρεις μηνιαίους κύκλους εργαστηρίων, εμβαθύνοντας στις εξής θεματικές:

Ιανουάριος: **brush pen**  
Φεβρουάριος: **lettering**  
Μάρτιος: **lettering σε μαυροπίνακα**

Τον Φεβρουάριο, οι συμμετέχοντες μαθαίνουν για το lettering. Χρησιμοποιούν ως βάση όσα έμαθαν στο εργαστήρι της καλλιγραφίας με brush pen του Ιανουαρίου. Επαναλαμβάνουν τις βασικές αρχές γραμματογραφίας και ανακαλύπτουν τα διάφορα είδη γραμμάτων και πώς μπορούν να τα διαχειριστούν. Μαθαίνουν να χτίζουν τα γράμματά τους με μολύβι και να τα διακοσμούν.

Τετάρτη 06, 13, 20, 27/02  
18.00- 21.00

ΠΑΙΔΙΚΟ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙ 11

Για ενήλικες

(κλειστή συμμετοχή ανά κύκλο εργαστηρίων/έως 20 συμμετοχές, με προεγγραφή στο SNFCC.org)

Σχεδιασμός-Υλοποίηση:

Chris Thomas / Quick Brown Fox, Καλλιγράφος (06, 13/02) & Κωνσταντίνα - Πολυτίμη Ζερδεβά - Μπρικόρη, Καλλιγράφος (20, 27/02)

## Μάσκα: Τα εργαλεία της Μεταμόρφωσης

Ένα εργαστήριο από τον ενδυματολόγο και σκηνογράφο Άγγελο Μέντη.

Η μάσκα, ως αντανάκλαση του προσώπου στον καθρέφτη της φαντασίας, κατέχει στην ιστορία της ανθρώπινης έκφρασης θέση προνομιακή. Από τα βάθη των αιώνων μέχρι σήμερα, από τον πιο πρωτόγονο πολιτισμό μέχρι τον πιο εκλεπτυσμένο, σύνηθες στις θορυβώδεις γιορτές της ζωής και στην ακινησία του θανάτου, φτιαγμένη με υλικά από τα πιο ευτελή, όπως η λάσπη, μέχρι το καθαρό χρυσάφι της ματαιοδοξίας, είτε εξυπηρετώντας ανάγκες σκοτεινές, όπως η εξαπάτηση, είτε φέρνοντας τους ανθρώπους σε επαφή με τα φωτεινά προγονικά πνεύματα, την κρυμμένη εσωτερική αλήθεια ή το θείο, είναι ένα πεδίο στο οποίο η δημιουργική δύναμη του ανθρώπου αποδείχτηκε ανεξάντλητη, ερμηνεύοντας με την ύλη αυτό που φανταζόταν για το πρόσωπο.

Οι συμμετέχοντες, βουτώντας σε αυτό το υλικό, από τις αφρικανικές μάσκες έως τη μάσκα του κλόουν, από τις παραδοσιακές μάσκες των θεάτρων της Ανατολής μέχρι τις αυτοσχέδιες αποκριτικές μάσκες και τη σύγχρονη τέχνη και μόδα, παίζουν με ελευθερία, με υλικά προβλέψιμα και απρόβλεπτα, για να δώσουν ζωή στα πρόσωπα της φαντασίας τους.

Όλα τα αντικείμενα που συνήθως πετάγονται στα σκουπίδια αποκτούν μια δεύτερη ευκαιρία, μέσα από την απροσδόκητη χρήση τους.

Σάββατο 09, 16/02  
14.00-16.00 & 17.00-19.00

ΠΑΙΔΙΚΟ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙ 11

Για ενήλικες

(κλειστή συμμετοχή ανά κύκλο εργαστηρίων/έως 20 συμμετοχές, με προεγγραφή στο SNFCC.org)

Σχεδιασμός-Υλοποίηση:

Άγγελος Μέντης

Ο Άγγελος Μέντης έχει δουλέψει σαν art director σε μεγάλα events: Τελετή Έναρξης Ολυμπιακών Αγώνων (2004), Τελετή Έναρξης των 1ων Ευρωπαϊκών Αγώνων (Baku 2015).



## Comics: Η δημιουργική διαδικασία του καρέ (panel) και της σελίδας

Σε συνέχεια των μαθημάτων comics του Ιανουαρίου, οι συμμετέχοντες μαθαίνουν πώς να απεικονίζουν τις εκφράσεις και τη στάση του σώματος/body language των χαρακτήρων.

Στη δεύτερη συνάντηση, εξερευνούν το πώς στήνεται ένα καρέ (panel) και τι πρέπει να προσέχουν στα μπαλονάκια (speech balloons).

Στην τρίτη συνάντηση, ολοκληρώνουν τη συγκεκριμένη ενότητα με το πώς στήνεται μια σελίδα και το πώς δείχνουν τον χρόνο (flow) με τη χρήση πολλών καρέ.

Κάθε εργαστήριο συνοδεύεται από ασκήσεις και παραδείγματα.

Σάββατο 02, 09, 23/02  
17.00-19.00

MAKER SPACE 11

Για εφήβους 12-17 ετών

(έως 20 συμμετοχές ανά εργαστήριο, με σειρά προτεραιότητας)

Σχεδιασμός-Υλοποίηση:

Δανάη Κηλαηδόνη, Comic Artist



## Μαθήματα Υπολογιστών για άτομα 65+

Μαθήματα που δίνουν την ευκαιρία σε όσους δεν είναι εξοικειωμένοι με τους υπολογιστές, να μάθουν τις κύριες λειτουργίες, τη χρήση βασικών προγραμμάτων και την πλοήγηση στο διαδίκτυο, γνώσεις που θα τους βοηθήσουν στη διεκπεραίωση απλών εργασιών, μέσα από πρακτικά βήματα.

\*Το πρόγραμμα απευθύνεται σε αρχάριους χρήστες ηλικίας 65+ καθώς και σε όσους επιθυμούν να λάβουν βασικές γνώσεις του αντικειμένου.

Δευτέρα-Παρασκευή  
11.00-12.00, 12.30-13.30, 14.00-15.00

ΑΙΘΟΥΣΑ ΥΠΟΛΟΓΙΣΤΩΝ 11

(έως 16 συμμετοχές με σειρά προτεραιότητας)

## Νέες τεχνολογίες: Εισαγωγή στα Προγράμματα Γραφιστικής

Ένα δυναμικό εργαστήριο με στόχο την εισαγωγή στις νέες τεχνολογίες. Ο Φεβρουάριος είναι αφιερωμένος στη γραφιστική και τα προγράμματά της.

**Θεωρία:**  
Γενική θεωρία της γραφιστικής  
Θεωρία Illustrator/Photoshop  
Κανόνες και γενικά tips

**Πρακτική:**  
Εισαγωγή στο Canva  
Εισαγωγή-επεξεργασία τοπίου στο Pixlr  
Εισαγωγή-επεξεργασία πορτραίτου στο Pixlr

## Εργαστήρια Λάθους: Μονοκονδυλιά

Οι συμμετέχοντες ανακαλύπτουν τις δυνατότητες της συνεχόμενης γραμμής στο χαρτί, αντλώντας έμπνευση από τις μονοκονδυλιές των Pablo Picasso και Saul Steinberg. Στη συνέχεια βρίσκουν εφαρμογές της μονοκονδυλιάς στο χώρο, με αφορμή έργα των Alexander Calder και Diego Cabezasa, δημιουργώντας ευφάνταστα δισδιάστατα και τρισδιάστατα έργα από... γραμμή!

Παρασκευή 01, 08, 15, 22/02  
18.00-21.00

ΠΑΙΔΙΚΟ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙ 11

Για παιδιά όλων των ηλικιών και τους γονείς τους

έως 30 συμμετοχές, παιδιά και γονείς, ανά εργαστήριο με σειρά προτεραιότητας)

Σχεδιασμός-Υλοποίηση:

Χριστίνα Τσινιαζέλη, Εικαστικός

Δευτέρα 04, 11, 18, 25/02  
18.30-20.30

ΑΙΘΟΥΣΑ ΥΠΟΛΟΓΙΣΤΩΝ 11

Για εφήβους 17+ και για ενήλικες.

(έως 18 συμμετοχές ανά εργαστήριο με προεγγραφή στο SNFCC.org)

Σχεδιασμός-Υλοποίηση:  
Found.ation



# Ώρα για παιχνίδι!

Κάθε Δευτέρα και Πέμπτη νέοι γονείς βάζουν τα μωρά τους στο καρότσι και έρχονται βόλτα στο ΚΠΙΣΝ. Δυο προγράμματα ειδικά σχεδιασμένα για γονείς και παιδιά έως 3 ετών ενισχύουν την εξωστρέφεια και το διαδραστικό παιχνίδι με το σύνθημα: Ώρα για παιχνίδι!

## Baby's Arts & Crafts

Μέσα σε ένα ήρεμο και διασκεδαστικό περιβάλλον, τα βρέφη αποκτούν τις πρώτες δεξιότητες αδρής κίνησης, γνωρίζουν τα χρώματα, αναπτύσσουν την παρατηρητικότητα τους, εξερευνούν το σώμα τους και τον κόσμο. Με όχημα το εμπνευσμένο αισθητηριακό παιχνίδι, δημιουργούν μαζί με τους γονείς πολύτιμα έργα τέχνης και εμπειρίες ομαλής κοινωνικοποίησης.

Παίζουμε με τα αποτυπώματα των χεριών και των ποδιών μας, φτιάχνουμε διακοσμητικές γιρλάντες, κορνίζες, έργα τέχνης σε καμβάδες και τα πρώτα αισθητηριακά παιχνίδια του μωρού μας με πρωτότυπα υλικά.

**Δευτέρα 04, 11, 18, 25/02**  
18.00-19.00

**ΠΑΙΔΙΚΟ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙ** 11

*Για μωρά 3 έως 9 μηνών και τους γονείς τους*

*(έως 20 συμμετοχές, 10 βρέφη και 10 συνοδοί, με προεγγραφή στο SNFCC.org)*

**Σχεδιασμός-Υλοποίηση:**  
Άννα Κωνσταντίνου,  
Εμπυχώτρια Μη Ανταγωνιστικού Παιχνιδιού



## Το πρώτο μου ατελιέ

Γνωστά έργα τέχνης γίνονται αφορμή για να ταξιδέψουν τα παιδιά και οι γονείς τους στον κόσμο των τεχνών! Τα παιδιά δημιουργούν κάθε φορά το δικό τους μοναδικό έργο σύμφωνα με την τεχνοτροπία, τους πρωταγωνιστές, τη θεματική. Η μπαλαρίνα του Renoir μας καλεί να χορέψουμε μαζί της με μουσικά κομμάτια του Debussy, οι κονσέρβες του Warhol μας μαθαίνουν το τύπωμα, το ελεφαντάκι Elmer του David McKee μας μιλά για τη διαφορετικότητα και τα μοτίβα, τα γλυπτά των Giacometti και Botero μας βοηθούν να γνωρίσουμε το σώμα μας και ο Matisse παίζει μαζί μας με τα χάρτινα πουλιά και λουλουδιά.

Σκοπός των εργαστηρίων αυτών είναι να πειραματιστούν τα παιδιά με ποικίλα υλικά, όπως η ζωγραφική με φτερά, με μαλακά υλικά, με χρηστικά αντικείμενα, με κολάζ, τυπώματα, drawing και αυθόρμητη κίνηση. Να εκφραστούν, να αλληλεπιδράσουν, να κοινωνικοποιηθούν και να μυηθούν με διασκεδαστικό τρόπο στον πολύχρωμο κόσμο της ιστορίας της τέχνης.

**Πέμπτη 07, 14, 21, 28/02**  
18.00-19.00

**ΠΑΙΔΙΚΟ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙ** 11

*Για παιδιά 1-3 ετών και τους γονείς τους*

*(έως 20 συμμετοχές, 10 παιδιά και 10 συνοδοί, με προεγγραφή στο SNFCC.org)*

**Σχεδιασμός-Υλοποίηση:**  
Ειρήνη Περισίδου, Ιστορικός Τέχνης,  
Εμπυχώτρια ΕΠ

# Αθλητισμός & Ευεξία

Το Πάρκο Σταύρος Νιάρχος προσφέρει το ιδανικό μέρος για άθληση και σας προσκαλεί όλους σε προγράμματα Αθλητισμού & Ευεξίας.

## Tai Chi

Το tai chi είναι μία αρχαία κινέζικη πολεμική τέχνη, η οποία έχει μετεξελιχθεί σε μία ευχάριστη και χαμηλής έντασης μορφή άσκησης. Κινήσεις που εκτελούνται με αργό, εστιασμένο τρόπο και συνοδεύονται από βαθιές αναπνοές, βοηθούν στη μείωση του στρες και στην αύξηση της ευελιξίας και της ισορροπίας. Κατάλληλο για όλες τις ηλικίες και όλα τα επίπεδα φυσικής κατάστασης.

**Για Αρχάριους**  
**Σάββατο 02, 09, 16, 23/02**  
08.30-09.45  
**ΞΕΦΩΤΟ** 1

**Τρίτη 05, 12, 19, 26/02**  
18.00-19.15  
**ΣΤΙΒΟΣ** 6

**Για προχωρημένους**  
**Παρασκευή 01, 08, 15, 22/02**  
19.00-20.15  
**ΣΤΙΒΟΣ** 6

**Για ενήλικες**  
*(έως 30 συμμετοχές με σειρά προτεραιότητας)*

## Pétanque

Το άγνωστο σε πολλούς pétanque (εδαφοσφαίριση) είναι ένα άθλημα που συνδυάζει την ακρίβεια του στόχου με το συντονισμό και την αυτοσυγκέντρωση. Οι αγωνιζόμενοι, που παίζουν είτε ένας εναντίον ενός είτε σε ομάδες, προσπαθούν να προσεγγίσουν τον στόχο πετώντας σιδερένιες μπάλες.

