



**MEDITERRANEAN  
COLLEGE**  
Excellence In Education  
Founded in 1977

**7<sup>th</sup> Student Excellence Conference (SEC)  
Mediterranean College, Αθήνα, 31 Μαΐου 2019**

## **BIBΛΙΟ ΠΕΡΙΛΗΨΕΩΝ**



**Γενική Επιμέλεια**  
Δρ. Βαλασία Ιακωβόγλου

**Αθήνα 2019**

**ΠΡΟΣΚΕΚΛΗΜΕΝΟΙ ΟΜΙΛΗΤΕΣ**

Roses are red and violets are doomed

**Ιωάννης Χίτογλου** (Skype connection), University of Derby, Σχολή Μηχανικών,  
Mediterranean College Θεσσαλονίκης

Η σημασία της Δια Βίου Εκπαίδευσης στην ανταγωνιστική Κοινωνία της Γνώσης του  
21<sup>ου</sup> αιώνα

**Δρ. Χριστίνα Καλαϊτζή**, Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης – Ακαδημαϊκή  
Υπεύθυνη Σχολής Επιστημών της Αγωγής, Mediterranean College Θεσσαλονίκης

**Η σημασία της Δια Βίου Εκπαίδευσης στην ανταγωνιστική Κοινωνία της Γνώσης του 21<sup>ου</sup>  
αιώνα**

**Δρ. Χριστίνα Καλαϊτζή**  
Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης  
Ακαδημαϊκή Υπεύθυνη Σχολής Επιστημών της Αγωγής, Mediterranean College  
Θεσσαλονίκης

**Περίληψη**

Η «κοινωνία της γνώσης» αποτελεί θεμελιώδες αίτημα της νέας εποχής, αφού η γνώση αποτελεί τη δύναμη που ορίζει με ακρίβεια τη διεθνή οικονομία τον 21<sup>ο</sup> αιώνα. Τα ιδιαίτερα γνωρίσματα της κοινωνίας της γνώσης είναι ότι η γνώση είναι ρευστή και ότι οι οργανισμοί υιοθετούν συνεχείς αλλαγές στην προσπάθειά τους για βελτίωση. Οι χώρες που θα επιτύχουν τον 21ο αιώνα, επομένως, θα είναι αυτές των οποίων οι πολίτες είναι δημιουργικοί, προσαρμόσιμοι και δεξιότεχνες. Η «διά βίου εκπαίδευση» αποτελεί την κυρίαρχη στρατηγική που εφαρμόζουν τα έθνη για την αντιμετώπιση όλων αυτών των αλλαγών, επενδύοντας πάνω στο ανθρώπινο δυναμικό με αποτέλεσμα να αυξάνεται κατακόρυφα η σημασία της μάθησης και της γνώσης. Ο συνδυασμός της συνεχιζόμενης μάθησης για την εργασία και της μάθησης που στοχεύει στην ενεργό συμμετοχή στην κοινωνία, αποτελεί τη σύγχρονη προσέγγιση της διά βίου εκπαίδευσης, αφού στις μέρες μας παρατηρείται να δίνεται παράλληλα ιδιαίτερη έμφαση στο να συνδεθεί η ανάπτυξη του ατόμου με το ρόλο του στην κοινωνική, πολιτιστική και πολιτική ζωή της κοινότητας. Στις περισσότερες ευρωπαϊκές χώρες πλέον τα προγράμματα διά βίου εκπαίδευσης συνδέονται άμεσα με τις ανάγκες της οικονομίας και της αγοράς εργασίας: την απασχολησιμότητα, την επιχειρηματικότητα, την προσαρμοστικότητα και τις ίσες ευκαιρίες. Η προώθηση της διά βίου εκπαίδευσης στη σύγχρονη κοινωνία αποτελεί συνιστώσα αφενός για την οικονομική παραγωγικότητα του ατόμου, αφετέρου για την προσωπική ανάπτυξη του μέσα από την απόκτηση νέων γνώσεων και την αξιοποίηση των τεχνολογιών, όσο και για την ανάπτυξη του ενεργού ατόμου σε πλαίσιο δημοκρατικής λειτουργίας.

**Λέξεις κλειδιά:** διά βίου εκπαίδευση, κοινωνία της γνώσης, συνεχιζόμενη μάθηση; προσωπική ανάπτυξη.

## The importance of Lifelong Learning in the competitive Society of Knowledge of the 21st century

**Dr. Christina Kalaitzi**  
**Aristotle University of Thessaloniki**  
**Program Leader School of Education, Mediterranean College of Thessaloniki**

### **Abstract**

The 'society of knowledge' is a fundamental demand of the new age, since knowledge is the force that precisely defines the international economy in the 21st century. The particular features of the society of knowledge are that knowledge is fluid and that organizations are constantly changing their efforts for development. The countries that will flourish in the 21st century will therefore be those whose citizens are creative, adaptable and skilled. 'Lifelong learning' is the dominant strategy that nations apply to address all these changes by investing in human resources, thus increasing the importance of learning and knowledge. The combination of work-based continuous learning and of learning aimed at active participation in society is the modern approach to lifelong learning, as a particular emphasis on linking the development of the person with his role in the social, cultural and political life of the community can be noted nowadays. In most European countries, lifelong learning programs are now directly linked to the needs of the economy and the labor market: employability, entrepreneurship, adaptability and equal opportunities. The promotion of lifelong learning in modern society is a component of the economic productivity of the individual and of their personal development through the acquisition of new knowledge, the exploitation of technologies and, what is more, a component of the development of the active individual in the context of democratic functioning.

**Keywords:** lifelong learning; society of knowledge; work-based continuous learning; personal development.

## School of Education & School of Psychology

### Editors

Δρ. Πασχαλιά Ναθαναήλ,  
Ακαδημαϊκή Υπεύθυνη Σχολής Επιστημών της Αγωγής, Mediterranean College  
Θεσσαλονίκης

Δρ. Φοίβος Παπαμάλης & Γεωργία Νασιοπούλου Ακαδημαϊκοί Υπεύθυνοι Σχολής  
Ψυχολογίας, Mediterranean College Θεσσαλονίκης

Αθηνά Τσιτσιρούδη,  
Ακαδημαϊκή Υπεύθυνη Τμήμα Ξένων Γλωσσών, Mediterranean College Θεσσαλονίκης

**Το παιδί απέναντι στο πένθος: Αντιμετώπιση και διαχείριση του εφηβικού θρήνου και η επιρροή του στη μαθητική και κοινωνική επίδοση σε μαθητές/τριες του Γυμνασίου Πολυγύρου**

