

Doc. 300.1.4

Date: 16/6/2021

Follow-up Report

(for a CYQAA accredited
Institution/Department/
Programme of study)

- Higher Education Institution: C.D.A. College
- Town: ΛΕΜΕΣΟΣ
- Type of Evaluation: Programmatic
- Accredited on CYQAA Council's Summit Number:
Enter number
- Date of Accreditation: 28/09/2015

If applicable:

- School/Faculty: C.D.A. College
- Department: ΑΙΣΘΗΤΙΚΗ
- Programme of Study Name (Duration, ECTS, Cycle)

Programme Master

In Greek:

“Διαχείριση του Στρες και Ευεξία στην Προαγωγή Υγείας”
(1.5 ή 2 Χρόνια, Μεταπτυχιακό / 90 ECTS)

In English:

“MSc in Stress Management and Wellness in Health
Promotion” (1.5 or 2 Years, Master / 90 ECTS)

- Programme's type: Conventional
- Language (s) of instruction: Greek



The present document has been prepared within the framework of the authority and competencies of the Cyprus Agency of Quality Assurance and Accreditation in Higher Education (CYQAA), according to the provisions of the “Quality Assurance and Accreditation of Higher Education and the Establishment and Operation of an Agency on Related Matters Laws of 2015 to 2019” [N. 136 (I)/2015 to N. 35(I)/2019] and the European Standards and Guidelines (ESG).

A. Internal Quality Assurance Committee

<i>Name</i>	<i>Position</i>	<i>Signature</i>
Dr. Pantelis Ioannou	General Director	
Dr. Nikos Rodosthenous	Director of Research Centre «Aristotelis»	
Dr. Pavlos Panayi	Head of ICT Department	
Mr. Efstathios Michael	Director of C.D.A. College Pafos	
Mrs. Athina Kolinatri	Director of International Affairs	
Mrs. Katerina Kyriakidou	Director of C.D.A. College Nicosia	

B. Guidelines on content and structure of the Follow-up Report

- *CYQAA has a consistent follow-up process for considering the action taken by the institution toward the improvement and further development of the CYQAA externally evaluated and accredited institution / department / programme of study. The present Follow-up Report should recount, synoptically, institutional action taken toward the implementation of the remarks indicated in the CYQAA Final Report.*
- *The Follow-up report should provide evidence (via website links) and appendices at the end of the report on how the remarks of the Council of CYQAA have been adhered to.*
- *The remarks indicated in the CYQAA Final Report should be copied from the corresponding report and be followed by the institution's response.*
- *The institution may add any other institutional action taken towards the implementation of ESG aiming at the improvement of the institution / department / programme of study.*

1. Remarks on the CYQAA Final Report

1. Study programme and study programme's design and development

(ESG 1.1, 1.2, 1.7, 1.8, 1.9)

EEC's final recommendations and comments on the HEI's response

Η Επιτροπή Εξωτερικής Αξιολόγησης μετά από τη μελέτη των εγγράφων που στάλθηκαν ως απάντηση εκ μέρους του CDA College στην αρχική της αξιολόγηση και μετά από εκτεταμένη συζήτηση των μελών της, σημειώνει τα κάτωθι: 1. Όσον αφορά στον τίτλο του προγράμματος «Αισθητική φροντίδα και Άσκηση στην Προαγωγή Υγείας και Διαχείριση του Στρες», το Κολλέγιο υποστηρίζει ότι αυτός έχει τροποποιηθεί ως εξής: «Διαχείριση του Στρες και Ευεξία στην Προαγωγή Υγείας», ωστόσο το ίδιο το κολλέγιο στα Παραρτήματα 1, 5, 6, 7 και 8 που απέστειλε, αναφέρει και δεύτερο διαφορετικό τίτλο, που έχει ως εξής: «Προαγωγή Υγείας, Άσκηση, Αισθητική και Διαχείριση του Στρες». 2. Η επιτροπή παρατηρεί ότι υπάρχει ανακολουθία και στον τίτλο του μαθήματος «Προηγμένες Αισθητικές εφαρμογές-Ευεξία». Συγκεκριμένα, ενώ το κολλέγιο αναφέρει πως έχει αλλάξει τον τίτλο σε «Σύγχρονες Αισθητικές εφαρμογές-Ευεξία», το μάθημα στα Παραρτήματα που απέστειλε, συνεχίζει να αναφέρεται με τον παλιό τίτλο, γεγονός που προκαλεί σύγχυση. 3. Σε σχέση με το περιεχόμενο του μαθήματος «Σύγχρονες Αισθητικές εφαρμογές-Ευεξία», παρά το γεγονός ότι έχουν αφαιρεθεί κάποια κεφάλαια (εφαρμογές laser, υπέρηχοι, μεσοθεραπεία), το μάθημα συνεχίζει να περιέχει εξειδικευμένες αισθητικές εφαρμογές και δεν είναι εύκολο να επιλεγεί από φοιτητές εκτός του τομέα της αισθητικής καθώς απαιτεί συγκεκριμένο γνωστικό υπόβαθρο. 4. Επιπρόσθετα, οι αναφερόμενες εφαρμογές δεν αφορούν τους πιθανούς υποψήφιους φοιτητές στους οποίους απευθύνεται το πρόγραμμα. 5. Σε κάθε περίπτωση οι παραπάνω εφαρμογές δεν σχετίζονται με τη διαχείριση του στρες. 6. Αναφορικά με το μάθημα «Σύγχρονες Αισθητικές εφαρμογές-Ευεξία, η Επιτροπή Εξωτερικής Αξιολόγησης σε σχέση με τους διδάσκοντες παρατηρεί την αντικατάσταση της κυρίας Τσιγώνια, Αισθητικού, από τον κύριο Ευριπίδου, Ιατρό Παθολόγο. Η ειδίκευση του κύριου Ευριπίδου αφορά τον σακχαρώδη διαβήτη και δεν σχετίζεται με τα περιεχόμενα των ενοτήτων του εν λόγω μαθήματος που καλείται να διδάξει, τα οποία είναι εξειδικευμένες εφαρμογές σε θέματα ιατρικής αισθητικής. 7. Αναφορικά με το μάθημα «Στρες και Εναλλακτικές εφαρμογές», η Επιτροπή Εξωτερικής Αξιολόγησης παρατηρεί ότι η κα Θεοδοσίου, Ψυχολόγος, καλείται να υποστηρίξει τη διδασκαλία αντικειμένων όπως Ομοιοπαθητική, Βοτανοθεραπεία σε δερματικές καταστάσεις, Δακτυλοπιέσεις, Shiatsu, Reiki, Λεμφική μάλαξη, Reflexology, Rejuvenance, Sport massage, Υπερβατικό Διαλογισμό και Yoga κ.α., τα οποία δεν σχετίζονται με το γνωστικό αντικείμενο των σπουδών της. Επιπρόσθετα η κινησιολογία που αναφέρεται στα περιεχόμενα του μαθήματος, αποτελεί αντικείμενο του μαθήματος κινησιολογία και καταπολέμηση στρες (Παράρτημα 4). 8. Το μάθημα «Δημόσια Διοίκηση» δεν φαίνεται να σχετίζεται με τον τίτλο και το περιεχόμενο του συγκεκριμένου μεταπτυχιακού προγράμματος. 9. Η Επιτροπή Εξωτερικής Αξιολόγησης διαπιστώνει πως ο υπολογισμός του φόρτου εργασίας έγινε πιθανόν αυθαίρετα (Παράρτημα 5) και όχι με βάση τα ευρωπαϊκά πρότυπα. 10. Καταγράφονται συνεργασίες γενικά του κολλεγίου με άλλα ιδρύματα, χωρίς όμως να διευκρινίζεται αν και ποιες αφορούν το συγκεκριμένο πρόγραμμα. 11. Όσον αφορά την έρευνα δεν διευκρινίζεται αν έχουν προκύψει δημοσιεύσεις που αφορούν το πρόγραμμα.

Η Επιτροπή Εξωτερικής Αξιολόγησης προτείνει:

- Να διευκρινιστεί ποιος είναι ο προτεινόμενος νέος τίτλος «Διαχείριση του Στρες και Ευεξία στην Προαγωγή Υγείας» ή «Προαγωγή Υγείας, Άσκηση, Αισθητική και Διαχείριση του Στρες».
- Να διευκρινιστεί ποιος είναι ο νέος τίτλος του μαθήματος ΜΑΦ 615 «Προηγμένες Αισθητικές εφαρμογές- Ευεξία» ή «Σύγχρονες Αισθητικές εφαρμογές- Ευεξία».
- Να επαναπροσδιοριστεί το περιεχόμενο του μαθήματος ΜΑΦ 615 ώστε να μπορεί να επιλεγεί και από φοιτητές εκτός του τομέα της αισθητικής.
- Να επαναπροσδιοριστεί το περιεχόμενο του μαθήματος ΜΑΦ 615 ώστε να είναι σε συνάφεια με τον τίτλο του προγράμματος που αφορά τη διαχείριση του στρες.
- Η διδασκαλία του μαθήματος ΜΑΦ 615 «Σύγχρονες Αισθητικές εφαρμογές- Ευεξία» διδάσκεται από τον κύριο Ευριπίδου, από το βιογραφικό του οποίου δεν προκύπτει η συνάφεια του αντικειμένου των σπουδών του με το συγκεκριμένο αντικείμενο διδασκαλίας.
- Το μάθημα ΜΑΦ612 «Στρες και Εναλλακτικές εφαρμογές», διδάσκεται από την κυρία Αριστονίκη Θεοδοσίου (Παράρτημα 3), από το βιογραφικό της οποίας δεν προκύπτει η συνάφεια του αντικειμένου των σπουδών της με τους στόχους και τα μαθησιακά αποτελέσματα του μαθήματος.
- Το μάθημα «Δημόσια Διοίκηση», που δεν σχετίζεται με τον τίτλο και το περιεχόμενο του μεταπτυχιακού προγράμματος, θα πρέπει να αντικατασταθεί με άλλο συναφέστερο.
- Ο υπολογισμός του φόρτου εργασίας να γίνει σε σχέση με τα ECTS κάθε μαθήματος ανα εξάμηνο, με βάση τα ευρωπαϊκά πρότυπα.
- Να αναφερθούν οι ευρωπαϊκές συνεργασίες που αφορούν το συγκεκριμένο μεταπτυχιακό πρόγραμμα και όχι γενικά όλων των προγραμμάτων του κολλεγίου.
- Να αναφερθούν δημοσιεύσεις που έχουν προκύψει από τη λειτουργία του συγκεκριμένου μεταπτυχιακού προγράμματος.

Βλέπε απάντηση Κολεγίου (Institution's Response) αρ. 1-10

**2. Student - centred learning, teaching and assessment
(ESG 1.3)**

EEC's final recommendations and comments on the HEI's response

Το περιεχόμενο του μαθήματος ΜΑΦ 615 «Σύγχρονες Αισθητικές εφαρμογές-Ευεξία» θα πρέπει να επανακοθοριστεί ώστε οι αναφερόμενες σε αυτό εφαρμογές να μπορούν να γίνονται κατανοητές από όλους τους πιθανούς υποψήφιους φοιτητές στους οποίους απευθύνεται το πρόγραμμα. Σημειώνεται ότι η παρούσα εκδοχή του απαιτεί συγκεκριμένο γνωσιακό υπόβαθρο.

Βλέπε απάντηση Κολεγίου (Institution's Response) αρ. 2, 3, 4, 5.

**3. Teaching staff
(ESG 1.5)**

EEC's final recommendations and comments on the HEI's response

1. Αναφορικά με το μάθημα «Σύγχρονες Αισθητικές εφαρμογές-Ευεξία, η Επιτροπή Εξωτερικής Αξιολόγησης σε σχέση με τους διδάσκοντες παρατηρεί την αντικατάσταση της κυρίας Τσιγώνια, Αισθητικού, από τον κύριο Ευριπίδου, Ιατρό Παθολόγο. Η ειδίκευση του κύριου Ευριπίδου αφορά τον σακχαρώδη διαβήτη και δεν σχετίζεται με τα περιεχόμενα των ενοτήτων του εν λόγω μαθήματος που καλείται να διδάξει, τα οποία είναι εξειδικευμένες εφαρμογές σε θέματα ιατρικής αισθητικής. 2. Αναφορικά με το μάθημα «Στρες και

Εναλλακτικές εφαρμογές», η Επιτροπή Εξωτερικής Αξιολόγησης παρατηρεί ότι η κα Θεοδοσίου, Ψυχολόγος, καλείται να υποστηρίξει τη διδασκαλία αντικειμένων όπως Ομοιοπαθητική, Βοτανοθεραπεία σε δερματικές καταστάσεις, Δακτυλοπιέσεις, Shiatsu, Reiki, Λεμφική μάλαξη, Reflexology, Rejuvenance, Sport massage, Υπερβατικό Διαλογισμό και Yoga κ.α., τα οποία δεν σχετίζονται με το γνωστικό αντικείμενο των σπουδών της. Επιπρόσθετα η κινησιολογία που αναφέρεται στα περιεχόμενα του μαθήματος, αποτελεί αντικείμενο του μαθήματος κινησιολογία και καταπολέμηση στρες (Παράρτημα 4).

Βλέπε απάντηση Κολεγίου (Institution's Response) αρ. 6.

4. Student admission, progression, recognition and certification (ESG 1.4)

EEC's final recommendations and comments on the HEI's response

No Comments

5. Learning resources and student support (ESG 1.6)

EEC's final recommendations and comments on the HEI's response

No Comments

6. Additional for doctoral programmes (ALL ESG)

EEC's final recommendations and comments on the HEI's response

No Comments

7. Eligibility (Joint programmes) (ALL ESG)

EEC's final recommendations and comments on the HEI's response

No Comments

C. Conclusions and final remarks

The EEC must provide final conclusions and remarks, with emphasis on the correspondence with the EQF.

EEC's final conclusions and remarks

Η Επιτροπή Εξωτερικής Αξιολόγησης προτείνει:

1. Να διευκρινιστεί ποιος είναι ο προτεινόμενος νέος τίτλος «Διαχείριση του Στρες και Ευεξία στην Προαγωγή Υγείας» ή «Προαγωγή Υγείας, Άσκηση, Αισθητική και Διαχείριση του Στρες».
2. Να διευκρινιστεί ποιος είναι ο νέος τίτλος του μαθήματος ΜΑΦ 615 «Προηγμένες Αισθητικές εφαρμογές- Ευεξία» ή «Σύγχρονες Αισθητικές εφαρμογές- Ευεξία».
3. Να επαναπροσδιοριστεί το περιεχόμενο του μαθήματος ΜΑΦ 615 ώστε να μπορεί να επιλεγεί και από φοιτητές εκτός του τομέα της αισθητικής.
4. Να επαναπροσδιοριστεί το περιεχόμενο του μαθήματος ΜΑΦ 615 ώστε να είναι σε συνάφεια με τον τίτλο του προγράμματος που αφορά τη διαχείριση του στρες.
5. Η διδασκαλία του μαθήματος ΜΑΦ 615 «Σύγχρονες Αισθητικές εφαρμογές- Ευεξία» διδάσκεται από τον κύριο Ευριπίδου, από το βιογραφικό του οποίου δεν προκύπτει η συνάφεια του αντικειμένου των σπουδών του με το συγκεκριμένο αντικείμενο διδασκαλίας.
6. Το μάθημα ΜΑΦ612 «Στρες και Εναλλακτικές εφαρμογές», διδάσκεται από την κυρία Αριστονίκη Θεοδοσίου (Παράρτημα 3), από το βιογραφικό της οποίας δεν προκύπτει η συνάφεια του αντικειμένου των σπουδών της με τους στόχους και τα μαθησιακά αποτελέσματα του μαθήματος.
7. Το μάθημα «Δημόσια Διοίκηση», που δεν σχετίζεται με τον τίτλο και το περιεχόμενο του μεταπτυχιακού προγράμματος, θα πρέπει να αντικατασταθεί με άλλο συναφέστερο.
8. Ο υπολογισμός του φόρτου εργασίας να γίνει σε σχέση με τα ECTS κάθε μαθήματος ανα εξάμηνο, με βάση τα ευρωπαϊκά πρότυπα.
9. Να αναφερθούν οι ευρωπαϊκές συνεργασίες που αφορούν το συγκεκριμένο μεταπτυχιακό πρόγραμμα και όχι γενικά όλων των προγραμμάτων του κολλεγίου.
10. Να αναφερθούν δημοσιεύσεις που έχουν προκύψει από τη λειτουργία του συγκεκριμένου μεταπτυχιακού προγράμματος.

2. Institution's Response

1. Ο προτεινόμενος τίτλος του προγράμματος έχει ήδη διευκρινιστεί στην απάντηση μας με τίτλο «Αναβολή Λήψης Απόφασης Και Επανεξέτασης Του Προγράμματος Σπουδών» ημερομηνίας 12/3/2021. Ο νέος τίτλος του προγράμματος σπουδών είναι: (Παράρτημα 1)
 - **Διαχείριση του Στρες και Ευεξία στην Προαγωγή Υγείας»**
(1.5 ή 2 Χρόνια, Μεταπτυχιακό / 90 ECTS)
 - **“MSc in Stress Management and Wellness in Health Promotion”**
(1.5 or 2 Years, Master / 90 ECTS)
2. Στην απάντηση μας στην «Αναβολή Λήψης Απόφασης Και Επανεξέτασης Του Προγράμματος Σπουδών» ημερομηνίας 12/3/2021 είχαμε αποστείλει και το ανανεωμένο πρόγραμμα σπουδών (Παράρτημα 1) όπου διαφαίνεται ότι το μάθημα “ΜΑΦ615 Προηγμένες Αισθητικές Εφαρμογές” έχει μετονομαστεί σε “ΜΑΦ613 Ευεξία και Αισθητικές Εφαρμογές”. (Παράρτημα 2).
3. Έχει τροποποιηθεί το περιεχόμενο του μαθήματος “ΜΑΦ613 Ευεξία και Αισθητικές Εφαρμογές” ώστε να μπορεί να επιλεγεί και από υποψήφιους φοιτητές οι οποίοι δεν προέρχονται από το πεδίο της Αισθητικής. (Παράρτημα 3).
4. Το μάθημα “ΜΑΦ613 Ευεξία και Αισθητικές Εφαρμογές” έχει τροποποιηθεί με την εισαγωγή επιπλέον θεμάτων ώστε να συνάδει με το τίτλο του προγράμματος που αφορά και την διαχείριση του στρες.
5. Η διδασκαλία του “ΜΑΦ613 Ευεξία και Αισθητικές Εφαρμογές” θα διδάσκεται από την προσοντούχο και έμπειρη καθηγήτρια Δρ. Ράϊκου Βασιλική, PhD - Διδάκτορα Φαρμακευτικής Χημείας, με θέμα διατριβής «Έλεγχος ποιότητας και αποτελεσματικότητας καλλυντικών προϊόντων, με ενσωματωμένα πεπτίδια» του τμήματος Φαρμακευτικής του Εθνικού και Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών, MSc – Μεταπτυχιακό «Διαχείριση περιβαλλοντικών θεμάτων με επιπτώσεις στην υγεία» στην Ιατρική σχολή Αθηνών, Πτυχίο Βιολογίας - Τμήματος Βιολογίας Εθνικού και Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών, και Πτυχίο Αισθητικής και Κοσμητολογίας - Τ.Ε.Ι. Αθηνών. (Παραρτήματα 2 & 4).
6. Το μάθημα “ΜΑΦ612 Στρες και Εναλλακτικές Εφαρμογές” έχει μετονομαστεί σε “ΜΑΦ614 Στρες και Εναλλακτικές Εφαρμογές”. (Παράρτημα 5). Το μάθημα θα διδάσκεται από την προσοντούχο και έμπειρη καθηγήτρια Δρ. Ράϊκου Βασιλική. (Παραρτήματα 2 & 4).
7. Το μάθημα “ΜΑΦ617 Εισαγωγή στην Δημόσια Διοίκηση” είναι μάθημα ελεύθερης επιλογής. Έχει εισαχθεί μετά από έρευνα που έγινε ανάμεσα σε υφιστάμενους φοιτητές και αποφοίτους του προγράμματος που εργάζονται στην Δημόσια Υπηρεσία. Αυτό το μάθημα θα αποτελέσει επιπρόσθετο προσόν για την μελλοντική εργοδότηση τους στο Δημόσιο. (πχ. Νοσηλευτές κά).
8. Ο υπολογισμός του φόρτου εργασίας των διδασκόντων έχει υπολογιστεί σύμφωνα με τις ώρες διδασκαλίας τους. (Παράρτημα 6). Επιπλέον, ο υπολογισμός του φόρτου εργασίας των φοιτητών έχει υπολογιστεί βάσει των ECTS του κάθε μαθήματος σύμφωνα με τα Ευρωπαϊκά πρότυπα. (Παράρτημα 6α)

9. Το Κολέγιο CDA έχει συνάψει 25 συνεργασίες με Ευρωπαϊκά Πανεπιστήμια και συνεργάζεται με ευρωπαϊκά ιδρύματα Ανώτερης εκπαίδευσης στο πλαίσιο του ERASMUS+. Οι συνεργασίες αυτές με τα ξένα Πανεπιστημιακά Ιδρύματα ενισχύουν την διεθνοποίηση της φοιτητικής και ακαδημαϊκής κοινότητας του CDA College, την αμοιβαία ανταλλαγή διεθνών καλών εκπαιδευτικών πρακτικών και τη συνεχή επιδίωξη της επιστημονικής αριστείας στον Ευρωπαϊκό ενοποιημένο χώρο της Ανώτερης Εκπαίδευσης. (Παράρτημα 7)
10. Οι δημοσιεύσεις των καθηγητών δεν περιλαμβάνονται στον επισυναπτόμενο κατάλογο ανά πρόγραμμα αλλά γίνονται από τους διδάσκοντες σύμφωνα με την ειδικότητα του καθενός. Όλοι οι διδάσκοντες στο συγκεκριμένο πρόγραμμα είναι προσοντούχοι κάτοχοι PhD, με μακρόχρονη πείρα στην διδασκαλία και με αρκετές ερευνητικές δραστηριότητες. (Παράρτημα 8). Επιπρόσθετα παραθέτουμε ένα κατάλογο με τους τίτλους των Μεταπτυχιακών Διατριβών των αποφοίτων του συγκεκριμένου Μεταπτυχιακού προγράμματος. (Παράρτημα 9).