**Κυριακή 03, 10, 17, 24/02**  
12.00-14.00

**ΕΣΠΑΛΑΝΑΔΑ** 17

**Για ενήλικες**  
*(με σειρά προτεραιότητας)*

**Σχεδιασμός-Υλοποίηση:**  
Αναγέννηση & Πρόοδος



## Άσκηση για όλους

Έμπειροι καθηγητές φυσικής αγωγής βρίσκονται στους χώρους των υπαίθριων οργάνων και του στίβου, δίνουν συμβουλές και καλές πρακτικές και αξιολογούν τη φυσική κατάσταση των ασκούμενων.

Επιπλέον, οι προπονητές μπορούν να σχεδιάσουν εξατομικευμένα προγράμματα αερόβιας άσκησης, μυϊκής ενδυνάμωσης, ασκησιολογία ευλυγισίας και αποθεραπείας για όσους το επιθυμούν.

**Δευτέρα 04, 11, 18, 25/02**  
**Τρίτη 05, 12, 19, 26/02**  
**Τετάρτη 06, 13, 20, 27/02**  
**Πέμπτη 07, 14, 21, 28/02**  
**Παρασκευή 01, 08, 15, 22/02**  
08.00-10.00, 18.00-21.00

**ΣΤΙΒΟΣ** 6

**Για ενήλικες**

*(με σειρά προτεραιότητας)*

**Σχεδιασμός-Υλοποίηση:**  
Αναγέννηση & Πρόοδος

## Mat Pilates

Ένας δημιουργικός τρόπος εκγύμνασης με έμφαση στην ενδυνάμωση του κέντρου του σώματος, για τη βελτίωση της ευλυγισίας και της ισορροπίας. Πραγματοποιείται πάνω σε στρώματα και είναι κατάλληλο για άντρες και γυναίκες όλων των ηλικιών.

Οι συμμετέχοντες θα πρέπει να φορούν άνετα ρούχα και να φέρουν το δικό τους στρώμα pilates.

**Δευτέρα 04, 11, 18, 25/02**  
08.45-10.00  
**Τρίτη 05, 12, 19, 26/02**  
**Πέμπτη 07, 14, 21, 28/02**  
18.00-19.00  
**Τετάρτη 06, 13, 20, 27/02**  
**Παρασκευή 01, 08, 15, 22/02**  
07.30-08.45

**ΞΕΦΩΤΟ** 1

**Για ενήλικες**

*(έως 30 συμμετοχές με σειρά προτεραιότητας)*

**Σχεδιασμός-Υλοποίηση:**  
Αναγέννηση & Πρόοδος



## Άθληση στην 3η ηλικία

Η άσκηση είναι το πιο δυνατό εργαλείο για την πρόληψη και θεραπεία χρόνιων παθήσεων όπως διαβήτης, καρδιοπάθειες, παχυσαρκία. Στο πλαίσιο αυτό, το νέο αυτό πρόγραμμα απευθύνεται σε άτομα άνω των 65 αλλά και νεότερους που υποφέρουν από χρόνιες παθήσεις. Το εξειδικευμένο προσωπικό (καθηγητές φυσικής αγωγής, φυσίατροι, καρδιολόγοι) από το τμήμα αθλητικής αριστείας Sports Excellence, σχεδιάζει και υλοποιεί ειδικά εξατομικευμένα προγράμματα με βόδιση, γογα, λάστιχα, αλτήρες, και ασκήσεις εδάφους, ενώ ανά τακτά χρονικά διαστήματα θα παρέχεται και η δυνατότητα ψυχολογικής υποστήριξης. Η εβδομαδιαία δραστηριότητα θα καταγράφεται ηλεκτρονικά στο φάκελο του κάθε συμμετέχοντα και κάθε τρεις μήνες θα αξιολογείται η φυσική του κατάσταση.

Απαιτείται ιατρική βεβαίωση από Παθολόγο ή Καρδιολόγο.

**Δευτέρα 04, 11, 18, 25/02**  
**Τετάρτη 06, 13, 20, 27/02**  
**Παρασκευή 01, 08, 15, 22/02**  
10.00-10.50

**MAKER SPACE 11**

*Για ηλικίες 65 ετών και άνω  
(έως 8 συμμετοχές με σειρά προτεραιότητας)*

**Σχεδιασμός-Υλοποίηση:**  
Αναγέννηση & Πρόοδος

## Ομαδικοί Αγώνες

Οι ειδικά διαμορφωμένοι υπαίθριος χώρος του ΚΠΙΣΝ περιμένει ομάδες για να παίξουν ποδόσφαιρο και μπάσκετ. Οι αγώνες μπορούν να διαρκέσουν έως και 30 λεπτά, και οι συμμετέχοντες πρέπει να έχουν φτιάξει μόνοι τους τις ομάδες τους και να φέρουν τη δική τους μπάλα.

**Δευτέρα 04, 11, 18, 25/02**  
**Τρίτη 05, 12, 19, 26/02**  
**Τετάρτη 06, 13, 20, 27/02**  
**Πέμπτη 07, 14, 21, 28/02**  
**Παρασκευή 01, 08, 15, 22/02**  
**Σάββατο 02, 09, 16, 23/02**  
20.00-22.00

**ΥΠΑΙΘΡΙΟΣ ΧΩΡΟΣ ΑΘΛΟΠΑΙΔΙΩΝ 25**

*Για ενήλικες  
(έως 10 παίκτες ανά 30' με σειρά προτεραιότητας)*

**Σχεδιασμός-Υλοποίηση:**  
Αναγέννηση & Πρόοδος

## Qigong για 50+

Το Qigong (προφέρεται τσι κονγκ) είναι μια αρχαία κινεζική πρακτική άσκησης που απευθύνεται σε όλα τα άτομα ανεξαρτήτως φυσικής κατάστασης. Το συγκεκριμένο πρόγραμμα είναι σχεδιασμένο ειδικά για άτομα άνω των 50 ετών. Συνδυάζει ήπιες, αργές, επαναλαμβανόμενες κινήσεις, με κιναισθητική συγκέντρωση, διαλογισμό και έλεγχο της αναπνοής.

**Τετάρτη 06, 13, 20, 27/02**  
17.00-18.15  
**Πέμπτη 07, 14, 21, 28/02**  
09.00-10.15

**ΛΑΒΥΡΙΝΘΟΣ 4**

*Για ηλικίες 50 ετών και άνω  
(έως 30 συμμετοχές με σειρά προτεραιότητας)*

**Σχεδιασμός-Υλοποίηση:**  
Αναγέννηση & Πρόοδος

## Μαθήματα Πρώτων Βοηθειών

Ένα εργαστήριο όπου προσφέρεται μη πιστοποιημένη εκπαίδευση στην αντιμετώπιση θυμάτων ανακοπής, στην αναγνώριση και χρήση αυτόματου εξωτερικού απινιδωτή, καθώς και στην αντιμετώπιση θυμάτων πνιγμού και πνιγμονής. Ακολουθεί πρακτική εξάσκηση σε ειδικά προπλάσματα.

**Τετάρτη 20/02**  
17.30-19.00  
19.00-20.30

**ΑΙΘΟΥΣΑ ΠΟΛΛΑΠΛΩΝ ΧΡΗΣΕΩΝ 11**

*Για ενήλικες  
(έως 20 συμμετοχές ανά εργαστήριο με σειρά προτεραιότητας)*

**Σχεδιασμός-Υλοποίηση:**  
Αναγέννηση & Πρόοδος

## SNFCC Running Team

Οι φίλοι του τρεξίματος ενώνουν τις δυνάμεις τους δημιουργώντας μία ομάδα η οποία προπονείται κάθε Τρίτη και Σάββατο με την καθοδήγηση έμπειρων προπονητών δρόμων αντοχής. Στόχος, η βελτίωση των ατομικών επιδόσεων μέσα από την ομαδική προπόνηση και την υποστήριξη της ομάδας.

**Σάββατο 02, 09, 16, 23/02**  
08.30-10.00  
**Τρίτη 05, 12, 19, 26/02**  
18.30-20.00

**ΣΤΙΒΟΣ 6**

*Για ηλικίες 15-70 ετών  
(έως 50 συμμετοχές με σειρά προτεραιότητας)*

*\*Η συμμετοχή των εφήβων 15-18 ετών θα γίνεται με άδεια κηδεμόνα.*

**Σχεδιασμός-Υλοποίηση:**  
Αναγέννηση & Πρόοδος



## Mat Pilates για προχωρημένους

Ένα δυναμικό μάθημα pilates για προχωρημένους μαθητές που δίνει έμφαση στη ροή και τη γρήγορη εναλλαγή των ασκήσεων. Οι αλλαγές γίνονται με τρόπο που ενδυναμώνει τους μυς, ενισχύοντας την ανθεκτικότητα του σώματος.

Οι συμμετέχοντες θα πρέπει να φορούν άνετα ρούχα και να φέρουν το δικό τους στρώμα pilates.

**Δευτέρα 04, 11, 18, 25/02**  
07.30-08.45  
**Παρασκευή 01, 08, 15, 22/02**  
08.45-10.00

**ΞΕΦΩΤΟ 1**

*Για ενήλικες*

*(έως 30 συμμετοχές με σειρά προτεραιότητας)*

**Σχεδιασμός-Υλοποίηση:**  
Αναγέννηση & Πρόοδος

## Yoga στο Πάρκο

Στη yoga σώμα και πνεύμα συνδέονται, μέσα από ήπιες πρακτικές που περιλαμβάνουν αναπνοές asanas και χαλάρωση, με σκοπό την ενίσχυση της αυτοσυγκέντρωσης, της ηρεμίας και της θετικής σκέψης.

**Δευτέρα 04, 11, 18, 25/02**  
**Παρασκευή 01, 08, 15, 22/02**  
18.00-19.30  
**Τρίτη 05, 12, 19, 26/02**  
**Πέμπτη 07, 14, 21, 28/02**  
08.00-09.30

**ΞΕΦΩΤΟ 1**

*Για ενήλικες*

*(έως 30 συμμετοχές με σειρά προτεραιότητας)*

**Σχεδιασμός-Υλοποίηση:**  
Αναγέννηση & Πρόοδος

## Καγιάκ στο Κανάλι

Το πρόγραμμα στοχεύει στη γνώριμία μικρών και μεγάλων με το καγιάκ, ενώ συγχρόνως δίνει την ευκαιρία στους συμμετέχοντες να γνωρίσουν το ΚΠΙΣΝ κωπηλατώντας!

**Σάββατο 02, 09, 16, 23/02**  
**Κυριακή 03, 10, 17, 24/02**  
14.30- 17.00

**ΚΑΝΑΛΙ 16**  
(από την πλευρά του Κέντρου Επισκεπτών)

*Για παιδιά άνω των 8 ετών & ενήλικες*

*(έως 20 συμμετοχές ανά 30' με προεγγραφή στο SNFCC.org)*

*\*απαραίτητη η παρουσία συνοδού για παιδιά κάτω των 15 ετών*

**Σχεδιασμός-Υλοποίηση:**  
Αναγέννηση & Πρόοδος

## Ιστιοπλοΐα στο Κανάλι

Μία σειρά από ιστιοπλοϊκές δράσεις με διαφορετικούς τύπους σκαφών, τόσο μέσα στο Κανάλι όσο και στη στεριά, και καινοτόμες εκπαιδευτικές δραστηριότητες για παιδιά και ενήλικες.

**Σάββατο 02, 09, 16, 23/02**  
**Κυριακή 03, 10, 17, 24/02**  
10.00-11.00  
*για παιδιά 6-9 & 6-14 με νοητική αναπηρία\**  
11.00-12.00  
*για παιδιά 9-14 & 6-14 με νοητική αναπηρία\**  
12.00-13.00  
*για εφήβους 15+ & ενήλικες με νοητική αναπηρία\**

**ΚΑΝΑΛΙ 16**

*(έως 15 συμμετοχές ανά 60' με προεγγραφή στο SNFCC.org)*

*\*Απαραίτητη η παρουσία συνοδού*

Σε συνεργασία με τον Ναυτικό Όμιλο Καλαμακίου



## Παιχνίδια για οικογένειες

Μία διασκεδαστική δραστηριότητα με παιχνίδια ειδικά σχεδιασμένα για μικρούς και μεγάλους. Οι συνοδοί ενθαρρύνονται να παίξουν και να συνεργαστούν με τα παιδιά τους στο Πάρκο, συμμετέχοντας στα εκπαιδευτικά ερεθίσματά τους και αναπτύσσοντας την ευρηματικότητά τους.

**Σάββατο 02, 09, 16, 23/02**  
13.00-14.30

**ΞΕΦΩΤΟ 1**

Για παιδιά 5 ετών και άνω με τους συνοδούς τους (έως 50 συμμετοχές με σειρά προτεραιότητας)

**Σχεδιασμός-Υλοποίηση:**  
Αναγέννηση & Πρόοδος

## Δημιουργική Ενόργανη

Μέσω της ενόργανης γυμναστικής και σε συνδυασμό με παιχνίδι και διασκέδαση, τα παιδιά γνωρίζουν το σώμα και τις ικανότητές τους, ενώ παράλληλα βελτιώνουν την ευλυγισία και τη μυϊκή συναρμογή!