**Μαρία Αμπελίδου**  
**Μεταπτυχιακή φοιτήτρια Πανεπιστημίου Λευκωσίας**

**Περίληψη**

Ο θάνατος έχει τα χαρακτηριστικά ενός οριστικού και αμετάβλητου γεγονότος, καθώς θεωρείται ένα από τα πιο αγχογόνα και οδυνηρά συμβάντα στη ζωή του ανθρώπου, εξ ου και βιώνεται ως οριστικό τέλος ή εγκατάλειψη και καταρρίπτει το αίσθημα της εξουσίας στη ζωή. Σε ό,τι αφορά στην ανάπτυξη του ατόμου καταλυτικός παράγοντας της διαχείρισης του πένθους είναι η ηλικία. Η αντίληψη του θανάτου ως ιδέα, η αντιμετώπιση του πένθους και του θρήνου και ακόμη περισσότερο η διαχείριση της απώλειας και οι ενδεχόμενες ψυχολογικές επιπτώσεις, καθιστούν τη διερεύνηση τέτοιων φαινομένων, κατά την εφηβική ηλικία, αναγνωρίσιμης σπουδαιότητας. Ενδιαφέρον παρουσιάζει να διερευνηθεί ο τρόπος που βιώνει ένα παιδί το θάνατο, οι επιπτώσεις που επιφέρει και τα υποκείμενα που μπορούν να το στηρίξουν. Η παρούσα έρευνα εξετάζει την αντιμετώπιση, τη διαχείριση του θρήνου και την επιρροή της στη μαθητική και κοινωνική επίδοση σε μαθητές του Γυμνασίου Πολυγύρου. Ο σκοπός της έρευνας είναι να περιγράψει τη στάση και την ετοιμότητα των εφήβων μαθητών απέναντι στο πένθος, στο Γυμνάσιο Πολυγύρου, κατά τη σχολική χρονιά 2018-2019, λαμβάνοντας υπόψη και προσδίδοντας βαρύτητα στους παράγοντες: αν είναι πενθούντες ή μη, τι είδους απώλεια έχουν βιώσει, τις ψυχολογικές επιπτώσεις που τους επιβαρύνουν, το ρόλο εκπαιδευτικών και φίλων, τις μαθητικές επιδόσεις και την κοινωνικοποίησή τους. Τα ερευνητικά ερωτήματα περιστρέφονται γύρω από τα χαρακτηριστικά του παιδιού που θρηνεί στο σχολείο και τα συναισθήματα, με τα οποία εκφράζεται, τον ρόλο του εκπαιδευτικού και των φίλων σε διδακτικό και συμβουλευτικό επίπεδο, τις αντιλήψεις των μαθητών σχετικά με την επιρροή του πένθους στις μαθητικές επιδόσεις και τις κοινωνικές συμπεριφορές. Για τη συλλογή δεδομένων κρίθηκε αναγκαία η κατασκευή ερωτηματολογίου. Το δείγμα της έρευνας αποτέλεσαν 26 μαθητές. Για την επιλογή δείγματος χρησιμοποιήθηκε η μέθοδος της συμπλεγματικής δειγματοληψίας και κατόπιν επιλεκτικής. Τα αποτελέσματα που προέκυψαν χωρίζονται, ανάλογα με το ερώτημα που διερευνούν σε τρεις κατηγορίες: τα χαρακτηριστικά του πενθούντος εφήβου, τη λειτουργία του περιγύρου και τις επιδράσεις του πένθους σε ακαδημαϊκά κατορθώματα και φιλικές σχέσεις. Τα στοιχεία επεξεργάστηκαν με το λογισμικό ανάλυσης δεδομένων SPSS Statistics 25. Μεγαλύτερη βαρύτητα δόθηκε στη διερεύνηση του πρώτου ερωτήματος, όπου σχηματίστηκε η υπόθεση: «Η μεταβλητή «βίωμα της απώλειας» και οι μεταβλητές «ψυχικές διαταραχές», «συναισθήματα λύπης, απόγνωσης, απορίες», «συναισθήματα οργής, θυμού, αγανάκτησης, αδικίας», «άρνηση» σχετίζονται μεταξύ τους». Στο ερώτημα της συσχέτισης της εμπειρίας του βιώματος του θανάτου με τα διάφορα είδη διαταραχών ψυχικής υγείας, εντοπίστηκε ύπαρξη σχέσης της εμπειρίας του βιώματος του θανάτου με τα διάφορα είδη ψυχικών διαταραχών, όπου πρώτη είναι η ανεξάρτητη μεταβλητή, ενώ οι ακόλουθες προσεγγίζονται ως εξαρτημένες.

**Λέξεις κλειδιά:** θάνατος, εφηβικός θρήνος, μαθητική επίδοση

## **The Child Against Mourning: Addressing and Management of Adolescent Lament and its Influence on Student and Social Performance in Students of Polygyros High School**

**Maria Ampelidou**  
Postgraduate student of University of Nicosia

### **Abstract**

Death is characterized as a final and immutable fact, as it is thought one of the most stressful and painful experiences in life. As a result, it is considered as a process written in stone or some kind of abandonment, which causes the refutation of the belief of having the ultimate authority in our lives, to collapse. A vital factor of being able to deal with bereavement is the age of the grieving person. The apprehension of death as a theoretical construction, the handling of bereavement, grief, loss and the psychological impact, make the research of such phenomena, during puberty, excessively important. This essay presents the way adolescents experience death, the effects it causes and the environmental support they receive. The research analyzes the way the process of coping with grief and its influence in the academic and social performance of the adolescents in Polygyros Gymnasium. The purpose of the research is to describe the attitude and the awareness against bereavement, of teenage students of, during the school year 2018-2019, attaching importance to the factors: whether they grieve or not, the kind of loss they have (or have not) experienced, their psychological situation, the teachers and friends role, their student performance and the level of their socialization. The investigating questions center around the characteristics of the children grieving in school, the emotions they express themselves, educationists and peers part in academic and advisory level, the students beliefs regarding to the reported situation. As a means of data collection, the construction of a questionnaire was deemed necessary. The sample of the research came from 26 students. To choose the sample the cluster sampling method was used at first, followed by the convenience sampling method. The results that came out are separated depending the question they analyzed in three categories: the grieving adolescent's characteristics, the backyard's operation and the way they get affected in academic accomplishments and friendly relationships. The evidence was edited with the analysis software SPSS Statistics 25. Greater weight was lend to the investigation of the first question, were the hypothesis, that the independent variable of the experience of death was associated with the depended variables that include psychological disorders, was confirmed.

**Keywords:** death, teenage mourning, student performance

## Διερεύνηση έμφυλων στερεοτύπων σε νεανικά περιοδικά»

Κωνσταντίνος Βασιλείου  
Απόφοιτος Πανεπιστημίου Θεσσαλίας

### Περίληψη

Η παρούσα έρευνα εξετάζει τα έμφυλα στερεότυπα που δημιουργούνται και αναπαράγονται από τα μέσα μαζικής ενημέρωσης και κυρίως από το περιεχόμενο νεανικών περιοδικών «αγορίστικων» και «κοριτσίστικων». Αρχικά στο θεωρητικό μέρος δίνονται διάφοροι ορισμοί σχετικά με τον όρο: «στερεότυπα». Έπειτα, αναλύονται και διασαφηνίζονται διάφοροι όροι οι οποίοι είναι βασικοί για την ανάλυση της εργασίας, όπως οι όροι : «έμφυλα στερεότυπα», «σεξισμός» καθώς και η «ταυτότητα φύλου». Ακόμη γίνεται μια ιστορική αναδρομή του όρου των στερεοτύπων και στη συνέχεια παρουσιάζονται και οι απόψεις των εκπαιδευτικών για τα δυο φύλα. Στη συνέχεια υπάρχει ένα δεύτερο θεωρητικό μέρος, το οποίο αφορά τον έντυπο τύπο και τα περιοδικά που αναλύονται στο ερευνητικό μέρος. Σε αυτό το κεφάλαιο παρουσιάζονται οι έρευνες των Willemssen, της Κορωναίου, της Gopick καθώς και άλλων επιστημών για την ανάλυση περιεχομένου των περιοδικών. Μετά τα δυο θεωρητικά μέρη της εργασίας ακολουθεί το ερευνητικό μέρος, όπου σε αυτό γίνεται η περιγραφή του περιεχομένου του κάθε περιοδικού που αναλύεται στη συνέχεια. Ακολουθούν και παρουσιάζονται τα συμπεράσματα, τα προβλήματα καθώς και οι ανασταλτικοί παράγοντες κατά την εκπόνηση της εργασίας. Τέλος η εργασία ολοκληρώνεται με τη παρουσίαση της βιβλιογραφίας που χρησιμοποιήθηκε για τη συγγραφή της.