Το Κολέγιο πιστεύει ακράδαντα ότι με την επαναξιολόγηση του μεταπτυχιακού προγράμματος «Διαχείριση του Στρες και Ευεξία στην Προαγωγή Υγείας» θα συνεχίσει να αναδεικνύει αξιόλογους αποφοίτους που θα ενδυναμώσουν το επιστημονικό δυναμικό σε ένα μεταβαλλόμενο τομέα της υγείας. Επιπρόσθετα, το Κολέγιο CDA μελέτησε με μεγάλη σοβαρότητα και απάντησε τις διευκρινήσεις που αναφέρονται στην επιστολή την ΕΕΑ και έχει συμμορφωθεί πλήρως με επιπρόσθετα τεκμηριωμένα στοιχεία σε όλες τις διευκρινήσεις που αναφέρονται για το πιο πάνω πρόγραμμα σπουδών και προσβλέπουμε στη θετική σας απάντηση.



C. Other institutional action taken towards the implementation of ESG aiming at the improvement of the institution / department / programme of study.

Click to enter text.

D. Signatures of the Internal Quality Assurance Committee

Name	Position	Signature
Dr. Pantelis Ioannou	General Director	
Dr. Nikos Rodosthenous	Director of Research Centre «Aristotelis»	
Dr. Pavlos Panayi	Head of ICT Department	
Mr. Efstathios Michael	Director of C.D.A. College Pafos	
Mrs. Athina Kolinatri	Director of International Affairs	
Mrs. Katerina Kyriakidou	Director of C.D.A. College Nicosia	

Date: 14/6/2021

Παράρτημα 1

«Διαχείριση του Στρες και Ευεξία στην Προαγωγή Υγείας» (1.5 ή 2 Χρόνια, Μεταπτυχιακό / 90 ECTS)

“MSc in Stress Management and Wellness in Health Promotion” (1.5 or 2 Years, Master / 90 ECTS)

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΠΛΗΡΟΥΣ ΦΟΙΤΗΣΗΣ (Full-Time)

Α ΕΞΑΜΗΝΟ

A/A	Κωδικός και όνομα Μαθήματος		Περίοδοι ανά εβδομάδα	Διάρκεια περιόδου σε λεπτά	Αριθμός διδακτικ. περιόδων ανά ακαδ. εξάμηνο	Αριθμός πιστωτικών μονάδων ανά ακαδ. Εξάμηνο E.C.T.S
1	ΜΑΦ 511	Αρχές Προαγωγής και Αγωγής Υγείας	4	50	56	7
2	ΜΑΦ 512	Μεθοδολογία Έρευνας	3	50	42	6
3	ΜΑΦ 513	Βασικές Αρχές και Θεωρίες του Στρες	3	50	42	5
4		Επιλεγόμενο	3	50	42	6
5		Επιλεγόμενο	3	50	42	6

Β ΕΞΑΜΗΝΟ

A/A	Κωδικός και όνομα Μαθήματος		Περίοδοι ανά εβδομάδα	Διάρκεια περιόδου σε λεπτά	Αριθμός διδακτικ. περιόδων ανά ακαδ. εξάμηνο	Αριθμός πιστωτικών μονάδων ανά ακαδ. Εξάμηνο E.C.T.S
1	ΜΑΦ 514	Εξειδικευμένες Τεχνικές Διαχείρισης Στρες	3	50	56	6
2	ΜΑΦ 515	Υγεία και Ασφάλεια στην Προαγωγή Υγείας	3	50	56	6
3	ΜΑΦ 516	Επαγγελματική Δεοντολογία	3	50	42	6
4		Επιλεγόμενο	3	50	42	6
5		Επιλεγόμενο	3	50	42	6

Γ ΕΞΑΜΗΝΟ

A/A	Κωδικός και όνομα Μαθήματος		Περίοδοι ανά εβδομάδα	Διάρκεια περιόδου σε λεπτά	Αριθμός διδακτικ. περιόδων ανά ακαδ. εξάμηνο	Αριθμός πιστωτικών μονάδων ανά ακαδ. Εξάμηνο E.C.T.S
1	ΜΑΦ 517	Ποσοτικές Στατιστικές Μέθοδοι	4	50	56	8
2	ΜΑΦ 518	Μεταπτυχιακή Διατριβή	5	50	70	22

Μαθήματα Ελεύθερης Επιλογής Μεταπτυχιακού Προγράμματος

A/A	Κωδικός και όνομα Μαθήματος		Περίοδοι ανά εβδομάδα	Αριθμός Πιστωτικών Μονάδων ανά ακαδ. Εξάμηνο E.C.T.S
1	ΜΑΦ 610	Βιοφυσιολογία και Στρες	3	6
2	ΜΑΦ 611	Κοινωνική Ψυχολογία και Στρες	3	6
3	ΜΑΦ 612	Νοσολογία και Στρες	3	6
4	ΜΑΦ 613	Στρες και Εναλλακτικές Εφαρμογές	3	6
5	ΜΑΦ 614	Ευεξία και Αισθητικές Εφαρμογές	3	6
6	ΜΑΦ 615	Περιβαλλοντική Αισθητική και Υγεία	3	6
7	ΜΑΦ 616	Οργανωτική Συμπεριφορά & Διαχείριση Χρόνου	3	6
8	ΜΑΦ 617	Εισαγωγή στην Δημόσια Διοίκηση	3	6

Παράρτημα 2

«Διαχείριση του Στρες και Ευεξία στην Προαγωγή Υγείας» (1.5 ή 2 Χρόνια, Μεταπτυχιακό / 90 ECTS)

“MSc in Stress Management and Wellness in Health Promotion” (1.5 or 2 Years, Master / 90 ECTS)

	Ονοματεπώνυμο	Κωδικός	Μάθημα	F/T or P/T
1.	Δρ. Δήμητρα Φλώρου Υπεύθυνη Προγράμματος PhD Cell & Molecular Biology – Εθνικό & Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών MSc Cell & Molecular Biology – University of Essex, BSc Cell & Molecular Biology – University of Essex	ΜΑΦ 610 ΜΑΦ 615	Βιοφυσιολογία και Στρες (Επιλεγόμενο) Περιβαλλοντική Αισθητική και Υγεία (Επιλεγόμενο)	F/T
2.	Δρ. Αριστονίκη Θεοδοσίου PhD in Psychology – Aristotle University of Thessaloniki, MSc in Finance & Maritime Studies – Cyprus University of Technology, MSc in Art Psychotherapy – The Arts & Psychotherapy Center of Athens, MSc in Total Quality Management & Innovative Implementations of Education – Aristotle University of Thessaloniki, Pgp in Counseling Psychology – North College & University of London, Bachelor In Psychology – Aristotle University of Thessaloniki	ΜΑΦ 513 ΜΑΦ 514 ΜΑΦ 611	Βασικές Αρχές και Θεωρίες του Στρες Εξειδικευμένες Τεχνικές Διαχείρισης Στρες Κοινωνική Ψυχολογία και Στρες (Επιλεγόμενο)	F/T

3.	Δρ. Ραΐκου Βασιλική PhD - Διδάκτορας Φαρμακευτικής Χημείας, «Έλεγχος ποιότητας και αποτελεσματικότητας καλλυντικών προϊόντων, με ενσωματωμένα πεπτίδια» του τμήματος Φαρμακευτικής του Εθνικού και Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών, MSc – Μεταπτυχιακό «Διαχείριση περιβαλλοντικών θεμάτων με επιπτώσεις στην υγεία» στην Ιατρική σχολή Αθηνών. Πτυχίο Βιολογίας - Τμήματος Βιολογίας Εθνικού και Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών Πτυχίο Αισθητικής και Κοσμητολογίας - Τ.Ε.Ι. Αθηνών	ΜΑΦ 613 ΜΑΦ 614	Στρες και Εναλλακτικές Εφαρμογές (Επιλεγόμενο) Ευεξία και Αισθητικές Εφαρμογές (Επιλεγόμενο)	P/T
4.	Δρ. Ιφιγένεια Ευθυρίου PhD on Statistics – University of Aegean Master's Degree “Statistics and Data Analysis – University of Aegean – BSc, Department of Statistics and Actuarial – Financial Mathematics – University of Aegean	ΜΑΦ 517	Ποσοτικές Στατιστικές Μέθοδοι	F/T
5.	Δρ. Ευριπίδου Πολύκαρπος Specialist Certification of Obesity Professional Education of the IASO Πτυχίο Ιατρικής – Ρωσικό Κρατικό Ιατρικό Πανεπιστήμιο Μόσχας Pathologist - Diabetologist	ΜΑΦ 511 ΜΑΦ 515 ΜΑΦ 612	Αρχές Προαγωγής και Αγωγής Υγείας Υγεία και Ασφάλεια στην Προαγωγή Υγείας Νοσολογία και Στρες (Επιλεγόμενο)	P/T
6.	Δρ. Παύλος Παναγή PhD. Data Communications (New York City University New York, MBA Business Administration (New York City University New York, NY), B.Sc. in Computer Science (New York Institute of Technology)	ΜΑΦ 512 ΜΑΦ 518	Μεθοδολογία Έρευνας Μεταπτυχιακή Διατριβή	F/T

7.	Δρ. Αμβρόσιος Προδρόμου DBA Doctorate Business Administration – Swiss Management University – Switzerland MBA – St. Mark and St. John University BA Business Administration (BBA – Hons) – European Institute of Education Professional Postgraduate Diploma in Business Administration - NCFE UK	ΜΑΦ 516 ΜΑΦ 616 ΜΑΦ 617	Επαγγελματική Δεοντολογία Οργανωτική Συμπεριφορά και Διαχείριση Χρόνου (Επιλεγόμενο) Εισαγωγή στην Δημόσια Διοίκηση (Επιλεγόμενο)	F/T
----	---	-------------------------------	---	-----

Παράρτημα 3 ΜΑΦ614 Στρες και Εναλλακτικές Εφαρμογές

Τίτλος Μαθήματος	Στρες και Εναλλακτικές Εφαρμογές				
Κωδικός Μαθήματος	ΜΑΦ 614				
Τύπος μαθήματος	Επιλεγόμενο				
Επίπεδο	Μεταπτυχιακό				
Έτος / Εξάμηνο φοίτησης					
Όνομα Διδάσκοντα	Δρ. Ράϊκου Βασιλική				
ECTS	6	Διαλέξεις / εβδομάδα	3	Εργαστήρια / εβδομάδα	
Στόχοι Μαθήματος	Το μάθημα καλύπτει τις περισσότερες διαδεδομένες και ευεργετικές από τις μεθόδους των εναλλακτικών και ήπιων μεθόδων διαχείρισης του στρες. Θα γίνει αναφορά στην Ομοιοπαθητική ως ευρέως εφαρμοζόμενη διεθνώς εναλλακτική μέθοδο σχετιζόμενη και με την αντιμετώπιση του στρες. Θα αναλυθεί η Βοτανοθεραπεία και θα αναπτυχθούν οι επιδράσεις των διαφορετικών βοτάνων σε δερματικές, ψυχικές ή συγκινησιακές καταστάσεις. Θα μελετηθεί η μέθοδος της Ρεφλεξολογίας και η τεχνική εφαρμογής της με βάση τις δακτυλοπιέσεις στις απολήξεις των κάθετων δέκα αντανεκλαστικών ζωνών, και το πρωτόκολλο εφαρμογής της σε διαφορετικά περιστατικά και τα οφέλη για την διαχείριση του στρες. Οι μέθοδοι ενεργειακών μαλάξεων, όπως Reiki, Rejuvance, θα αναπτυχθούν σε σχέση με τα οφέλη και την επιλογή τους σε συγκεκριμένες καταστάσεις στρες και ψυχικών πιέσεων για διαχείριση του στρες. Θα αναλυθεί επίσης η μέθοδος Shiatsu (πιέσεις με δάκτυλα και παλάμες). αναλύονται και συγκρίνονται, ώστε να υπάρξει κατανόηση των διαφορετικών αυτών μεθόδων και ικανότητα επιλογής τους κατά περίπτωση. Θα γίνει αναφορά στις εναλλακτικές μεθόδους αυτογνωσίας Tai chi, Υπερβατικού Διαλογισμού και Yoga.				
Μαθησιακά Αποτελέσματα	- Επάρκεια γνώσεων σχετικά με τις εναλλακτικές και ολιστικές μεθόδους αντιμετώπισης του στρες στον σύγχρονο πολιτισμένο κόσμο, όπως το Τάι τσι, είδη μαλάξεων, χρήση βοτάνων κλπ. - Να εξοικειωθούν με τις σημαντικότερες μεθόδους ηρεμιστικής μάλαξης, όπως της shiatsu, Reiki, lymphodrainage, reflexology, Rejuvance, sport massage κ.ά. και να κατέχουν τις βασικές αρχές αυτών και τρόπους εφαρμογής τους. - Να κατανοήσουν σε βάθος την μέθοδο της Βοτανοθεραπείας, τους τρόπους λήψης και την δοσολογία των βοτάνων κλπ. - Να αποκτήσουν γνώσεις για την σωματική και πνευματική άσκηση του Tai Chi σε συνδυασμό με τον Υπερβατικό Διαλογισμό και Yoga, με στόχο την αυτογνωσία- ψυχική ανάταση. - Να μάθουν για την τεχνική μάλαξης συγκεκριμένων μυικών ομάδων για ευεξία.				

	Να αποκτήσουν δεξιότητες στην λήψη ιστορικού και σύνταξη πρωτοκόλλου συνεδριών, επιλογή της πλέον πρόσφορης μεθόδου, ανάλογα με τα υποκειμενικά και αντικειμενικά ευρήματα.		
Προαπαιτούμενα	Κανένα	Συναπαιτούμενα	
Περιεχόμενο Μαθήματος	Εβδομάδα	Περιεχόμενα του Προγράμματος	
	1	Ολιστική προσέγγιση στην υγεία	
	2	Αναφορά στην Ομοιοπαθητική	
	3	Λεμφική Μάλαξη	
	4	Yoga	
	5	Βοτανοθεραπεία - Ayurveda Επιστήμη Ζωής	
	6	Ρεφλεξολογία (Reflexology). Μάλαξη ανακλαστικών ζωνών με δακτυλοπιέσεις.	
	7	Reiki ως εναλλακτική ολιστική θεραπεία - Rejuvenance ειδική μάλαξη αναζωογόνησης	
	8	Ενδιάμεση Εξέταση	
	9-10	Tai chi - Υπερβατικός Διαλογισμός	
	11	Shiatsu. Τεχνική μάλαξης με δάκτυλα και παλάμες	
	12	Χοροθεραπεία, Μουσικοθεραπεία, Χρωματοθεραπεία	
	13	Sport massage. Τεχνική μάλαξης σε συγκεκριμένες μυϊκές ομάδες. Μάλαξη Breuss	
	14	Επανάληψη για τελική εξέταση	
Μεθοδολογία Διδασκαλίας	Διαλέξεις, Μελέτη και έρευνα, Γραπτές μελέτες ή εκθέσεις, εργασία στο σπίτι, προφορικές παρουσιάσεις, ενδιάμεση εξέταση, Προετοιμασία για τελική εξέταση		
Βιβλιογραφία	<u>Απαιτούμενο Βιβλίο</u>		
	1. Τίτλος: Πλήρης θεραπευτική με εναλλακτικές Θεραπείες Συγγραφέας: CarolineGreen Εκδόσεις: Ψύχαλου ISBN: 960-7920-79-1 <u>Προτεινόμενα Βιβλία</u> 1. Τίτλος: Clinical Aromatherapy. Essential oils in Healthcare Συγγραφέας: Jane Buckle Εκδόσεις: Elsevier Έτος: 2015 2.Τίτλος: Η νέα Ολιστική Βοτανοθεραπεία Συγγραφέας: DavidHoffman Εκδόσεις: Dioptra Έτος: 1996 ISBN: 960-364-114-6		

	3. Τίτλος: Άγχος: Ιατρικές και Κοινωνικές Διαστάσεις Συγγραφέας: Αλεβίζος Β. Εκδόσεις: Βήτα Έτος: 2008 4. Τίτλος: Κινησιολογία Συγγραφέας: Άννι Χολγουάι, Μετάφραση Νέστορας Χούνος Εκδότης: Αλκυών ISBN : 960-326-070-3 5. Τίτλος: 50 Τεχνικές για να διαχειριστείς το άγχος και το στρες Συγγραφέας: Βάρβογλη Λίτσα Εκδότης: ΜΑΜΑΥΑ Έτος: 2020 ISBN : 978-618-5224-64-6 6. Τίτλος: Ayurveda. Η Ιατρική της Φύσης Συγγραφέας: Frawley David, Ranade Subhash Εκδότης: AYURVEDA HELLAS Έτος: 2011 ISBN : 960-897-780-8 <u>ΔΙΚΤΥΑΚΟΙ ΤΟΠΟΙ</u> Η Μουσική ως Θεραπευτικό Μέσο Ειδικών Προβλημάτων του Ανθρώπου www.sychrono.com/newsp/ther.htm
Αξιολόγηση	50% συνεχής αξιολόγηση(ενδιάμεση εξέταση, εργασίες, διαγωνίσματα, συμμετοχή) και 50% τελική εξέταση. Προβιβάσιμος βαθμός: 60%
Γλώσσα	Ελληνικά

Παράρτημα 4

ΒΑΣΙΛΙΚΗ ΡΑΪΚΟΥ

ΠΡΟΣΩΠΙΚΑ ΣΤΟΙΧΕΙΑ

Διεύθυνση: Αιτωλίας 27Α, Αγ. Παρασκευή, 15341

Ηλεκτρονική Διεύθυνση: vasraikou@gmail.com

Τηλέφωνο : 210-6084680, 6937-378992

ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ

- **2020:** Διδάκτορας του τμήματος Φαρμακευτικής του Εθνικού και Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών, τομέα Φαρμακευτικής Χημείας, με θέμα : «Έλεγχος ποιότητας και αποτελεσματικότητας καλλυντικών προϊόντων, με ενσωματωμένα πεπτίδια».
- **2011:** Απόφοιτος μεταπτυχιακού προγράμματος με τίτλο «Διαχείριση περιβαλλοντικών θεμάτων με επιπτώσεις στην υγεία» στην Ιατρική σχολή Αθηνών.
- **2011:** Απόφοιτος Τμήματος Βιολογίας Εθνικού και Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών.
- **1995:** Απόφοιτος Τ.Ε.Ι. Αθηνών, Τμήμα Αισθητικής και Κοσμητολογίας.

ΔΙΔΑΚΤΙΚΗ ΠΡΟΫΠΗΡΕΣΙΑ ΣΤΗΝ ΤΡΙΤΟΒΑΘΜΙΑ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ

ΣΕ ΠΡΟΠΤΥΧΙΑΚΟ ΕΠΙΠΕΔΟ

- **2020-2021** Υπότροφος ΕΣΠΑ Πανεπιστήμιο Δυτικής Αττικής, Τμήμα Βιοϊατρικών Επιστημών, Τομέας Αισθητικής και Κοσμητολογίας στο γνωστικό αντικείμενο:

Ενζυμική Δερματοθεραπεία (Θεωρία και Εργαστήριο-Χειμερινό εξάμηνο) και Περιβάλλον και καλλυντικά (Θεωρία -εαρινό εξάμηνο)

- **2019-2020** Ακαδημαϊκός υπότροφος Πανεπιστήμιο Δυτικής Αττικής, Τμήμα Βιοϊατρικών Επιστημών, Τομέας Αισθητικής και Κοσμητολογίας Γνωστικό αντικείμενο- μαθήματα: Δερματοαισθητική ΙΙ (Ε), Ηλεκτρική Δερματοθεραπεία Ι (Ε), Ιαματική Δερματοθεραπεία (Ε), Μη Επεμβατική Αντιμετώπιση Παχυσαρκίας (Ε), Ηλεκτρική Δερματοθεραπεία – Laser.

- **2010 - 2018:** ΤΕΙ ΑΘΗΝΑΣ. Τμήμα Αισθητικής και Κοσμητολογίας

Εργαστηριακός συνεργάτης με ελλιπή προσόντα: με μειωμένο ωράριο για το ακαδημαϊκό έτος 2010-2011.

Μαθήματα: Αισθητική Προσώπου ΙΙ (Ε)

Εργαστηριακός συνεργάτης με πλήρη προσόντα:

ακαδημαϊκά έτη: 2011-12, 2012-13, 2013-14, 2014-15, 2015-16, 2016-17, 2017-18, με σχεδόν πλήρες ωράριο (15 ώρες/εβδομάδα) για όλα τα ακαδημαϊκά έτη.