**Σάββατο 02, 09, 16, 23/02**  
11.45-13.00

**ΣΤΙΒΟΣ 6**

Για παιδιά 3-6 ετών

(έως 20 συμμετοχές με σειρά προτεραιότητας)

**Σχεδιασμός-Υλοποίηση:**  
Αναγέννηση & Πρόοδος



## Γνωριμία με το Άθλημα της Χειροσφαίρισης

Τα παιδιά θα έχουν την ευκαιρία να γνωρίσουν το άθλημα της χειροσφαίρισης, σε δύο ειδικά διαμορφωμένα γηπεδάκια, κάτω από τη καθοδήγηση των προπονητών, σε συνεργασία με την Ελληνική Ομοσπονδία Χειροσφαίρισης.

**Κυριακή 17/02**  
11.00-13.00

**ΕΣΠΑΝΑΔΑ 17**

Για παιδιά 6 ετών και άνω

(ανοιχτή συμμετοχή)

**Σχεδιασμός-Υλοποίηση:**  
Αναγέννηση & Πρόοδος σε συνεργασία με την Ομοσπονδία Χειροσφαίρισης

## Χειροσφαίριση

Τα παιδιά θα έχουν την ευκαιρία να μάθουν παίζοντας το άθλημα της χειροσφαίρισης ή χάντμπολ (handball), ένα ομαδικό ολυμπιακό άθλημα που παίζεται από άνδρες και γυναίκες.

**Σάββατο 02, 09, 16, 23/02**  
**Κυριακή 03, 10, 17, 24/02**

**6-9 ετών:** 13.00-13.30  
**6-9 ετών:** 13.30-14.00  
**10-13 ετών:** 14.00-14.30  
**10-13 ετών:** 14.30-15.00

**ΥΠΑΙΘΡΙΟΣ ΧΩΡΟΣ**  
**ΑΘΛΟΠΑΙΔΙΩΝ 25**

Για παιδιά 6-13 ετών

(έως 12 συμμετοχές με προεγγραφή στο SNFCC.org)

**Σχεδιασμός-Υλοποίηση:**  
Αναγέννηση & Πρόοδος



## Αθλητικά Παιχνίδια

Μια δραστηριότητα για παιδιά στο Πάρκο Σταύρος Νιάρχος με σκοπό την ψυχαγωγία και την καλλιέργεια του αθλητικού πνεύματος. Διαδραστικά κινητικά και μουσικοκινητικά παιχνίδια παίρνουν τη μορφή αθλοπαιδιών, δίνοντας την ευκαιρία για συνεργασία, επικοινωνία και άσκηση.

**Σάββατο 02, 09, 16, 23/02**  
16.00-17.15

**ΞΕΦΩΤΟ 1**

Για παιδιά 5 - 10 ετών

(έως 20 συμμετοχές με σειρά προτεραιότητας)

**Σχεδιασμός-Υλοποίηση:**  
Αναγέννηση & Πρόοδος

## Ομαδικό Παιχνίδι (Football Skills)

Διασκεδαστικές αθλητικές δραστηριότητες με μπάλες, χωρίς βαθμολόγηση, εστιάζουν μόνο στη χαρά του παιχνιδιού και στην ευγενή άμιλλα. Με την καθοδήγηση εξειδικευμένων προπονητών.

**Δευτέρα 04, 11, 18, 25/02**  
**Τετάρτη 06, 13, 20, 27/02**  
**Παρασκευή 01, 08, 15, 22/02**  
17.00-20.00

**5-7 ετών:** 17.00-17.30  
**5-7 ετών:** 17.30-18.00  
**8-10 ετών:** 18.00-18.30  
**8-10 ετών:** 18.30-19.00  
**11-13 ετών:** 19.00-19.30  
**11-13 ετών:** 19.30-20.00

**ΥΠΑΙΘΡΙΟΣ ΧΩΡΟΣ**  
**ΑΘΛΟΠΑΙΔΙΩΝ 25**

Για παιδιά ηλικίας 5-13 ετών

(έως 12 παιδιά ανά 30' με προεγγραφή στο SNFCC.org)

**Σχεδιασμός-Υλοποίηση:**  
Αναγέννηση & Πρόοδος

## Street Soccer 5X5

Διοργάνωση αγώνων ποδοσφαίρου, με μικρές ομάδες των πέντε, για παιδιά από 5 έως 13 ετών.

**Σάββατο 02, 09, 16, 23/02**  
**Κυριακή 03, 10, 17, 24/02**  
10.00-13.00

**5-7 ετών:** 10.30-11.00  
**8-10 ετών:** 11.00-11.30  
**8-10 ετών:** 11.30-12.00  
**11-13 ετών:** 12.00-12.30  
**11-13 ετών:** 12.30-13.00

**ΥΠΑΙΘΡΙΟΣ ΧΩΡΟΣ**  
**ΑΘΛΟΠΑΙΔΙΩΝ 25**

(έως 10 παιδιά ανά 30' με σειρά προτεραιότητας)

**Σχεδιασμός-Υλοποίηση:**  
Αναγέννηση & Πρόοδος

## Mini Tennis

Τα παιδιά μαθαίνουν να αγαπούν το τένις, μέσω μιας καινοτόμου και διασκεδαστικής μεθόδου, με αφετηρία το παιχνίδι και κατάλληλα διαμορφωμένες δραστηριότητες.

**Σάββατο 09, 16, 23/02**  
**Κυριακή\* 10, 17, 24/02**  
16.00-19.00

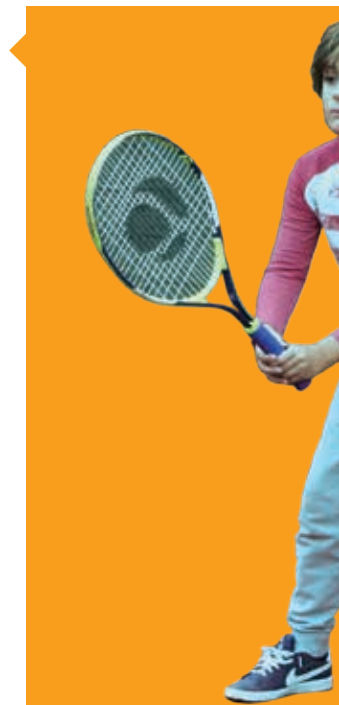
**ΥΠΑΙΘΡΙΟΣ ΧΩΡΟΣ**  
**ΑΘΛΟΠΑΙΔΙΩΝ 25**

Για παιδιά 4-10 ετών, ηλικιακές ομάδες 4-7 & 8-10

(έως 8 παιδιά ανά 30' με προεγγραφή στο SNFCC.org)

\*Κάθε Κυριακή Blind Tennis ή Soundball Tennis για παιδιά και με χαμηλή όραση ή/και τυφλότητα

**Σχεδιασμός-Υλοποίηση:**  
Αναγέννηση & Πρόοδος



## Στιβομαχίες

Παιχνίδια δράσης για άσκηση και ψυχαγωγία στο Πάρκο. Βάλτε τα αθλητικά σας και ελάτε να παίξουμε!

**Κυριακή 03, 10, 17, 24/02**  
16.00-17.15

**ΣΤΙΒΟΣ 6**

Για παιδιά 5-10 ετών

(έως 20 συμμετοχές με σειρά προτεραιότητας)

**Σχεδιασμός-Υλοποίηση:**  
Αναγέννηση & Πρόοδος





## The artist on the composer

### Πρόγραμμα εικαστικών εγκαταστάσεων

03, 10/02

#### Κύκλος Μουσική και εικαστικές τέχνες, σε συνεργασία με τον Οργανισμό NEON

Ώρες έναρξης:  
18.30 & 21.00ΑΙΘΟΥΣΑ ΣΤΑΥΡΟΣ  
ΝΙΑΡΧΟΣ ΕΛΣ 13

Το τριετές πρόγραμμα The artist on the composer είναι μια συνεργασία μεταξύ της ΕΛΣ και του Οργανισμού NEON ([www.neon.org.gr](http://www.neon.org.gr)) η οποία επικεντρώνεται στη σχέση μεταξύ εικαστικών τεχνών και όπερας. Το πρόγραμμα διασυνδέει πρωτοπόρους σύγχρονους εικαστικούς και σκηνοθέτες ή/και παραγωγούς ταινιών με τη «ζωντανή» εκτέλεση ορχηστρικής μουσικής.

**Μουσική διεύθυνση:** Γιώργος Ζιάβρας**Πρώτη ανάθεση:** Νίκος Ναυρίδης**Σολίστ:** Λένια Ζαφειροπούλου,  
Δημήτρης Τηλιακός, Τάσης Χριστογιαννόπουλος  
Με την **Ορχήστρα** της ΕΛΣ

06, 08, 09, 15, 16, 17/02

## Νάτσο Ντουάτο Herrumbre (Σκουριά)

### Μπαλέτο

Ώρα έναρξης:  
20.00  
(Κυριακές στις 18.30)ΑΙΘΟΥΣΑ ΣΤΑΥΡΟΣ  
ΝΙΑΡΧΟΣ ΕΛΣ 13

Η πρώτη συνεργασία του Μπαλέτου της ΕΛΣ με τον σπουδαίο Ισπανό χορογράφο Νάτσο Ντουάτο είναι γεγονός. Ο χορογράφος με τη μοναδική ευαισθησία απέναντι στις αδυναμίες της ανθρώπινης φύσης υπογράφει μια σπουδαία παράσταση χορού για τη φθορά της ψυχής. Αφετηρία για αυτό το μπαλέτο υπήρξε μια φωτογραφία από τις φυλακές του Γκουαντάναμο που δείχνει τους φυλακισμένους πεσμένους στο έδαφος σαν ζώα. Ο Ντουάτο μεταμορφώνει σε κινήσεις τις εικόνες βίας που προβάλλονται από τα ΜΜΕ.

**Χορογραφία:** Νάτσο Ντουάτο**Μουσική:** Πέδρο Αλκάδε, Σέρχιο Καβαγέρο,

Ντέιβιντ Ντάρλινγκ

Με τους **Α' Χορευτές**, τους **Σολίστ**, τους **Κορυφαίους**  
και το **Corps de Ballet** της ΕΛΣ

## Γκαετάνο Ντονισέτι

### Λουτσία ντι Λαμμερούρ

#### Όπερα

24/02

#### Κύκλος Ιταλική Όπερα

Συμπαγωγή με τη Βασιλική Όπερα του Λονδίνου  
(Royal Opera House)Ώρα έναρξης:  
20.00  
(Κυριακές στις 18.30)ΑΙΘΟΥΣΑ ΣΤΑΥΡΟΣ  
ΝΙΑΡΧΟΣ ΕΛΣ 13

Το αριστούργημα του ρομαντικού μπελ κάντο του Ντονισέτι αποτελεί την πρώτη και ιστορική συμπαραγωγή της Εθνικής Λυρικής Σκηνής με τη Βασιλική Όπερα του Λονδίνου, η οποία πραγματοποιήθηκε με δωρεά από το Ίδρυμα Σταύρος Νιάρχος. Η παραγωγή, σε σκηνοθεσία της σπουδαίας Βρετανίδας σκηνοθέτριας Κέιτι Μίτσελ, έκανε πρεμιέρα στο Λονδίνο το 2016 και στην Αθήνα το 2018 με τεράστια επιτυχία. Μετά τις οκτώ sold out παραστάσεις στην Αίθουσα Σταύρος Νιάρχος της ΕΛΣ και την ιδιαίτερη καλλιτεχνική επιτυχία, η Εθνική Λυρική Σκηνή επαναλαμβάνει την παραγωγή τον Φεβρουάριο και τον Μάρτιο του 2019.

**Μουσική διεύθυνση:** Πιερ Ντυμουσσώ**Σκηνοθεσία:** Κέιτι ΜίτσελΜε την **Ορχήστρα**, τη **Χορωδία** και **Μονωδούς** της ΕΛΣ



## Γιώργος Δούσης Έντα Γκάμπλερ Όπερα

01, 02, 03/02

Ωρα έναρξης:  
20.30

ΕΝΑΛΛΑΚΤΙΚΗ  
ΣΚΗΝΗ ΕΛΣ 13

Η Εναλλακτική Σκηνή της ΕΛΣ παρουσιάζει, σε συμπαραγωγή με την ομάδα The Medium Project, τη νέα όπερα δωματίου του συνθέτη και πιανίστα Γιώργου Δούση σε λιμπρέτο βασισμένο στο αριστούργημα του Χένρικ Ίψεν *Έντα Γκάμπλερ*, το οποίο υπογράφει η Έρι Κύργια. Η μουσική της όπερας χαρακτηρίζεται από το προσωπικό μουσικό ιδίωμα του Γιώργου Δούση, με την άμεση, λιτή και καθαρή μελωδική του γραφή.

**Λιμπρέτο:** Έρι Κύργια, βασισμένο στο ομώνυμο έργο του Χένρικ Ίψεν  
**Μουσική διεύθυνση:** Ανδρέας Τσελίκας  
**Σκηνοθεσία:** Ρόια Τσακηρίδη

17, 24/02  
Πρωινές παραστάσεις –  
Ωρα έναρξης: 11.00

16, 23/02  
Απογευματινές  
παραστάσεις –  
Ωρα έναρξης: 18.30

20, 21, 22/02  
Βραδινές παραστάσεις –  
Ωρα έναρξης: 20.30

ΕΝΑΛΛΑΚΤΙΚΗ  
ΣΚΗΝΗ ΕΛΣ 13

## Λένα Πλάτωνος Το αηδόνι του αυτοκράτορα Όπερα για παιδιά και νέους

Το μουσικό παραμύθι σπουδαίας Λένας Πλάτωνος, ένα έργο που «δεν παρουσιάστηκε ποτέ ζωντανά, λόγω τεχνικών δυσκολιών και της οπερατικής δομής του», όπως αναφέρει η ίδια, συνεχίζει να μαγεύει μικρούς και μεγάλους στην Εναλλακτική Σκηνή ΕΛΣ. Πρόκειται για ένα έργο σπάνιας ομορφιάς και ευαισθησίας σε μια εντυπωσιακή παραγωγή, όπου η όπερα συναντά το animation. Η παραγωγή πραγματοποιείται σε συνεργασία με το Διεθνές Φεστιβάλ & Αγορά Κινημένων Σχεδίων Animasyros.