**Λέξεις κλειδιά:** Στερεότυπα, Προκαταλήψεις, φύλο, νεανικά περιοδικά

## Investigation of gender stereotypes in youth magazines

Vasileiou Konstantinos  
Graduated student of University of Thessaly

### Abstract

The present study examines the genetic interventions created and reproduced by the media and mainly by the contents of youth magazines for "boys" and "girls". First of all, in the theoretical part, there are various definitions of the term "stereotypes". Then, a number of terms are analyzed and clarified, which are essential for the analysis of the work, such as the terms "gender stereotypes", "sexism" and "gender identity". Then there is a historical review of the term of stereotypes and then the views of teachers for both sexes. Also there is a second theoretical part, which deals with the type of press and the magazines analyzed in the research section. In this chapter there are presented the investigations of Willemsen, Koronei, Gonick and other sciences on which the analysis of the content of magazines was based. Willemsen's research is a key avenue on which the design of this paper was based and a study of the content of the journals as well as the language used. It was observed that the content of the two magazines is stereotypical in terms of gender. The language used is sweeter and sedative in magazines that appeal to girls, while in magazines that appeal to boys the language is more relaxed and tough respectively. After the two theoretical parts of the thesis follows the research part, where the content of each magazine is analyzed. Below there are the conclusions, the problems and the inhibiting factors that I encountered in the preparation of my work. Finally, the work is completed by presenting the bibliography used for its writing.

**Key words:** Stereotypes, Prejudice, sex, youth magazines



## Σεξουαλική κακοποίηση παιδιών

**Άννα Μπεκιάρη,**  
**Σχολής Επιστημών της Αγωγής, Mediterranean College Θεσσαλονίκης**

### Περίληψη

Ο όρος παιδική κακοποίηση αναφέρεται στην κακή μεταχείριση, στην παραμέληση, στη βία που βιώνει κάποιο παιδί ή κάποιος έφηβος ενώ ήταν υπό την προστασία ενός ενήλικα όπως για παράδειγμα τους γονείς, άλλους συγγενείς ή κηδεμόνες, τα αδέρφια, τους δασκάλους ή άλλους φροντιστές από τους οποίους εξαρτιόταν και εμπιστευόταν. Πιο ειδικά, παιδική κακοποίηση ορίζεται οποιαδήποτε αμέλεια ή πράξη από τους γονείς ή τους κηδεμόνες, δασκάλους- φροντιστές που είναι υπεύθυνοι για τη φροντίδα και τη φύλαξη του παιδιού, κατά την οποία το παιδί τραυματίζεται, πονάει, φοβάται, αισθάνεται δυσαρέσκεια, δυσφορία, του δημιουργείται είτε σωματική, είτε ψυχολογική βλάβη και αυτό είναι πιθανό να καταλήξει σε σοβαρή συναισθηματική ή φυσική βλάβη, σε εκμετάλλευση ή σεξουαλική κακοποίηση, ή σε οποιαδήποτε άλλη πράξη η οποία θέτει σε κίνδυνο το παιδί ακόμα και σε θάνατο. Ο κακοποιητής μπορεί να χρησιμοποιεί πολλούς τρόπους ώστε να έχει πρόσβαση στο παιδί, για να ασκήσει έλεγχο και εξουσία πάνω του, με αποτέλεσμα να το αποτρέψει να φανερώσει ότι του έχει συμβεί ή ότι εξακολουθεί να του συμβαίνει. Τέλος, η κακοποίηση είναι μια μορφή κατάχρησης της εξουσίας που παραβιάζει την εμπιστοσύνη κάθε παιδιού. Είναι πιθανό να αφορά γεγονός που συμβαίνει κατ' εξακολούθηση ή σε περίοδο κλιμάκωσης δηλαδή μηνών ή ετών και να μεταβάλλεται κατά τη διάρκεια του χρόνου (Παναγοπούλου, 2011). Σε αυτή την εργασία θα διερευνηθεί ο ορισμός της κακοποίησης και συγκεκριμένα της σεξουαλικής κακοποίησης στα παιδιά, ενώ θα αναλυθεί με μεγάλη λεπτομέρεια και το MultiAgency. Η συγκεκριμένη ομάδα παρέχει βοήθεια στις οικογένειες που έχουν προβλήματα μεταξύ τους, προσφέροντας υποστήριξη σε γονείς και στα παιδιά. Τα παιδιά μπορούν να κακοποιηθούν από το οικογενειακό τους περιβάλλον είτε από το κοινωνικό από γνωστά στα ίδια άτομα ή σπανιότερα από άγνωστα, για παράδειγμα μέσω διαδικτύου. Μπορεί επίσης να λάβουν κακοποίηση και από ανήλικες (HM Government, 2015). Ωστόσο, για την καλή διαβίωση των παιδιών προκύπτουν πολλά διαφορετικά πλαίσια τα οποία διαφέρουν μεταξύ τους. Για παράδειγμα, τα παιδιά μπορούν να απομακρυνθούν από τη χώρα όταν υπάρχει η περίπτωση του ακρωτηριασμού των γυναικείων οργάνων. Είναι σημαντικό να αναφερθεί πως όταν ένα παιδί δέχεται συχνά κακοποίηση, δε βιώνει μόνο ένα είδος κακοποίησης, για παράδειγμα όταν δέχεται σωματική κακοποίηση αυτομάτως βιώνει και ψυχολογική. Βέβαια η κακοποίηση μπορεί να συμβεί σε μία χρονική στιγμή, αλλά μπορεί να γίνεται και επανειλημμένα. Τέλος, τα κακοποιημένα παιδιά μπορεί να έχουν μακροπρόθεσμες επιπτώσεις στην ανάπτυξή τους, την ευημερία τους και την υγεία τους (HM Government, 2015).

**Λέξεις κλειδιά:** παιδική κακοποίηση, σεξουαλική κακοποίηση παιδιών, MultiAgency

## Sexual abuse of children

Anna Mpekiari

Student of Mediterranean College, BA (HONS) Early Childhood Studies, Mediterranean College of Thessaloniki

### Abstract

The term child abuse refers to poor treatment, neglect, violence experienced by a child or a teenager even though it is under the protection of an adult, such as parents, other relatives or guardians, siblings, Teachers or other careers from whom depended on and trusted. More specifically, the term child abuse means any negligence or act by the parents or guardians, teachers-careers who are responsible for their care and safekeeping, in which the child is injured, hurts, fears, feels dissatisfaction, discomfort, is created either physical or psychological harm and this is likely to result in serious emotional or physical harm, exploitation or sexual abuse or any other act that endangers the child or even To death. The person who causes such symptoms in the child may use a variety of ways to access it, to exercise control and power over it and to prevent it from revealing that it has happened or that it is still occurring. Finally, abuse is a form of abuse of power that violates every child's trust. It is likely to be an event that occurs in serial or in a period of escalation, i.e. months or years and varies during the time (Panagopoulou, 2011). This work will investigate the definition of abuse and specifically sexual abuse in children, while the Multi Agency will be analyzed in great detail. This group provides assistance to families who have problems with each other, offering support to parents and children. Children can be abused by their family environment or by social, from already known to the same people or more rarely than unknown. This can happen even over the internet. They may also be subjected to abuse by minors (HM Government, 2015). It is important to mention that when a child is often subjected to abuse, it does not only experience one type of, for example physical, but automatically experiences and psychological. Of course, abuse can happen at a time, but it can be done repeatedly. In view of all the above, it would be reasonable to argue that abuse can cause long-term effects at all levels of child development, their smooth socialization and the subsequent course of their lives (HM Government, 2015).