Μαθήματα: Αισθητική Προσώπου I και II (Ε), Αισθητική Σώματος I και II (Ε), Προσωπολογία, Εισαγωγή στην Αισθητική Προσώπου (Ε), Προσωρινές μέθοδοι Απομάκρυνσης Τριχοφυΐας (Ε), Βασικές Αρχές Ψιμυθίωσης (Ε), Κλινική Αισθητική Προσώπου (Ε)

ΣΕ ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΟ ΕΠΙΠΕΔΟ

Ανάθεση για το εαρινό εξάμηνο δίωρης διδασκαλίας στο αντικείμενο ΘΕΡΜΑΛΙΣΜΟΣ ΣΤΗΝ ΑΙΣΘΗΤΙΚΗ στο πλαίσιο του μαθήματος «ΕΙΔΙΚΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΑΙΣΘΗΤΙΚΗΣ II» του ΠΜΣ με τίτλο Προχωρημένη Αισθητική και Κοσμητολογία: Ανάπτυξη-Ποιοτικός έλεγχος και Ασφάλεια νέων καλλυντικών προϊόντων» της Κατεύθυνσης Αισθητικής και Κοσμητολογίας, του Τμήματος Βιοϊατρικών Επιστημών, ΠΑΔΑ.

• 2020 – σήμερα: Πανεπιστήμιο MARCONI

Ακαδημαϊκός σύμβουλος του διεθνούς προπτυχιακού κύκλου σπουδών Ψυχολογίας, στην ενότητα «Elements in Human Physiology». Το μάθημα διδάσκεται στα αγγλικά.

Άλλες Εκπαιδευτικές δραστηριότητες στην τριτοβάθμια Εκπαίδευση

- 1) Εκπαίδευση στο moodle uniwa και συμμετοχή στην ομάδα Πρακτικής Άσκησης του τομέα Αισθητικής και Κοσμητολογίας
- 2) Open days 2017-ΤΕΙ Αθήνας-Συμμετοχή στη διοργάνωση για την παρουσίαση του Τμήματος Αισθητικής και Κοσμητολογίας
- 3) Athens Science Festival 2017-Ποιός είναι αυτός ο SPF? Συμμετοχή στη διοργάνωση για την παρουσίαση του Τμήματος Αισθητικής και Κοσμητολογίας
- 4) «Ανοικτά ακαδημαϊκά μαθήματα του ΤΕΙ Αθήνας» από 20/1/2015 ως 30/6/2015 για το μάθημα: «ΑΙΣΘΗΤΙΚΗ ΠΡΟΣΩΠΟΥ Ι-Ε (4)» στο πλαίσιο του υποέργου 1 «Ανάπτυξη ψηφιακών μαθημάτων, υποστήριξη ιδρυματικής πλατφόρμας και άλλες δράσεις».

ΔΙΔΑΚΤΙΚΗ ΠΡΟΫΠΗΡΕΣΙΑ ΣΤΗ ΔΕΥΤΕΡΟΒΑΘΜΙΑ ΚΑΙ ΜΕΤΑΔΕΥΤΕΡΟΒΑΘΜΙΑ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ

1) 2019 – 2020:

Αναπληρώτρια καθηγήτρια μειωμένου ωραρίου στην Δευτεροβάθμια εκπαίδευση στα μαθήματα Βιολογία Α',Β',Γ' Γυμνασίου, Χημεία Γ' Γυμνασίου και Γεωγραφία Α' Γυμνασίου.

2) 2011 - 2012: ΔΙΕΚ Κηφισιάς

Ωρομίσθια εκπαιδευτικός, Εργαστηριακά μαθήματα Ψιμυθίωσης

ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗ ΠΡΟΫΠΗΡΕΣΙΑ

1. 2021- σήμερα: Εταιρία Juliette Armand

International Trainer. Υπεύθυνη εκπαίδευσης Αντιπροσώπων και Εκπαιδευτών της εταιρίας στο εξωτερικό.

2. 2008 - 2009: Εταιρία DERMACON

Υπεύθυνη Οργάνωσης – διοίκησης χώρου spa και παροχής υπηρεσιών Αισθητικής.

3. 2004 - 2006: Ινστιτούτο ΝΕΟΤΗΣ - Ιατρικό Κέντρο Αισθητικής Δερματολογίας

Υπεύθυνη τμήματος Αισθητικής προσώπου

4. 2001 - 2004: Ινστιτούτο ΜΟΡΦΗ - Ιατρού Σπύρου Ιωαννίδη

Εξειδίκευση σε θεραπείες ακμής και πανάδων, προώθηση προϊόντων και μεθόδων αντιμετώπισης δερματικών προβλημάτων.

Αντιγηραντικές θεραπείες με την βοήθεια μικροκρυστάλλων.

Εξειδίκευση στην μέθοδο LPG (Λεμφική Μάλαξη) και στην Αρωματοθεραπεία.

5. 1994 - 2001: Ινστιτούτα Αισθητικής προσώπου και σώματος: Ελένης Γιαννούδα, Ευθυμίου Οικονόμου, Silhouette Συντάγματος, Δέσποινας Δαμιανού, Lipogen Παγκρατίου, Spalía Ινστιτούτο Αισθητικής και Ευεξίας

Υπεύθυνη για την εφαρμογή σύγχρονων μηχανημάτων όπως υπερήχων, μαγνητικών πεδίων, φαραδικών ρευμάτων στο αδυνάτισμα στην ριζική αποτρίχωση και φωτοαποτρίχωση.

6. 1994: Ινστιτούτο Αισθητικής Lieve Siegers, Gent, Belgium

Πρακτική στην εφαρμογή της Αισθητικής προσώπου και σώματος στα πλαίσια του Ευρωπαϊκού προγράμματος COMMET.

7. 1992 - 1993 Ινστιτούτο Αισθητικής Μάρθας Θεοδωροπούλου

Πρακτική στην Αισθητική προσώπου – σώματος και στην αποτρίχωση.

ΔΙΠΛΩΜΑΤΙΚΕΣ ΕΡΓΑΣΙΕΣ

1. Διπλωματική εργασία στα πλαίσια του Μεταπτυχιακού προγράμματος: Δράση και αντιμετώπιση των ελεύθερων ριζών του δέρματος από καλλυντικές ουσίες, Καθ. Ε. Πρωτόπαπα. Ιατρική Σχολή-ΕΚΠΑ
2. Διπλωματική εργασία με θέμα : Φαρμακευτικά φυτά. Ανατομική και μικροσκοπική μελέτη, Καθ. Ν. Χριστοδουλάκης Βιολογικό Τμήμα-ΕΚΠΑ.
3. Πτυχιακή Εργασία ΤΕΙ-Αθήνας.: Δερματικοί Καρκίνοι, Καθ. Ν. Σταυριανέας.
4. «Εξειδικευμένη άσκηση κατά ηλικία και επίπεδο φυσικής κατάστασης» στα πλαίσια του μαθήματος Φυσική Αγωγή ΤΕΙ-Αθήνας. Εισηγ. Καθ. Πριμικηρίου.

ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΕΙΣ ΣΕ ΣΥΝΕΔΡΙΑ

1. Ανακοίνωση στο ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΣΥΝΕΔΡΙΟ ΑΙΣΘΗΤΙΚΗΣ (45^η COSMOESTHETICA) Αθήνα 22-23 Φεβρουαρίου 2020.
Ανάπτυξη νέων καλλυντικών προϊόντων με αντιγηραντικά πεπτιδία: Φυσικοχημική μελέτη και διερεύνηση της δράσης τους με βιοφυσικές μεθόδους σε υγιείς εθελοντές.
Βασιλική Ράικου, Αθανασία Βαρβαρέσου, Ευσταθία Παπαγεωργίου, Ελένη Καλογριά, Αικατερίνη Δηλαβέρη, Ευθύμιος Τσιρίβας, Ειρήνη Παντερή
2. Ανακοίνωση (poster) στο 19^ο Πανελλήνιο Φαρμακευτικό συνέδριο Αίγλη Ζαπτείου 16-17/12/2019

A HYDROPHILIC INTERACTION LIQUID CHROMATOGRAPHY METHOD FOR THE QUANTITATION OF ACETYL HEXAPEPTIDE-3 IN BIOMEDICAL PRODUCTS

Vassiliki Raikou, Athanasia Varvaresou, Eleni Kalogria, Efthimios Tsirivas, Irene Panderi

3. Ανακοίνωση (poster) στο EUROPEAN CONGRESS ON ADVANCED TREATMENTS AND TECHNOLOGIES IN SKIN AND AESTHETICS Munich 5-6 December 2019
Preliminary skin histological study after the application of acetyl hexapeptide-3 and tripeptide-10 citrulline.
Vasiliki Raikou MSc, Vasileios Pagkalos MD, MSc, PhD, Vasiliki Karavana MSc, PhD Athanasia Varvaresou PhD, Vasiliki Gardiki MSc, Melpo Kapetanstrataki MSc, Irene Panderi PhD
4. Ανακοίνωση (poster) στο 11th International Conference & Expo on Chromatography Techniques, Dublin Ireland April 22-24, 2019
A HYDROPHILIC INTERACTION LIQUID CHROMATOGRAPHY METHOD FOR THE QUANTITATION OF ACETYL HEXAPEPTIDE – 3 IN COSMECEUTICALS
Vassiliki Raikou, Athanasia Varvaresou, Eleni Kalogria, Efthimios Tsirivas, Irene Panderi
5. Ανακοίνωση στο Πανελλήνιο συνέδριο Αισθητικής ΠΣΑΜΚΑ (44^η Cosmoesthetica) Αθήνα 10/2/2019 με θέμα: Μελέτη καλλυντικών προϊόντων με ενσωματωμένα πεπτίδια
6. Ανακοίνωση (poster) στο International Conference “11th Aegean Analytical Chemistry Days (AACD2018)” (25 – 29 Sept 2018, Chania, Crete, Greece), με θέμα: A HYDROPHILIC INTERACTION LIQUID CHROMATOGRAPHY METHOD FOR THE QUANTITATION OF ACETYL HEXAPEPTIDE-8 IN COSMECEUTICALS Vasiliki Raikou, Irene Panderi, Eirini Kavvalou, Efthimios, Tsirivas, Athanasia Varvaresou
7. Ανακοίνωση (poster) στο 7^ο τακτικό συνέδριο Μετρολογίας 2018, με θέμα: DEVELOPMENT AND VALIDATION OF A HYDROPHILIC INTERACTION LIQUID CHROMATOGRAPHY METHOD FOR THE QUANTITATION OF ACETYL HEXAPEPTIDE-3 IN COSMECEUTICALS
Vasiliki Raikou, Athanasia Varvaresou, Efthimios Tsirivas, Eirini Kavvalou and Irene Panderi
8. Ράικου Β., Βαρβαρέσου Α. και Παπαγεωργίου Ε. Ημερίδα Έρευνας ΤΕΙ-Α, 11 Ιουνίου 2014, Αθήνα: ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ ΚΑΙ ΜΕΛΕΤΗ ΣΤΑΘΕΡΟΤΗΤΑΣ ΚΑΛΛΥΝΤΙΚΩΝ ΚΡΕΜΩΝ ΜΕ ΟΛΙΓΟΠΕΠΤΙΔΙΑ
9. Ανακοίνωση (poster) σε ημερίδα: Η Έρευνα στο ΤΕΙ Αθήνας 11/6/2014
ΡΑΙΚΟΥ ΒΑΣΙΛΙΚΗ, ΒΑΡΒΑΡΕΣΟΥ ΑΘΑΝΑΣΙΑ, ΠΑΠΑΓΕΩΡΓΙΟΥ ΕΥΣΤΑΘΙΑ
ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑ ΚΑΛΛΥΝΤΙΚΩΝ ΠΡΟΪΟΝΤΩΝ: ΔΙΕΡΕΥΝΗΣΗ ΤΗΣ ΠΙΘΑΝΗΣ ΣΥΝΕΡΓΕΙΑΣ ΔΥΟ ΤΟΠΙΚΑ ΕΦΑΡΜΟΖΟΜΕΝΩΝ ΟΛΙΓΟΠΕΠΤΙΔΙΩΝ ΣΤΗ ΒΕΛΤΙΩΣΗ ΤΗΣ ΕΠΙΔΕΡΜΙΔΑΣ

ΔΗΜΟΣΙΕΥΣΕΙΣ

1. Βασιλική Ράικου, Ελένη Κίντζιου, Αθανασία Βαρβαρέσου, Βασιλική Γαρδίκη, Αικατερίνη Δηλαβέρη: Βιολογικά Οφέλη από τη Χρήση Ιαματικής Λάσσης
ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΕΚΔΟΣΗ *Epitheorese Klin. Farmakol. Farmakokinet.* - Vol.38, Iss. 3: (2020)
2. Vassiliki Raikou, Athanasia Varvaresou, Irene Panderi, Effie Papageorgiou: The efficacy study of the combination of tripeptide-10-citrulline and acetyl hexapeptide-3. A prospective, randomized controlled study *Journal of Cosmetic Dermatology* 16(2); 271-278. (2017)
3. Vassiliki Raikou, Evagelia Protopapa, Vassiliki Kefala: Natural Polyphenols from Green Tea and Grape seed extracts as Photoprotective Agents *Rev of Clin Pharmacol and Pharmacok*: 25 (2): (2011)

4. Vassiliki Raikou, Evagelia Protopapa, Vassiliki Kefala: Photo Protection from Marine Organisms *Rev of Clin Pharmacol and Pharmacok*: 25 (2): (2011)
5. Vassiliki Kefala, Helen Kintziou, Evagelia Protopapa, Athanasia Varvaresou, Spiridon Papageorgiou, Vassiliki Raikou: Tyrosinase Inhibitors from Natural Sources for Potential Use in the Aesthetic and Cosmetology Practice *Rev of Clin Pharmacol and Pharmacok*: 25 (2): (2011)
6. Vassiliki Kefala, Helen Kintziou, Vassiliki Gardiki, Vassiliki Raikou: Nutricosmetics and Cosmeceuticals together: A New Approach in the Prevention of Skin Aging *Rev of Clin Pharmacol and Pharmacok*: 25 (2): (2011)

ΠΑΡΑΚΟΛΟΥΘΗΣΗ - ΣΥΝΕΔΡΙΑ

- 22ο πανελλήνιο Συνέδριο της Ελληνικής Εταιρείας Βιολογικών Επιστημών (Μάιος 2000, Σκιάθος).

ΠΑΡΑΚΟΛΟΥΘΗΣΗ-ΣΕΜΙΝΑΡΙΑ

- Προστασία της υγείας με την χρήση φυσικών καλλυντικών και εργαστήρια παρασκευής κρεμών προσώπου Μάιος- Ιούνιος 2016
- Εφαρμογές της Υγροχρωματογραφίας Υψηλής Απόδοσης (HPLC) στην Κοσμητολογία Και Νομοθεσία Καλλυντικών Προϊόντων. Διοργάνωση τμήματος Αισθητικής και Κοσμητολογίας ΣΕΥΠ, ΤΕΙ Αθήνας 22/05/2017.

ΞΕΝΕΣ ΓΛΩΣΣΕΣ

Άριστη γνώση Αγγλικών, Proficiency Michigan.

ΓΝΩΣΕΙΣ ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΩΝ ΥΠΟΛΟΓΙΣΤΩΝ

- 1) **ECDL** Για τις ενότητες **WORD, EXCELL, INTERNET** και γνώσεις POWERPOINT, ACCESS.
- 2) Χειρισμός E-class για τη διενέργεια ηλεκτρονικών εξετάσεων, MS teams για διδασκαλία. Forms για τη διενέργεια ηλεκτρονικών εξετάσεων, ZOOM για διδασκαλία.
- 3) Εκπαίδευση στο χειρισμό moodle.

Παράρτημα 5 ΜΑΦ613 Ευεξία και Αισθητικές Εφαρμογές

Τίτλος Μαθήματος	Ευεξία και Αισθητικές Εφαρμογές				
Κωδικός Μαθήματος	ΜΑΦ 613				
Τύπος μαθήματος	Επιλεγόμενο				
Επίπεδο	Μεταπτυχιακό				
Έτος / Εξάμηνο φοίτησης					
Όνομα Διδάσκοντα	Δρ. Ράϊκου Βασιλική				
ECTS	6	Διαλέξεις / εβδομάδα	3	Εργαστήρια / εβδομάδα	-
Στόχοι Μαθήματος	Γίνεται αναφορά και ανάπτυξη των ευρέως εφαρμοζομένων μεθόδων ενέσιμων και στερεών ενθεμάτων, καθώς και της μεθόδου PRP. Εξετάζονται οι προϋποθέσεις που πρέπει να πληρούν τα ενθέματα. Αναλύονται οι κατηγορίες των ενθεμάτων, καθώς και ο τρόπος δράσης, η τεχνική χορήγησης, οι ενδείξεις - αντενδείξεις και οι επιπλοκές αυτών. Εφαρμογές των ηλεκτροθεραπευτικών ρευμάτων και των υπερήχων και οπτικών ινών στις Επιστήμες Υγείας. Μέθοδοι και τεχνικές εφαρμογής αυτών. Εφαρμογές των peelings. Βιολογικά αποτελέσματα των μεθόδων στους ιστούς. Κατανόηση της δομής του δέρματος και της διαδικασίας γήρανσης από ενδογενείς και εξωγενείς παράγοντες. Δράση των AHAs . Παρουσιάζονται τα αιθέρια έλαια, οι ευεργετικές τους ιδιότητες και η χρήση τους στην Αρωματοθεραπεία. Ανάλυση βασικών μεθόδων διεθνώς της Αρωματοθεραπείας, ως παράγων ευεξίας. Ενδείξεις - αντενδείξεις -τρόποι εφαρμογής. Παράγοντες υγιούς Γήρανσης και ευζωίας. Ευεργετική δράση SPA. Αναφορά στην μέθοδος του βελονισμού, η οποία σύμφωνα με σχετικές έρευνες συμβάλλει στην διαχείριση του στρες, όπως επίσης και η μέθοδος Βιοσυντονισμού - Βιοανάδρασης.				
Μαθησιακά Αποτελέσματα	• Να αποκτήσουν τις γνώσεις σχετικά με τις ευρέως εφαρμοζόμενες μεθόδους χρήσης των ενθεμάτων και του PRP, τα είδη αυτών, τους όρους που πρέπει να πληρούν για την ασφαλή χορήγησή τους, τις ενδείξεις και αντενδείξεις τους. • Να κατανοούν πού και πώς χρησιμοποιούνται τα Ηλεκτροθεραπευτικά ρεύματα, ραδιοσυχνότητες, υπέρηχοι και οπτικές ίνες στην Ιατρική, Φυσικοθεραπεία και Αισθητική. • Να μάθουν για τα πηλίκες και να είναι γνώστες των ενδείξεων και αντενδείξεων αυτών. • Να κατανοήσουν σε βάθος τις ιδιότητες και τη δράση των αιθερίων ελαίων, και τα ευεργετικά αποτελέσματα με τη χρήση τους στην Αρωματοθεραπεία. Εμβάθυνση στην χρήση και δημιουργία συνεργιών αιθερίων ελαίων, ανάλογα με την ιδιοσυγκρασία κάθε ατόμου. Ενδείξεις - αντενδείξεις.				