**Ενορχήστρωση:** Λένα Πλάτωνος, Στέργιος Τσιρλιάγκος  
**Σκηνοθεσία:** Κατερίνα Πετσατώδη  
**Animation:** Ειρήνη Βιανέλλη

## Μάνος Χατζιδάκις Τα τραγούδια της αμαρτίας Παίδες επί Κολωνώ Κοινός βίος Συναυλία

09, 10, 13, 14/02

Ωρα έναρξης:  
20.30

ΕΝΑΛΛΑΚΤΙΚΗ  
ΣΚΗΝΗ ΕΛΣ 13

Τρεις σπουδαίοι, αλλά εν πολλοίς άγνωστοι, κύκλοι τραγουδιών του Μάνου Χατζιδάκι αποκαλύπτονται στην Εναλλακτική Σκηνή ΕΛΣ: Ο *Κοινός βίος* (1977), ένα έργο πάνω σε τέσσερα ποιήματα του Γιώργου Χρονά, το οποίο εκδόθηκε το 1999 στον δίσκο «Μάνος Χατζιδάκις 2000 Μ.Χ.». Οι *Παίδες επί Κολωνώ* (1977), μια «σκηνική καντάτα» σε στίχους Νίκου Γκάτσου, Μιχάλη Μπουρμπούλη και του συνθέτη. Τα *Τραγούδια της αμαρτίας* (1992), ένας κύκλος τραγουδιών σε ποίηση Ντίνου Χριστιανόπουλου και Γιώργου Χρονά, το οποίο παρουσιάστηκε για πρώτη φορά στην παράσταση-σταθμό *Ενός Λεπτού Σιγή* (1995) της Ομάδας Εδάφους του Δημήτρη Παπαϊωάννου.

**Ερμηνεύουν:** Αλκίνοος Ιωαννίδης, Πάρις Κιμωνής  
**Καλλιτεχνική επιμέλεια:** Γιώργος Χατζιδάκις  
**Σκηνοθετική επιμέλεια:** Γιάννης Σκουρλέτης / bijoux de kant

## ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΕΣ & ΚΟΙΝΩΝΙΚΕΣ ΔΡΑΣΕΙΣ ΕΛΣ

Η συμμετοχή στα προγράμματα των Εκπαιδευτικών & Κοινωνικών Δράσεων ΕΛΣ είναι δωρεάν. Απαραίτητη η εγγραφή.

Μέγας δωρητής Εκπαιδευτικών & Κοινωνικών Δράσεων ΕΛΣ:

ΙΣΝ / SNF  
ΙΔΡΥΜΑ ΣΤΑΥΡΟΣ ΝΙΑΡΧΟΣ  
STAVROS NIARCHOS FOUNDATION

Κάθε Δευτέρα  
18.00-20.00

Πληροφορίες-εγγραφές:  
213 088 5752  
education@nationalopera.gr

ΧΩΡΟΙ ΕΛΣ 13

### Διαπολιτισμική Χορωδία

Η Διαπολιτισμική Χορωδία της Εναλλακτικής Σκηνής της ΕΛΣ συνεχίζει το πολυπολιτισμικό ταξίδι της στις γειτονιές του κόσμου. Διανύοντας πλέον την τρίτη χρονιά από τη δημιουργία της, η Διαπολιτισμική χορωδία εξακολουθεί να χαρίζει μοναδικές στιγμές και έντονα συναισθήματα στους ακροατές, αλλά παράλληλα και μια μοναδική εμπειρία στα μέλη της.

**Μαέστρος χορωδίας:** Βασούλα Δελλή

Κάθε Δευτέρα  
18.00-20.00

Πληροφορίες-εγγραφές:  
213 088 5755  
education@nationalopera.gr

ΧΩΡΟΙ ΕΛΣ 13

### Διαπολιτισμική Ορχήστρα

Η Εναλλακτική Σκηνή σε συνεργασία με τις Εκπαιδευτικές και Κοινωνικές Δράσεις της ΕΛΣ στελεχώνουν μια νέα Διαπολιτισμική ορχήστρα. Μόνιμοι ή προσωρινοί κάτοικοι των Αθηνών, επαγγελματίες και ερασιτέχνες μουσικοί από όλες τις κοινότητες της πόλης καλούνται να λάβουν μέρος, να βιώσουν μια μοναδική εμπειρία και να δημιουργήσουν ένα πολυεθνικό ρεπερτόριο από τις μουσικές παραδόσεις των χωρών προέλευσής τους.

**Υπεύθυνος ορχήστρας:** Χάρης Λαμπράκης

Κάθε Δευτέρα  
17.30-19.00

Πληροφορίες-εγγραφές:  
213 088 5753  
education@nationalopera.gr

ΧΩΡΟΙ ΕΛΣ 13

### Visualizing Sound

Στο εργαστήριο κίνησης Visualizing Sound άτομα με ή χωρίς αισθητηριακές αναπηρίες αλληλεπιδρούν, εκφράζονται, αλλά κυρίως αισθάνονται χρησιμοποιώντας αποκλειστικά το σώμα τους για την παραγωγή μουσικής.

**Σχεδιασμός-Υλοποίηση:** Γιώτα Πεκλήρη (χορεύτρια, χορογράφος, καθηγήτρια χορού) σε συνεργασία με την Εύα Καρτερού (χορεύτρια, παιδαγωγός) και τη Βίκη Σκορδαλή (ηθοποιός, χορεύτρια) **Ειδικός συνεργάτης:** Θάνος Δασκαλόπουλος (body musician)





Θέλετε να γνωρίσετε το Κέντρο Πολιτισμού Ίδρυμα Σταύρος Νιάρχος από κοντά; Το ΚΠΙΣΝ προσφέρει **ξεναγήσεις στο βραβευμένο κτιριακό συγκρότημα** που φιλοξενεί τις νέες εγκαταστάσεις της Εθνικής Λυρικής Σκηνής (ΕΛΣ) και της Εθνικής Βιβλιοθήκης της Ελλάδος (ΕΒΕ), σχεδιασμένο από το αρχιτεκτονικό γραφείο Renzo Piano Building Workshop. Ανακαλύψτε τις αίθουσες κοινού αλλά και μερικούς από τους backstage χώρους των δύο κτιρίων. Επισκεφθείτε τις αίθουσες προβών, την Αίθουσα Σταύρος Νιάρχος και την Εναλλακτική Σκηνή της ΕΛΣ, και περιηγηθείτε στο Δημόσιο Τμήμα της ΕΒΕ, τα ερευνητικά αναγνωστήρια και τους χώρους φύλαξης των βιβλίων.

Επίσης, προσφέρονται καθημερινά **ξεναγήσεις στο Πάρκο Σταύρος Νιάρχος** το οποίο πρόσφατα πήρε την **πρώτη θέση στα Ευρωπαϊκά Βραβεία Κήπων** και το οποίο αποτελεί τον **μεγαλύτερο δημόσιο μεσογειακό κήπο** στον κόσμο. Ως σύγχρονο έργο Αρχιτεκτονικής Τοπίου, το νέο Πάρκο της πόλης έχει σχεδιαστεί σύμφωνα με τις αρχές της αειφορίας και της βιωσιμότητας, σεβόμενο τα οικοσυστήματα και τις εναλλαγές ενός τόπου σε διαρκή εξέλιξη. Ένας φιλόξενος και ανοιχτός χώρος, με φυτεύσεις και χαρακτήρα που αντανακλούν το μεσογειακό τοπίο, που μπορείτε να επισκεφθείτε καθημερινά.

• Για πληροφορίες, το αναλυτικό πρόγραμμα των ξεναγήσεων και προεγγραφή, επισκεφθείτε το [SNFCC.org](http://SNFCC.org).

• Οι ξεναγήσεις ακολουθούν διαδρομή που περιλαμβάνει συνεχές περπάτημα στους χώρους του ΚΠΙΣΝ και τη χρήση σκαλοπατιών και ανελκυστήρα.

• Η περιήγηση στο Πάρκο Σταύρος Νιάρχος πραγματοποιείται εφόσον οι καιρικές συνθήκες το επιτρέπουν.

## Ομαδικές Ξεναγήσεις

Για περισσότερες πληροφορίες σχετικά με ομαδικές ξεναγήσεις επικοινωνήστε μαζί μας στην ηλεκτρονική διεύθυνση [tours@snfcc.org](mailto:tours@snfcc.org).

Δευτέρα-Κυριακή  
06.00-00.00

ΥΠΟΔΟΧΗ ΚΠΙΣΝ 18

## Κύπελλο Σπύρου Λούη

Το Ασημένιο Κύπελλο που εμπνεύστηκε και σχεδίασε ο Michel Bréal για τον Πρώτο Μαραθωνιονίκη, τον Έλληνα Σπύρο Λούη, και το οποίο του απονεμήθηκε κατά τους πρώτους Σύγχρονους Ολυμπιακούς Αγώνες στην Αθήνα, το 1896, εκτίθεται μόνιμα στο ΚΠΙΣΝ.

Το ιστορικό κειμήλιο αγοράστηκε από το Ίδρυμα Σταύρος Νιάρχος σε δημοπρασία του οίκου Christie's όταν διατέθηκε προς πώληση από τον εγγονό του δρομέα. Η απόκτηση του Κυπέλλου συνοδεύτηκε από την άμεση δέσμευση του Ιδρύματος να το καταστήσει προσίτο στο ευρύ κοινό και να το μοιραστεί με όλους, εκθέτοντάς το μόνιμα στο ΚΠΙΣΝ μετά την ολοκλήρωσή του. Έως τότε, περισσότεροι από 3.500.000 επισκέπτες είχαν ήδη την ευκαιρία να δουν το Κύπελλο από κοντά, κατά τη φιλοξενία του στο Μουσείο της Ακρόπολης και στο Ολυμπιακό Μουσείο στη Λωζάνη.



## Ωράριο Φεβρουαρίου

- **Πάρκο Σταύρος Νιάρχος:**  
Δευτέρα - Πέμπτη: 06.00-22.00  
Παρασκευή - Κυριακή: 06.00-00.00
- **Αγορά, Φάρος:** 06.00-00.00
- **Κέντρο Επισκεπτών:** 09.00-22.00

## Συμμετοχή σε εκδηλώσεις

Για τη συμμετοχή στα εργαστήρια απαιτείται αναμονή 30' ενώ σε ορισμένες εκδηλώσεις και δραστηριότητες είναι απαραίτητη η προεγγραφή, λόγω του περιορισμένου αριθμού θέσεων.

## Προσβασιμότητα

- Το Κέντρο Πολιτισμού Ίδρυμα Σταύρος Νιάρχος είναι πλήρως προσβάσιμο από όλους.
- Όλες οι είσοδοι, οι ανελκυστήρες, καθώς και ο χώρος του Στίβου είναι προσβάσιμοι από ΑμεΑ.
- Το ΚΠΙΣΝ διαθέτει θέσεις στάθμευσης για ΑμεΑ στο ισόγειο του parking, καθώς και αναπηρικά αμαξίδια για την εσωτερική μετακίνηση ατόμων με αναπηρία.
- Στο Κέντρο Επισκεπτών, στο Park Kiosk και στα κτίρια της ΕΛΣ και της ΕΒΕ υπάρχουν WC για άτομα με αναπηρία.
- Σε όλες τις διαδρομές που οδηγούν στα κτίρια του ΚΠΙΣΝ και στο Πάρκο Σταύρος Νιάρχος υπάρχει οδηγός όδευσης τυφλών.
- Οι σκύλοι-οδηγοί είναι ευπρόσδεκτοι σε όλους τους χώρους του ΚΠΙΣΝ.

## Κατοικίδια

Τα κατοικίδια είναι ευπρόσδεκτα σε όλους τους εξωτερικούς χώρους του ΚΠΙΣΝ εκτός από το Ξέφωτο, τον Λαβύρινθο και τις Παιδικές Χαρές. Θα πρέπει να είναι πάντοτε με λουρί, και να βρίσκονται υπό την εποπτεία του κηδεμόνα τους, ο οποίος οφείλει να μεριμνά για την καθαριότητα του χώρου.

## Wi-Fi

Το ΚΠΙΣΝ διαθέτει δωρεάν Wi-Fi, ενώ παρέχει δωρεάν χρήση ηλεκτρονικών υπολογιστών στους χώρους της Εθνικής Βιβλιοθήκης της Ελλάδος.

## Δωρεάν έντυπα σε ψηφιακή μορφή

Στο ΚΠΙΣΝ έχετε τη δυνατότητα να αποκτήσετε δωρεάν πρόσβαση στον υπολογιστή ή το smartphone σας, σε πολλά περιοδικά και εφημερίδες από ολόκληρο τον κόσμο μέσω της πλατφόρμας [pressreader.com](http://pressreader.com)

## Φωτογράφιση

Η φωτογράφιση στους χώρους του ΚΠΙΣΝ επιτρέπεται αποκλειστικά για ιδιωτική χρήση.

Για οποιαδήποτε αίτημα φωτογράφισης με εμπορικό/διαφημιστικό σκοπό θα πρέπει να αποστείλετε προηγουμένως e-mail στο [info@snfcc.org](mailto:info@snfcc.org). Η χρήση drones για οποιονδήποτε σκοπό απαγορεύεται.

## ΑΤΜ

Στο χώρο Υποδοχής του ΚΠΙΣΝ λειτουργούν ΑΤΜ της Τράπεζας Πειραιώς και της Εθνικής Τράπεζας.

