

10 ιδέες*

για να ζούμε καλύτερα

3^Η ΜΠΙΕΝΑΛΕ ΣΤΗ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ

Εγκαίνια για την 3η Μπιενάλε Σύγχρονης Τέχνης Θεσσαλονίκης στις 18/9, η οποία θα διαρκέσει έως τις 18/12. Κύριος διοργανωτής είναι το Κρατικό Μουσείο Σύγχρονης Τέχνης, ενώ φέρει το γενικό τίτλο «Παλιές Διασταυρώσεις - Make it new». Με την προσοχή στραμμένη στη Μεσόγειο, μέσα από μια σύγχρονη εικαστική ματιά, η φετινή διοργάνωση αναπτύσσεται σε όλη την πόλη, περιλαμβάνοντας εκθέσεις, διεθνές εργαστήριο νέων καλλιτεχνών, φεστιβάλ περφόρμανς, δράσεις και ένα συμπόσιο (www.greekstatemuseum.com).

ΝΥΧΤΕΣ ΠΡΕΜΙΕΡΑΣ 2011

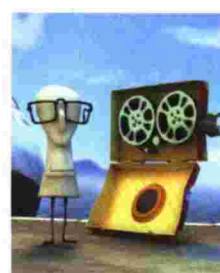
Το 17ο Διεθνές Φεστιβάλ Κινηματογράφου της Αθήνας Νύχτες Πρεμιέρας Coppi-x είναι πλέον θεσμός! Φέτος, σε συνεργασία με τους κεντρικούς κινηματογράφους ΑΤΤΙΚΟΝ, ΑΠΟΛΛΩΝ, ΔΑΝΑΟΣ 1 & 2, παρουσιάζει πάνω από 150 μικρού και μεγάλου μήκους ταινίες απ' όλο τον κόσμο, ενώ για τρίτη συνεχή χρονιά θα απονεμίσει τα βραβεία πρωτοεμφανιζόμενων δημιουργών ελληνικών ταινιών (14-25/9, διοργάνωση περιοδικό «ΣΙΝΕΜΑ», εισιτήριο €6, πρωινές προβολές €4, κάρτες προς €35, €60 και €75, πληροφορίες www.aiff.gr).

ΦΘΙΝΟΠΩΡΟ ΣΤΟ ΗΡΩΔΕΙΟ

Ο συνθέτης Δημήτρης Παπαδημητρίου παρουσιάζει στο Ηρώδειο ένα αντιπροσωπευτικό δείγμα των έντεχνων τραγουδιών του, από όλους τους «σταθμούς» της μέχρι τώρα πορείας του. Η μουσική θα είναι ζωντανή από δώδεκα σολίστες και τη Συμφωνική Ορχήστρα της Πάτρας, ενώ ερμηνεύουν οι Ε. Αρβανιτάκη, Φ. Δάρρα, Α. Κετιμέ, Π. Θαλασσινός, Α. Κονιόρδου, Δ. Μητροπάνος, Κ. Μαρκουλάκης (3/10, ώρα έναρξης 20.30, εισιτήρια: €27-90, Α.Μ.Ε.Α. €15).

* ΜΟΥΣΕΙΟ ΚΡΑΣΙΟΥ

Το «Μουσείο Οίνου Κώστα Λαζαρίδη» είναι ένα μοναδικό μουσείο κρασιού που ξεχωρίζει για την αισθητική, τη μοντέρνα οργάνωσή του, καθώς και για τη μοναδικότητα των εκθεμάτων του. Πρόσφατα ανανεώθηκε πλήρως με υπεσύγχρονα ακουστικά μέσα και εικόνα, προσφέροντας στους επισκέπτες του μια μοναδική εκπαιδευτική διαδρομή για την ιστορία της αμπέλου και των προϊόντων της από την αρχαία Ελλάδα, τη Μεσοποταμία και την Αίγυπτο έως τις χώρες του Νέου Κόσμου (Πολυχώρος Οινότηρας Γης, Καπανδρίτι Αττικής)



ANIMASYROS ΦΕΣΤΙΒΑΛ ΚΙΝΟΥΜΕΝΩΝ ΣΧΕΔΙΩΝ

Στη Σύρο διοργανώνεται για τέταρτη χρονιά το «animasyros Διεθνές Φεστιβάλ + Φόρουμ Κινούμενων Σχεδίων», όπου μπορείτε να απολαύσετε ταινίες κινούμενων σχεδίων, αφιερώματα σε διεθνή φεστιβάλ, εκπαιδευτικά εργαστήρια και ένα επαγγελματικό φόρουμ με διεθνείς συμμετοχές. Θα περιλαμβάνει αφιερώματα σε Βέλγους, Ρουμάνους, Ιάπωνες αλλά και Αφρικανούς animators, ενώ δεν θα λείψουν και οι Έλληνες δημιουργοί. Φέτος ειδικά θα παρευρεθούν εκπροσωπώντας τα αμερικανικά στούντιο Pixar και Dreamworks, οι γνωστοί δημιουργοί Jim Capobianco κι ο Cassidy Curtis αντίστοιχα (Ερμούπολη Σύρου, Θέατρο Απόλλων, έως τις 18/9, είσοδος δωρεάν).