	• Να κατανοήσουν τους παράγοντες γήρανσης και τρόπους Ευζωίας καθώς και την έννοια του ιατρικού ιαματικού τουρισμού. • Να γνωρίσουν την ολιστική μέθοδο του βελονισμού για διατήρηση και ενίσχυση της ευεξίας, όπως επίσης και με την μέθοδο της Βιοανάδρασης.		
Προαπαιτούμενα	Κανένα	Συναπαιτούμενα	
Περιεχόμενο Μαθήματος	Εβδομάδες	Περιεχόμενο	
	1-2-3	Ενθέματα - Κατηγορίες Ενθεμάτων. Είδη ενέσιμων (κολλαγόνου,υαλουρονικού οξέος, αλλαντοτοξίνης κλπ). Στερεά εμφυτεύματα (πολυμερίδια, κεραμικά κλπ). Εφαρμογές. Τεχνική, τρόπος δράσης, ενδείξεις, αντενδείξεις, επιπλοκές. PRP για ανάπτυξη, επούλωση, τόνωση δερματικών ιστών κλπ.	
	4-5-6	Εφαρμογές ηλεκτροθεραπευτικών ρευμάτων, κυμάτων και οπτικών ινών στις Επιστήμες Υγείας	
	7	Οξέα - Χημικά Peelings. Δερμοαπόξεση - Μικροδερμοαπόξεση. Ενεργοποίηση πρωτεϊνικών δομών του δέρματος. Ενδείξεις - εφαρμογές	
	8	Ενδιάμεση εξέταση	
	9	Βελονισμός - Ηλεκτροβελονισμός με βελόνες χαμηλόσυχων εναλλασσόμενων ρευμάτων.	
	10	Βιοσυντονισμός - Βιοανάδραση	
	11	Αρωματοθεραπεία (Aromatherapy) Αιθέρια έλαια και χρήση. Τρόποι εφαρμογής. Ενδείξεις – αντενδείξεις.	
	12	Γήρανση & Μακροζωία - Γενετική της υγιούς γήρανσης Προβιοτικά Πρεβιοτικά	
	13	Ιατρικός (Ιαματικός) Τουρισμός -SPA – Προσέγγιση μέσα από τις Επιστήμες Υγείας	
	14	Επανάληψη για Τελική Εξέταση	
Μεθοδολογία Διδασκαλίας	Διαλέξεις, Μελέτη και έρευνα, Γραπτές μελέτες ή εκθέσεις, εργασία στο σπίτι, προφορικές παρουσιάσεις, ενδιάμεση εξέταση, Προετοιμασία για τελική εξέταση		
Βιβλιογραφία	<u>Προτεινόμενα Βιβλία</u> 1. Τίτλος: Δερματικά Εμφυτεύματα Συγγραφέας: Ναούμ Χρήστος Εκδότης: Καυκάς Έτος: 2007 ISBN: 978-960-6650-06-2 2 Τίτλος: Αισθητική Ιατρική και Φυσιολογία Συγγραφέας: Ceccarelli Maurizio Έτος: 2013 ISBN: 618-83977-0-7		

	3. Τίτλος: Ηλεκτροθεραπεία Βασικές Αρχές και Πρακτική Εφαρμογή Συγγραφέας: Συλλογικό έργο Εκδότης: Παρισιάνου Μαρία Έκδοση: 4^η εκδ. Έτος: 2011 Κωδικός: #BK232280 4. Τίτλος: Ηλεκτροθεραπεία Συγγραφέας: T. Watson Εκδότης: Elsevier Έτος: 2011 ISBN : 978-960-489-034-7 5. Τίτλος: Clinical Aromatherapy. Essential oils in Healthcare Συγγραφέας: Jane Buckle Εκδότης: Elsevier Έτος: 2015 6. Τίτλος: Βιοϊατρικός Βελονισμός. Μηχανισμοί Δράσης και Θεραπευτικές Αρχές του Βελονισμού και του Ηλεκτροβελονισμού Συγγραφέας: Καράβης Γ. Μιλτιάδης Εκδότης: DKS Έτος: 2011 ISBN: 978960985964-6 7. Τίτλος: Βιοσυντονισμός Συγγραφέας: Συλλογικό Έργο Εκδότης: Etra Έτος: 2011 ISBN : 960-6830-28-4 <u>Δικτυακοί τόποι</u> http://www.electrotherapy.org
Αξιολόγηση	50% συνεχής αξιολόγηση(ενδιάμεση εξέταση, εργασίες, διαγωνίσματα, συμμετοχή) και 50% τελική εξέταση. Προβιβάσιμος βαθμός: 60%
Γλώσσα	Ελληνικά

Παράρτημα 6

Φόρτος Εργασίας Ακαδημαϊκού Προσωπικού

«Διαχείριση του Στρες και Ευεξία στην Προαγωγή Υγείας» (1.5 ή 2 Χρόνια, Μεταπτυχιακό / 90 ECTS)

“MSc in Stress Management and Wellness in Health Promotion” (1.5 or 2 Years, Master / 90 ECTS)

Α/Α	Ονοματεπώνυμο	Προσόντα	Βαθμίδα*	Π/Μ**	Πρόγραμμα Σπουδών	Περίοδοι ανά Φθινοπωρινό Εξάμηνο	Περίοδοι ανά Εαρινό Εξάμηνο	Σύνολο Διδακτικών Περιόδων
1.	Δρ. Δήμητρα Φλώρου Υπεύθυνη Προγράμματος	PhD Cell Biology – Εθνικό & Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών MSc Cell & Molecular Biology – University of Essex, BSc Cell & Molecular Biology – University of Essex	Κ	Π	Μεταπτυχιακό στη Διαχείριση του Στρες και Ευεξία στην Προαγωγή Υγείας Πτυχίο Αισθητικής	6 6	2	Φθινοπωρινό: 12 Εαρινό: 2
2.	Δρ. Αριστονίκη Θεοδοσίου	PhD In Psychology – Aristotle University of Thessaloniki, MSc In Finance & Maritime Studies – Cyprus University of Technology, MSc In Art Psychotherapy – The Arts & Psychotherapy Center of Athens, MSc In Total Quality Management & Innovative Implementations of Education – Aristotle University of Thessaloniki, (Pgp) In Counseling Psychology – North College & University of London, Bachelor In Psychology – Aristotle University of Thessaloniki	Κ	Π	Μεταπτυχιακό στη Διαχείριση του Στρες και Ευεξία στην Προαγωγή Υγείας Πτυχίο Αισθητικής	3 2	7	Φθινοπωρινό: 5 Εαρινό: 7

3.	Δρ. Δρ. Ραΐκου Βασιλική	PhD - Διδάκτορας Φαρμακευτικής Χημείας, «Έλεγχος ποιότητας και αποτελεσματικότητας καλλυντικών προϊόντων, με ενσωματωμένα πεπτιδία» του τμήματος Φαρμακευτικής του Εθνικού και Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών, MSc – Μεταπτυχιακό «Διαχείριση περιβαλλοντικών θεμάτων με επιπτώσεις στην υγεία» στην Ιατρική σχολή Αθηνών. Πτυχίο Βιολογίας - Τμήματος Βιολογίας Εθνικού και Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών Πτυχίο Αισθητικής και Κοσμητολογίας - Τ.Ε.Ι. Αθηνών.	ΕΕ	Μ	Μεταπτυχιακό στη Διαχείριση του Στρες και Ευεξία στην Προαγωγή Υγείας	-	3	Θερινή Περίοδος: 3
4.	Δρ. Πολύκαπρος Ευριπίδου	Specialist Certification of Obesity Professional Education of the IASO Πτυχίο Ιατρικής – Ρωσικό Κρατικό Ιατρικό Πανεπιστήμιο Μόσχας Pathologist - Diabetologist	ΕΕ	Π	Μεταπτυχιακό στη Διαχείριση του Στρες και Ευεξία στην Προαγωγή Υγείας Πτυχίο στην Αισθητική	7 4	4 4	Φθινοπωρινό: 11 Εαρινό: 8
5.	Δρ. Παύλος Παναγή	Ph.D. Data Communications (New York City University New York, NY), MBA Business Administration (New York City University New York, NY), B.Sc. in Computer Science (New York Institute of Technology)	Κ	Π	Μεταπτυχιακό στη Διαχείριση του Στρες και Ευεξία στην Προαγωγή Υγείας	5	-	Φθινοπωρινό: 5

6.	Δρ. Ιφιγένεια Ευθυμίου	PhD Statistics – University of Aegean Master's Degree Statistics and Data Analysis – University of Aegean – BSc Department of Statistics and Actuarial – Financial Mathematics – University of Aegean	Κ	Π	Μεταπτυχιακό στη Διαχείριση του Στρες και Ευεξία στην Προαγωγή Υγείας Μεταπτυχιακό στην Διοίκηση Επιχειρήσεων Πτυχίο στη Διοίκηση Επιχειρήσεων	3 3	4 -	Φθινοπωρινό: 6 Εαρινό: 7
7.	Δρ. Αμβρόσιος Προδρόμου	Doctorate Business Administration – Swiss Management University – Switzerland MBA – St. Mark and St. John University BA Business Administration (BBA – Hons) – European Institute of Education Professional Postgraduate Diploma in Business Administration - NCFE UK	Κ	Π	Μεταπτυχιακό στη Διαχείριση του Στρες και Ευεξία στην Προαγωγή Υγείας Μεταπτυχιακό Διοίκησης Επιχειρήσεων	3 4	- 4	Φθινοπωρινό: 7 Εαρινό: 4

* Βαθμίδα: Καθηγητής (Κ), Αναπληρωτής Καθηγητής (ΑΚ), Επίκουρος Καθηγητής (Επικ.Κ), Λέκτορας (Λ), Ειδικό Διδακτικό Προσωπικό (ΕΔΠ), Επισκέπτης Καθηγητής (Επισκ.Κ), Ειδικός Επιστήμονας (ΕΕ), Βοηθός Εργαστηρίου (ΒΕ)

** Πλήρους Απασχόλησης (Π), Μερικής Απασχόλησης (Μ)

Παράρτημα 6α Εκτιμημένος Φόρτος Εργασίας Φοιτητών

«Διαχείριση του Στρες και Ευεξία στην Προαγωγή Υγείας» (1.5 ή 2 Χρόνια, Μεταπτυχιακό / 90 ECTS)

“MSc in Stress Management and Wellness in Health Promotion” (1.5 or 2 Years, Master / 90 ECTS)

ΜΑΦ511: Αρχές Προαγωγή και Αγωγής Υγείας (8 ECTS)

Δραστηριότητα	Ώρες
Παρουσίαση στη Αίθουσα	56
Ανεξάρτητη Μελέτη	60
Προετοιμασία Ενδιάμεσης Εξέτασης	18
Ενδιάμεση Εξέταση	1
Ώρες εκπόνησης εργασίας	30
Προετοιμασία Γραπτών Εξετάσεων	33
Γραπτή Εξέταση	2
Σύνολο	200

ΜΑΦ512: Μεθοδολογία Έρευνας (6 ECTS)

Δραστηριότητα	Ώρες
Παρουσίαση στη Αίθουσα	42
Ανεξάρτητη Μελέτη	57
Προετοιμασία Ενδιάμεσης Εξέτασης	10
Ενδιάμεση Εξέταση	1
Ώρες εκπόνησης εργασίας	20
Προετοιμασία Γραπτών Εξετάσεων	18
Γραπτή Εξέταση	2
Σύνολο	150

ΜΑΦ513: Βασικές Αρχές και Θεωρίες του Στρες (5 ECTS)

Δραστηριότητα	Ώρες
Παρουσίαση στη Αίθουσα	42
Ανεξάρτητη Μελέτη	39
Προετοιμασία Ενδιάμεσης Εξέτασης	10
Ενδιάμεση Εξέταση	1
Ώρες εκπόνησης εργασίας	16
Προετοιμασία Γραπτών Εξετάσεων	15
Γραπτή Εξέταση	2
Σύνολο	125

ΜΑΦ 514: Εξειδικευμένες Τεχνικές Διαχείρισης Στρες (8 ECTS)

Δραστηριότητα	Ώρες
Παρουσίαση στη Αίθουσα	56
Ανεξάρτητη Μελέτη	60
Προετοιμασία Ενδιάμεσης Εξέτασης	18
Ενδιάμεση Εξέταση	1
Ώρες εκπόνησης εργασίας	30
Προετοιμασία Γραπτών Εξετάσεων	33
Γραπτή Εξέταση	2
Σύνολο	200

ΜΑΦ 515: Υγεία και Ασφάλεια στην Προαγωγή Υγείας (8 ECTS)

Δραστηριότητα	Ώρες
Παρουσίαση στη Αίθουσα	56
Ανεξάρτητη Μελέτη	60
Προετοιμασία Ενδιάμεσης Εξέτασης	18
Ενδιάμεση Εξέταση	1
Ώρες εκπόνησης εργασίας	30
Προετοιμασία Γραπτών Εξετάσεων	33
Γραπτή Εξέταση	2
Σύνολο	200

ΜΑΦ 516: Επαγγελματική Δεοντολογία (6 ECTS)

Δραστηριότητα	Ώρες
Παρουσίαση στη Αίθουσα	42
Ανεξάρτητη Μελέτη	57
Προετοιμασία Ενδιάμεσης Εξέτασης	10
Ενδιάμεση Εξέταση	1
Ώρες εκπόνησης εργασίας	20
Προετοιμασία Γραπτών Εξετάσεων	18
Γραπτή Εξέταση	2
Σύνολο	150

ΜΑΦ 517: Ποσοτικές Στατιστικές Μέθοδοι (8 ECTS)

Δραστηριότητα	Ώρες
Παρουσίαση στη Αίθουσα	56
Ανεξάρτητη Μελέτη	60
Προετοιμασία Ενδιάμεσης Εξέτασης	18
Ενδιάμεση Εξέταση	1
Ώρες εκπόνησης εργασίας	30
Προετοιμασία Γραπτών Εξετάσεων	33
Γραπτή Εξέταση	2
Σύνολο	200

ΜΑΦ 518: Μεταπτυχιακή Διατριβή (22 ECTS)

Δραστηριότητα	Ώρες
Παρακολούθηση μαθήματος	70
Έρευνα και συγγραφή πτυχιακής εργασίας	480
Σύνολο	550

ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΕΛΕΥΘΕΡΗΣ ΕΠΙΛΟΓΗΣ

ΜΑΦ610: Βιοφυσιολογία και Στρες (6 ECTS)

Δραστηριότητα	Ώρες
Παρουσίαση στη Αίθουσα	42
Ανεξάρτητη Μελέτη	57
Προετοιμασία Ενδιάμεσης Εξέτασης	10
Ενδιάμεση Εξέταση	1
Ώρες εκπόνησης εργασίας	20
Προετοιμασία Γραπτών Εξετάσεων	18
Γραπτή Εξέταση	2
Σύνολο	150

ΜΑΦ611: Κοινωνική Ψυχολογία και Στρες (6 ECTS)

Δραστηριότητα	Ώρες
Παρουσίαση στη Αίθουσα	42
Ανεξάρτητη Μελέτη	57
Προετοιμασία Ενδιάμεσης Εξέτασης	10
Ενδιάμεση Εξέταση	1
Ώρες εκπόνησης εργασίας	20
Προετοιμασία Γραπτών Εξετάσεων	18
Γραπτή Εξέταση	2
Σύνολο	150

ΜΑΦ612: Νοσολογία και Στρες (6 ECTS)

Δραστηριότητα	Ώρες
Παρουσίαση στη Αίθουσα	42
Ανεξάρτητη Μελέτη	57
Προετοιμασία Ενδιάμεσης Εξέτασης	10
Ενδιάμεση Εξέταση	1
Ώρες εκπόνησης εργασίας	20
Προετοιμασία Γραπτών Εξετάσεων	18
Γραπτή Εξέταση	2
Σύνολο	150

ΜΑΦ613: Στρες και Εναλλακτικές Εφαρμογές (6 ECTS)

Δραστηριότητα	Ώρες
Παρουσίαση στη Αίθουσα	42
Ανεξάρτητη Μελέτη	57
Προετοιμασία Ενδιάμεσης Εξέτασης	10
Ενδιάμεση Εξέταση	1
Ώρες εκπόνησης εργασίας	20
Προετοιμασία Γραπτών Εξετάσεων	18
Γραπτή Εξέταση	2
Σύνολο	150

ΜΑΦ614: Ευεξία και Αισθητικές Εφαρμογές (6 ECTS)

Δραστηριότητα	Ώρες
Παρουσίαση στη Αίθουσα	42
Ανεξάρτητη Μελέτη	57
Προετοιμασία Ενδιάμεσης Εξέτασης	10
Ενδιάμεση Εξέταση	1
Ώρες εκπόνησης εργασίας	20
Προετοιμασία Γραπτών Εξετάσεων	18
Γραπτή Εξέταση	2
Σύνολο	150

ΜΑΦ615: Περιβαλλοντική Αισθητική και Υγεία (6 ECTS)

Δραστηριότητα	Ώρες
Παρουσίαση στη Αίθουσα	42
Ανεξάρτητη Μελέτη	57
Προετοιμασία Ενδιάμεσης Εξέτασης	10
Ενδιάμεση Εξέταση	1
Ώρες εκπόνησης εργασίας	20
Προετοιμασία Γραπτών Εξετάσεων	18
Γραπτή Εξέταση	2
Σύνολο	150

ΜΑΦ616: Οργανωτική Συμπεριφορά & Διαχείριση Χρόνου (6 ECTS)

Δραστηριότητα	Ώρες
Παρουσίαση στη Αίθουσα	42
Ανεξάρτητη Μελέτη	57
Προετοιμασία Ενδιάμεσης Εξέτασης	10
Ενδιάμεση Εξέταση	1
Ώρες εκπόνησης εργασίας	20
Προετοιμασία Γραπτών Εξετάσεων	18
Γραπτή Εξέταση	2
Σύνολο	150

ΜΑΦ617: Εισαγωγή στη Δημόσια Διοίκηση (6 ECTS)

Δραστηριότητα	Ώρες
Παρουσίαση στη Αίθουσα	42
Ανεξάρτητη Μελέτη	57
Προετοιμασία Ενδιάμεσης Εξέτασης	10
Ενδιάμεση Εξέταση	1
Ώρες εκπόνησης εργασίας	20
Προετοιμασία Γραπτών Εξετάσεων	18
Γραπτή Εξέταση	2
Σύνολο	150

ΜΑΦ618: Δημόσιες Σχέσεις (6 ECTS)

Δραστηριότητα	Ώρες
Παρουσίαση στη Αίθουσα	42
Ανεξάρτητη Μελέτη	57
Προετοιμασία Ενδιάμεσης Εξέτασης	10
Ενδιάμεση Εξέταση	1
Ώρες εκπόνησης εργασίας	20
Προετοιμασία Γραπτών Εξετάσεων	18
Γραπτή Εξέταση	2
Σύνολο	150

Παράρτημα 7

Συνεργασίες CDA College με Ευρωπαϊκά Ανώτερα Ιδρύματα στο πλαίσιο του ERASMUS+

Το CDA College συνεργάζεται με ευρωπαϊκά ιδρύματα Ανώτερης εκπαίδευσης στο πλαίσιο του ERASMUS+. Το Κολέγιο CDA έχει συνάψει συνεργασίες με 25 Ευρωπαϊκά Πανεπιστήμια για ανταλλαγή αριθμού φοιτητών και διδασκόντων μεταξύ των Πανεπιστημιακών Ιδρυμάτων για σπουδές και διδασκαλία αντίστοιχα σε όλα τα γνωστικά αντικείμενα.

Οι συνεργασίες αυτές με τα ξένα Πανεπιστημιακά Ιδρύματα ενισχύουν την διεθνοποίηση της φοιτητικής και ακαδημαϊκής κοινότητας του CDA College, την αμοιβαία ανταλλαγή διεθνών καλών εκπαιδευτικών πρακτικών και τη συνεχή επιδίωξη της επιστημονικής αριστείας στον Ευρωπαϊκό ενοποιημένο χώρο της Ανώτερης Εκπαίδευσης.

Το CDA College είχε έναν αριθμό καθηγητών και φοιτητών από όλη την Ευρώπη που επισκέφτηκαν για διδασκαλία και κατάρτιση στους τομείς των επιχειρήσεων, της λογιστικής, των υπολογιστικών γλωσσών και άλλων τομέων.

Το CDA College έχει 25 συμφωνίες με άλλα Ευρωπαϊκά πανεπιστήμια.

Παρακάτω είναι οι εκπαιδευτές και οι φοιτητές από το Κολέγιο CDA που επισκέφτηκαν ξένα πανεπιστήμια:

- 30 εκπαιδευτές CDA ως καθηγητές επίσκεψης και
- 50 μαθητές CDA που συμμετέχουν σε διαλέξεις ξένων πανεπιστημίων

Παρακάτω είναι οι ξένοι εκπαιδευτές και φοιτητές που επισκέφτηκαν το CDA College:

- 120 ξένοι εκπαιδευτές επισκέφτηκαν το CDA College τα τελευταία 4 χρόνια ως επισκέπτες καθηγητές.
- 150 ξένοι φοιτητές από τη Γαλλία, τη Λιθουανία, την Πολωνία, τη Ρουμανία, την Ουγγαρία και την Πορτογαλία που συμμετέχουν σε διαλέξεις CDA College.

Θα θέλαμε να επισημάνουμε ότι το 2020 δεν είχαμε κινητικότητα λόγω του Covid 19.