## Πρώτες Βοήθειες

Στο χώρο του ΚΠΙΣΝ λειτουργούν σταθμοί πρώτων βοηθειών στελεχωμένα με νοσηλευτικό προσωπικό.

Αναζητήστε τα στον χάρτη στην επόμενη σελίδα.

## Εστίαση

Στους χώρους του ΚΠΙΣΝ λειτουργούν τα εξής σημεία εστίασης:

• **Agora Bistro** (στην Αγορά)  
Δευτέρα-Κυριακή 08.00-00.00

• **Canal Café**  
(στο Κέντρο Επισκεπτών-Κανάλι)  
Δευτέρα-Κυριακή 09.00-00.00

• **Pharos Café** (στον Φάρο)  
Δευτέρα-Κυριακή 09.00-00.00  
*Οι ώρες λειτουργίας του Pharos Café ενδέχεται να τροποποιούνται για τις ανάγκες συγκεκριμένων εκδηλώσεων*

• **Park Kiosk** (στο Πάρκο)  
Δευτέρα - Πέμπτη 8:00-22:00  
Παρασκευή - Κυριακή 8:00-00:00

• **Park Kiosk - Souvlaki** (στο Ξέφωτο)  
Κυριακή - Πέμπτη 12:00-20:00  
Παρασκευή - Σάββατο 12:00-22:00

• **Coffee, Juice & Ice Cream Vans on Tour** (στην Αγορά)  
09.00-21.00

• **Hot-dog Van on Tour:**  
Σάββατο - Κυριακή 13.00-23.00

Τα Μέλη του ΚΠΙΣΝ έχουν 10% έκπτωση στους χώρους εστίασης προσκομίζοντας την κάρτα τους

## Πωλητήριο

Στο ΚΠΙΣΝ λειτουργεί το SNFCC Store το οποίο διαθέτει μία μεγάλη και διαρκώς εξελισσόμενη συλλογή από χρηστικά και διακοσμητικά αντικείμενα.

Τα Μέλη του ΚΠΙΣΝ έχουν 10% έκπτωση στο SNFCC Store προσκομίζοντας την κάρτα τους

## Βιωσιμότητα

Το ΚΠΙΣΝ διαθέτει πλατινένια Πιστοποίηση LEED ως Πράσινο Κτίριο. Η πιστοποίηση αυτή θεωρείται η υψηλότερη δυνατή διάκριση για περιβαλλοντικά και βιώσιμα κτίρια. Πιστοποιεί ότι ένα κτίριο έχει σχεδιαστεί, κατασκευαστεί και λειτουργεί με βάση τις αρχές της αειφόρου δόμησης, με περιβαλλοντικά καινοτόμες πρακτικές αποσκοπώντας στην εξοικονόμηση ενέργειας, την ορθολογική χρήση του νερού, τη μείωση των εκπομπών CO<sub>2</sub>, τη βελτίωση της ποιότητας του εσωτερικού περιβάλλοντος, και την ορθολογική διαχείριση των πόρων. Η πλατινένια πιστοποίηση του ΚΠΙΣΝ αποτελεί την πρώτη διάκριση αυτού του είδους για πολιτιστικό έργο τέτοιας κλίμακας στην Ευρώπη.

## Κάννισμα

Βάσει της σχετικής οδηγίας της περιβαλλοντικής πιστοποίησης LEED, το κάννισμα δεν επιτρέπεται στους κλειστούς χώρους του ΚΠΙΣΝ, καθώς και σε απόσταση 8μ. από τα εξωτερικά ανοίγματα των κτιρίων. Στους λοιπούς ανοιχτούς χώρους του ΚΠΙΣΝ το κάννισμα επιτρέπεται. Οι επισκέπτες παρακαλούνται να σεβαστούν το χώρο και να χρησιμοποιούν τα σταχτοδοχεία διαπέδου που έχουν τοποθετηθεί. Ωστόσο, ενθαρρύνουμε τους επισκέπτες να απολαύσουν το Πάρκο χωρίς να καπνίσουν.

## Ποδήλατα

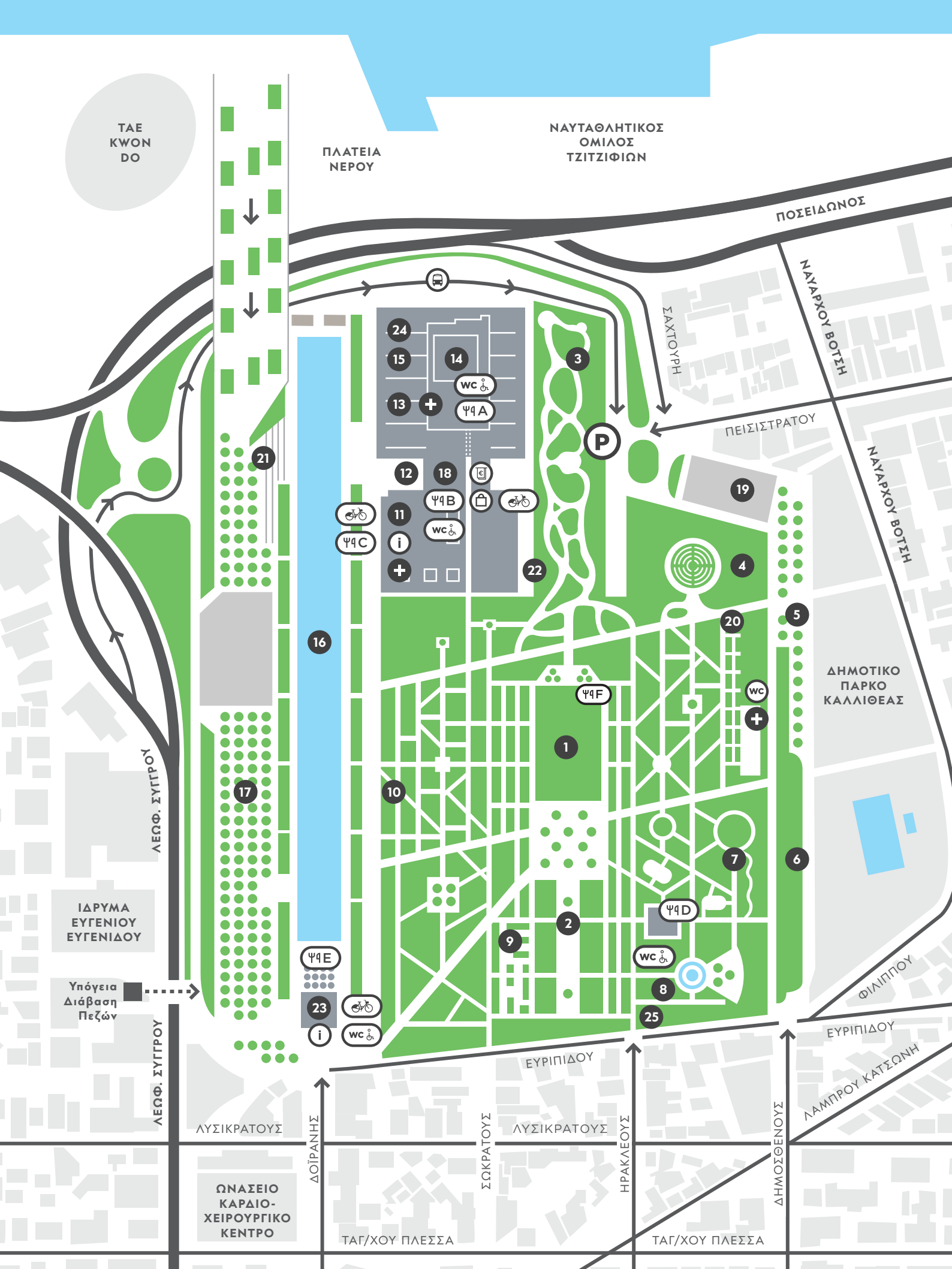
Στο ΚΠΙΣΝ διατίθεται υπηρεσία ενοικίασης ποδηλάτων για παιδιά και ενήλικες. Περισσότερες πληροφορίες στο [SNFCC.org/bikes](http://SNFCC.org/bikes) και στο Κέντρο Επισκεπτών.

Επιπλέον, σε συνεργασία με την BP ως Συνεργάτη Κινητικότητας, έχουν εγκατασταθεί σταθμοί επισκευής ποδηλάτων στο Κανάλι και στο Κέντρο Επισκεπτών όπου μπορείτε να ελέγξετε το ποδήλατό σας και να ενημερωθείτε για την ασφαλή ποδηλασία.

## Συνεργάτης Κινητικότητας







## Χάρτης

Εντοπίστε εύκολα τα σημεία όπου πραγματοποιούνται οι εκδηλώσεις, βλέποντας τον αριθμό στον οποίο αντιστοιχεί το καθένα στο χάρτη.

- 1 Ξέφωτο
  - 2 Πευκώνας
  - 3 Νότια Μονοπάτια
  - 4 Λαβύρινθος
  - 5 Υπαιθρια Όργανα Γυμναστικής
  - 6 Στίβος
  - 7 Παιδικές Χαρές
  - 8 Πίδακες Νερού
  - 9 Μουσικός Κήπος
  - 10 Μεσογειακός Κήπος
  - 11 Εθνική Βιβλιοθήκη της Ελλάδος
  - 12 Αγορά
  - 13 Εθνική Λυρική Σκηνή
  - 14 Φάρος
  - 15 Πανοραμικά Σκαλιά
  - 16 Κανάλι
  - 17 Εσπλανάδα
  - 18 Υποδοχή ΚΠΙΣΝ
  - 19 Υπαιθριο Πάρκινγκ Λεωφορείων
  - 20 Λαχανόκηπος
  - 21 Σκαλοπάτια στο Κανάλι
  - 22 Buffer Zone
  - 23 Κέντρο Επισκεπτών
  - 24 Επίπεδο 5Α ΕΛΣ
  - 25 Υπαιθριος Χώρος Αθλοπαιδιών
- Σημείο Ενοικίασης Ποδηλάτων ΚΠΙΣΝ  
 SNFCC Store  
 Στάση του Shuttle Bus  
 Πρώτες Βοήθειες  
 ΑΤΜ  
 Πληροφορίες

- Ψ4Α Pharos Café
- Ψ4Β Agora Bistro
- Ψ4C Coffee & Juice Vans on tour
- Ψ4D Park Kiosk
- Ψ4Ε Canal Café
- Ψ4F Park Kiosk - Souvlaki

## Πρόσβαση

### ΜΜΜ

#### Λεωφορεία

- 130: Πειραιάς - Νέα Σμύρνη (Στάση Τζιτζιφιές από Πειραιά, στάση Δέλτα προς Πειραιά)
- 217: Πειραιάς - Σταθμός Δάφνη (Στάση Τζιτζιφιές από Πειραιά, στάση Δέλτα προς Πειραιά)
- 550: Κηφισιά - Π. Φάληρο (Στάση Ευγενίδειο στην άνοδο της Λεωφ. Συγγρού, στάση Ωνάσειο στην κάθοδο)
- 860: Π. Φάληρο - Σχιστό (Στάση Τζιτζιφιές από Πειραιά, στάση Δέλτα προς Πειραιά)
- Α1: Πειραιάς - Βούλα (Στάση Τζιτζιφιές από Πειραιά, στάση Δέλτα προς Πειραιά)
- Β1: Πειραιάς - Άνω Γλυφάδα (Στάση Τζιτζιφιές από Πειραιά, στάση Δέλτα προς Πειραιά)
- Β2: Ακαδημία - Άγιος Κοσμάς (Στάση Ευγενίδειο στην άνοδο της Λεωφ. Συγγρού, στάση Ωνάσειο στην κάθοδο)

#### Τρόλεϊ

- 10: Χαλάνδρι - Τζιτζιφιές (Στάση Επαμεινώνδα)

#### Τραμ

- Στάση Τζιτζιφιές

#### Μετρό

- Σταθμός Φάληρο (ΗΣΑΠ)

Το ΚΠΙΣΝ δεν ευθύνεται για τυχόν τροποποιήσεις δρομολογίων των ΜΜΜ

## Parking

Το ΚΠΙΣΝ διαθέτει χώρο στάθμευσης για αυτοκίνητα, μοτοσυκλέτες και ποδήλατα, και ειδικές θέσεις στάθμευσης οχημάτων ΑμεΑ.

#### Τιμοκατάλογος:

- ΙΧ
- Από 00.00-19.00: €1,50/ ώρα
- Από 19.00-00.00: €1,50/ ώρα με μέγιστη χρέωση €5
- Μηνιαία προσφορά: Δευτέρα-Παρασκευή 07.00-19.00: €100/μήνα
- Μοτοσυκλέτες €0,70/ώρα

Τα Μέλη του ΚΠΙΣΝ έχουν 10% έκπτωση

## Δωρεάν Shuttle Bus

Το ΚΠΙΣΝ προσφέρει καθημερινά δωρεάν μεταφορά επισκεπτών με τη χρήση μικρού ιδιωτικού λεωφορείου (shuttle bus), στη διαδρομή Σύνταγμα - Συγγρού-Φιξ - ΚΠΙΣΝ και αντίστροφα. Το λεωφορείο ξεκινά από το κάτω μέρος της Πλατείας Συντάγματος (στη συμβολή με την οδό Ερμού).

Τα δρομολόγια πραγματοποιούνται εφόσον το επιτρέπουν οι κυκλοφοριακές ρυθμίσεις και ενδέχεται να τροποποιηθούν.

Κάθε Κυριακή, από τις 10.30 π.μ. έως τις 12.30 μ.μ., πραγματοποιείται μόνο η διαδρομή ΚΠΙΣΝ - Συγγρού-Φιξ και αντίστροφα, λόγω των κυκλοφοριακών ρυθμίσεων στο πλαίσιο της τελετής αλλαγής φρουράς στο Μνημείο του Άγνωστου Στρατιώτη.