«ΛΕΞΕΙΣ» ΣΩΜΑΤΟΣ ΕΚΦΡΑΣΕΙΣ ΨΥΧΗΣ

Τι γίνεται όταν το σώμα δεν μπορεί να βάλει σε τάξη αυτά που βιώνει η ψυχή; Απάντηση σε αυτό καθώς και τεχνικές για μια πιο αρμονική σχέση σώματος-ψυχής θα προσπαθήσουν να δοθούν στο σεμινάριο «Συναισθήματα και σωματικές εκφορτίσεις: οι "λέξεις" του σώματος – εκφράσεις ψυχής», στο Μουσείο Κυκλαδικής Τέχνης (Ν. Δούκα 4, Αθήνα, 3 συναντήσεις: 11-25 Οκτωβρίου 2011, κόστος €80, για μεμονωμένες συναντήσεις €30, τηλ.: 210 7228321-3).

ΣΤΑΥΡΟΔΡΟΜΙ ΧΟΡΟΥ ΚΑΙ ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ

- Αν ο χορός είναι το πάθος σας ή αν απλώς αναζητάτε έναν πιο καλλιτεχνικό τρόπο εκγύμνασης του σώματος, τότε τη λύση θα τη βρείτε στο κέντρο χορού «Αμάλγαμα». Παρακολουθήστε μαθήματα λάτιν, οριεντάλ, ευρωπαϊκών ή και ελληνικών χορών, κινηθείτε στο ρυθμό της μουσικής και γνωρίστε άλλους πολιτισμούς (Υπεύθυνη Μ. Αθανασιάδου, Ασκληπιού 11 & Γραβιάς, Πειραιάς, τηλ.: 210422582).
- Στον πολυχώρο Shantom της Λήδας Σάνταλα διοργανώνονται μαθήματα γιόγκα, πιλάτες, χορού (ινδικό, ανατολίτικο, αφρικανικό, αρχαιοελληνικό κ.ά.), τάι τσι, κουνγκ φου, σπαθασκίας. Επίσης προσφέρονται εναλλακτικές θεραπείες όπως: rejunvance, αρωματοθεραπεία, ινδικό μασάζ κ.ά. Παρακολουθήστε με ελεύθερη είσοδο την 9η Εναλλακτική Ημερίδα, 18/9 από τη 1 μ.μ. έως τις 10 μ.μ. (Τριπόλεως 35Α, Κάτω Χαλάνδρι, τηλ.: 210-6717529, www.shantala.gr).

ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ ΓΙΑ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ ΚΙΝΔΥΝΩΝ

Το Κέντρο Επαγγελματικής Κατάρτισης του Δήμου Αθηναίων υλοποιεί το πρόγραμμα του ΙΔΕΚΕ «Προστατεύω τον εαυτό μου και τους άλλους – ΠΡΟΤΕΚΤΑ». Οι συμμετέχοντες θα διδαχθούν από στελέχη του Ερυθρού Σταυρού, της Πυροσβεστικής, της ΕΜΑΚ και του Λιμενικού. Είναι δωρεάν και δίδεται πιστοποιητικό Διά Βίου Εκπαίδευσης (Τηλ.: 210-5221047, 210-5221177, κ. Σ. Γιαννακοπούλου).

* ΑΓΑΠΗΜΕΝΟ ΜΟΥ ΗΜΕΡΟΛΟΓΙΟ...



Σύμφωνα με τους ψυχολόγους, η συστηματική καταγραφή των σκέψεών μας – εν είδει ημερολογίου – μας αποφορτίζει συναισθηματικά, καθώς βοηθά να εκλογικεύσουμε τις καταστάσεις και να θέσουμε τα πράγματα σε ρεαλιστικές βάσεις. Αν, λοιπόν, επιθυμείτε να ακολουθήσετε τη συμβουλή των ειδικών, σας προτείνουμε τα πολύ μοντέρνα σημειωματάρια-ημερολόγια της ελληνικής εταιρείας «The writing fields». Χάρη στην ειδική λινοδετική μέθοδο με την οποία έχουν κατασκευαστεί υπόσχονται μοναδική αντοχή, ώστε οι σκέψεις σας να διατηρηθούν... ανέπαφες για πολλά χρόνια (Πληροφ. τηλ.: 210-3461779).