International Agreements with CDA College

No	University Name	Institution Code	Coordinators Name	Coordinators E-Mail	Website	Country
1	Guarda Polytechnic Institute	P GUARDA01	Av. Dr. Francisco Sá Carneiro, 50	E-mail: gmc@ipg.pt	www.ipg.pt	Portugal
2	DUNAÚJVÁROSI FŐISKOLA /COLLEGE OF DUNAÚJVÁROS/	HU DUNAUJ01	Dániel Árpád KISS	kissdaniel@mail.duf.hu	www.duf.hu	Hungary
3	zegedi Tudományegyetem - University of Szeged	HU SZEGED01	Dr. habil. Jozsef	galj@mk.u-szeged.hu	www.u-szeged.hu	Hungary
4	Alexandru Ioan Cuza University of Iasi Faculty of Economics and Business Administration	RO IASI02	Prof.dr. Henri Luchian or Dorina Moisa	erasmus@uaic.ro dorina.moisa@uaic.ro	www.uaic.ro	Romania
5	Klaipeda University	LT KLAIPED01	Dalia Želvytė-Mockuvienė	Dalia.Zelvyte-Mockuviene@ku.lt	www.ku.lt	Lithuania
6	Klaipeda State University of Applied Sciences	LT KLAIPED09	Mrs Jurate Danieliene	j.danieliene@kvk.lt	www.kvk.lt	Lithuania
7	WYZSZA SZKOLA HANDLOWA W RADOMIU (Radom Academy of Economics)	PL RADOM04	MA Izabela Kopycka	ikopycka@wsh.pl	www.wsh.pl	Poland



8	Malopolska Wyższa Szkoła Ekonomiczna w Tarnowie (Malopolska School of Economics in Tarnow)	PL TARNOW01	MSc Radoslaw Pyrek MSc Anna Mikos	iro.mwse@mwse.edu.pl anna.mikos@mwse.edu.pl	www.mwse.edu.pl	Poland
9	Universitatea din Oradea	RO ORADEA01	Ms Carmen Buran	cburan@uoradea.ro	www.uoradea.ro	Romania
10	Vilnius College of Technologies and Design	LT VILNIUS14	Nijole Popoviene	n.popoviene@vtdko.lt	www.vtdko.lt	Lithuania
11	WEST LITHUANIA UNIVERSITY OF SCIENCE		Angele Iileikiene	angele.lileikiene@ltvk.lt	www.ltvk.lt	Lithuania
12	UNIVERSITE DE BRETAGNE-SUD	FR VANNES04	FR VANNES04	sandra.vessier@univ-ubs.fr	www.univ-ubs.fr	France
13	University Of Craiova	RO CRAIOVA01	Vice-rector of International Relations and Academic Image Professor Cristiana Teodorescu, PhD	cteoroscu05@yahoo.fr	www.ucv.ro/en/	Romania
14	Vytautas Magnus University	LT KAUNAS01	Greta Brazaitytė Position International relations coordinator	greta.brazaityte@vdu.lt	<u>K. Donelaičio g. 58, LT-44248, Kaunas, Lithuania</u>	Lithuania
15	Newton College	CZ BRNO08	Jan Orava, Mgr	ja.orava@newtoncollege.cz	WWW.NEWTONCOLLEGE.CZ	czech republic
16	Georg-August-Universität Göttingen	D GOTTIN01	Dr Uwe Muuss Karen Denecke	karen.denecke@zvw.uni-goettingen.de	https://www.uni-goettingen.de/en/	Germany



17	Kaunas University of Applied science	LT KAUNAS02	Jolanta Valiaugiene Head of the Department of International Relations	jolanta.valiaugiene@go.kauko.lt	www.kaunokolegija.lt	Lithuania
18	Jade University of Applied Sciences	D WILHELM02	Dr. phil. Julia Blandfort	julia.blandfort@jade-hs.de	https://www.jade-hs.de/en/	Germany
19	Freie Universität Berlin	D BERLIN01	Student Exchange Office / SSC Nicole SCHINDLER ERASMUS Programme Administrator	incoming@fu-berlin.de	https://www.fu-berlin.de/en/index.html	Germany
20	Università degli Studi di Foggia	I FOGGIA03	Giulio Esposito	giulio.esposito@unifg.it	https://en.unifg.it/	Italy
21	Glyndwr University	UK DEESIDE01	Stewart Milne Head of Research Services Glyndwr University	"Stewart Milne" <S.Milne@glyndwr.ac.uk>	www.glyndwr.ac.uk	UK
22	Szent Istvan University	HU GODOLLO01	Dr. Kiss Csilla / Csilla Kiss, PhD Head of Department of Foreign Languages Erasmus Coordinator	"Csilla Kiss" <Kiss.Csilla@gk.szie.hu>	http://gk.sziu.hu/	Hungary
23	TURKU UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES	SF TURKU05	Anniina Jaranne	TEBinternational@turkuamk.fi	www.tuas.fi	Finland
24	UNIVERSIDAD DE ALMERIA	E ALMERIA01	University of AlmeriaINTERNATIONAL OFFICE Erasmus coordinator MARÍA SAGRARIO SALABERRI RAMIRO	erasmusual@ual.es	http://cms.ual.es/UAL/buscar/index.htm?q=erasmus&hl=en	Spain
25	UNIVERSITAET GRAZ	A GRAZ01	Mag. Sabine Pendl	international@uni-graz.at	www.uni-graz.at	Austria

Παράρτημα 8

Ερευνητικές Δραστηριότητες «Διαχείριση του Στρες και Ευεξία στην Προαγωγή Υγείας»



RESEARCH AT CDA COLLEGE **Academic Staff Research** **“MSc in Stress Management and Wellness in** **Health Promotion”**

Εγχειρίδιο Έρευνας **Ακαδημαϊκού Προσωπικού** **«Διαχείριση του Στρες και Ευεξία στην** **Προαγωγή Υγείας»**

May 2021

Contents

<u>Ερευνητικές Δραστηριότητες</u>	41
<u>«Διαχείριση του Στρες και Ευεξία στην Προαγωγή Υγείας»</u>	41
<u>RESEARCH AT CDA COLLEGE</u>	43
<u>CDA Faculty Staff Ranking/Teaching Load and Research</u>	46
<u>Research Output and Credits Table</u>	47
<u>Ερευνητικές Δραστηριότητες</u>	48
<u>«Διαχείριση του Στρες και Ευεξία στην Προαγωγή Υγείας»</u>	48
<u>“MSc in Stress Management and Wellness in Health Promotion”</u>	48
<u>1. DR. DEMETRA FLOROU</u>	48
<u>2. DR. PAVLOS PANAYI</u>	55
<u>3. DR AMVROSIOS PRODROMOU</u>	56
<u>4. DR. IFIGENIA EFTHYMIΟΥ</u>	60
<u>5. DR. ARISTONIKI THEODOSIOU</u>	64
<u>6. ΔΡ. ΒΑΣΙΛΙΚΗ ΡΑΪΚΟΥ</u>	67
<u>7. ΔΡ. ΕΥΡΥΠΙΔΟΥ ΠΟΛΥΚΑΡΠΟΣ</u>	72

RESEARCH AT CDA COLLEGE

CDA College Research Centre “Aristotelis” is an autonomous, non-for-profit research organization based in Cyprus that was established to provide an independent platform for researchers across the island.

CDA College aims at excellence in research and is fully committed to developing and promoting research activity. Research, both pure and applied, being an essential academic activity is an integral part of CDA College’s mission. Research and advancement of knowledge as intellectual activities, are an integral part of our educational environment that fosters innovation and enthusiasm for excellence. Research at CDA College is concentrated in the areas of Humanities and Social Sciences, Pure and Applied Sciences, Marketing, Economics and Management and other emerging global issues.

In addition, the College and the research team have set as their main objectives the constant presence in academic conferences, seminars and publications in prestigious research journals and the further cultivation and development of research culture at the College aiming at the exchange and formulation of innovative ideas and knowledge. The College has already set a policy with clear research incentives and all faculty staff should be involved and provide evidence of research activity every year. All faculty staff have the full support of the college on the research area.

CDA College Research Centre has established a formal and clear research policy which will enhance the research quality and education standards at CDA College.

THE MISSION OF THE RESEARCH CENTRE

“To enhance theoretical and empirical research, to develop solutions and guide thinking to current and future problems, and create new knowledge taking into consideration leading-edge technology and socio-economic developments globally. »

As a research team we aim for higher achievements both internally as an academic institution, and externally in the public and private sector. Thus, our current and future research projects cover areas that sustain quality of life and performance, and contribute to a better implementation and monitoring of improvements and changes.

A. With the increased complexity and demands for a better achievement, both internally as an academic institution and also externally in the Public and Private sector, we aim to carry out research and development projects which will enhance and sustain quality of life and performance, and contribute to a better implementation and monitoring of improvements and changes.

RESEARCH POLICY

A clear and detailed research policy is introduced for more transparency and equity with well identified research objectives and encouraging research incentives. The Budget of the Research Centre is €100,000 per year and this amount may be increased if there are more research requests by the faculty members.

THE OBJECTIVES OF “ARISTOTELIS” RESEARCH CENTRE

1. To raise research levels to international standards and aim to activate and advance researches further.
2. To establish a research system corresponding to the promotion of academic researches.
3. To develop a research performance evaluation system to encourage the teaching staff to carry out research activities.
4. To provide a professional management, coordination and quality service in order to successfully carry out research activities
5. To promote research identity of CDA College and develop with other organizations, public and private institutions, professional bodies, academic and research institutions, and society in general.
6. To cultivate and enhance research culture and develop a research environment to encourage CDA College faculty staff to be active.
7. To organize meetings, seminars and forums for research suggestions and collaborations.
8. To establish links with CDA College, EU and International research bodies and academic institutions for cooperation and sharing of research information and also participating in EU research funding projects.

THE RESEARCH CRITERIA AT CDA COLLEGE

1. CDA has set a research budget of €100.000 per year and this amount may be increased if there is more need for research.
2. Develop a research performance evaluation system to encourage the teaching staff to carry out research activities.
3. The research budget is set to €40,000 the projects on the Business research area
4. The research budget is set to €30,000 Travel and Tourism
5. Another €30,000 for other research areas.
6. The research proposals will be sent to the Research centre for approval.
7. The research proposals will be sent to the Research centre for approval.
8. All the academic members should undertake research each year and the research centre will keep records for each research output.
9. Encourage faculty staff to participate to seminars/conferences and all expenses paid by the research centre.

10. The lecturers of all CDA campuses to undertake an individual or a group research on their specialization areas.
11. Lecturers will get teaching hours off for the research undertaken.
12. An amount paid for a complete research is based on the research length and quality.
13. Lecturers will get extra payment if they entered into EU Research Funding Projects.
14. Establish links with both EU and International research bodies and academic institutions for cooperation and sharing of research information and also participating in EU research funding projects.
15. Based on the lecturers' research output and publications each year, they will get a reward, promotion and remuneration increase.

Furthermore, CDA College publishes once a year its annual research journal **“The Cyprus Research Facts”** it publishes faculty's articles and invites articles from domestic and foreign writers.

CDA College also publishes once every semester the College Newspaper **“The College Views”** inviting articles from students, faculty and others on all areas.

Additionally, the College Publishes the **“Cyprus Research Facts”** our College research journal once a year. The research journal will contribute to the enhancement of the College research, image and prestige. All the CDA faculty staff participate and contribute to the achievement of this great objective. The “Cyprus Research Facts” journal will publish papers in all areas of Humanities and Social Sciences, Pure and Applied Sciences, Economics, Business, Marketing, Tourism and Management etc. To facilitate the whole process, we have already created an e-mail which is: business.studies@cdacollege.ac.cy

Furthermore, the College strongly supports faculty research activities, through financial and other means. The College will also take part to the European and International Research programmes and encourages and supports faculty research activities, attend conferences, seminars, through a reduction of teaching load etc. Every year the College keeps a research report (Faculty Research & Development Booklet) requesting evidence from the teaching staff for their research activities, attendance of seminars and training, teachers exchanging programme etc.

B.

Research Output and Credits

The college strongly supports faculty research activities, through financial and other means. The College provides subsidy of existing staff to get PhD. Additionally, here below is a booklet of faculty research and development showing publications in journals.

As already mentioned in the faculty handbook and self-study the College encourages and supports faculty research activities, attend conferences, seminars and reduction of teaching load. Every year the College will keep a research report requesting evidence from the teaching staff for their research activities.

CDA Faculty Staff Ranking/Teaching Load and Research

The teaching load of each rank for faculty members on a Research track is shown in the table below.

Faculty members will be expected to produce a research output worth of at least the number of research credits shown in the table below.

Faculty Staff Teaching Load and Research

Academic Rank	Fall Semester Hours per week	Spring Semester Hours per week	Summer Session Hour per week	Research Credits
Assistant Lecturer	22	22	6	
Lecturer	15	15	6	60
Senior Lecturer	15	15	6	60
Assistant Professor	12	12	6	100
Associate Professor	12	12	6	120
Professor	12	12	6	140

Notes:

1. Any teaching in excess of the total yearly load is considered to be overtime.
2. Faculty members who serve as Department Heads will receive a teaching relief of 6 hours per academic year.
3. In cases where a faculty member is allocated a lesser load than the one specified above then other duties may be assigned such as teaching short courses or undertaking major administrative work.

Additionally, the College has already introduced a policy with clear research incentives and credits as specified below:

Research Output and Credits Table

Research Output		
Group A		Credits
1.	Article published in a high ranked (category A or B) refereed journal listed in a journal Rating Ranking/Quality List	200
2.	Article published in a ranked (category C or D) refereed journal listed in a journal Rating Ranking/Quality List	100
3.	Article published in a unranked refereed journal listed in a journal Rating Ranking/Quality List	60
4.	Article published in the Cyprus Research Facts	40
Group B		
5.	Proposal submitted for funded research	30
6.	Winning a high score after submitting a proposal for funded research	40
7.	Winning a proposal for funded research	100
8.	Carrying out funded research	100
Group C		
9.	Paper published in refereed conference proceedings of a conference taking place abroad	45
10.	Paper published in refereed conference proceedings of a conference taking place locally	30
11.	Abstract published in refereed conference proceedings of a conference taking place abroad	15
12.	Abstract published in refereed conference proceedings of a conference taking place locally	10
Group D		
13.	Article published in popular press (e.g newspaper, magazine)	10
14.	Chapter / Case study published in a book	20
15.	Book published	40-100

The college strongly supports faculty research activities, through financial and other means. The College provides subsidy of existing staff to get PhD. Additionally, here below is a booklet of faculty research and development showing publications in journals.

As already mentioned in the faculty handbook and self-study the College encourages and supports faculty research activities, attend conferences, seminars and reduction of teaching load. Every year the College will keep a research report requesting evidence from the teaching staff for their research activities.

Ερευνητικές Δραστηριότητες

«Διαχείριση του Στρες και Ευεξία στην Προαγωγή Υγείας»

“MSc in Stress Management and Wellness in Health Promotion”

1. DR. DEMETRA FLOROU

- PhD Biological Sciences– Εθνικό & Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών,
- MSc Cell & Molecular Biology – University of Essex
- BSc Cell & Molecular Biology – University of Essex

ΕΡΕΥΝΗΤΙΚΗ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗ ΕΜΠΕΙΡΙΑ

- 1) **Εθνικό & Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών, Ελλάδα (Δεκ. 2011 – Μάρτιος 2014):** Ερευνητικός Συνεργάτης στον Τομέα Βιοχημείας και Μοριακής Βιολογίας του Τμήματος Βιολογίας της Σχολής Θετικών Επιστημών, εργαζόμενη στο ερευνητικό πρόγραμμα με τίτλο: “Επίδραση της χημειοθεραπείας σε ανθρώπινα καρκινικά κύτταρα και διερεύνηση του πώς γονιδιακά μέλη της *BCL-2* οικογένειας που σχετίζονται με την απόπτωση, καθώς επίσης και πεπτιδάσες σχετιζόμενες με τις καλλικρεΐνες θα μπορούσαν να χρησιμοποιηθούν ως μελλοντικοί δείκτες απόκρισης διαφόρων ανθρωπίνων καρκινωμάτων στη χημειοθεραπεία”.
- 2) **Εθνικό & Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών, Ελλάδα (Οκτ. 2005 – Νοε. 2005):** Απασχολήθηκα με σύμβαση έργου διάρκειας 1,5 μηνών σε ερευνητικό πρόγραμμα με τίτλο: “Μελέτη έκφρασης της L-DOPA αποκαρβοξυλάσης στα καρκινικά κύτταρα. Διερεύνηση της διαφοροδιαγνωστικής αξίας της στον καρκίνο του προστάτη”.

ΔΙΔΑΚΤΙΚΗ ΕΜΠΕΙΡΙΑ

1. **CDA College, Κύπρος (2019-2020):** Καθηγήτρια στο Τμήμα Αισθητικής (Διπλώματος, Πτυχίου, Μεταπτυχιακού) καθώς και στο Ανώτερο Δίπλωμα Κομμωτικής. Υπεύθυνη Προγράμματος Σπουδών του Μεταπτυχιακού Διπλώματος "Αισθητική φροντίδα και άσκηση στην προαγωγή υγείας και διαχείριση του στρες".
 - **Διδακτικά αντικείμενα για τους Διπλωματικούς ή Προπτυχιακούς Φοιτητές:** Ανατομία, Φυσιολογία, Μοριακή και Κυτταρική Βιολογία, Νοσολογία, Ενδοκρινολογία και Υγιεινή.
 - **Διδακτικά αντικείμενα για τους Μεταπτυχιακούς Φοιτητές Αισθητικής:** Περιβαλλοντική Αισθητική και Υγεία καθώς και Βιοφυσιολογία και Στρες.
2. **Εθνικό & Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών, Ελλάδα (Σεπ. 2005 – Μάιος 2010):** Επικουρικό Ακαδημαϊκό Προσωπικό, εργαζόμενο με ωριαία αντιμισθία στις εργαστηριακές ασκήσεις των μαθημάτων Βιοχημείας Ι, Βιοχημείας ΙΙ και Κλινικής Χημείας σε προπτυχιακούς φοιτητές του Τμήματος Βιολογίας, καθώς και Βιοχημείας σε φοιτητές του Τμήματος Φαρμακευτικής.
3. **Δημόσια Σχολεία Τεχνολογικής Εκπαίδευσης, Αθήνα, Ελλάδα (Νοε. 2004 – Ιαν. 2005):** Ωρομίσθια Καθηγήτρια σε μαθητές Β' Τάξης Τεχνικού Λυκείου σε πρόγραμμα επονομαζόμενο ως "Πρόσθετη Διδακτική Στήριξη".
4. **Δημόσια Σχολεία Τεχνολογικής Εκπαίδευσης, Αθήνα, Ελλάδα (Οκτ. 2003 – Μάιος 2004):** Ωρομίσθια Καθηγήτρια σε μαθητές Β' Τάξης Τεχνικού Λυκείου σε πρόγραμμα επονομαζόμενο ως "Πρόσθετη Διδακτική Στήριξη".
5. **University of Essex, United Kingdom (Φεβ. 1999 – Νοε. 2000):** Βοηθός Καθηγητή για 22 μήνες συνολικά στο Τμήμα Βιολογικών Επιστημών, διδάσκοντας τα εργαστηριακά μαθήματα Κυτταρικής Βιολογίας, Μοριακής Βιολογίας και Ανοσολογίας σε πρωτοετείς και δευτεροετείς φοιτητές Βιολογίας.

ΣΥΓΓΡΑΦΙΚΟ ΕΡΓΟ

(1) **Δήμητρα Φλώρου**. Καρκίνος ως πολυσταδιακή και πολυπαραγοντική διαδικασία μετασχηματισμού των φυσιολογικών κυττάρων σε νεοπλασματικά και διαφορετικοί τύποι καρκινικών κυττάρων από όγκους. **The Cyprus Research Facts, Vol. 8/2017**.

(2) Papachristopoulou G, **Florou D**, Arnogiannaki N, Scorilas A. Basal-like breast cancer cells respond to antitumor agents by modifying the transcriptional and translational activity of the BCL-2 family members BCL2L12, BCL2 and BAX. **International J Cancer Res. 2015 Nov;49(2):1755-1766**. ISSN: 2051-784X.

(3) **Florou D**, Patsis C, Ardavanis A, Scorilas A. Effect of doxorubicin, oxaliplatin and methotrexate administration on the transcriptional activity of BCL-2 family gene members in stomach cancer cells. **Cancer Biol Ther. 2013 Jul 1;14(7):587-96**. doi: 10.4161/cbt.24591.

(4) **Florou D**, Papadopoulos IN, Fragoulis EG, Scorilas A. L-Dopa decarboxylase (DDC) constitutes an emerging biomarker in predicting patients' survival with stomach adenocarcinomas. **J Cancer Res Clin Oncol. 2013 Feb;139(2):297-306**. doi: 10.1007/s00432-012-1326-8.

(5) **Florou D**, Mavridis K, Scorilas A. The kallikrein-related peptidase 13 (*KLK13*) gene is substantially up-regulated after exposure of gastric cancer cells to antineoplastic agents. **Tumour Biol. 2012 Dec;33(6):2069-78**. doi: 10.1007/s13277-012-0466-4.

(6) **Florou D**, Scorilas A, Vassilacopoulou D, Fragoulis EG. DDC ((dopa decarboxylase (aromatic L-amino acid decarboxylase)). **Atlas Genet Cytogenet Oncol Haematol. 2011 Nov;15(11):942-950**.

(7) Konstantoudakis G, **Florou D**, Mavridis K, Papadopoulos IN, Scorilas A. Kallikrein-related peptidase 13 (*KLK13*) gene expressional status contributes significantly in the prognosis of primary gastric carcinomas. **Clin Biochem. 2010 Oct;43(15):1205-11**. doi: 10.1016/j.clinbiochem.2010.07.016.

(8) **Florou D**, Papadopoulos IN, Scorilas A. Molecular analysis and prognostic impact of the novel apoptotic gene *BCL2L12* in gastric cancer. **Biochem Biophys Res Commun. 2010 Jan 1;391(1):214-8**. doi: 10.1016/j.bbrc.2009.11.034.

(9) Floros KV, Thomadaki H, **Florou D**, Talieri M, Scorilas A. Alterations in mRNA expression of apoptosis-related genes *BCL2*, *BAX*, *FAS*, caspase-3, and the novel member *BCL2L12* after treatment of human leukemic cell line HL60 with the antineoplastic agent etoposide. **Ann N Y Acad Sci.** 2006 Dec;**1090**:89-97.