**Keywords:** child abuse, sexual abuse of children, MultiAgency

## Το μάρκετινγκ ως εργαλείο ευαισθητοποίησης της κοινωνίας: Μια βιωματική παρουσίαση για τη διαφορετικότητα

Δημοτάκη Αναστασία, Κωνσταντίνου Αντιγόνη, Καρπουτζάκη Ζωή, Μεραμβελιωτάκης Ηλίας

Διοίκησης Τουριστικών Επιχειρήσεων, ΤΕΙ Κρήτης,  
Τμ. Κοινωνικής Εργασίας, Ελληνικό Μεσογειακό Πανεπιστήμιο

### Περίληψη

Στην εποχή της κοινωνίας της πληροφορίας, τα κλασσικά μέσα ενημέρωσης έχουν αντικατασταθεί από τα κοινωνικά δίκτυα, επιτρέποντας την ελεύθερη έκφραση γνώμης σε παγκόσμια κλίμακα. Αξιοποιώντας τη νέα τάση στην καταναλωτική συμπεριφορά, οι διοικήσεις μάρκετινγκ δημιούργησαν μία τεχνική προώθησης προϊόντων και υπηρεσιών, με στόχο τη μετάδοση κοινωνικών μηνυμάτων από στόμα σε στόμα, το buzz marketing. Σκοπός της παρούσας έρευνας είναι η ανάδειξη της χρήσης του buzz marketing, από επαγγελματίες που ασχολούνται με την κοινωνική ευημερία (ψυχολόγοι, κοινωνικοί λειτουργοί) ως εργαλείο ευαισθητοποίησης στη διαφορετικότητα. Για τη διερεύνηση της δυναμικής του συγκεκριμένου εργαλείου, επιλέχθηκε η λεπτομερής ανάλυση της διαδικτυακής διαφημιστικής καμπάνιας εταιρείας σοκολάτας, η οποία προκάλεσε το διχασμό μερίδας καταναλωτών της ελληνικής αγοράς και αποτέλεσε μια από τις πλέον συζητημένες, σχολιασμένες και κοινοποιημένες διαφημίσεις των τελευταίων ετών. Συμπερασματικά, γίνεται φανερό ότι το marketing έχει διττό ρόλο ως ένα εργαλείο χάραξης πολιτικής και στρατηγικής, το οποίο μπορεί να αξιοποιηθεί ως μοχλός ενδυνάμωσης και ενθάρρυνσης των ανθρώπων που βρίσκονται στο περιθώριο και να γίνει η «φωνή» τους και ως μια καταλυτική δύναμη, για την κοινωνική αλλαγή της κοινωνίας, ενάντια σε κάθε στερεότυπο ή προκατάληψη, που οδηγεί σε κοινωνική παθογένεια.

**Λέξεις κλειδιά:** buzz marketing, διαφορετικότητα, στερεότυπα, κοινωνική αλλαγή

## **Marketing as a society's awareness tool: An experiential presentation on diversity**

**Dimotaki Anastasia, Constantinou Antigoni, Karpoutzaki Zoi, Meramveliotakis Ilias**  
**Department of Tourist Management, T.E.I. of Crete, Undergraduate Social Work' Student,**  
**Hellenic Mediterranean University**

### **Abstract**

In the information society's age, media have been replaced by social networks, allowing a free way for people to express their opinion through a world wide web. Taking advantage of the new trends in consumer behavior, marketing administrators have created a product and service promotion's technique, which is called buzz marketing, designed to deliver "mouth to mouth" social messages. The main research's purpose is to highlight the use of buzz marketing by social welfare professionals (psychologists and social workers) as a tool for sensitizing people in diversity. In order to investigate the tool's dynamics, a detailed analysis of a chocolate company's online advertise has been chosen, because it has caused a division among the Greek market and has been one of the most discussed and annotated advertisements of recent years. In conclusion, marketing has a dual role: (a) as a policy and a strategy tool that can be used as a tool of empowerment and encouragement people on the sidelines, becoming their "voice" and (b) as a force for social change of society, against any stereotype or bias that leads to social pathogenesis in modern societies.

Keywords: buzz marketing, diversity, stereotypes, social change

**Keywords:** buzz marketing, diversity, stereotypes, social change

## Η επιρροή των αιρέσεων στην κοινωνία

Κιοσές Στέλιος, Μώραλης Στέλιος, Γαβριηλίδης Βάϊος  
Σχολή Ψυχολογίας, Mediterranean College Θεσσαλονίκη

### Περίληψη

Σκοπός της εργασίας αυτής είναι η κατανόηση, με την προσιτή βιβλιογραφική ανασκόπηση, του όρου αίρεση, τα χαρακτηριστικά των ατόμων που εντάσσονται και οι διάφορες επιπτώσεις τους. Μία θρησκευτική αίρεση είναι η αποσχισμένη ομάδα από την καθιερωμένη θρησκεία σε αντίθεση και πιο συγκεκριμένα στην εξεταζόμενη περίπτωση, με ένα καινοτόμο θρησκευτικό σύστημα λατρείας. Τα κίνητρα εκτός από θρησκευτικά, ψυχολογικά είναι και πολιτικά, ώστε οι εξαιρετικά χειραγωγικές ομάδες να εκμεταλλεύονται και κακοποιούν τα μέλη τους. Ο όρος έχει αλλοιωθεί τα τελευταία χρόνια, έπειτα από διάφορα εγκληματικά επεισόδια, που έχουν προκύψει. Συζητούνται τα ψυχοκοινωνικά χαρακτηριστικά, τα αίτια της ένταξης, οι ατομικοί και συλλογικοί λόγοι παραμονής, οι επιπτώσεις από την παραμονή και αναφέρονται παραδείγματα αιρέσεων που σχετίζονται με εγκληματικές ενέργειες ελλαδικά και παγκόσμια.

**Λέξεις κλειδιά:** αίρεση, κίνητρα, αίτια, επιπτώσεις

## Cult's impact on society

Kioses Stylianos, Moralis Stylianos, Gavriilidis Vaios  
School of Psychology, Mediterranean College Thessaloniki

### Abstract

The aim of this study is to understand, with the accessible bibliographic review, the term of cults, the characteristics of the people who become members and their various implications. A religious heresy is the split group of the established religion in contrast and more specifically to the case under consideration, with an innovative religious worship system. Incentives other than religious, are also political and psychological, so that the extremely manipulative groups exploit and abuse their members. The term has been altered in recent years, following a number of criminal episodes that have arisen. It discusses the psychosocial characteristics, the causes of integration, the individual and collective reasons for stay, the impact of the stay and the examples of cults related to criminal acts in Greece and worldwide.

**Keywords:** cult, incentives, causes, impacts

## Σε βάθος διερεύνηση της εμπειρίας των εκπαιδευόμενων Συνθετικών Ψυχοθεραπευτών στη Θεραπευτική Συμμαχία, υπό το πρίσμα του Στυλ Προσκόλλησής τους.

