

ΠΡΟΛΗΨΗ - ΦΡΟΝΤΙΔΑ - ΓΝΩΣΗ

ΩΔΗ ΣΤΗ ΓΥΝΑΙΚΑ

Η πρόληψη δεν αποτελεί απλώς μια ιατρική πράξη. Είναι μια συνειδητή επιλογή και μια ουσιαστική στάση ζωής. Εκφράζει αγάπη, ευθύνη και σεβασμό προς τον εαυτό μας. Η γνώση προσφέρει δύναμη και η φροντίδα δημιουργεί ασφάλεια.

Η γυναίκα, φορέας ζωής, δύναμης και προσφοράς, ενσαρκώνει διαχρονικά την έννοια της μέριμνας. Η φροντίδα της υγείας της δεν είναι μόνο προσωπική ανάγκη, αλλά πράξη αυτοεκτίμησης και ενδυνάμωσης.

Με αφορμή την Παγκόσμια Ημέρα της Γυναίκας, η εκδήλωση «Πρόληψη - Φροντίδα - Γνώση. Ωδή στη Γυναίκα» είναι αφιερωμένη σε όλες τις γυναίκες και σε όσα εκπροσωπούν και προσφέρουν. Αποτελεί μια υπενθύμιση ότι η πρόληψη είναι δικαίωμα, επιλογή και στάση ζωής.

Υπάρχουν αξίες που δεν μετρώνται, αλλά βιώνονται. Η υγεία είναι μία από αυτές.

Γιώργος Πιτσούλης Αναπληρωτής Περιφερειάρχης, Αρμόδιος Τομέα Υγείας & Κινητών Μονάδων

Δράσεις της Εκδήλωσης

Κινητή Μονάδα Μαστογράφου

Πριν και κατά τη διάρκεια της εκδήλωσης, στον χώρο του Πολιτιστικού Συλλόγου, θα βρίσκεται η Κινητή Μονάδα Μαστογράφου της Περιφέρειας, προσφέροντας δωρεάν προληπτικό έλεγχο και ενημέρωση αναδεικνύοντας τη σημασία της έγκαιρης διάγνωσης.

Σεμινάριο ΚΑΡΠΑ & Χρήσης Απινιδωτή

Θα πραγματοποιηθεί σεμινάριο Καρδιοπνευμονικής Αναζωογόνησης (ΚΑΡΠΑ) και χρήσης εξωτερικού απινιδωτή, με στόχο την ενίσχυση της γνώσης και της ετοιμότητας των συμμετεχόντων

Ενημέρωση για τη Φροντίδα Δέρματος

Ο Σύλλογος Διπλωματούχων Αισθητικών Κρήτης θα παρέχει ενημέρωση για την προστασία και την ορθή φροντίδα του δέρματος.

Η αποψινή βραδιά είναι αφιερωμένη στη ζωή, στη γνώση, στη φροντίδα και στη δύναμη της γυναίκας.

Πρόληψη-Φροντίδα-Γνώση

ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΚΡΗΤΗΣ

REGION OF CRETE



ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΚΡΗΤΗΣ
REGION OF CRETE



ΩΔΕΙΟ
"ΙΩΑΝΝΗΣ ΜΑΝΙΟΥΔΑΚΗΣ"
ΑΝΑΓΝΩΡΙΣΜΕΝΟ ΑΠΟ ΤΟ ΚΡΑΤΟΣ



9 Δευτέρα
Μαρτίου

ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΟ ΣΥΝΕΔΡΙΑΚΟ ΚΕΝΤΡΟ ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ
ΑΙΘ: ΑΝΔΡΕΑΣ & ΜΑΡΙΑ ΚΑΛΟΚΑΙΡΙΝΙΟΥ
ΕΝΑΡΞΗ 20:00



Ωδή Πρόληψη-Φροντίδα-Γνώση
στη Γυναίκα



ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΚΡΗΤΗΣ
REGION OF CRETE

Πρόγραμμα

Φωνητικό σύνολο “CANTILENA” Χανίων και Εφηβική χορωδία

ωδείου «Ι. Μανιουδάκης»