ΣΥΝΕΔΡΙΑ

1] G. Papachristopoulou, **D. Florou**, M. Talieri, A. Ardavanis, A. Scorilas (2014). Breast cancer cells exposed to the anti-tumor effect of epirubicin, docetaxel or methotrexate distinctively modify the expression of BCL-2 family members as revealed by Real-time PCR and immunocytochemical analyses. **"International Society of Enzymology Meeting"**, ifcc page 24, 2014. **Kos, Greece, 18-20 June 2014.**

2] G. Papachristopoulou, **D. Florou**, A. Scorilas (2012). Treatment of BT-20 cells with anticancer agents revealed alterations in the expression pattern of the apoptosis-related genes *BAX*, *BCL2* and *BCL2L12*: new promising indicators for predicting chemotherapy response in breast cancer. **"22nd IUBMB & 37th FEBS Congress"**, FEBS Journal, Volume 279, Supplement 1, page 110, 2012. **Seville, Spain, 4-9 September 2012.**

3] **Florou D.**, Mavridis K., Scorilas A (2011). Exposure of gastric cancer cells to various antineoplastic drugs modifies *KLK13* mRNA expression levels. **"4th International Symposium on Kallikreins and Kallikrein-related Peptidases (ISK2011): Biochemistry, Molecular Biology and Association to Disease"**. Poster-32, page 17, 2011. Rodos Palace Hotel, **Rhodes Island, Greece, 2-4 September 2011.**

4] A. Tzovaras, A. Dokou, K. Mavridis, I. Missitzis, **D. Florou**, D. Korbakis, H. Thomadaki, K. Florou, A. Agrogianni, E. Pouliou, D. Doufexis, M. Talieri, A. Ardavanis, A. Scorilas (2011). Development of a molecular methodology for the prediction of cancer cells' induction or resistance to apoptosis, under the influence of anticancer drugs. **"17th Pan-Hellenic Conference of Clinical Oncology"**, Presentation-EA12, page 11, 2011. Athenaeum Intercontinental Hotel, **Athens, Greece, 14-16 April 2011.**

- 5] **Florou D.,** Scorilas A. (2009). Quantitative assessment of the mRNA expressional patterns of *BCL-2* family members after gastric cancer cells' incubation with antineoplastic substances. **"60th Meeting of the Hellenic Society of Biochemistry & Molecular Biology"**, Newsletter, Volume 55, page 220, 2009. Aegli Zappiou, Athens, Greece, 20-22 November 2009.
- 6] **D. Florou,** I.N. Papadopoulos, E.G. Fragoulis, A. Scorilas (2009). Clinical strength of the L-Dopa decarboxylase (*DDC*) gene in early detecting human gastric carcinomas. **"7th International Symposium on Minimal Residual Cancer"**, Poster-16, page 112, 2009. Astir Palace Vouliagmeni, the Westin Athens Hotel, Athens, Greece, 16-19 September 2009.
- 7] **Florou D.,** Konstantoudakis G., Mavridis K., Papadopoulos I.N., Scorilas A. (2009). Quantitative analysis of *KLK13* mRNA expressional status and its clinical value in human primary gastric carcinomas. **"3rd International Symposium on Kallikreins and Kallikrein-related peptidases"**, Poster-12, page 80, 2009. Munich, Germany, August 30th -September 2nd 2009.
- 8] **Florou D.,** Konstantoudakis G., Papadopoulos I., Scorilas A. (2009). Molecular profiles and study of the *BCL2L12* gene in stomach tumours and in gastric cancer cells after treatment with prominent chemotherapeutic drugs. **"11th World Congress on Gastrointestinal Cancer"**, Annals of Oncology, Supplement 7, Volume 20, page vii89, 2009. Barcelona, Spain 24-27 June 2009.
- 9] **Dimitra Florou,** Iordanis Papadopoulos, George Konstantoudakis, Andreas Scorilas (2007). Quantitative mRNA expression analysis and clinical evaluation of *BCL2L12*, a novel apoptosis-related gene, in gastric cancer with Real-Time RT-PCR. **"International Proteolysis Society: 5th General Meeting of the International Proteolysis Society"**, Poster-87, page 247, 2007. Conference and Cultural Centre, University of Patras, Patras, Greece, 20-24 October 2007.

10] Christos Kontos, Hellinida Thomadaki, **Dimitra Florou**, Margaritis Avgeris, Dimitrios Korbakis, Andreas Scorilas (2007). Quantitative mRNA expression analysis and study of *BCL2L12*, a novel member of the apoptosis-related genes, in cancer cell lines. **"International Proteolysis Society: 5th General Meeting of the International Proteolysis Society"**. Poster-119, p.279, 2007. Conference and Cultural Centre, University of Patras, **Patras, Greece, 20-24 October 2007.**

11] Kostas V. Floros, Hellinida Thomadaki, **Dimitra Florou**, Maroulis Talieri, Andreas Scorilas (2006). Alterations in the mRNA expression of the novel, apoptosis-related gene, *BCL2L12*, after treatment of human leukemic cell line HL60 with the antineoplastic agent etoposide. **"Cell Signaling World 2006: Signal Transduction Pathways as therapeutic targets"**. Session X: Cell death in cancer, Poster-X30, page 363, 2006. **Luxembourg, 25-28 January 2006.**

ΣΕΜΙΝΑΡΙΑ

1► "2nd Cyprus Breast Health Forum 2019 (CBHF 2019)", Health Forum ESO Recommended. Venue Building "Anastasios Leventis", University of Cyprus, **Nicosia, Cyprus, 20-21 June 2019.**

2► "The 1st Cyprus Breast Health Forum (CBHF 2018)", Health Forum ESO Recommended. Venue "Paschalis Paschalides" Hall, Hellenic Bank Head Office Building, **Nicosia, Cyprus, 14 June 2018.**

3► "2-day Course in Key Themes in Medical Education: The conduct of Clinical Trials in Conformity with the Rules of Good Clinical Practice (GCP)", University General Hospital "Attikon", 4th Department of Surgery, **Athens, Greece, 30-31 March 2012.**

4► "8th Pan-Hellenic Conference on Tumour Markers and Targeted Therapies", Crown Plaza Hotel, **Athens, Greece, 25-27 November 2010.**

5► "Symposium of Clinical Oncology 2010: Hormones & Breast Cancer", Divani Caravel Hotel, **Athens, Greece, 7-8 May 2010.**

6► "2-day Course in Themes in Medical Education", in collaboration also with the Centre for Medical Education of the University of Dundee, UK, University General Hospital "Attikon", **Athens, Greece, 26-27 March 2010.**

7► **"1st International Conference on Molecular Cancer Research"**, Hellenic Association for Molecular Cancer Research, **Athens, Greece, 27-29 November 2009.**

8► **"33rd FEBS World Congress and 11th IUMB Conference: Biochemistry of Cell Regulation"**, Megaron International Conference Centre, **Athens, Greece, 28th June - 3rd July 2008.**

9► **"Application of Modern Technologies to Molecular Biology"**, Hellenic Paster Institute, **Athens, Greece, 21 February 2005.**

10► **"Certificate of Attendance in the 4th Series of Seminars in Nurse Science"**, Holy Church of Saint Gerasimos, Ano Ilisia **Athens, Greece (13/11/04 until 11/12/04).**

11► **"8th Pan-Hellenic Conference on Gerontology-Geriatrics"** Holiday Inn Hotel, **Athens, Greece, 22-24 January 2004.**

12► **"7th International Symposium on Atherosclerosis and Related Risk Factors"** War Museum, **Athens, Greece, 5-6 December 2003.**

ΠΙΣΤΟΠΟΙΗΤΙΚΟ

The Conduct of Clinical Trials in Conformity with the Rules of Good Clinical Practice (GCP)", Πανεπιστημιακό Γενικό Νοσοκομείο "Αττικών", 4^ο Χειρουργικό Τμήμα, Αθήνα, Ελλάδα, σε συνεργασία με το Κέντρο Ιατρικής Εκπαίδευσης του Πανεπιστημίου Dundee, United Kingdom.

ΜΕΛΟΣ ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΟΥ ΣΥΛΛΟΓΟΥ

- Μέλος της Πανελλήνιας Ένωσης Βιοεπιστημόνων από τον Ιούνιο του 2002.

2. DR. PAVLOS PANAYI

PhD Data Communications, June 1994

MBA Business Administration 1989, "SUMM CUM LAUDE" New York Institute of Technology

BSc. in Computer Science, June 1984

A. RESEARCH PROPOSALS

- Research proposal in Horizon 2020. He is developing one research proposal (CDA College as a research participant) with Horizon 2020: A Usable Vocational Language Learning Toolset for Underprivileged Social Groups. VocaLing aims to facilitate the generation of a set of recommendations and best practices in the field of second language learning that are adapted to the current profile of the European population, their cultural, societal and financial needs.
- COSME: COS-PPI-2020-2-04: Project Abstract Co-financing of public procurement of innovation consortia. This COSME call for proposals is expected to contribute to a substantial increase in the proportion of SMEs with access to the public procurement market, and in particular of the public procurement of innovation. In parallel, it will also contribute to increasing the visibility and awareness of the advantages of procuring innovation for a constantly increasing greater number of public buyers.
- PROJECT TITLE: Development of GREEN startUPS and empower youth green entrepreneurs
PROJECT ACRONYM: Green-up. The aim of the project is to help young entrepreneurs to create green startup culture in Europe by providing knowledge and concepts in the field of green and circular economy. Through the project, partners will promote the green entrepreneurial spirit within the European startup world and especially among the youth.

B. RESEARCH AND PUBLICATIONS

- P. Panayi, J. Kurose, D. Towsley " Efficient Schemes for Broadcasting Popular Videos" ACM/Springer Multimedia Systems (January 1999)
- P. Panayi, D. Towsley " Evaluation of RAID Architectures" IEEE Transactions on Computers (January 1998).
- P. Panayi, D. Towsley "Real-Time Traffic over the Internet" UMass CMPSCI Technical Report (January 1997).

C. PROFESSIONAL EXPERIENCE

1997 - 2010 Courses Taught at Technical Higher Institute (ATI)

- Data Communications, Computer Networks, On-Line systems, Artificial Intelligence,
- Software Engineering, Systems Design and Implementation,
- Web Page Design, Oracle, Pascal, Java, Computer Architecture. C++ Programming,

- Assembly Programming, Database, Diploma Project Supervisor.

2009 Courses Taught at Technical at Frederick University

- Computer Fundamentals, Office Applications, Quarkxpress
- Microsoft Front Page, Computer Architecture Programming for Engineers
- Data Communications, Computer Networks

2008 Courses Taught at Technical at School of Nursing

- Office Applications

2007 Courses Taught at Mediterranean Institute of Management

- Mediterranean Institute of Management
- Computer Fundamentals, Office Applications,
- Microsoft Front Page, Computer Architecture
- Zurich American Group, New York, NY 1992 to 1997 Director of Network Operations
- New York Institute Of Technology, NY 1994 to 1996 Part-time Lecturer
- Berkshire Hathaway Group, New York, NY 1989 to 1992 Director of MIS
- American International Group New York, NY 1985 to 1989 Programmer / Systems Analyst

3. DR AMVROSIOS PRODROMOU

EDUCATION & PROFESSIONAL QUALIFICATIONS

- [Doctorate of Business Administration](#) – Swiss Management Center (SMC) University, Switzerland
- [Master in Business Administration \(MBA\)](#) – St. Mark and St. John University Plymouth, England
- [BA Business Administration \(BBA – Hons\)](#) – European Institute of Education
- [Professional Postgraduate Diploma in Business Administration](#) – Northern Council of Further Education (NCFE) UK
- [Diploma in Management](#) – University of Leicester
- [Member](#) of the Pafos Chamber Commerce and Industry
- [Member](#) of the Chartered Management Institute (MCMI) – UK

CONFERENCES AND UNIVERSITY TRAINING

- [University of Huddersfield](#) 2019 Partner Conference (from 14th until 15th of March, 2019) in Huddersfield, England – UK
- [Newton College](#) (Brno & Prague Branches) Under the Framework of ERASMUS+ 'Staff Mobility for Training and Teaching Programme (from 28th of April until 3rd of May, 2019), in Czech Republic

- **Swansea University** ‘Familiarisation Training’ (from 10th until 13th of June, 2019), in Swansea, Wales – UK

PUBLICATIONS

- i. Προδρόμου, Α. (2021). “The Impact of Covid-19 on the Global Automobile Industry – Future Challenges”. Δημοσιεύτηκε στο έγκριτο περιοδικό “American International Journal of Social Science”.
- ii. Προδρόμου, Α. (2015). ‘Οικονομική Κρίση ή Κρίση του Οικονομικού Συστήματος’ © 2015: Αμβρόσιος Προδρόμου PrintXpress Ltd Nicosia Cyprus (Book) House of Cyprus and Cyprological Publications
<http://www.mam.com.cy/en-gb/books/social-science/44181/>
- iii. Prodromou, A. & Michaelides, K. (2017). *Scientific Personnel Selection Erasmus + Programme – KA2 Strategic Partnership Project Title: ‘Effective Methods for Scientific Personnel Selection’* Financed by European Commission through A.N.P.C.D.E.F.P. Contract Number: 2016-1-RO01-KA202-024579
- iv. Pârvulescu, V.L., Merlan, Z.C., Stelian, C., Albu, C., Turc, D., Răileanu, L, Vitale, I., de Carlo, A., Michaelides, C., Prodromou, A. (2018). ‘*Support Guide – Scientific Personnel Selection*’ Erasmus+ Programme Strategic Partnership Financed by European Commission through A.N.P.C.D.E.F.P. Contract Number: 2016-1-RO01-KA202-024579
- v. Prodromou, A. (2018). Project Anger Management: The Cyprus Police and Security Forces Case Study-A Comprehensive Overview. *Review Pub Administration Manag* 6: 252. doi:10.4172/2315-7844.1000252
- vi. Prodromou, A. (2018). *Health through Movement Erasmus+ Programme – Strategic Partnership Project Title: “Health through Movement”* Partnership Financed by European Commission No. project: 2018-1-RO01-KA202-049152
- vii. Prodromou, A. (2019). *Health Through Movement: The principles of a life based on physical activity (Output 2)*. Erasmus+ Programme – Strategic Partnership No. project: 2018-1-RO01-KA202-049152
- viii. : Prodromou, A. (2019). *Health Through Movement: Psychology of physical activity in humans (Output 2)*. Erasmus+ Programme – Strategic Partnership No. project: 2018-1-RO01-KA202-049152
- ix. Prodromou, A. (2019). *SUSTAIN IT: Sustainable Tourism Innovative Training IO2 - Capacity Gap Assessment. Country Snapshot –CYPRUS*. Financed by the European Commission. Contract Number: 2018-1-IS01-KA202-038795
- x. Prodromou, A. (2019). ‘*Communication in Tourism*’ Strategic Partnership Project Title: ‘*Communication in Tourism*’ Partnership Financed by European Commission through No. Project: 2018-1-RO01-KA202-049151

- xi. Turc, M., Buga, N., Cenea, M., Pricopi, O., Verdes, C., Fugaru, F.M.B., Parvulescu, L.V., Merlan, C.Z., Prodromou, A., Michaelides, C/, Vitale, I., Rubio, C.A., Trondheim, Kommune, Phoenix Haga (2019). *"A Partnership for Change: reducing work related anger and violent emotions Strategic Partnership financed by the European Commission* Project n.: 2017-RO01-KA202-037420
- xii. Prodromou, A. (2019). Business Ethics and Corporate Social Responsibility: A Necessity for Contemporary Businesses. Examples to Follow in the Globalised Environment. *The Cyprus Research Facts*, 9/2019, 57-68. http://cdacollege.com/newuploaded_files/147.pdf
- xiii. Prodromou, A. (2019). *'Talking to my Teenager'* Erasmus+ Programme – Strategic Partnership No. project: 2019-1-RO01-KA204-063050 Founded by the European Commission

ERASMUS+ PROJECTS & INTERNATIONAL PARTICIPATIONS

- Permanent participation in ERASMUS+ Projects in KA1 (Students' Mobility and Training).
 - Duties: Training High-School students in: in several Business-related subjects such as: Marketing, Human Resource Management, Project Management etc.
- Participation in ERASMUS+ KA2 Projects representing several Organisations such as:
 - i. Paphos Chamber of Commerce and Industry;
 - ii. Pafos Regional Board of Tourism;
 - iii. Rivensco Consulting Ltd;
 - iv. Organisation for the Promotion of European Issues (OPEI)
- Participations in KA2 Projects
 - i. *'European Incubator for Business Ideas'* Participation in Partners' Meeting in Liverpool – UK (24th – 25th November 2016)
 - ii. *'European Incubator for Business Ideas'* Participation in Partners' Meeting in Fatima – Portugal (7th – 8th June 2017)
 - iii. *Digital Inclusion "Erasmus Plus KA2 Strategic Partnership for Adult Education - Exchanges of Practices"* Participation in Partners' Meeting in Pafos - Cyprus (4th – 6th of May 2018)
 - iv. *Diabetes Runners and Cyclists for more sport for all in Europe SportGiveChance* in Spoleto, Umbria – Italy (28th of August – 3rd of September, 2018)
 - v. *Digital Inclusion "Erasmus Plus KA2 Strategic Partnership for Adult Education - Exchanges of Practices"* in London, England – UK (14th – 16th of June, 2019)

- vi. *A Partnership for Change: Reducing Work Related Anger and Violent Emotions. Scientific Research, Protocols and Needs Analysis for Anger, Violence, and Stress Reduction.*” In Bologna and Rimini – Italy (26th – 30th of August, 2019)

WORK EXPERIENCE

- **OASEN Greek and Italian Restaurant Pafos:** Food and Beverage (Operational Manager) – (1999 – 2008)
- **Green Forest Nurseries Pafos and Limassol:** Marketing, Administration, and Operations Manager – (2008 – 2015)
 - ✓ **Achievements at Green Forest Nurseries:**
- i. Winner of the Cyprus Innovation Award in the Primary Sector 2019 (<http://www.innovationaward.oeb.org.cy/brabeuthentes>)
- ii. Winner of the European Business Awards 2012/2013 in Innovation ‘The Award for Environmental & Corporate Sustainability’ (<https://www.businessawardseurope.com/vote/entry/1/4958>)
- **IMA Institute of Management Limassol:** Visitor Lecturer (2015 - 2016 & 2016 – 2017)
- **Unilink Education Consultants:** Official Representative in Pafos (2015 – present)
- **C.D.A. College Pafos:** Lecturer (2017 – 2018, 2018 – 2019, & 2019 – 2020 Head of the Business Administration Department)

4. DR. IFIGENIA EFTHYMIΟΥ

 Education

October 2010 – March 2015: Doctoral Thesis on Statistics and specifically on the domain of "*Design and Analysis of Experiments*", Department of Mathematics, School of Sciences, University of the Aegean, Samos, Greece. Supervisors: Stelios D. Georgiou and Stelios Xanthopoulos. , Grade: "EXCELLENT" (10/10).

October 2008 - June 2010: Master's Degree "Statistics and Data Analysis", Department of Statistics and Actuarial – Financial Mathematics of the University of The Aegean, Samos, Greece, Grade: "VERY GOOD" (7.75/10).

October 2004 – February 2008: BSc, Department of Statistics and Actuarial – Financial Mathematics of the University of The Aegean, Samos, Greece, Grade: "VERY GOOD" (7.65/10).

 Scholarships

October 2008 - June 2009: Scholarship from the Postgraduate Programme of Studies "Statistics and Actuarial - Financial Mathematics", of the Department of Statistics and Actuarial – Financial Mathematics, School of Sciences, University of the Aegean, Samos, Greece.

September 2005 - June 2006: Scholarship and award from the programme of the State Scholarships Foundation of Greece (I.K.Y) for my performance during the academic year 2005-2006.

Teaching Experience

▪ Undergraduate courses:

Department of Commerce, Finance and Shipping of the Cyprus University
of Technology

- ❖ Statistical Methods I (spring semester 2018)

- I was assigned to teach, as an assistant professor, the laboratory component of the following semiannual courses:

Department of Statistics and Actuarial – Financial Mathematics, School
of Sciences, University of the Aegean, Samos, Greece:

- ❖ "Analysis of Variance and Design of Experiments" (spring semester of academic years: 2011-2013).
- ❖ "Multivariate Analysis" (fall semester of academic years: 2011-2013).
- ❖ "Regression Analysis" (fall semester of academic years: 2011-2013).
- ❖ "Probabilities I" (spring semester of academic years: 2012-2013).
- ❖ "Microeconomic Theory" (fall semester of academic years: 2013-2014).

Supervision of theses by postgraduate students:

Supervision of two (2) postgraduate theses along with Mrs. Stella Stylianou (Assistant Professor of the Department of Statistics and Actuarial – Financial Mathematics, School of Sciences, University of The Aegean, Samos, Greece) as a supervisor.

Society Memberships

Regular member of the following scientific organization:

- ❖ Greek Statistical Institute (ΕΣΙ).

Conferences

Participation and presentation of a paper in the following scientific conferences:

- [1]. Twenty-sixth Panhellenic Conference of Statistics, May 2013, Piraeus, Greece. A joint paper with Mr. S. Georgiou was presented, titled: "Latin Hypercube Designs".
- [2]. Twenty-seventh Panhellenic Conference of Statistics, April 2014, Thessaloniki, Greece. A joint paper with Mr. S. Georgiou was presented, titled: "Sliced Latin Hypercube Designs".

Presentation of a poster in the following scientific conferences:

[1]. Design and Analysis of Experiments Conference (DAE 2012), October 17-20, 2012. Department of Statistics, University of Georgia, Georgia, USA. Presentation of the poster: "Designs for computer experiments constructed from block-circulant matrices" (with S. Georgiou and G. Stylianou).

 Research Interests

Statistical Experimental Designs, Factorial Designs, Computer Experiments, Analysis of Variance, Regression Analysis, Latin hypercube Designs, Nearly orthogonal Latin hypercube Designs, Sequences with Zero Autocorrelation, Orthogonal Matrices and Designs, Orthogonal Arrays, Saturated and Supersaturated designs, Biostatistics, Data Analysis, Linear Models.

 Papers and Publications

➤ **Publications in International Journals**

[1]. Georgiou, S.D. and Efthimiou, I. (2012). Some classes of orthogonal Latin hypercube designs. *Statist. Sinica*.

[2]. Ifigenia Efthimiou, Stelios D. Georgiou, and Min-Qian Liu. (2014). Construction of nearly orthogonal Latin hypercube designs *Metrika*.

➤ **Papers in Refereed Conference Proceedings**

[1]. I. Efthimiou and S. Georgiou, "Latin Hypercube Designs", in the Proceedings of the 26th PanHellenic Conference in Statistics, May 2013, Piraeus, Athens.