Ρίζου Ελένη, Δρ. Γιαννούλη Βαϊτσα  
School of Psychology, Mediterranean College Thessaloniki

### Περίληψη

Η Θεραπευτική Σχέση εκτιμάται ως σημαντικό στοιχείο της ψυχοθεραπευτικής διαδικασίας και θεωρείται κρίσιμη για το αποτέλεσμα της θεραπείας. Τα μέχρι τώρα ερευνητικά δεδομένα δείχνουν ότι η προσωπικότητα τόσο του θεραπευτή, όσο και του πελάτη, μπορεί να επηρεάσουν τη Θεραπευτική Σχέση. Η έρευνα που βασίζεται στη Θεωρία Προσκόλλησης εστιάζει κυρίως στο πώς τα μοτίβα προσκόλλησης του πελάτη μπορεί να επηρεάσουν τη συμμαχία, ενώ υπάρχουν περιορισμένες έρευνες που δίνουν έμφαση στο πώς οι θεραπευτές βιώνουν τη σχέση υπό το πρίσμα του δικού τους στυλ προσκόλλησης. Η παρούσα μελέτη διερευνά την εμπειρία Εκπαιδευόμενων Ψυχοθεραπευτών στη Θεραπευτική Σχέση με διαφορετικούς πελάτες και σε διαφορετικά Στάδια Αλλαγής υπό το πρίσμα του Στυλ Προσκόλλησής τους. Για την έρευνα χρησιμοποιήθηκε ποιοτική ανάλυση, με στόχο τη σε βάθος διερεύνηση της εμπειρίας των πέντε εκπαιδευόμενων Συνθετικών Ψυχοθεραπευτών, οι οποίοι έλαβαν μέρος σε ημι-δομημένη συνέντευξη. Η έρευνα βασίστηκε στις αυτο-αναφορές των θεραπευτών σχετικά με το Στυλ Προσκόλλησής τους, επομένως, οι επιλεγμένοι συμμετέχοντες γνώριζαν τη θεωρία προσκόλλησης και ήταν πρόθυμοι να αποκαλύψουν τα μοτίβα προσκόλλησής τους για τις ανάγκες της παρούσας έρευνας. Μια από τις συμμετέχουσες κατηγοριοποίησε τον εαυτό της με «Ασφαλή» Δεσμό, δύο με Δεσμό «Αποφυγής» και δύο με Δεσμό «Αμφιθυμίας». Οι συνεντεύξεις απομαγνητοφωνήθηκαν αυτολεξεί, διαχωρίστηκαν σε θέματα και υποθέματα και αναλύθηκαν με τη μέθοδο της Ερμηνευτικής Φαινομενολογικής Ανάλυσης. Αναδείχθηκαν τέσσερα υπερ-θέματα. Τέλος, τα ευρήματα συγκρίθηκαν και συζητήθηκαν με την υπάρχουσα βιβλιογραφία. Παρόλο που όλοι οι συμμετέχοντες αναφέρθηκαν στην αξία της Θεραπευτικής Συμμαχίας στην ψυχοθεραπεία, ανεξαρτήτως του Στυλ Προσκόλλησής τους, αυτό επηρέασε τις απαντήσεις τους αναφορικά με τον τρόπο που προσφέρουν τον εαυτό τους στη θεραπευτική διαδικασία, με την αλληλεπίδρασή τους με πελάτες διαφορετικών Τύπων Προσκόλλησης ή διαφορετικών Σταδίων Αλλαγής της θεραπείας, καθώς και αναφορικά με πιθανή ρήξη κατά τη θεραπεία. Η θεραπεύτρια με Ασφαλή Δεσμό επιβεβαιώνει προηγούμενες έρευνες σχετικά με την ικανότητά της να παρέχει μια ασφαλή βάση για τους πελάτες της. Από την άλλη πλευρά, οι θεραπευτές με Ανασφαλή Δεσμό φαίνονται πιο ευαίσθητοι στη συνεργασία τους, ιδιαίτερα με ανασφαλείς πελάτες. Οι θεραπευτές με Δεσμό Αμφιθυμίας αποδείχθηκε πως βιώνουν δυσκολία στα αρχικά στάδια της Θεραπευτικής Σχέσης, ενώ ο συνδυασμός θεραπευτή με Δεσμό Αποφυγής και πελάτη με το ίδιο Στυλ Προσκόλλησης φαίνεται ότι είναι ο πιο απαιτητικός, αναφορικά με την εμπιστοσύνη και τις ρήξεις στις σχέσεις. Προτείνεται ότι η διερεύνηση του Στυλ Προσκόλλησης των Εκπαιδευόμενων Ψυχοθεραπευτών καθώς και η μελέτη της Θεωρίας Προσκόλλησης χρειάζεται να προστεθεί στα εκπαιδευτικά προγράμματα συμβουλευτικής και ψυχοθεραπείας, ανεξάρτητα από τη θεραπευτική προσέγγιση, εξαιτίας της συμβολής τους στη διαμόρφωση θετικής θεραπευτικής σχέσης.

**Λέξεις κλειδιά:** Θεωρία Προσκόλλησης, Στυλ Προσκόλλησης Θεραπευτή, Θεραπευτική Σχέση, Στάδια Αλλαγής, Εκπαιδευόμενοι Συνθετικοί Ψυχοθεραπευτές

## An in depth investigation of the experience of trainee Integrative psychotherapists on Therapeutic Alliance in the light of their Attachment Style

Rizou Eleni, Dr Giannouli Vaitsa  
School of Psychology, Mediterranean College Thessaloniki

### Abstract

Therapeutic Relationship has been regarded as a profound element of the psychotherapeutic procedure and crucial for the outcome of therapy. Research evidence so far has shown that both the therapist's and the client's personality can impact the Therapeutic Relationship between them. Based on the well-researched Attachment Theory, there has been some research mostly focused on how clients' attachment patterns can affect the alliance but only limited research that emphasizes how therapists experience the relationship in relation with their attachment styles exist. The current study investigates novice therapists' experience of the Therapeutic Relationship with different clients and in different stages of the client's change in the light of their own Attachment Style. A qualitative approach was used for this research to investigate in depth the experience of five novice Integrative psychotherapists who were recruited to take part in semi-structured interviews. The research was based on therapists' self-report Attachment Styles, thus, the chosen participants were all aware of attachment theory and willing to disclose their own attachment pattern for the needs of this research. One of the participants categorized herself as belonging to the 'Secure' Attachment Style, two were self-referred as 'Avoidant' and two as 'Anxious'. Interviews were transcribed verbatim, were divided to superordinate and subordinate themes and analyzed with the Interpretative Phenomenological Analysis method. Four master themes were identified. Findings were then compared and discussed according to the existing literature. Even though all participants referred to the value of the Therapeutic Alliance in psychotherapy regardless of their Attachment patterns, their Attachment Style affected their responses regarding the way they offer themselves during the therapeutic process, their interaction with clients of different Attachment Styles or clients in different Stages of Change and possible ruptures during therapy. The Secure Attached therapist confirms previous studies on her capability to offer a secure base for her clients. On the other hand, therapists with insecure Attachment Styles appeared sensitive in their collaboration mostly with insecure clients. Anxious attached therapists proved to experience a difficulty in the initial stages of the Therapeutic Relationship while the combination of avoidant attached therapist- avoidant attached client appeared to be the most demanding one, regarding the concept of trust and relationship ruptures. We suggest that the exploration of trainee therapists' attachment styles as well as the study of the theory of attachment should be added to all counseling and psychotherapy curricula regardless of the therapeutic orientation because of its contribution to forming positive therapeutic relationships.

**Keywords:** Theory of Attachment; therapists' Attachment Styles; Therapeutic Relationship; Stages of Change; Integrative trainee psychotherapists.