Διεύθυνση: Γιώργος Καλούτσης

Βοηθός Μαέστρου: Βιβή Κουτσογιαννάκη

Πιάνο: Αλκιόνη Μαλεκάκη

• **Μια Παναγιά** Μουσική: Μάνος Χατζιδάκις

Χορωδιακή επεξεργασία: Διονύσης Αποστολάτος

• **Στη Σύλβια Fr.Schubert**

Διασκευή-μετάφραση: Γ. Καλούτσης

• **Νανούρισμα** Μουσική: Μίκης Θεοδωράκης

• **I don't know how to love him Ant .L. Webber**

Solo: Αλκμήνη Γκογκολάκη

Χορωδία Πανεπιστημίου Κρήτης

Διεύθυνση: Μαριέλλα Βιτώρου

Πιάνο: Γιάννης Κιαγιάδάκης

• **Μαρίνα** Μουσική: Μίκης Θεοδωράκης Στίχοι: Οδυσσέας Ελύτης

Χορωδιακή επεξεργασία: Γιάννης Κιαγιάδάκης

• **Marie** Μουσική: Mátyás György Seiber

Χορωδιακή επεξεργασία - Στίχοι: Γιώργος Καλούτσης Τρίφωνη προσαρμογή: Γιάννης Κιαγιάδάκης

• **Τσιγγάνικο ταγκό** Στίχοι-Μουσική: Θεόφραστος Σακελλαρίδης

Από την οπερέτα “Ο βαπτιστικός”

• **Μισιρλού** Παραδοσιακό Σμυρναϊκό τραγούδι

Χορωδιακή επεξεργασία: Σπύρος Ξενιτόπουλος

Δημοτική Χορωδία Αγίου Νικολάου

Διεύθυνση Μανώλης Κανακάκης

Πιάνο: Νίκος Κοκκίνης Αφήγηση: Στέλιος Χουστουλάκης

Χορωδιακές προσαρμογές: Μανώλης Κανακάκης

• **Η Μυρσίνη βάζει τ' άσπρα** Στίχοι: Λευτέρης Παπαδόπουλος Μουσική: Μίμης Πλέσσας

• **Andra mu pai** Στίχοι - Μουσική: Franco Corliano

• **Παινήματα της Αρετούσας** Ποίηση: Βιτσέντζος Κορνάρος Μουσική: παραδοσιακό

• **Τακούνια για καρφιά** Στίχοι - Μουσική: Ορέστης Ντάντος

Μικτή Χορωδία Δήμου Ηρακλείου

Διεύθυνση: Γιάννης Κιαγιάδάκης

Πιάνο: Εύα Φουρλάνου

• **Ο Εφιάλτης της Περσεφόνης** Στίχοι: Νίκος Γκάτσος Μουσική: Μάνος Χατζιδάκις

• **Η Κρασογιώργενα** Μουσική: Μάνος Χατζιδάκις

Από τον Καπετάν Μιχάλη του Νίκου Καζαντζάκη

• **Μπτέρρα κι αδελφή** Μουσική: Μάνος Χατζιδάκις Από την εποχή της Μελισσάνθης

Χορωδιακές προσαρμογές: Γιάννης Κιαγιάδάκης

• **Αθανασία** Στίχοι Νίκος Γκάτσος Μουσική Μάνος Χατζιδάκις

Μικτή Χορωδία Περιφερειακής Ενότητας Ηρακλείου

Διεύθυνση: Λένα Χατζηγεωργίου

Πιάνο: Νίκος Κοκκίνης

• **Αν μ' αγαπας φίλα σταυρό** Στίχοι - Μουσική: Γιώργος Χατζηνάσιος

Χορωδιακή επεξεργασία: Διονύσης Αποστολάτος

• **Απρίλη μου** Στίχοι - Μουσική: Μίκης Θεοδωράκης

Χορωδιακή επεξεργασία: Δημήτρης Καρβούνης

• **Ανάμεσα Σύρο και Τζιά** Ποίηση: Οδυσσέας Ελύτης Μουσική: Μίκης Θεοδωράκης

Χορωδιακή επεξεργασία: Δημήτρης Καρβούνης

• **Η Μαργαρίτα Μαργαρώ** Στίχοι - Μουσική: Μίκης Θεοδωράκης

Χορωδιακή επεξεργασία: Δημήτρης Καρβούνης

Το συγκρότημα του Γρηγόρη Σαμόλη

Επιλογή κειμένων, ανάγνωση: Κατερίνα Χάλκου