5. DR. ARISTONIKI THEODOSIOU

A. Education

PhD Psychology

MSc Finance & Maritime Studies

MSc Psychotherapy

MSc Total Quality Management & Innovative Implementation on Education

PgP Counselling Psychology

Bachelor Psychology

PUBLISHED ARTICLES

<i>Stigma Magazine:</i>	2010
Art Psychotherapy in Group Child Therapy	Vol. 44:38 2007
<i>Egkefalos Magazine:</i>	
Art Intervention to Patients with Mild Cognitive Impairment	Vol. 44:38 2007
Humane approach to patients with mild cognitive impairment	Vol. 44:38 2007
Progress of an Early Dementia Incident Under Cognitive Intervention	Vol. 44:24 2007
Progress of an Mild Dementia & Depression Incident Under Cognitive Intervention	Vol. 44:24 2007
<i>Stigmata Magazine:</i>	
Art therapy for Patients with Dementias	Vol. 15: 2007-10-16
<i>Other published articles include Psychopedagogic Issues and Special Didactics for the Supreme Council for Civil Personnel Selection (ASEP) (2008).</i>	

AUTHORSHIP & PUBLISHING

Exercises Art therapy for Socialization and Executive Function	Upbilly Publications, 2016
A series of five fairytales for managing difficult situations and their use as diagnostic tools	
Thematic areas: Child & Death, Child & Abuse, Child & Divorce	Thessaloniki, 2015
Child & Phobias, Child & Bullying	
<i>Included in the list of approved books of the Directory of Primary Education of the Greek Ministry of Education and Culture</i>	
Oselotos Tales Collective Volume	Oselotos Publications, 2015
Book «Mom, Dad, Do You Listen to Me?»	Anazitiseis Publications, 2012
Book «Multiple sclerosis: Test of the soul»	Fyllis Publications, 2011
Novel «Kastella, Can You Paint Angels?»	Giourdas Publications, 2010
Book «Review of Counseling Topics»	Giourdas Publications, 2010

Online Publishing

Feature writer and essayist on personal website «aristonikisworld.mozello.com» and LinkedIn Personal Profile «Aristoniki Theodosiou-Tryfonidou»

Print Publishing

Feature writer and essayist on regular columns on local newspapers and portals, such as «Portal Thessaloniki: Arts & Culture», «Portal Psychology Now», Newspaper «Fileleftheros», «Portal Psychological Lighthouse www.psixologikosfaros.gr»

Under Review

1. «The dirty rain, the fire and the ghosts of the forest as the surfacing, alienated self» A case-study of an alienated child
2. The construction of the female identity in pre-adolescence; a phenomenological study of the experience of girls and their mothers

RESEARCH

Parental Alienation Association in Greece and Cyprus
Scientific Collaborator

12/2014 - Present

- Designed and executed research for the study of cases of children who have been abused and who have experienced parental alienation.
- Compiled Project Proposal to the forthcoming DAPHNE program call, relating to the utilization of drama, art and play treatments in victimized children, placed under foster care and professionals' training on these techniques.
(Institute of Child Health, Mrs. Vassiliki Karvela and Dr George Nicolaidis, Mrs. Quintana - contact person of Alt Empordà County Council in Catalonia, Spain)

PROFESSIONAL TRAINING

Systemic Association of Northern Greece (Tasos Zisis)

2007 - 2010

Systemic Psychotherapist Training: *systemic-family therapy & Internship at the Mental Health Disorders Center of Ampelokipi*

Psychoanalytic Medical Center of Thessaloniki

2006 - 2007

Psychotherapy Method Training: Cognitive - Analytical

Greece

INTERNSHIPS

Preteens from public and private schools , parents and teachers ▪ Thessaloniki
School & Evolutionary Psychologist – Doctoral Research

2008 – 2012
702 hours

Medical & Child Medical Center of Papanikolaou Hospital ▪ Thessaloniki, Greece
School & Evolutionary Psychologist – Psychotherapist

2006 – 2008
518 hours

The Greek Association of Alzheimer Disease ▪ Thessaloniki, Greece
Psychologist – Psychotherapist

2005 – 2007
765 hours

Self-Help Promoting Pilot Program, Psychology School, Aristotle University of Thessaloniki
Psychologist – Psychotherapist

2000 – 2003
200 hours

6. ΔΡ. ΒΑΣΙΛΙΚΗ ΡΑΪΚΟΥ

ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ

- **2020:** PhD - Διδάκτορας του τμήματος Φαρμακευτικής του Εθνικού και Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών, τομέα Φαρμακευτικής Χημείας, με θέμα : «Έλεγχος ποιότητας και αποτελεσματικότητας καλλυντικών προϊόντων, με ενσωματωμένα πεπτίδια».
- **2011:** MSc - Απόφοιτος μεταπτυχιακού προγράμματος με τίτλο «Διαχείριση περιβαλλοντικών θεμάτων με επιπτώσεις στην υγεία» στην Ιατρική σχολή Αθηνών.
- **2011:** BSc - Απόφοιτος Τμήματος Βιολογίας Εθνικού και Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών.
- **1995:** BSc - Απόφοιτος Τ.Ε.Ι. Αθηνών, Τμήμα Αισθητικής και Κοσμητολογίας.

ΔΙΔΑΚΤΙΚΗ ΠΡΟΫΠΗΡΕΣΙΑ ΣΤΗΝ ΤΡΙΤΟΒΑΘΜΙΑ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ ΣΕ ΠΡΟΠΤΥΧΙΑΚΟ ΕΠΙΠΕΔΟ

- **2020-2021 Υπότροφος ΕΣΠΑ Πανεπιστήμιο Δυτικής Αττικής, Τμήμα Βιοϊατρικών Επιστημών, Τομέας Αισθητικής και Κοσμητολογίας στο γνωστικό αντικείμενο:**

Ενζυμική Δερματοθεραπεία (Θεωρία και Εργαστήριο-Χειμερινό εξάμηνο) και Περιβάλλον και καλλυντικά (Θεωρία -εαρινό εξάμηνο)

- **2019-2020 Ακαδημαϊκός υπότροφος Πανεπιστήμιο Δυτικής Αττικής, Τμήμα Βιοϊατρικών Επιστημών, Τομέας Αισθητικής και Κοσμητολογίας Γνωστικό αντικείμενο- μαθήματα:** Δερματοαισθητική II (Ε), Ηλεκτρική Δερματοθεραπεία I (Ε), Ιαματική Δερματοθεραπεία (Ε), Μη Επεμβατική Αντιμετώπιση Παχυσαρκίας (Ε), Ηλεκτρική Δερματοθεραπεία – Laser.

- **2010 - 2018: ΤΕΙ ΑΘΗΝΑΣ. Τμήμα Αισθητικής και Κοσμητολογίας**

Εργαστηριακός συνεργάτης με ελλιπή προσόντα: με μειωμένο ωράριο για το ακαδημαϊκό έτος 2010-2011.

Μαθήματα: Αισθητική Προσώπου II (Ε)

Εργαστηριακός συνεργάτης με πλήρη προσόντα:

ακαδημαϊκά έτη: 2011-12, 2012-13, 2013-14, 2014-15, 2015-16, 2016-17, 2017-18, με σχεδόν πλήρες ωράριο (15 ώρες/εβδομάδα) για όλα τα ακαδημαϊκά έτη.

Μαθήματα: Αισθητική Προσώπου I και II (Ε), Αισθητική Σώματος I και II (Ε), Προσωπολογία, Εισαγωγή στην Αισθητική Προσώπου (Ε), Προσωρινές μέθοδοι Απομάκρυνσης Τριχοφυΐας (Ε), Βασικές Αρχές Ψιμυθίωσης (Ε), Κλινική Αισθητική Προσώπου (Ε)

ΣΕ ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΟ ΕΠΙΠΕΔΟ

Ανάθεση για το εαρινό εξάμηνο δίωρης διδασκαλίας στο αντικείμενο ΘΕΡΜΑΛΙΣΜΟΣ ΣΤΗΝ ΑΙΣΘΗΤΙΚΗ στο πλαίσιο του μαθήματος «ΕΙΔΙΚΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΑΙΣΘΗΤΙΚΗΣ II» του ΠΜΣ με τίτλο Προχωρημένη Αισθητική και Κοσμητολογία: Ανάπτυξη-Ποιοτικός έλεγχος και Ασφάλεια νέων καλλυντικών προϊόντων» της Κατεύθυνσης Αισθητικής και Κοσμητολογίας, του Τμήματος Βιοϊατρικών Επιστημών, ΠΑΔΑ.

- **2020 – σήμερα: Πανεπιστήμιο MARCONI**

Ακαδημαϊκός σύμβουλος του διεθνούς προπτυχιακού κύκλου σπουδών Ψυχολογίας, στην ενότητα «Elements in Human Physiology». Το μάθημα διδάσκεται στα αγγλικά.

Άλλες Εκπαιδευτικές δραστηριότητες στην τριτοβάθμια Εκπαίδευση

- 5) Εκπαίδευση στο moodle uniwa και συμμετοχή στην ομάδα Πρακτικής Άσκησης του τομέα Αισθητικής και Κοσμητολογίας
- 6) Open days 2017-ΤΕΙ Αθήνας-Συμμετοχή στη διοργάνωση για την παρουσίαση του Τμήματος Αισθητικής και Κοσμητολογίας
- 7) Athens Science Festival 2017-Ποιός είναι αυτός ο SPF? Συμμετοχή στη διοργάνωση για την παρουσίαση του Τμήματος Αισθητικής και Κοσμητολογίας
- 8) «Ανοικτά ακαδημαϊκά μαθήματα του ΤΕΙ Αθήνας» από 20/1/2015 ως 30/6/2015 για το μάθημα: «ΑΙΣΘΗΤΙΚΗ ΠΡΟΣΩΠΟΥ Ι-Ε (4)» στο πλαίσιο του υποέργου 1 «Ανάπτυξη ψηφιακών μαθημάτων, υποστήριξη ιδρυματικής πλατφόρμας και άλλες δράσεις».

ΔΙΔΑΚΤΙΚΗ ΠΡΟΫΠΗΡΕΣΙΑ ΣΤΗ ΔΕΥΤΕΡΟΒΑΘΜΙΑ ΚΑΙ ΜΕΤΑΔΕΥΤΕΡΟΒΑΘΜΙΑ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ

3) 2019 – 2020:

Αναπληρώτρια καθηγήτρια μειωμένου ωραρίου στην Δευτεροβάθμια εκπαίδευση στα μαθήματα Βιολογία Α',Β',Γ' Γυμνασίου, Χημεία Γ' Γυμνασίου και Γεωγραφία Α' Γυμνασίου.

4) 2011 - 2012: ΔΙΕΚ Κηφισιάς

Ωρομίσθια εκπαιδευτικός, Εργαστηριακά μαθήματα Ψυμθίωσης

ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗ ΠΡΟΫΠΗΡΕΣΙΑ

8. 2021- σήμερα: Εταιρία Juliette Armand

International Trainer. Υπεύθυνη εκπαίδευσης Αντιπροσώπων και Εκπαιδευτών της εταιρίας στο εξωτερικό.

9. 2008 - 2009: Εταιρία DERMACON

Υπεύθυνη Οργάνωσης – διοίκησης χώρου spa και παροχής υπηρεσιών Αισθητικής.

10. 2004 - 2006: Ινστιτούτο ΝΕΟΤΗΣ - Ιατρικό Κέντρο Αισθητικής Δερματολογίας

Υπεύθυνη τμήματος Αισθητικής προσώπου

11. 2001 - 2004: Ινστιτούτο ΜΟΡΦΗ - Ιατρού Σπύρου Ιωαννίδη

Εξειδίκευση σε θεραπείες ακμής και πανάδων, προώθηση προϊόντων και μεθόδων αντιμετώπισης δερματικών προβλημάτων.

Αντιγηραντικές θεραπείες με την βοήθεια μικροκρυστάλλων.

Εξειδίκευση στην μέθοδο LPG (Λεμφική Μάλαξη) και στην Αρωματοθεραπεία.

12. 1994 - 2001: Ινστιτούτα Αισθητικής προσώπου και σώματος: Ελένης Γιαννούδα, Ευθυμίου Οικονόμου, Silhouette Συντάγματος, Δέσποινας Δαμιανού, Lirogen Παγκρατίου, Spalia Ινστιτούτο Αισθητικής και Ευεξίας

Υπεύθυνη για την εφαρμογή σύγχρονων μηχανημάτων όπως υπερήχων, μαγνητικών πεδίων, φαραδικών ρευμάτων στο αδυνάτισμα στην ριζική αποτρίχωση και φωτοαποτρίχωση.

13. 1994: Ινστιτούτο Αισθητικής Lieve Siegers, Gent, Belgium

Πρακτική στην εφαρμογή της Αισθητικής προσώπου και σώματος στα πλαίσια του Ευρωπαϊκού προγράμματος COMMET.

14. 1992 - 1993 Ινστιτούτο Αισθητικής Μάρθας Θεοδωροπούλου

Πρακτική στην Αισθητική προσώπου – σώματος και στην αποτρίχωση.

ΔΙΠΛΩΜΑΤΙΚΕΣ ΕΡΓΑΣΙΕΣ

5. Διπλωματική εργασία στα πλαίσια του Μεταπτυχιακού προγράμματος: Δράση και αντιμετώπιση των ελεύθερων ριζών του δέρματος από καλλυντικές ουσίες, Καθ. Ε. Πρωτόπαπα. Ιατρική Σχολή-ΕΚΠΑ

6. Διπλωματική εργασία με θέμα : Φαρμακευτικά φυτά. Ανατομική και μικροσκοπική μελέτη, Καθ. Ν. Χριστοδουλάκης Βιολογικό Τμήμα-ΕΚΠΑ.

7. Πτυχιακή Εργασία ΤΕΙ-Αθήνας.: Δερματικοί Καρκίνοι, Καθ. Ν. Σταυριανέας.

8. «Εξειδικευμένη άσκηση κατά ηλικία και επίπεδο φυσικής κατάστασης» στα πλαίσια του μαθήματος Φυσική Αγωγή ΤΕΙ-Αθήνας. Εισηγ. Καθ. Πριμικηρίου.

ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΕΙΣ ΣΕ ΣΥΝΕΔΡΙΑ

10. Ανακοίνωση στο ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΣΥΝΕΔΡΙΟ ΑΙΣΘΗΤΙΚΗΣ (45^η COSMOESTHETICA) Αθήνα 22-23 Φεβρουαρίου 2020.

Ανάπτυξη νέων καλλυντικών προϊόντων με αντιγηραντικά πεπτιδία: Φυσικοχημική μελέτη και διερεύνηση της δράσης τους με βιοφυσικές μεθόδους σε υγιείς εθελοντές.

Βασιλική Ράικου, Αθανασία Βαρβαρέσου, Ευσταθία Παπαγεωργίου, Ελένη Καλογριά, Αικατερίνη Δηλαβέρη, Ευθύμιος Τσιρίβας, Ειρήνη Παντερή

11. Ανακοίνωση (poster) στο 19^ο Πανελλήνιο Φαρμακευτικό συνέδριο Αίγλη Ζαπτείου 16-17/12/2019

A HYDROPHILIC INTERACTION LIQUID CHROMATOGRAPHY METHOD FOR THE QUANTITATION OF ACETYL HEXAPEPTIDE-3 IN BIOMEDICAL PRODUCTS

Vassiliki Raikou, Athanasia Varvaresou, Eleni Kalogria, Efthimios Tsirivas, Irene Panderi

12. Ανακοίνωση (poster) στο EUROPEAN CONGRESS ON ADVANCED TREATMENTS AND TECHNOLOGIES IN SKIN AND AESTHETICS Munich 5-6 December 2019

Preliminary skin histological study after the application of acetyl hexapeptide-3 and tripeptide-10 citrulline.

Vasiliki Raikou MSc, Vasileios Pagkalos MD, MSc, PhD, Vasiliki Karavana MSc, PhD, Athanasia Varvaresou PhD, Vasiliki Gardiki MSc, Melpo Kapetanstradaki MSc, Irene Panderi PhD

13. Ανακοίνωση (poster) στο 11th International Conference & Expo on Chromatography Techniques, Dublin Ireland April 22-24, 2019

A HYDROPHILIC INTERACTION LIQUID CHROMATOGRAPHY METHOD FOR THE QUANTITATION OF ACETYL HEXAPEPTIDE – 3 IN COSMECEUTICALS

Vassiliki Raikou, Athanasia Varvaresou, Eleni Kalogria, Efthimios Tsirivas, Irene Panderi

14. Ανακοίνωση στο Πανελλήνιο συνέδριο Αισθητικής ΠΣΑΜΚΑ (44^η Cosmoesthetica) Αθήνα 10/2/2019 με θέμα: Μελέτη καλλυντικών προϊόντων με ενσωματωμένα πεπτιδία

15. Ανακοίνωση (poster) στο International Conference “11th Aegean Analytical Chemistry Days (AACD2018)” (25 – 29 Sept 2018, Chania, Crete, Greece), με θέμα: A HYDROPHILIC INTERACTION LIQUID CHROMATOGRAPHY METHOD FOR THE QUANTITATION OF ACETYL HEXAPEPTIDE-8 IN COSMECEUTICALS Vasiliki Raikou, Irene Panderi, Eirini Kavvalou, Efthimios, Tsirivas, Athanasia Varvaresou

16. Ανακοίνωση (poster) στο 7^ο τακτικό συνέδριο Μετρολογίας 2018, με θέμα: DEVELOPMENT AND VALIDATION OF A HYDROPHILIC INTERACTION LIQUID CHROMATOGRAPHY METHOD FOR THE QUANTITATION OF ACETYL HEXAPEPTIDE-3 IN COSMECEUTICALS

Vasiliki Raikou, Athanasia Varvaresou, Efthimios Tsirivas, Eirini Kavvalou and Irene Panderi

17. Ράικου Β., Βαρβαρέσου Α. και Παπαγεωργίου Ε. Ημερίδα Έρευνας ΤΕΙ-Α, 11 Ιουνίου 2014, Αθήνα: ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ ΚΑΙ ΜΕΛΕΤΗ ΣΤΑΘΕΡΟΤΗΤΑΣ ΚΑΛΛΥΝΤΙΚΩΝ ΚΡΕΜΩΝ ΜΕ ΟΛΙΓΟΠΕΠΤΙΔΙΑ

18. Ανακοίνωση (poster) σε ημερίδα: Η Έρευνα στο ΤΕΙ Αθήνας 11/6/2014
ΡΑΙΚΟΥ ΒΑΣΙΛΙΚΗ, ΒΑΡΒΑΡΕΣΟΥ ΑΘΑΝΑΣΙΑ, ΠΑΠΑΓΕΩΡΓΙΟΥ ΕΥΣΤΑΘΙΑ

ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑ ΚΑΛΛΥΝΤΙΚΩΝ ΠΡΟΪΟΝΤΩΝ: ΔΙΕΡΕΥΝΗΣΗ ΤΗΣ ΠΙΘΑΝΗΣ ΣΥΝΕΡΓΕΙΑΣ ΔΥΟ ΤΟΠΙΚΑ ΕΦΑΡΜΟΖΟΜΕΝΩΝ ΟΛΙΓΟΠΕΠΤΙΔΙΩΝ ΣΤΗ ΒΕΛΤΙΩΣΗ ΤΗΣ ΕΠΙΔΕΡΜΙΔΑΣ

ΔΗΜΟΣΙΕΥΣΕΙΣ

7. Βασιλική Ράικου, Ελένη Κίντζιου, Αθανασία Βαρβαρέσου, Βασιλική Γαρδίκη, Αικατερίνη Δηλαβέρη: Βιολογικά Οφέλη από τη Χρήση Ιαματικής Λάσπης
ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΕΚΔΟΣΗ *Epitheorese Klin. Farmakol. Farmakokinet.* - Vol.38, Iss. 3: (2020)

8. Vassiliki Raikou, Athanasia Varvaresou, Irene Panderi, Effie Papageorgiou: The efficacy study of the combination of tripeptide-10-citruline and acetyl hexapeptide-3. A prospective, randomized controlled study *Journal of Cosmetic Dermatology* 16(2); 271-278. (2017)

9. Vassiliki Raikou, Evagelia Protopapa, Vassiliki Kefala: Natural Polyphenols from Green Tea and Grape seed extracts as Photoprotective Agents *Rev of Clin Pharmacol and Pharmacok*: 25 (2): (2011)

10. Vassiliki Raikou, Evagelia Protopapa, Vassiliki Kefala: Photo Protection from Marine Organisms *Rev of Clin Pharmacol and Pharmacok*: 25 (2): (2011)

11. Vassiliki Kefala, Helen Kintziou, Evagelia Protopapa, Athanasia Varvaresou, Spiridon Papageorgiou, Vassiliki Raikou: Tyrosinase Inhibitors from Natural Sources for Potential Use in the Aesthetic and Cosmetology Practice *Rev of Clin Pharmacol and Pharmacok*: 25 (2): (2011)

12. Vassiliki Kefala, Helen Kintziou, Vassiliki Gardiki, Vassiliki Raikou: Nutricosmetics and Cosmeceuticals together: A New Approach in the Prevention of Skin Aging *Rev of Clin Pharmacol and Pharmacok*: 25 (2): (2011)

ΠΑΡΑΚΟΛΟΥΘΗΣΗ – ΣΥΝΕΔΡΙΑ

- 22ο πανελλήνιο Συνέδριο της Ελληνικής Εταιρείας Βιολογικών Επιστημών (Μάιος 2000, Σκιάθος).