## Σχεδιασμός και ανάπτυξη δραστηριοτήτων με χρήση λογισμικού δυναμικής γεωμετρίας για την εννοιολογική προσέγγιση γεωμετρικών εννοιών

Πασχαλία Καρακατσάνου, Ροδίτσα - Κων/να Παπουτζέλια  
Παιδαγωγικό Τμήμα Δημοτικής Εκπαίδευσης, Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης

### Περίληψη

Η παρούσα εργασία μελετά τον σχεδιασμό και την ανάπτυξη δραστηριοτήτων με τη χρήση λογισμικού δυναμικής γεωμετρίας, όπως είναι το GeoGebra, για την εννοιολογική προσέγγιση γεωμετρικών εννοιών και ειδικότερα των γεωμετρικών μετασχηματισμών. Πιο συγκεκριμένα, δόθηκε έμφαση στους γεωμετρικούς μετασχηματισμούς, που αναπτύσσονται στο νέο σχολικό εγχειρίδιο των Μαθηματικών της Ε' Δημοτικού, το οποίο διανεμήθηκε για πρώτη φορά κατά το σχολικό έτος 2018-2019. Η εξής εργασία χωρίζεται σε έξι κεφάλαια. Στο πρώτο κεφάλαιο υπάρχει μια γενική εισαγωγή στο θέμα της παρούσας εργασίας και αναφέρονται όροι, οι οποίοι θα αναλυθούν σταδιακά στα επόμενα κεφάλαια. Αρχικά, περιλαμβάνονται γενικές πληροφορίες σχετικά με την γεωμετρία, τα επίπεδα Van Hiele, τους γεωμετρικούς μετασχηματισμούς και ειδικότερα την αξονική συμμετρία. Ακόμη, παρατίθεται η ιστορία του δυναμικού λογισμικού GeoGebra, μαζί με τα χαρακτηριστικά του, τον σχεδιασμό δραστηριοτήτων, τον στόχο ενός τέτοιου λογισμικού δυναμικής γεωμετρίας, τα εκπαιδευτικά υλικά που προσφέρει στους εκπαιδευτικούς, αλλά και στους εκπαιδευόμενους και τέλος στον τρόπο που μπορεί να αξιοποιηθεί στην τάξη. Βέβαια, επισημαίνεται η έννοια της μαθηματικής δραστηριότητας, καθώς και οι παράγοντες της δημιουργίας μαθησιακών δραστηριοτήτων. Αναμφισβήτητα, παρουσιάζονται έρευνες σχετικά με τα λογισμικά δυναμικής γεωμετρίας και τους γεωμετρικούς μετασχηματισμούς. Αναμφισβήτητα, συμπεριλαμβάνονται και έρευνες για τις δυσκολίες των μαθητών στους γεωμετρικούς μετασχηματισμούς. Αξιοσημείωτο είναι να αναφέρουμε ότι παρατίθεται η μεθοδολογία που ακολουθήσαμε για την πραγματοποίηση των δραστηριοτήτων. Αναλυτικότερα, περιλαμβάνονται ο ορισμός και τα χαρακτηριστικά μιας καλής μαθηματικής δραστηριότητας. Βέβαια, αναφέρονται οι μαθησιακές δραστηριότητες με τη χρήση ενός διερευνητικού λογισμικού για τα μαθηματικά, αλλά και τα οφέλη που αποκομίζουν οι μαθητές από την ενασχόλησή τους με δυναμικά γεωμετρικά περιβάλλοντα. Αξιοσημείωτο είναι, ότι τονίζονται οι τροχιές μάθησης και διδασκαλίας, στις οποίες επικεντρωθήκαμε. Έπειτα, παρουσιάζονται με διερευνητικό τρόπο οι δραστηριότητες βήμα – βήμα. Επίσης, υπάρχει συμπληρωμένος ο πίνακας των πληροφοριών των μαθηματικών δραστηριοτήτων. Τέλος, ακολουθούν τα συμπεράσματα, στα οποία καταλήξαμε κατά την διεξαγωγή της εργασίας, αλλά και η συζήτηση. Τέλος, στο παράρτημα υπάρχουν τα στιγμιότυπα των δραστηριοτήτων μαζί με βοηθητικές οδηγίες για την λύση τους.

**Λέξεις κλειδιά:** Δυναμική Γεωμετρία, γεωμετρικοί μετασχηματισμοί, γεωμετρικές έννοιες, λογισμικό δυναμικής γεωμετρίας, GeoGebra



## Design and development of activities using dynamic geometry software for the conceptual approach of geometric concepts

Paschalia Karakatsanou, Roditsa – Konstantina Papoutzelia  
Primary Education Department, Democritus University of Thrace

### Abstract

This paper studies the design and development of activities using dynamic geometry software, such as GeoGebra, for the conceptual approach of geometric concepts and especially of geometrical transformations. More specifically, the emphasis was placed on the geometric transformations developed in the new school manual of the Mathematics of the Elementary School, which was first distributed during the school year 2018-2019. This work is divided into six chapters. In the first chapter there is a general introduction to the subject of the present paper and terms are given, which will be gradually analyzed in the next chapters. Also, includes general information about geometry, Van Hiele levels, geometric transformations and in particular axial symmetry. It also highlights the history of GeoGebra software, along with software features, activity planning, the goal of such dynamic geometry software, educational materials for teachers as well as learners and finally how to use it in class. Of course, the concept of mathematical activity, as well as the factors of the creation of learning activities, is highlighted. To be precise, there are researches on Dynamic Geometry software and geometrical transformations. Undoubtedly, surveys are included for students' difficulties in geometrical transformations. Of course, sets out the methodology we have used to carry out the activities. More specifically, the definition and characteristics of a good mathematical activity are included. Of course, are the learning activities with an exploratory software for mathematics, but also the benefits to students to dealing with dynamic geometric Environment p. It is remarkable that the learning and teaching trajectories on which we have focused have been emphasized. Indisputably, exploratory activities are presented step by step. There is also a matrix of information on mathematical activities. Finally, follows the conclusions that we reached during the work, but also the discussion. Finally, in the appendix there are the snapshots of the activities together with ancillary instructions for their solution.

**Keywords:** Dynamic Geometry, Geometric Transformations, Geometric Concepts, Dynamic Geometry Software, GeoGebra

## Αξιοποίηση του οπτικού προγραμματισμού για την ταξινόμησή έργων ζωγραφικής στα επίπεδα ανάπτυξης της γεωμετρικής σκέψης κατά van Hiele

Φωτεινή Τσίπα, Καλλιόπη Κυρατσού

Παιδαγωγικού Τμήματος Δημοτικής Εκπαίδευσης, Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης

### Περίληψη

Σε μια εποχή όπου η ψηφιακή πραγματικότητα κατακλύζει τον εκπαιδευτικό χώρο, είναι πολύ σημαντικό να χρησιμοποιείται με σκοπό να βελτιώνει την διδακτική πράξη και να διευκολύνει το έργο των εκπαιδευτικών. Για την υλοποίηση του σκοπού αυτού τα εκπαιδευτικά λογισμικά προγραμματιστικού χαρακτήρα είναι ικανά με παιγνιώδη τρόπο, να προάγουν την μάθηση ακόμη και στον κλάδο της Γεωμετρίας. Η εργασία αυτή υποστηρίζεται από το Scratch, ένα εργαλείο προγραμματισμού και αποτελεί έναν εύκολο τρόπο εφαρμογής γεωμετρικών εννοιών, όπως για παράδειγμα την έννοια του μετασχηματισμού και της συμμετρίας οι οποίες θα απασχολήσουν την παρούσα εργασία. Εκτός αυτού, σημαντική συμβολή για τη διεκπεραίωση της εργασίας, δηλαδή για τη διδασκαλία της Γεωμετρίας με τη χρήση του οπτικού προγραμματισμού, αποτελεί η τεχνική που εφάρμοξε στους πίνακες του ο καλλιτέχνης M.C. Escher. Γνωρίζοντας πως μία εικονική αναπαράσταση ενός έργου τέχνης, θα μαγνητίζε το ενδιαφέρον των μαθητών και ταυτοχρόνως θα εξυπηρετούσε τους μαθησιακούς στόχους της Γεωμετρίας, εφόσον οι απεικονίσεις των πινάκων του M.C. Escher περιέχουν γεωμετρικές έννοιες. Η παρούσα εργασία λοιπόν, στοχεύει στην ανάπτυξη δραστηριοτήτων, οι οποίες θα αξιοποιούν τον οπτικό προγραμματισμό προκειμένου να προάγουν το επίπεδο γεωμετρικής σκέψης των μαθητών, κατά επίπεδα Van Hiele, έχοντας ως καμβά τους πίνακες του καλλιτέχνη M.C. Escher. Συγκεκριμένα, οι δραστηριότητες επικεντρώνονται σε δύο πίνακες του Escher που εμφανίζουν τη συμμετρία και τους μετασχηματισμούς. Για την εκτέλεση των ασκήσεων απαραίτητη είναι η ενεργοποίηση του μαθητή, καθώς θα είναι ο ίδιος που χρειάζεται να εκτελέσει τις απαραίτητες εντολές για να επιλύσει τις δραστηριότητες. Η πτυχιακή εργασία αποτελεί ένα προτεινόμενο σχέδιο βοήθηματος για εκπαιδευτικούς, έτσι ώστε να συμβάλει στην διευκόλυνση της διδασκαλίας της Γεωμετρίας. Εν κατακλείδι, αναφορικά με την επίδραση του εκπαιδευτικού λογισμικού Scratch στην κατανόηση των εννοιών είτε της περιστροφικής, στους μετασχηματισμούς, είτε στην συμμετρία ως προς τον άξονα, θεωρούμε πως η μαθηματική πρόοδος των μαθητών σε επίπεδο εφαρμογής είναι ως επί των πλείστων ενθαρρυντική.