Η υπηρεσία shuttle bus είναι προσβάσιμη και από επισκέπτες με αμαξίδιο, κατόπιν τηλεφωνικής συνεννόησης στο 216 8091000.

Για περισσότερες πληροφορίες και τα αναλυτικά δρομολόγια επισκεφθείτε το [SNFCC.org](http://SNFCC.org) ή καλέστε στο 216 8091000.

Τη λειτουργία του shuttle bus υποστηρίζει η ΒΡ ως Συνεργάτης Κινητικότητας του ΚΠΙΣΝ.

Συνεργάτης Κινητικότητας

Περισσότερες πληροφορίες στο [SNFCC.org](http://SNFCC.org)

Πλέον μπορείτε να πληρώνετε εύκολα και γρήγορα στα αυτόματα ταμεία σε κάθε όροφο του parking, ανέπαφα με πιστωτική ή χρεωστική κάρτα.



Δευτέρα

Τρίτη

Τετάρτη

Πέμπτη

Παρασκευή

Σάββατο

Κυριακή

**Το Παγοδρόμιο στο Κανάλι σας περιμένει μέχρι τις 24/02.**

Με ηλεκτρονική προεγγραφή στο [SNFCC.org](http://SNFCC.org)

**Όλες τις ημέρες**

|             |  |       |
|-------------|--|-------|
| 06.00-00.00 | Έκθεση Κυπέλλου Σπύρου Λούη                        | α. 20 |
| 10.00-19.30 | Ξεναγήσεις στο Πάρκο & στο ΚΠΙΣΝ                   | α. 20 |
| 09.00-22.00 | Γ. Ζογγολόπουλος: Το Όραμα μιας Δημόσιας Γλυπτικής | α. 02 |

\*Οι εκδηλώσεις με \* απαιτούν προεγγραφή στο [SNFCC.org/events](http://SNFCC.org/events)

\*Οι ηλεκτρονικές κρατήσεις για τα εργαστήρια και τις αθλητικές δράσεις ακυρώνονται 15' πριν την έναρξη, εφόσον οι κάτοχοί τους δεν έχουν παρουσιαστεί στον χώρο διεξαγωγής της εκδήλωσης

\*Για τις εκδηλώσεις με σειρά προτεραιότητας, παρακαλούμε να βρίσκεστε στον χώρο διεξαγωγής της εκδήλωσης 30' νωρίτερα.

**04**

|             |                                     |       |
|-------------|-------------------------------------|-------|
| 07.30-08.45 | Mat Pilates για προχωρημένους       | α. 16 |
| 08.00-10.00 | Άσκηση για Όλους                    | α. 15 |
| 08.45-10.00 | Mat Pilates                         | α. 15 |
| 10.00-10.50 | Άθληση στην 3η ηλικία               | α. 16 |
| 11.00-15.00 | Μαθήματα Υπολογιστών για άτομα 65+  | α. 13 |
| 17.00-20.00 | Ομαδικό Παιχνίδι (Football Skills)* | α. 18 |
| 18.00-19.00 | Baby's Arts & Crafts*               | α. 14 |
| 18.00-19.30 | Yoga στο Πάρκο                      | α. 16 |
| 18.00-21.00 | Άσκηση για Όλους                    | α. 15 |
| 18.30-20.30 | Νέες τεχνολογίες*                   | α. 13 |
| 20.00-22.00 | Ομαδικοί Αγώνες                     | α. 16 |

|       |                                |       |
|-------|--------------------------------|-------|
| 20.30 | Εθνική Συμφωνική Ορχήστρα ΕΡΤ* | α. 04 |
|-------|--------------------------------|-------|

**11**

|             |                                     |       |
|-------------|-------------------------------------|-------|
| 07.30-08.45 | Mat Pilates για προχωρημένους       | α. 16 |
| 08.00-10.00 | Άσκηση για Όλους                    | α. 15 |
| 08.45-10.00 | Mat Pilates                         | α. 15 |
| 10.00-10.50 | Άθληση στην 3η ηλικία               | α. 16 |
| 11.00-15.00 | Μαθήματα Υπολογιστών για άτομα 65+  | α. 13 |
| 17.00-20.00 | Ομαδικό Παιχνίδι (Football Skills)* | α. 18 |
| 18.00-19.00 | Baby's Arts & Crafts*               | α. 14 |
| 18.00-19.30 | Yoga στο Πάρκο                      | α. 16 |
| 18.00-21.00 | Άσκηση για Όλους                    | α. 15 |
| 18.30-20.30 | Νέες τεχνολογίες*                   | α. 13 |
| 20.00-22.00 | Ομαδικοί Αγώνες                     | α. 16 |

|       |   |       |
|-------|---|-------|
| 20.30 | Orchestra of the Age of Enlightenment & Magdalena Kožená* | α. 05 |
|-------|---|-------|

**05**

|             |                                    |       |
|-------------|------------------------------------|-------|
| 08.00-09.30 | Yoga στο Πάρκο                     | α. 16 |
| 08.00-10.00 | Άσκηση για Όλους                   | α. 15 |
| 11.00-15.00 | Μαθήματα Υπολογιστών για άτομα 65+ | α. 13 |
| 18.00-19.00 | Mat Pilates                        | α. 15 |
| 18.00-19.15 | Tai Chi                            | α. 15 |
| 18.00-21.00 | Άσκηση για Όλους                   | α. 15 |
| 18.30-20.00 | SNFCC Running Team                 | α. 17 |
| 20.00-22.00 | Ομαδικοί Αγώνες                    | α. 16 |

**12**

|             |                                    |       |
|-------------|------------------------------------|-------|
| 08.00-09.30 | Yoga στο Πάρκο                     | α. 16 |
| 08.00-10.00 | Άσκηση για Όλους                   | α. 15 |
| 11.00-15.00 | Μαθήματα Υπολογιστών για άτομα 65+ | α. 13 |
| 18.00-19.00 | Mat Pilates                        | α. 15 |
| 18.00-19.15 | Tai Chi                            | α. 15 |
| 18.00-21.00 | Άσκηση για Όλους                   | α. 15 |
| 18.30-20.00 | SNFCC Running Team                 | α. 17 |
| 20.00-22.00 | Ομαδικοί Αγώνες                    | α. 16 |

**06**

|             |                                     |       |
|-------------|-------------------------------------|-------|
| 07.30-08.45 | Mat Pilates                         | α. 15 |
| 08.00-10.00 | Άσκηση για Όλους                    | α. 15 |
| 10.00-10.50 | Άθληση στην 3η ηλικία               | α. 16 |
| 11.00-15.00 | Μαθήματα Υπολογιστών για άτομα 65+  | α. 13 |
| 17.00-18.15 | Qigong 50+                          | α. 17 |
| 17.00-20.00 | Ομαδικό Παιχνίδι (Football Skills)* | α. 18 |
| 18.00-21.00 | Εργαστήρι καλλιγραφίας*             | α. 12 |
| 18.00-21.00 | Άσκηση για Όλους                    | α. 15 |
| 20.00-22.00 | Ομαδικοί Αγώνες                     | α. 16 |

**13**

|             |                                     |       |
|-------------|-------------------------------------|-------|
| 07.30-08.45 | Mat Pilates                         | α. 15 |
| 08.00-10.00 | Άσκηση για Όλους                    | α. 15 |
| 10.00-10.50 | Άθληση στην 3η ηλικία               | α. 16 |
| 11.00-15.00 | Μαθήματα Υπολογιστών για άτομα 65+  | α. 13 |
| 17.00-18.15 | Qigong 50+                          | α. 17 |
| 17.00-20.00 | Ομαδικό Παιχνίδι (Football Skills)* | α. 18 |
| 18.00-21.00 | Εργαστήρι καλλιγραφίας*             | α. 12 |
| 18.00-21.00 | Άσκηση για Όλους                    | α. 15 |

|             |   |       |
|-------------|---|-------|
| 19.00-21.00 | Από τη Μνημειακή Γλυπτική στη Street Art* | α. 02 |
| 20.00-22.00 | Ομαδικοί Αγώνες                           | α. 16 |

**07**

|             |                                    |       |
|-------------|------------------------------------|-------|
| 08.00-09.30 | Yoga στο Πάρκο                     | α. 16 |
| 08.00-10.00 | Άσκηση για Όλους                   | α. 15 |
| 09.00-10.15 | Qigong 50+                         | α. 17 |
| 11.00-15.00 | Μαθήματα Υπολογιστών για άτομα 65+ | α. 13 |
| 18.00-19.00 | Το πρώτο μου ατελιέ*               | α. 14 |
| 18.00-19.00 | Mat Pilates                        | α. 15 |
| 18.00-21.00 | Άσκηση για Όλους                   | α. 15 |
| 20.00-22.00 | Ομαδικοί Αγώνες                    | α. 16 |

**14**

|             |                                    |       |
|-------------|------------------------------------|-------|
| 08.00-09.30 | Yoga στο Πάρκο                     | α. 16 |
| 08.00-10.00 | Άσκηση για Όλους                   | α. 15 |
| 09.00-10.15 | Qigong 50+                         | α. 17 |
| 11.00-15.00 | Μαθήματα Υπολογιστών για άτομα 65+ | α. 13 |
| 18.00-19.00 | Το πρώτο μου ατελιέ*               | α. 14 |
| 18.00-19.00 | Mat Pilates                        | α. 15 |
| 18.00-21.00 | Άσκηση για Όλους                   | α. 15 |
| 20.00-22.00 | Ομαδικοί Αγώνες                    | α. 16 |

**08**

|             |                                     |       |
|-------------|-------------------------------------|-------|
| 07.30-08.45 | Mat Pilates                         | α. 15 |
| 08.00-10.00 | Άσκηση για Όλους                    | α. 15 |
| 08.45-10.00 | Mat Pilates για προχωρημένους       | α. 16 |
| 10.00-10.50 | Άθληση στην 3η ηλικία               | α. 16 |
| 11.00-15.00 | Μαθήματα Υπολογιστών για άτομα 65+  | α. 13 |
| 17.00-20.00 | Ομαδικό Παιχνίδι (Football Skills)* | α. 18 |
| 18.00-19.30 | Yoga στο Πάρκο                      | α. 12 |
| 18.00-21.00 | Εργαστήρια Λάθους: Μονοκονδυλιά     | α. 13 |
| 18.00-21.00 | Άσκηση για Όλους                    | α. 15 |
| 19.00-20.15 | Tai Chi για προχωρημένους           | α. 15 |
| 20.00-22.00 | Ομαδικοί Αγώνες                     | α. 16 |

**15**

|             |                                     |       |
|-------------|-------------------------------------|-------|
| 07.30-08.45 | Mat Pilates                         | α. 15 |
| 08.00-10.00 | Άσκηση για Όλους                    | α. 15 |
| 08.45-10.00 | Mat Pilates για προχωρημένους       | α. 16 |
| 10.00-10.50 | Άθληση στην 3η ηλικία               | α. 16 |
| 11.00-15.00 | Μαθήματα Υπολογιστών για άτομα 65+  | α. 13 |
| 17.00-20.00 | Ομαδικό Παιχνίδι (Football Skills)* | α. 18 |
| 18.00-19.30 | Yoga στο Πάρκο                      | α. 16 |
| 18.00-21.00 | Εργαστήρια Λάθους: Μονοκονδυλιά     | α. 13 |
| 18.00-21.00 | Άσκηση για Όλους                    | α. 15 |
| 19.00-20.15 | Tai Chi για προχωρημένους           | α. 15 |
| 20.00-22.00 | Ομαδικοί Αγώνες                     | α. 16 |

**09**

|             |                                      |       |
|-------------|--------------------------------------|-------|
| 08.30-09.45 | Tai Chi                              | α. 15 |
| 08.30-10.00 | SNFCC Running Team                   | α. 17 |
| 10.00-13.00 | Ιστιοπλοΐα στο Κανάλι*               | α. 17 |
| 10.00-13.00 | Street Soccer 5x5                    | α. 19 |
| 11.45-13.00 | Δημιουργική Ενόργανη ...             | α. 18 |
| 13.00-15.00 | Χειροσφαίριση*                       | α. 19 |
| 14.00-16.00 | Μάσκα: Τα εργαλεία της Μεταμόρφωσης* | α. 12 |
| 14.30-17.00 | Καγιάκ στο Κανάλι*                   | α. 17 |
| 16.00-17.15 | Αθλητικά Παιχνίδια                   | α. 18 |
| 16.00-19.00 | Mini Tennis*                         | α. 19 |
| 17.00-19.00 | Comics                               | α. 13 |
| 17.00-19.00 | Μάσκα: Τα εργαλεία της Μεταμόρφωσης* | α. 12 |
| 20.00-22.00 | Ομαδικοί Αγώνες                      | α. 16 |

**16**

|             |                                      |       |
|-------------|--------------------------------------|-------|
| 08.30-09.45 | Tai Chi                              | α. 15 |
| 08.30-10.00 | SNFCC Running Team                   | α. 17 |
| 10.00-13.00 | Ιστιοπλοΐα στο Κανάλι*               | α. 17 |
| 10.00-13.00 | Street Soccer 5x5                    | α. 19 |
| 11.45-13.00 | Δημιουργική Ενόργανη ...             | α. 18 |
| 13.00-14.30 | Παιχνίδια για οικογένειες            | α. 18 |
| 13.00-15.00 | Χειροσφαίριση*                       | α. 19 |
| 14.00-16.00 | Μάσκα: Τα εργαλεία της Μεταμόρφωσης* | α. 12 |
| 14.30-17.00 | Καγιάκ στο Κανάλι*                   | α. 17 |
| 16.00-17.15 | Αθλητικά Παιχνίδια                   | α. 18 |
| 16.00-19.00 | Mini Tennis*                         | α. 19 |
| 17.00-19.00 | Μάσκα: Τα εργαλεία της Μεταμόρφωσης* | α. 12 |

|             |   |       |
|-------------|---|-------|
| 17.00-18.30 | Η αρχή της ζωής: Διαλέξεις για τα πρώτα βήματα του ανθρώπου | α. 08 |
| 20.00-22.00 | Ομαδικοί Αγώνες   | α. 16 |