ΠΑΡΑΚΟΛΟΥΘΗΣΗ-ΣΕΜΙΝΑΡΙΑ

- Προστασία της υγείας με την χρήση φυσικών καλλυντικών και εργαστήρια παρασκευής κρεμών προσώπου Μάιος- Ιούνιος 2016

- Εφαρμογές της Υγροχρωματογραφίας Υψηλής Απόδοσης (HPLC) στην Κοσμητολογία Και Νομοθεσία Καλλυντικών Προϊόντων. Διοργάνωση τμήματος Αισθητικής και Κοσμητολογίας ΣΕΥΠ, ΤΕΙ Αθήνας 22/05/2017.

ΞΕΝΕΣ ΓΛΩΣΣΕΣ

Άριστη γνώση Αγγλικών, Proficiency Michigan.

ΓΝΩΣΕΙΣ ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΩΝ ΥΠΟΛΟΓΙΣΤΩΝ

4) **ECDL** Για τις ενότητες **WORD, EXCELL, INTERNET** και γνώσεις **POWERPOINT, ACCESS**.

5) Χειρισμός E-class για τη διενέργεια ηλεκτρονικών εξετάσεων, MS teams για διδασκαλία. Forms για τη διενέργεια ηλεκτρονικών εξετάσεων, ZOOM για διδασκαλία.

6) Εκπαίδευση στο χειρισμό moodle.

7. ΔΡ. ΕΥΡΥΠΙΔΟΥ ΠΟΛΥΚΑΡΠΟΣ

- Specialist Certification of Obesity Professional Education of the IASO
- Πτυχίο Ιατρικής – Ρωσικό Κρατικό Ιατρικό Πανεπιστήμιο Μόσχας

Συγγραφικό Έργο

1. Συμμετοχή στην Μελέτη (HYPO-CYPRUS) 2013

Epidemiology of Hypoglycemia and its Impact on Health –Related Quality of Life in Type 2 Diabetes Mellitus.

Poster Presented at the 73rd Scientific Sessions of the American Diabetes Association (ADA) June 2013, Chicago, IL, USA

2. Συμμετοχή στην Μελέτη Psychometric Evaluation of the Hypoglycemia Perspectives Questionnaire in Patients with Type 2 Diabetes Mellitus.

Poster presented at ISPOR 17th Annual European Congress November, 2014, Amsterdam, The Netherlands.

Σεμινάρια - Συνέδρια

1. 29^ο Πανελλήνιο Ετήσιο Συνέδριο 11-15 Νοεμβρίου 2015

Θεσσαλονίκη (ΔΕΒΕ), Προεδρείο

2. Σακχαρώδης Διαβήτης Σύγχρονες Προσεγγίσεις Λεμεσός 21 Ιανουαρίου 2017, Προεδρείο

3. Σακχαρώδης Διαβήτης Νεότερες Εξελίξεις Λάρνακα 15 Οκτωβρίου 2016, Προεδρείο

4. 30^ο Επετειακό Πανελλήνιο Συνέδριο(ΔΕΒΕ) 16-20 Νοεμβρίου 2016 Θεσσαλονίκη, Προεδρείο

Εκπαίδευση και Κατάρτιση

1995 – 2001	Πτυχίο Ιατρικής από το Ρωσικό Κρατικό Ιατρικό Πανεπιστήμιο Μόσχας με βαθμό Άριστα.
2001-2003	Άδεια άσκησης Ιατρικού επαγγέλματος στο Γενικό Νοσοκομείο Λεμεσού.
2003-2008	Ειδικότητα στην Παθολογία στην Παθολογική Κλινική του Γενικού Νοσοκομείου Λεμεσού.
2008-2010	Μετά την απόκτηση του τίτλου της Ιατρικής Ειδικότητας στην Παθολογία, άρχισα την εξειδίκευσή μου στο Σακχαρώδη Διαβήτη Διαβητικό Πόδι και Παχυσαρκία στο Διαβητολογικό Κέντρο της Α' Προπαιδευτικής Παθολογικής Κλινικής του νοσοκομείου "ΛΑΙΚΟΥ" στην Αθήνα με διευθυντή τον αναπληρωτή καθηγητή Νικόλαο Τεντολούρη.
2011	Specialist Certification of Obesity Professional Education of the IASO
2012-2017	Διατελώ επισκέπτης καθηγητής στο CDA College στο τμήμα αισθητικής και κομμωτικής διδάσκοντας τα μαθήματα ανατομίας, φυσιολογίας, νοσολογίας, υγιεινής, πρώτες βοήθειες και ενδοκρινολογίας. Το 2014-2015 καθηγητής στο Master (Αισθητική φροντίδα και άσκηση στην προαγωγή υγείας και διαχείριση του στρες) με 2 μαθήματα: 1. Προαγωγή και αγωγή υγείας 2. Υγεία και ασφάλεια. Το 2016-2017 επίσης διδάσκω στο Master (Αισθητική φροντίδα και άσκηση στην προαγωγή υγείας και διαχείριση του στρες) με 2 μαθήματα.
2013	Το Μάρτιο, 2013 εκλέγηκα στο ΔΣ της Εταιρείας Διαβητολογίας Κύπρου στη θέση του Γραμματέα.
2015 -2017	Πρόεδρος της Εταιρείας Διαβητολογίας Κύπρου.
2014-2017	Απο το 2014 διατελώ GPT Tutor in T Year Clinical Blocks at the St George s , University of London medical programme (University of Nicosia Medical School) with the following sessions: 2014-15: 7 sessions * 4hours= 28 hours 2015-16: 24 sessions * 4hours= 96 hours.

Λοιπή Εκπαίδευση - Δραστηριότητες

- 2006 Παρακολούθησα μετεκπαιδευτικά σεμινάρια στην αντιμετώπιση πληγών και κατακλύσεων στο νοσοκομείο TEL HASHOMER Israel Tel -Aviv.
- 2007 Παρακολούθησα μετεκπαιδευτικό σεμινάριο στους Υπερήχους αγγείων (καρωτίδες, αρτηρίες φλέβες κάτω άκρων) στο νοσοκομείο TEL HASHOMER Israel Tel Aviv.
- Εκπαίδευση στους Υπερήχους αγγείων για περίοδο 2 ετών κατά την διάρκεια της Ειδικότητας μου στην Παθολογική Κλινική του Γενικού Νοσοκομείου Λεμεσού.
- Έλαβα και λαμβάνω μέρος σε Ιατρικά Συνέδρια με γραπτές και προφορικές ανακοινώσεις και επίσης σαν ομιλητής σε διαλέξεις προς Ιατρούς και Κοινό. Παρακολουθώ τοπικά Ιατρικά συνέδρια και συνέδρια Διεθνούς εμβέλειας. Λαμβάνω μέρος σε διάφορα Ιατρικά συνέδρια από την θέση του προέδρου-συntonιστή.
- 2014 Εκπαιδευτικό σεμινάριο στους Υπερήχους Αγγείων στο Λονδίνο.
- 2015 Εκπαιδευτικό σεμινάριο στις αντλίες ινσουλίνης στο Αμμάν της Ιορδανίας.
- 2017 Εκπαιδευτικό σεμινάριο στους Υπερήχους Αγγείων στο Λονδίνο.

Παρουσιάσεις

- Παρουσίαση στο Υπουργείο Υγείας 14 Νοεμβρίου 2016 (Παγκόσμια Ημέρα Διαβήτη)
- Παρουσίαση «Σακχαρώδης Διαβήτης» Λεμεσός 23/1/16
- 3.2^ο ΚυπροΕλλαδικό συνέδριο Υπέρτασης 2-3 Οκτωβρίου 2015 Λεμεσός Προεδρείο
- Παρουσίαση «Σακχαρώδης Διαβήτης και Επιπλοκές» Ιατρικό Σύλλογο Λεμεσού 18/11/2015.
- Παρουσίαση «Υπογλυκαιμία» 31/10/2014 Λεμεσός
- Παρουσίαση «Σακχαρώδης Διαβήτης και Επιπλοκές» Ιατρικό Σύλλογο Λεμεσού 23/5/2017
- Λιπώδης Πνευμονία από κατάποση Παραφινέλαιου, 10 Πανελλήνιο Συνέδριο Παθολογίας 4-9 Οκτωβρίου 2004 Αθήνα
- Μελέτη Ασθενών που νοσηλεύτηκαν με Υπονατρίαμια, 30^ο Πανελλήνιο Ιατρικό Συνέδριο 27 Απριλίου -1 Μαΐου 2004 Αθήνα

- Παρουσίαση Περιστατικού με Ιστιοκυττάρωση Χ, 13^ο Πανελλήνιο Συνέδριο Εσωτερικής Παθολογίας 8-13 Οκτωβρίου 2007 Αθήνα
- Κατάποση Κοκαίνης σε συσκευασμένα φακελάκια, 13^ο Πανελλήνιο Συνέδριο Εσωτερικής Παθολογίας 8-13 Οκτωβρίου 2007
- 5^ο Μετεκπαιδευτικό Εργαστήριο στην Παχυσαρκία 2009 Αθήνα

Είμαι μέλος στις ακόλουθες Εταιρείες :

- 1) Ελληνική Διαβητολογική Εταιρεία
- 2) Εταιρεία μελέτης Διαβητικού Ποδιού
- 3) Ελληνική Εταιρεία Παχυσαρκίας
- 4) Ελληνική Παθολογική Εταιρεία
- 5) Κυπριακή Διαβητολογική Εταιρεία
- 6) Κυπριακή Παθολογική Εταιρεία
- 7) Επιστημονικός Συνεργάτης του Διαβητολογικού κέντρου της Α' ΠΠΚ του Γ.Ν. Αθηνών "ΛΑΙΚΟ".
- 8) ADA (American Diabetes Association).

Παράρτημα 9

ΑΡΧΕΙΟ ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΩΝ ΔΙΑΤΡΙΒΩΝ

**«Διαχείριση του Στρες και Ευεξία στην Προαγωγή Υγείας»
(1.5 ή 2 Χρόνια, Μεταπτυχιακό / 90 ECTS)**

**“MSc in Stress Management and Wellness in Health Promotion”
(1.5 or 2 Years, Master / 90 ECTS) - CDA College Λεμεσός**

1.	ΑΥΤΟΑΞΙΟΛΟΓΗΣΕΙΣ ΕΡΓΑΣΙΑΚΟΥ ΑΓΧΟΥΣ ΚΑΙ ΕΡΓΑΣΙΑΚΗΣ ΙΚΑΝΟΠΟΙΗΣΗΣ
2.	ΟΡΓΑΝΩΣΙΑΚΗ ΚΟΥΛΤΟΥΡΑ ΣΕ ΕΝΑ ΜΕΤΑΒΑΛΛΟΜΕΝΟ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ ΣΤΟ ΓΕΝΙΚΟ ΝΟΣΟΚΟΜΕΙΟ ΛΕΥΚΩΣΙΑΣ. ΠΕΡΙΠΤΩΣΙΑΚΗ ΜΕΛΕΤΗ
3.	ΟΙ ΕΠΙΠΤΩΣΕΙΣ ΤΟΥ ΕΡΓΑΣΙΑΚΟΥ ΑΓΧΟΥΣ ΣΤΗΝ ΠΡΟΣΩΠΙΚΗ ΚΑΙ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΚΗ ΖΩΗ ΤΩΝ ΕΡΓΑΖΟΜΕΝΩΝ ΣΤΗΝ ΚΥΠΡΟ ΣΕ ΣΥΝΘΗΚΕΣ ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΗΣ ΚΡΙΣΗΣ
4.	ΕΡΓΑΣΙΑΚΟ ΣΤΡΕΣ ΚΑΙ Η ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΤΟΥ ΣΤΗΝ ΠΡΟΣΩΠΙΚΗ ΚΑΙ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗ ΖΩΗ ΤΩΝ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΩΝ ΥΓΕΙΑΣ
5.	ΕΡΓΑΣΙΑΚΟ ΑΓΧΟΣ. ΣΥΣΧΕΤΙΣΗ ΔΗΜΟΓΡΑΦΙΚΩΝ ΠΑΡΑΜΕΤΡΩΝ ΜΕ ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ ΤΩΝ ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΩΝ ΕΡΓΑΣΙΑΚΗΣ ΙΚΑΝΟΠΟΙΗΣΗΣ ΚΑΙ ΤΗΣ ΚΛΙΜΑΚΑΣ ΑΥΤΟΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗΣ ΕΡΓΑΣΙΑΚΟΥ ΑΓΧΟΥΣ
6.	ΔΕΡΜΑΤΟΣΤΙΞΙΑ ΚΑΙ ΕΠΙΠΤΩΣΕΙΣ ΣΤΟ ΔΕΡΜΑ
7.	ΑΙΣΘΗΤΙΚΗ ΦΡΟΝΤΙΔΑ ΚΑΙ Ο ΡΟΛΟΣ ΤΗΣ ΣΤΗΝ ΨΥΧΙΚΗ ΜΑΣ ΥΓΕΙΑ
8.	ΟΙ ΗΛΙΑΚΕΣ ΔΙΑΦΟΡΕΣ ΟΣΟ ΑΦΟΡΑ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ ΤΗΣ ΔΙΑΤΑΡΑΧΗΣ ΔΥΣΜΟΡΦΙΑΣ ΣΩΜΑΤΟΣ (ΔΥΣΜΟΡΦΟΦΟΒΙΑ) ΣΕ ΓΥΝΑΙΚΕΣ
9.	ΑΓΟΡΑ ΒΙΟΛΟΓΙΚΩΝ ΠΡΟΪΟΝΤΩΝ ΣΤΗ ΚΥΠΡΟ: ΥΦΙΣΤΑΜΕΝΗ ΚΑΤΑΣΤΑΣΗ ΚΑΙ ΕΙΣΗΓΗΣΕΙΣ ΓΙΑ ΠΡΟΩΘΗΣΗ ΠΡΟΪΟΝΤΩΝ
10.	ΟΙ ΕΠΙΠΤΩΣΕΙΣ ΤΟΥ ΚΥΚΛΙΚΟΥ ΩΡΑΡΙΟΥ ΣΤΟΥΣ ΝΟΣΗΛΕΥΤΕΣ ΨΥΧΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ ΚΥΠΡΟΥ
11.	Η ΠΟΙΟΤΗΤΑ ΤΟΥ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ ΠΛΗΘΥΣΜΙΑΚΟΥ ΜΑΣΤΟΓΡΑΦΙΚΟΥ ΕΛΕΓΧΟΥ ΤΗΣ ΚΥΠΡΟΥ ΚΑΙ Η ΙΚΑΝΟΠΟΙΗΣΗ ΤΩΝ ΓΥΝΑΙΚΩΝ ΜΕΣΑ ΑΠ'Ο ΑΥΤΟ
12.	ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗΣ ΤΟΥ ΑΝΘΡΩΠΙΝΟΥ ΔΥΝΑΜΙΚΟΥ ΣΤΙΣ ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ ΥΓΕΙΑΣ: ΣΥΓΚΡΙΣΗ ΥΦΙΣΤΑΜΕΝΟΥ ΣΥΣΤΗΜΑΤΟΣ ΜΕ ΤΟ ΠΡΟΤΕΙΝΟΜΕΝΟ "ΓΕ.Σ.Υ"
13.	Η ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑ ΤΟΥ ΚΥΠΡΙΟΥ ΚΑΤΑΝΑΛΩΤΗ ΣΤΗΝ ΑΓΩΡΑ ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΩΝ ΠΡΟΪΟΝΤΩΝ ΑΠ'Ο ΤΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ (ONLINE SHOPPING)
14.	ΠΩΣ ΤΟ ΕΡΓΑΣΙΑΚΟ ΣΤΡΕΣ ΣΤΑ ΚΥΠΡΙΑΚΑ ΚΡΑΤΙΚΑ ΝΟΣΗΛΕΥΤΗΡΙΑ ΕΧΕΙ ΑΝΤΙΚΤΥΠΟ ΣΤΗΝ ΠΟΙΟΤΗΤΑ ΖΩΗΣ ΚΑΙ ΕΥΕΞΙΑ ΤΩΝ ΝΟΣΗΛΕΥΤΩΝ
15.	ΑΙΣΘΗΤΙΚΗ ΚΑΙ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ ΑΙΣΘΗΤΙΚΗΣ ΣΕ ΑΤΟΜΑ ΜΕ ΕΙΔΙΚΕΣ ΑΝΑΓΚΕΣ
16.	Ο ΡΟΛΟΣ ΤΟΥ ΜΑΚΙΓΙΑΣ ΣΤΗΝ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ ΚΑΙ ΤΗΝ ΕΞΩΤΕΡΙΚΗ ΕΜΦΑΝΙΣΗ ΤΟΥ ΑΝΘΡΩΠΟΥ
17.	Η ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΚΑΙ Η ΔΙΕΡΕΥΝΗΣΗ ΤΟΥ ΑΓΧΟΥΣ ΣΕ ΔΙΑΦΟΡΟΥΣ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΕΣ ΥΓΕΙΑΣ ΣΕ ΙΑΤΡΙΚΟΥΣ ΤΟΜΕΙΣ
18.	ΠΩΣ ΤΟ ΣΤΡΕΣ ΕΠΗΡΕΑΖΕΙ ΤΗΝ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ ΚΑΙ ΩΘΕΙ ΕΝΑ ΑΤΟΜΟ ΤΗΣ ΣΥΓΧΡΟΝΗΣ ΚΟΙΝΩΝΙΑΣ ΣΤΗΝ ΥΠΕΡΚΑΤΑΝΑΛΩΣΗ ΤΡΟΦΗΣ
19.	ΠΩΣ ΤΟ ΕΡΓΑΣΙΑΚΟ ΑΓΧΟΣ – ΣΤΡΕΣ ΕΠΗΡΕΑΖΕΙ ΤΗΝ ΥΓΕΙΑ ΤΩΝ ΕΡΓΑΖΟΜΕΝΩΝ ΣΕ ΒΙΟΜΗΧΑΝΙΕΣ ΤΣΙΜΕΝΤΟΥ
20.	ΕΡΓΑΣΙΑΚΟ ΑΓΧΟΣ ΚΑΙ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗ ΕΞΟΥΘΕΝΩΣΗ ΣΤΟΥΣ ΝΟΣΗΛΕΥΤΕΣ ΣΤΑ ΤΜΗΜΑΤΑ ΕΝΤΑΤΙΚΗΣ ΘΕΡΑΠΕΙΑΣ ΝΕΟΓΝΩΝ
21.	ΚΥΚΛΙΚΟ ΩΡΑΡΙΟ ΚΑΙ ΔΙΑΤΑΡΑΧΕΣ ΥΠΝΟΥ ΣΤΟΥΣ ΝΟΣΗΛΕΥΤΕΣ ΨΥΧΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ ΚΥΠΡΟΥ
22.	ΕΡΓΑΣΙΑΚΟ ΣΤΡΕΣ – ΣΥΝΔΡΟΜΟ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗΣ ΕΞΟΥΘΕΝΩΣΗΣ ΚΑΙ ΤΑ ΑΙΤΙΑ ΠΟΥ ΤΟ ΠΡΟΚΑΛΟΥΝ ΣΤΟΥΣ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΕΣ ΤΩΝ ΥΠΗΡΕΣΙΩΝ ΥΓΕΙΑΣ
23.	ΕΚΦΑΝΣΕΙΣ ΕΡΓΑΣΙΑΚΟΥ ΣΤΡΕΣ ΣΤΗΝ ΨΥΧΙΚΗ ΚΑΙ ΣΩΜΑΤΙΚΗ ΥΓΕΙΑ ΤΩΝ ΕΡΓΑΖΟΜΕΝΩΝ
24.	ΑΙΣΘΗΤΙΚΕΣ ΠΑΡΕΜΒΑΣΕΙΣ ΚΑΙ ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΗ ΚΡΙΣΗ
25.	ΠΩΣ ΟΙ ΑΙΣΘΗΤΙΚΕΣ ΠΕΡΙΠΟΙΗΣΕΙΣ ΕΠΗΡΕΑΖΟΥΝ ΤΗ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ ΤΗΣ ΣΥΓΧΡΟΝΗΣ ΚΟΙΝΩΝΙΑΣ
26.	ΕΠΙΔΡΑΣΕΙΣ ΤΗΣ ΑΣΚΗΣΗΣ ΣΤΗΝ ΨΥΧΙΚΗ ΥΓΕΙΑ
27.	ΟΙ ΣΥΓΧΡΟΝΕΣ ΑΙΣΘΗΤΙΚΕΣ ΠΕΡΙΠΟΙΗΣΕΙΣ ΚΑΙ ΠΩΣ ΕΠΗΡΕΑΖΟΥΝ ΤΗΝ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ ΤΗΣ ΓΥΝΑΙΚΑΣ ΣΗΜΕΡΑ

28.	Η ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΚΑΙ Η ΔΙΕΥΡΕΝΗΣΗ ΤΟΥ ΑΓΧΟΥΣ ΣΕ ΔΙΑΦΟΡΟΥΣ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΕΣ ΥΓΕΙΑΣ ΣΕ ΙΑΤΡΙΚΟΥΣ ΤΟΜΕΙΣ
29.	ΤΟ ΣΤΡΕΣ ΚΑΙ Η ΕΜΦΑΝΙΣΗ ΤΟΥ ΣΥΝΔΡΟΜΟΥ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗΣ ΕΞΟΥΘΕΝΩΣΗΣ ΤΩΝ ΝΟΣΗΛΕΥΤΩΝ ΠΟΥ ΕΡΓΑΖΟΝΤΑΙ ΣΤΑ ΔΗΜΟΣΙΑ ΝΟΣΗΛΕΥΤΗΡΙΑ