**Λέξεις κλειδιά:** Οπτικός προγραμματισμός, Scratch, επίπεδα van Hiele, μετασχηματισμός, πίνακες ζωγραφικής

## Exploitation of Visual Programming for the classifying of paintings at the levels of development of Van Hiele geometric thinking

Tsipa Foteini, Kallioph Kyratsou

Department of Primary Education, Democritus University of Thrace

### Abstract

Nowadays that digital reality overwhelms the learning space, it is very important to take advantage of it in order to improve the teaching practice and to facilitate the work of teachers. So as to achieve this goal, educational software of programmatic character is essential to promote learning in a joyful and creative way, especially in a misunderstood sector like the one of Geometry. This venture could be supported by Scratch, a free programming tool that allows us to apply geometric concepts, such as the concept of transformation and symmetry that will be of interest to this work. More specifically, as far as the teaching of Geometry via visual programming is concerned, the technique used in the paintings of the artist M. C. Escher contributed greatly to our project. Knowing that a virtual presentation of an artwork would magnetize the students' interest and simultaneously serve the learning objectives of Geometry, we focused on the illustrations of the M. C. Escher paintings and their geometrical meanings. In this way we took into account the creations of the particular Dutch artist by analyzing them geometrically and concentrating on a different approach, helping students' geometric thought to rise up from the lower levels to the higher ones, as defined and recorded by van Hiele. In a nutshell, it can be observed in the research literature that pupils of school age have problems with understanding the processes of transformations and symmetry. The present work could be a manual for the students about the hidden meanings of paintings in a digital learning environment, resolving difficulties and unclear concepts. The dissertation is a proposed teaching aid for teachers to help facilitate the teaching of Geometry.

**Keywords:** Visual programming, Scratch, van Hiele levels, transformation, paintings

# School of Engineering & School of Computing

## Editors

Υπ. Δρ. Άννα Πούλιου, Ακαδημαϊκή Υπεύθυνη Σχολή Μηχανικών, Mediterranean College  
Θεσσαλονίκης

Δρ. Χριστίνα Βολιώτη, Ακαδημαϊκή Υπεύθυνη Σχολής Πληροφορικής, Mediterranean College  
Θεσσαλονίκης

## Σχεδιασμός και κατασκευή πλαισίου αγωνιστικού οχήματος

**Δαμιανίδης Γεώργιος**  
**Σχολή Μηχανικών, Mediterranean College Θεσσαλονίκης**

### Περίληψη

Στόχος αυτής της εργασίας είναι ο επιτυχημένος σχεδιασμός και η κατασκευή ενός πλαισίου αγωνιστικού οχήματος (kart). Αρχικά, πραγματοποιείται λεπτομερής βιβλιογραφική επισκόπηση των πιθανών βασικών σχεδίων και επιλογή του βασικού τελικού σχεδιασμού. Μετά από πολλή μελέτη, αλλά και δοκιμές και αντιμετώπιση των σφαλμάτων που προκύπτουν από αυτές, ο πλήρης τελικός σχεδιασμός δοκιμάζεται χρησιμοποιώντας μοντέλα προσομοίωσης και είναι έτοιμος για την κατασκευή. Η κατασκευή ολοκληρώνεται σε ένα πιστοποιημένο μηχανουργείο και ακολουθείται από τη συναρμολόγηση, χρησιμοποιώντας πρόσθετα εξαρτήματα από την αγορά (όπως κινητήρας, τροχοί, κάθισμα, τιμόνι κλπ.) ώστε να προκύψει ένα πλήρως λειτουργικό όχημα. Στόχος της εργασίας είναι να εκτιμηθούν και να αναλυθούν διαφορετικά σχέδια και υλικά πλαισίων, και να κατασκευαστεί και να συναρμολογηθεί ένα ταχύ και αξιόπιστο αγωνιστικό όχημα (kart) με λογικό προϋπολογισμό. Για το σχεδιασμό, την προσομοίωση και τη δυναμική ανάλυση, χρησιμοποιήθηκε λογισμικό CAD.

**Λέξεις κλειδιά:** Αγωνιστικό καρτ, σασί, ανάλυση πεπερασμένων στοιχείων, μηχανολογικός σχεδιασμός, CAD

## Design and manufacturing of a racing kart chassis

**Damianidis Georgios**  
**School of Mechanical Engineering and Design, Mediterranean College of Thessaloniki**

### Abstract

The aim of this project is the successful design and manufacturing of a race-kart chassis. There is detailed review of the possible basic designs and the selection of the basic final design. After a lot of study and trial and error, the complete final design is tested using simulation models and is ready for manufacturing. Manufacturing is completed by a certified machine-shop and is followed by the assembly, in which, using additional parts from the market (such as engine, wheels, seat, steering wheel and column etc.), a fully functioning vehicle is assembled. The objective is to assess and analyse different chassis designs and materials, and manufacture and assemble a fast and reliable race-kart on a reasonable budget. For the design, simulation and the dynamic analysis, CAD software was used.

**Keywords:** Race-kart, chassis, finite analysis, mechanical design, CAD

## Τεχνολογία υλικών κατασκευής: Το ξύλο ως υλικό κατασκευής στέγης

Κατσαρός Κωνσταντίνος, Χαρισμίδου Άννα, Χρηστάκη Σταυρούλα  
Σχολή Μηχανικών, Mediterranean College Θεσσαλονίκης

### Περίληψη

Η παρούσα εργασία έγινε στα πλαίσια του μαθήματος Construction Materials Technology από τους Κωσταντίνο Κατσαρό, Άννα Χαρισμίδου και Σταυρούλα Χρηστάκη με σκοπό την παρουσίαση της ξυλείας στις κατασκευές και πιο συγκεκριμένα τη χρήση της στις στέγες των κτιρίων. Στην εν λόγω εργασία αναλύεται αρχικά, η ξυλεία ως πρώτη ύλη και ο πρωταγωνιστικός της ρόλος στις κατασκευές. Περιγράφεται η παραγωγή του ξύλου, όπου διευκρινίζεται πότε γίνεται η υλοτόμηση και με τι μέσα και τέλος πως γίνεται η επεξεργασία του. Περιγράφονται οι φυσικές και οι μηχανικές ιδιότητες του ξύλου, καθώς και η βιωσιμότητα αυτού. Παρέχονται επίσης, εργαστηριακά αποτελέσματα και διαγράμματα, αλλά και φωτογραφίες δειγμάτων. Τέλος, παρατίθενται στο παράρτημα της εργασίας πιστοποιητικά που αφορούν στην παραγωγό εταιρία (ISO 9001:2008, ISO 14001:2004 και PEFC ST 2002:2013).