**10**

|             |  |       |
|-------------|--|-------|
| 10.00-13.00 | Ιστιοπλοΐα στο Κανάλι*                         | α. 17 |
| 10.00-13.00 | Street Soccer 5x5                              | α. 19 |
| 10.30-12.00 | Ένας σπόρος ταξιδεύει ...                      | α. 10 |
| 11.00-15.00 | Μαθήματα ποδηλάτου για παιδιά και για ενήλικες | α. 10 |
| 12.00-14.00 | Ρέτανακε                                       | α. 15 |
| 12.00-14.00 | Κυκλος κρουστών για ενήλικες                   | α. 11 |
| 13.00-15.00 | Χειροσφαίριση*                                 | α. 19 |
| 14.30-17.00 | Καγιάκ στο Κανάλι*                             | α. 17 |
| 16.00-17.15 | Στιβομαχίες                                    | α. 19 |
| 16.00-19.00 | Mini Tennis*                                   | α. 19 |

|             |                                |       |
|-------------|--------------------------------|-------|
| 17.30-20.30 | Γλυπτική που αναπνέει: Κίνηση* | α. 03 |
| 20.00       | Andrew Weatherall              | α. 07 |

**17**

|             |  |       |
|-------------|--|-------|
| 10.00-13.00 | Ιστιοπλοΐα στο Κανάλι*                   | α. 17 |
| 10.00-13.00 | Street Soccer 5x5                        | α. 19 |
| 11.00-13.00 | Τα φυτά που μας φροντίζουν               | α. 10 |
| 11.00-13.00 | Γνωριμία με το Άθλημα της Χειροσφαίρισης | α. 19 |
| 12.00-14.00 | Ρέτανακε                                 | α. 15 |
| 12.00-14.00 | Roller Skates για παιδιά                 | α. 11 |
| 12.00-14.00 | Κυκλος κρουστών για ενήλικες             | α. 11 |
| 13.00-15.00 | Χειροσφαίριση*                           | α. 19 |
| 14.30-17.00 | Καγιάκ στο Κανάλι*                       | α. 17 |
| 16.00-17.15 | Στιβομαχίες                              | α. 19 |
| 16.00-19.00 | Mini Tennis*                             | α. 19 |

|             |                                |       |
|-------------|--------------------------------|-------|
| 17.30-20.30 | Γλυπτική που αναπνέει: Κίνηση* | α. 03 |
| 17.00       | Παραβάσεις*                    | α. 09 |



## Δευτέρα

18

|             |                                     |       |
|-------------|-------------------------------------|-------|
| 07.30-08.45 | Mat Pilates για προχωρημένους       | α. 16 |
| 08.00-10.00 | Άσκηση για Όλους                    | α. 15 |
| 08.45-10.00 | Mat Pilates                         | α. 15 |
| 10.00-10.50 | Άθληση στην 3η ηλικία               | α. 16 |
| 11.00-15.00 | Μαθήματα Υπολογιστών για άτομα 65+  | α. 13 |
| 17.00-20.00 | Ομαδικό Παιχνίδι (Football Skills)* | α. 18 |
| 18.00-19.00 | Baby's Arts & Crafts*               | α. 14 |
| 18.00-19.30 | Yoga στο Πάρκο                      | α. 16 |
| 18.00-21.00 | Άσκηση για Όλους                    | α. 15 |
| 18.30-20.30 | Νέες τεχνολογίες*                   | α. 13 |
| 20.00-22.00 | Ομαδικοί Αγώνες                     | α. 16 |

25

|             |                                     |       |
|-------------|-------------------------------------|-------|
| 07.30-08.45 | Mat Pilates για προχωρημένους       | α. 16 |
| 08.00-10.00 | Άσκηση για Όλους                    | α. 15 |
| 08.45-10.00 | Mat Pilates                         | α. 15 |
| 10.00-10.50 | Άθληση στην 3η ηλικία               | α. 16 |
| 11.00-15.00 | Μαθήματα Υπολογιστών για άτομα 65+  | α. 13 |
| 17.00-20.00 | Ομαδικό Παιχνίδι (Football Skills)* | α. 18 |
| 18.00-19.00 | Baby's Arts & Crafts*               | α. 14 |
| 18.00-19.30 | Yoga στο Πάρκο                      | α. 16 |
| 18.00-21.00 | Άσκηση για Όλους                    | α. 15 |
| 18.30-20.30 | Νέες τεχνολογίες*                   | α. 13 |
| 20.00-22.00 | Ομαδικοί Αγώνες                     | α. 16 |

## Τρίτη

19

|             |                                    |       |
|-------------|------------------------------------|-------|
| 08.00-09.30 | Yoga στο Πάρκο                     | α. 16 |
| 08.00-10.00 | Άσκηση για Όλους                   | α. 15 |
| 11.00-15.00 | Μαθήματα Υπολογιστών για άτομα 65+ | α. 13 |
| 18.00-19.00 | Mat Pilates                        | α. 15 |
| 18.00-19.15 | Ταί Chi                            | α. 15 |
| 18.00-21.00 | Άσκηση για Όλους                   | α. 15 |
| 18.30-20.00 | SNFCC Running Team                 | α. 17 |
| 20.00-22.00 | Ομαδικοί Αγώνες                    | α. 16 |

26

|             |                                    |       |
|-------------|------------------------------------|-------|
| 08.00-09.30 | Yoga στο Πάρκο                     | α. 16 |
| 08.00-10.00 | Άσκηση για Όλους                   | α. 15 |
| 11.00-15.00 | Μαθήματα Υπολογιστών για άτομα 65+ | α. 13 |
| 18.00-19.00 | Mat Pilates                        | α. 15 |
| 18.00-19.15 | Ταί Chi                            | α. 15 |
| 18.00-21.00 | Άσκηση για Όλους                   | α. 15 |
| 18.30-20.00 | SNFCC Running Team                 | α. 17 |
| 20.00-22.00 | Ομαδικοί Αγώνες                    | α. 16 |

## Τετάρτη

20

|             |                                     |       |
|-------------|-------------------------------------|-------|
| 07.30-08.45 | Mat Pilates                         | α. 15 |
| 08.00-10.00 | Άσκηση για Όλους                    | α. 15 |
| 10.00-10.50 | Άθληση στην 3η ηλικία               | α. 16 |
| 11.00-15.00 | Μαθήματα Υπολογιστών για άτομα 65+  | α. 13 |
| 17.00-20.00 | Ομαδικό Παιχνίδι (Football Skills)* | α. 18 |
| 17.00-18.15 | Qigong 50+                          | α. 17 |
| 17.30-20.30 | Μαθήματα Πρώτων Βοηθειών            | α. 17 |
| 18.00-21.00 | Εργαστήριο καλλιγραφίας*            | α. 12 |
| 18.00-21.00 | Άσκηση για Όλους                    | α. 15 |
| 20.00-22.00 | Ομαδικοί Αγώνες                     | α. 16 |

27

|             |   |       |
|-------------|---|-------|
| 07.30-08.45 | Mat Pilates                               | α. 15 |
| 08.00-10.00 | Άσκηση για Όλους                          | α. 15 |
| 10.00-10.50 | Άθληση στην 3η ηλικία                     | α. 16 |
| 11.00-15.00 | Μαθήματα Υπολογιστών για άτομα 65+        | α. 13 |
| 17.00-18.15 | Qigong 50+                                | α. 17 |
| 17.00-20.00 | Ομαδικό Παιχνίδι (Football Skills)*       | α. 18 |
| 18.00-21.00 | Εργαστήριο καλλιγραφίας*                  | α. 12 |
| 18.00-21.00 | Άσκηση για Όλους                          | α. 15 |
| 19.00-21.00 | Από τη Μνημειακή Γλυπτική στη Street Art* | α. 02 |
| 20.00-22.00 | Ομαδικοί Αγώνες                           | α. 16 |

## Πέμπτη

21

|             |                                    |       |
|-------------|------------------------------------|-------|
| 08.00-09.30 | Yoga στο Πάρκο                     | α. 16 |
| 08.00-10.00 | Άσκηση για Όλους                   | α. 15 |
| 09.00-10.15 | Qigong 50+                         | α. 17 |
| 11.00-15.00 | Μαθήματα Υπολογιστών για άτομα 65+ | α. 13 |
| 18.00-19.00 | Το πρώτο μου ατελιέ*               | α. 14 |
| 18.00-19.00 | Mat Pilates                        | α. 15 |
| 18.00-21.00 | Άσκηση για Όλους                   | α. 15 |
| 20.00-22.00 | Ομαδικοί Αγώνες                    | α. 16 |

28

|             |                                    |       |
|-------------|------------------------------------|-------|
| 08.00-10.00 | Άσκηση για Όλους                   | α. 15 |
| 09.00-10.15 | Qigong 50+                         | α. 17 |
| 11.00-15.00 | Μαθήματα Υπολογιστών για άτομα 65+ | α. 13 |
| 18.00-19.00 | Το πρώτο μου ατελιέ*               | α. 14 |
| 18.00-19.00 | Mat Pilates                        | α. 15 |
| 18.00-21.00 | Άσκηση για Όλους                   | α. 15 |
| 19.00-20.30 | Πάνω σ' έναν αρχαίο στίχο          | α. 08 |
| 20.00-22.00 | Ομαδικοί Αγώνες                    | α. 16 |

## Παρασκευή

22

|             |                                     |       |
|-------------|-------------------------------------|-------|
| 07.30-08.45 | Mat Pilates                         | α. 15 |
| 08.00-10.00 | Άσκηση για Όλους                    | α. 15 |
| 08.45-10.00 | Mat Pilates για προχωρημένους       | α. 16 |
| 10.00-10.50 | Άθληση στην 3η ηλικία               | α. 16 |
| 11.00-15.00 | Μαθήματα Υπολογιστών για άτομα 65+  | α. 13 |
| 17.00-20.00 | Ομαδικό Παιχνίδι (Football Skills)* | α. 18 |
| 18.00-19.30 | Yoga στο Πάρκο                      | α. 16 |
| 18.00-21.00 | Εργαστήρια Λάθους: Μονοκονδυλιά     | α. 13 |
| 18.00-21.00 | Άσκηση για Όλους                    | α. 15 |
| 19.00-20.15 | Ταί Chi για προχωρημένους           | α. 15 |
| 20.00-22.00 | Ομαδικοί Αγώνες                     | α. 16 |

## Σάββατο

23

|             |   |       |
|-------------|---|-------|
| 08.30-09.45 | Ταί Chi   | α. 15 |
| 08.30-10.00 | SNFCC Running Team  | α. 17 |
| 10.00-13.00 | Ιστιοπλοΐα στο Κανάλι*  | α. 17 |
| 10.00-13.00 | Street Soccer 5x5   | α. 19 |
| 11.45-13.00 | Δημιουργική Ενόργανη ...  | α. 18 |
| 13.00-14.30 | Παιχνίδια για Οικογένειες   | α. 18 |
| 14.30-17.00 | Καγιάκ στο Κανάλι*  | α. 17 |
| 16.00-17.15 | Αθλητικά Παιχνίδια  | α. 18 |
| 16.00-19.00 | Mini Tennis*  | α. 19 |
| 17.00-19.00 | Comics  | α. 13 |
| 17.30-20.30 | Δημιουργούμε όλοι μαζί τέχνη: Στο εργαστήριο του Γ. Ζογγολόπουλου | α. 03 |
| 20.00-22.00 | Ομαδικοί Αγώνες   | α. 16 |

**Αθλητές της Ελληνικής Ομοσπονδίας Χειμερινών Αθλημάτων παρουσιάζουν ένα show καλλιτεχνικού πατινάζ στις 20.00!**

## Κυριακή

24

|             |                              |       |
|-------------|------------------------------|-------|
| 10.00-13.00 | Ιστιοπλοΐα στο Κανάλι*       | α. 17 |
| 10.00-13.00 | Street Soccer 5x5            | α. 19 |
| 10.30-12.00 | Ένας σπόρος ταξιδεύει ...    | α. 10 |
| 12.00-14.00 | Roller Skates για παιδιά     | α. 11 |
| 12.00-14.00 | Κύκλος κρουστών για ενήλικες | α. 16 |
| 12.00-14.00 | Réтанque                     | α. 15 |
| 13.00-15.00 | Χειροσφαίριση*               | α. 19 |
| 14.30-17.00 | Καγιάκ στο Κανάλι*           | α. 17 |
| 16.00-17.15 | Στιβομαχίες                  | α. 19 |
| 16.00-19.00 | Mini Tennis*                 | α. 19 |

|             |  |       |
|-------------|--|-------|
| 17.30-19.00 | Εργαστήριο αρχιτεκτονικής: Οι ομπρέλες | α. 03 |
| 21.00       | Θοδωρής Ρέλλος & Γιάννης Αναστασάκης   | α. 06 |

## Όλες τις ημέρες

|             |  |       |
|-------------|--|-------|
| 06.00-00.00 | Έκθεση Κυπέλλου Σπύρου Λούη                        | α. 20 |
| 10.00-19.30 | Ξεναγήσεις στο Πάρκο & στο ΚΠΙΣΝ                   | α. 20 |
| 09.00-22.00 | Γ. Ζογγολόπουλος: Το Όραμα μιας Δημόσιας Γλυπτικής | α. 02 |

\*Οι εκδηλώσεις με \* απαιτούν προεγγραφή στο SNFCC.org/events

\*Οι ηλεκτρονικές κρατήσεις για τα εργαστήρια και τις αθλητικές δράσεις ακυρώνονται 15' πριν την έναρξη, εφόσον οι κάτοχοί τους δεν έχουν παρουσιαστεί στον χώρο διεξαγωγής της εκδήλωσης

\*Για τις εκδηλώσεις με σειρά προτεραιότητας, παρακαλούμε να βρίσκεστε στον χώρο διεξαγωγής της εκδήλωσης 30' νωρίτερα.

## SNFCC Fence:

Περιηγηθείτε στην ομαδική φωτογραφική έκθεση που καλύπτει 400 μέτρα της περιμέτρου του ΚΠΙΣΝ!





Ως μέρος των προνομίων τους αλλά και ως ένδειξη ευγνωμοσύνης απέναντί τους, τα Μέλη του ΚΠΙΣΝ έχουν πρόσβαση σε ειδικά σχεδιασμένες δράσεις και εκδηλώσεις, αποκλειστικά για αυτά.

## Χρήσιμες Πληροφορίες

Όλες οι παρακάτω δράσεις απαιτούν προεγγραφή.

Οι προεγγραφές για τις εκδηλώσεις Μελών ανοίγουν κάθε Δευτέρα. Για τις διαλέξεις, οι προεγγραφές ξεκινούν την Τετάρτη 13 & 20/2.

Οι σύνδεσμοι για τις κρατήσεις και οι αναλυτικές ημερομηνίες προεγγραφής ανά εκδήλωση αποστέλλονται στα Μέλη μέσω του **SNFCC Members Newsletter**

Αποκλειστική γραμμή εξυπηρέτησης Μελών: **216 809 1010**  
[SNFCC.org/members](http://SNFCC.org/members)

## Είσαι Μέλος;

Μοιράσου μαζί μας τα στιγμιότυπα από την επίσκεψή σου στο ΚΠΙΣΝ ή την συμμετοχή σου στις εκδηλώσεις Μελών, με το hashtag **#SNFCCmembers**



Με την **Κάρτα Μέλους** σου απολαμβάνεις **10% έκπτωση**:

- στους χώρους εστίασης
- το parking
- το SNFCC Store

Το Πρόγραμμα Μελών υποστηρίζεται από το:

## Προτεραιότητα στην κράτηση θέσεων για Μέλη:

### Συναυλία της Εθνικής Συμφωνικής Ορχήστρας ΕΡΤ

Δευτέρα 04/02

20.30 | ΑΙΘΟΥΣΑ ΣΤΑΥΡΟΣ ΝΙΑΡΧΟΣ 13

Προκρατημένες θέσεις για Μέλη + καλεσμένο - έως 300 συμμετοχές | Πληροφορίες στη σελ. 04

### Συναυλία Orchestra of the Age of Enlightenment & Magdalena Kožená

Δευτέρα 11/02

20.30 | ΑΙΘΟΥΣΑ ΣΤΑΥΡΟΣ ΝΙΑΡΧΟΣ 13

Προκρατημένες θέσεις για Μέλη + καλεσμένο - έως 300 συμμετοχές | Πληροφορίες στη σελ. 05

### Διαλέξεις με αφορμή την έκθεση γλυπτικής του Γιώργου Ζογγολόπουλου στο ΚΠΙΣΝ

Εισηγητής: Θανάσης Μουτσόπουλος, Αναπληρωτής Καθηγητής της Ιστορίας της Τέχνης και της Θεωρίας του πολιτισμού, Πολυτεχνείο Κρήτης

Προκρατημένες θέσεις μόνο για Μέλη - έως 30 συμμετοχές | Πληροφορίες στη σελ. 02

### Από τη Μνημειακή Γλυπτική στη Street Art

Τετάρτη 13/02: Από την Κλασική στη Μοντέρνα Γλυπτική

19.00-21.00 | ΠΥΡΓΟΣ ΒΙΒΛΙΩΝ 11

Τετάρτη 27/02: Η Τέχνη στον Δημόσιο Χώρο

19.00-21.00 | ΠΥΡΓΟΣ ΒΙΒΛΙΩΝ 11

## Πρωινές αθλητικές δραστηριότητες για Μέλη, κάθε Τετάρτη!

### Βελτίωση φυσικής κατάστασης

06/02: Βάδην & Αερόβια άσκηση | 13/02: Ευλυγισία

20/02: Γενική ενδυνάμωση | 27/02: Κιναίσθηση & Ισορροπία

08.30-09.45 | ΣΤΙΒΟΣ 6

Μόνο για Μέλη - Έως 30 συμμετοχές ανά συνάντηση | Ηλικίες 18 έως 65 ετών  
Σχεδιασμός - Υλοποίηση: Αναγέννηση & Πρόοδος

Με τη συνεργασία:

## Τρίτες των Μελών

Μια μέρα αφιερωμένη στα Μέλη μας! Προγράμματα σχεδιασμένα ειδικά για τα Μέλη του ΚΠΙΣΝ κάθε απόγευμα Τρίτης στο Παιδικό Εργαστήριο.

## Εργαστήρια για Ενήλικες:

### Πώς να μαγειρέψεις ένα βιβλίο: Εργαστήριο Εικαστικού Βιβλίου

Από το κέικ με φιστίκια του Monet, στο φιλέτο ταρτάρ του Duchamp, στο τoστ αβοκάντο του Dalí, στο ζεστό μεξικάνικο ποτό της Kahlo, στη σαλάτα με αγγούρι της Bourgeois.

Οι συμμετέχοντες μοιράζονται ένα "ιδίωτο" κοινό γεύμα με άλλους και με αφορμή μια δικιά τους συνταγή διαμορφώνουν το δικό τους σημείο στο τραπέζι.

Στο τέλος του εργαστηρίου, κλείνουν το τεκμήριο της κοινής αυτής εμπειρίας στο πακέτο καλωσορίσματος δημιουργώντας ένα cook book με προσωπικές μαγειρικές ιστορίες.

**Προϋποθέσεις συμμετοχής:** Οι συμμετέχοντες θα πρέπει να έχουν μαζί τους το πακέτο καλωσορίσματος που λαμβάνουν κατά την εγγραφή τους στο Πρόγραμμα Μελών του ΚΠΙΣΝ και μια δική τους συνταγή.

Τρίτη 05 & 19/02

17.00-20.00 | ΠΑΙΔΙΚΟ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙ 11

Μόνο για Μέλη - έως 20 συμμετοχές

Σχεδιασμός-Υλοποίηση: Very Young Contemporary Art (VYCA) σε συνεργασία με την εικαστικό Μάρω Μιχαλακάκου

## Μάσκα:

### Τα εργαλεία της Μεταμόρφωσης

Η μάσκα, ως αντανάκλαση του προσώπου στον καθρέφτη της φαντασίας, κατέχει στην ιστορία της ανθρώπινης έκφρασης θέση προνομιακή. Από τα βάθη των αιώνων μέχρι σήμερα, από τον πιο πρωτόγονο πολιτισμό μέχρι τον πιο εκλεπτυσμένο, είναι ένα πεδίο στο οποίο η δημιουργική δύναμη τους ανθρώπου αποδείχτηκε ανεξάντλητη, ερμηνεύοντας με την ύλη αυτό που φανταζόταν για το πρόσωπο.

Οι συμμετέχοντες, βουτώντας σε αυτό το υλικό, από τις αφρικανικές μάσκες έως τη μάσκα του κλόουν, από τις παραδοσιακές μάσκες των θεάτρων της Ανατολής μέχρι τις αυτοσχέδιες αποκριτικές μάσκες και τη σύγχρονη τέχνη και μόδα, παίζουν με ελευθερία, με υλικά προβλέψιμα και απρόβλεπτα, για να δώσουν ζωή στα πρόσωπα της φαντασίας τους.

Ξεκινήστε να μαζεύετε όσα συνήθως πετάτε και ελάτε να τους δώσουμε μια δεύτερη ευκαιρία μέσα από την απροσδόκητη χρήση τους.

Ο Άγγελος Μέντης έχει δουλέψει σαν art director σε μεγάλα events: τόσο στην Τελετή Έναρξης Ολυμπιακών Αγώνων (2004) όσο και στην Τελετή Έναρξης των Πρώτων Ευρωπαϊκών Αγώνων (Baku 2015).

Τρίτη 26/02

18.00-20.00 | ΠΑΙΔΙΚΟ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙ 11

Μόνο για Μέλη - έως 20 συμμετοχές

Σχεδιασμός-Υλοποίηση: Άγγελος Μέντης

## Κοσμήματα/Ομπρέλες: Εργαστήριο δημιουργικού κοσμήματος

Ένα εργαστήριο δημιουργικού κοσμήματος εμπνευσμένο από το έργο του Γιώργου Ζογγολόπουλου, με αφορμή την έκθεση του καλλιτέχνη στο Κέντρο Πολιτισμού Ίδρυμα Σταύρος Νιάρχος. Το εργαστήριο επικεντρώνεται στη διαδικασία σχεδιασμού και δημιουργίας ενός κοσμήματος/μικρογλυπτού αντικειμένου μέσα από μια ευχάριστη και ταυτόχρονα, επιμορφωτική εμπειρία. Οι συμμετέχοντες μελετούν το έργο του Γ. Ζογγολόπουλου και εμπνευσμένοι από αυτό, σχεδιάζουν με τρία διαφορετικά υλικά (χαρτί, τσόχα και μέταλλο) ένα αντικείμενο ή κόσμημα, το οποίο παίρνουν μαζί τους ως αναμνηστικό στο τέλος του εργαστηρίου.

Τρίτη 12/02

18.00-20.00 | ΠΑΙΔΙΚΟ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙ 11

Μόνο για Μέλη - έως 30 συμμετοχές ανά εργαστήριο

Σχεδιασμός-Υλοποίηση: Μαργαρίτα Μυρογιάννη, Εικαστικός

## Σε συνεργασία με την ΕΛΣ:

### 1 ημέρα προτεραιότητα στην προώθηση των εισιτηρίων του Γ' τετραμήνου παραστάσεων της ΕΛΣ

Πέμπτη 31/01

19.00-21.00 | ΤΑΜΕΙΑ ΤΗΣ ΕΛΣ στο ΚΠΙΣΝ 13

### Ξεναγήσεις στα Παρασκήνια της ΕΛΣ - «Herrumbre»

Κυριακή 17/02

14.30 & 16.00 | ΦΟΥΑΓΙΕ ΕΛΣ (ΣΗΜΕΙΟ ΣΥΝΑΝΤΗΣΗΣ) 13

Αποκλειστικά για Μέλη - έως 25 συμμετοχές/Ξεναγήση

### Γενική Δοκιμή «Λουτσία ντι Λαμμερμούρ»

Παρασκευή 22/02

19.00 | ΑΙΘΟΥΣΑ ΣΤΑΥΡΟΣ ΝΙΑΡΧΟΣ ΕΛΣ 13

Αποκλειστικά για Μέλη + καλεσμένο - έως 300 συμμετοχές

### Έκπτωση 10% στην αγορά προγραμμάτων της ΕΛΣ

Ταμεία ΕΛΣ στο ΚΠΙΣΝ 13

09.00-21.00

Φουαγιέ ΕΛΣ 13

Ημέρες και ώρες παραστάσεων

## Αποκλειστικά slots για Μέλη, στο Παγοδρόμιο του ΚΠΙΣΝ!

### Κάθε Δευτέρα, Τετάρτη & Παρασκευή μέχρι 24/02.

18.00-18.40 | Για Μέλη + καλεσμένο - έως 30 συμμετοχές ανά κύκλο



# Φεβρουάριος στο ΚΠΙΣΝ

# 02.

**Jazz Chronicles, 03/02: Σημείο αφετηρίας για τον Φεβρουάριο ο μουσικός αυτοσχεδιασμός του Νίκου Αναδολή και του Αλέξανδρου Δράκου Κτιστάκη.** Η Εθνική Συμφωνική Ορχήστρα ΕΡΤ συναντά τους D. Shostakovich, P. I. Tchaikovsky & Δ. Λαυράγκα στο πλαίσιο της σειράς συναυλιών Cosmos στις 04/02. **“I just make music every day and see what happens”:** Τα SNFCC Sessions επιστρέφουν στις 10/02 με τον **Andrew Weatherall, έναν από τους σημαντικότερους DJ της βρετανικής electronica.** Ποιος βγαίνει νικητής: ο έρωτας ή το καθήκον; Η Orchestra of the Age of Enlightenment και η Magdalena Kožená αναζητούν την απάντηση στις 11/02 στην Αίθουσα Σταύρος Νιάρχος. **«Περασμένα μεσάνυχτα σ’ όλη μου τη ζωή»:** τον Φεβρουάριο ο κύκλος διαλέξεων **Πάνω σ’ έναν αρχαίο στίχο εντοπίζει το σημείο συνάντησης του Ελύτη με την Σαπφώ.** «'Αι-Γιώργη μου εσύ, της ξέφυγε κάποτε και της φώναζε»: Στις 17/02 οι Παραβάσεις, το θεατρικό αναλόγιο του ΚΠΙΣΝ, παρουσιάζουν το ομώνυμο διήγημα του Δημήτρη Χατζή. **Τα Jazz Chronicles κλείνουν τον μήνα στις 24/02 με το Horseloverfat, την κοινή δισκογραφική δουλειά των Θοδωρή Ρέλλου και Γιάννη Αναστασάκη.** Αποχαιρετούμε το παγοδρόμιο με ένα σόου καλλιτεχνικού πατινάζ στις 23/02!

**Και καθημερινά, η έκθεση Γιώργος Ζογγολόπουλος:  
Το Όραμα μιας Δημόσιας Γλυπτικής σας καλεί την ανακαλύψετε.**