**Λέξεις κλειδιά:** Ξύλο, Υλικά κατασκευής, Στέγη, Πιστοποιητικά ποιότητας

## Construction Materials Technology: Wood as roof construction material

Katsaros Konstantinos, Charismidou Anna, Christaki Stavroula  
School of Civil Engineering and Construction, Mediterranean College of Thessaloniki

### Abstract

This project was carried out in the context of the module Construction Materials Technology by Kostantinos Katsaros, Anna Harismidou and Stavroula Christaki. It aims at presenting the use of timber in construction, and more specifically in roof construction. At first, timber as a raw material and its leading role in construction is being analyzed. The production of wood is scrutinized with emphasis on the means with which logging is carried out and finally how it is processed afterwards. The physical and mechanical properties of wood are described, as well as its sustainability. Laboratory results, diagrams and photographs of timber sample are provided. Finally, certificates, concerning production companies (ISO 9001: 2008, ISO 14001: 2004 and PEFC ST 2002: 2013) are listed in the annex.

**Keywords:** Wood, Construction Materials, Roof, Quality Certificates

## Ο ρόλος των γραφικών στην ποιότητα των παιχνιδιών και στην αλληλεπίδραση ανθρώπου-υπολογιστή

Ιωαννίδης Χρήστος  
Σχολή Πληροφορικής, Mediterranean College Θεσσαλονίκης

### Περίληψη

Τα γραφικά υπολογιστών είναι υπο-πεδίο της επιστήμης των υπολογιστών, το οποίο όχι μόνο συνθέτει με ψηφιακό τρόπο το οπτικό περιεχόμενο αλλά και το χειρίζεται χρησιμοποιώντας υπολογιστικές τεχνικές. Τα γραφικά είναι η τρισδιάστατη αναπαράσταση του κόσμου των παιχνιδιών, παρέχοντας ρεαλισμό και εμπλοκή στον χρήστη. Στη παρούσα εργασία, θα αναφερθεί η βασική ιδέα και ο ορισμός των γραφικών καθώς και τα χαρακτηριστικά τους, εξηγώντας τα μαθηματικά και τις υπολογιστικές τεχνικές που είναι απαραίτητες για την υλοποίησή τους. Θα παρουσιαστεί επίσης η διαφορά μεταξύ 2D και 3D γραφικών. Εστιάζοντας στα 3D γραφικά, θα αναλυθεί η διαδικασία του rendering εξηγώντας τα διαφορετικά βήματα. Θα γίνει μια επίδειξη διαφόρων τρισδιάστατων αντικειμένων, παρουσιάζοντας στην πράξη τα βήματα του rendering και πώς μπορούν αυτά να υλοποιηθούν. Τέλος, θα συζητηθεί το μέλλον των τρισδιάστατων γραφικών, αναφέροντας τις δυνατότητες που μπορεί να έχουν για να αλλάξουν την καθημερινή ζωή των ανθρώπων.

**Λέξεις κλειδιά:** Τρισδιάστατα Γραφικά, Αναπαράσταση, Rendering

## The role of graphics in the game quality and in the human-computer interaction

Ioannidis Christos  
School of Computing, Mediterranean College Thessaloniki

### Abstract

Computer graphics is a sub-field of computer science, which digitally synthesizes and manipulates visual content by using computational techniques. Graphics are the three-dimensional representation of the game world, by providing realism and engagement to the user. In the present work, the basic concept and definition of the graphics along with their features will be mentioned, explaining the mathematics and computational techniques that are necessary for their implementation. The difference between 2D and 3D graphics will also be presented. Focusing on the 3D graphics, the process of rendering will be analyzed, by explaining the different steps. A live demo of various 3D objects will be shown, presenting in practice the steps of rendering and how they can be implemented. Lastly, the future of 3D graphics by mentioning the potential that they might have to change people's everyday life will be discussed.

**Keywords:** 3D Graphics; Representation; Rendering

## Η πολιτιστική ανάπτυξη και η σχέση της με τον πολιτιστικό σχεδιασμό: η πόλη των Τρικάλων

Κωνσταντοπούλου Ελένη-Ανδρονίκη  
Τμήμα Πολιτικών Μηχανικών, Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας

### Περίληψη

Τα τελευταία χρόνια έχει παρατηρηθεί πως αρκετές ελληνικές πόλεις, έχουν αρχίσει να υιοθετούν τεχνικές πολιτιστικού σχεδιασμού, με βασικό στόχο την πολιτιστική αλλά και την τουριστική ανάπτυξη. Η πόλη των Τρικάλων έχει μακρά ιστορία στις αστικές καινοτομίες, βασικό στοιχείο του πολιτιστικού σχεδιασμού και επιλέχθηκε ως περίπτωση μελέτης επειδή θεωρείται ως το πιο γνωστό παράδειγμα πολιτιστικής ανάπτυξης μέσω καινοτομιών, στην Ελλάδα. Με την εφαρμογή ποικίλων καινοτόμων προγραμμάτων, αυτή η μικρή πόλη του Θεσσαλικού κάμπου, έχει αλλάξει σημαντικά τα τελευταία χρόνια, με αποτέλεσμα, να κερδίζει δημοτικότητα τόσο σε τοπικό όσο και σε παγκόσμιο επίπεδο. Η καθημερινή ζωή και οι συνήθειες των 80.000 κατοίκων, αλλά και των επισκεπτών της συγκεκριμένης πόλης, έχουν επηρεαστεί θετικά λόγω αυτών των αλλαγών. Η πολιτιστική πολιτική σε συνδυασμό με την υλοποίηση όλων αυτών των καινοτόμων προγραμμάτων την κατέστησε μια από τις 21 ψηφιακά ενήμερες πόλεις παγκοσμίως. Τα Τρίκαλα αποτελούν μια πόλη πρότυπο, έχοντας σχεδιάσει σωστά την πολιτιστική και οικονομική πολιτική τους, με αποτέλεσμα νέα καινοτόμα προγράμματα να αποτελούν στόχο για το μέλλον. Δεν γίνεται να παραλείψουμε την αναφορά στην εικόνα της πόλης, ο καινοτόμος σχεδιασμός και τα έργα που υλοποιούνται, προσελκύουν επισκέπτες και τουρίστες, τόσο από την Ελλάδα όσο και από πολλές άλλες χώρες του εξωτερικού. Όσο αναφορά του πολίτες, παρουσιάζονται τα σημαντικότερα πολιτιστικά και καινοτόμα έργα που έχουν γίνει τα τελευταία χρόνια στα Τρίκαλα και τους έχουν επηρεάσει άμεσα. Η συγκεκριμένη εργασία θέτει τις βάσεις για περαιτέρω έρευνα. Let's think globally and act locally. (Patrick Geddes).

**Λέξεις κλειδιά:** Πολιτιστικός Σχεδιασμός, Πολιτιστική Ανάπτυξη, Τρίκαλα, Καινοτομίες



## Cultural development and the relevance with cultural design: the city of Trikala

Konstantopoulou Eleni-Androniki  
Department of Civil Engineering, University of Thessaly

### Abstract

In recent years, we have observed that several Greek cities have begun to adopt techniques of cultural planning, with the basic aim of cultural and tourism development. Trikala city has a long history in urban innovations and was chosen to be analyzed, because it is considered as the most well-known example of cultural development in Greece. By implementing various innovative programs, this small town of the Thessalian plains has significantly changed the last years. As a result, it has gained popularity both locally and globally. The everyday life and the habits of the approximately 80.000 inhabitants of the specific city, have been positively affected because of those changes. The cultural policy combined with the implementation of those innovations, allowed for its cultural development and made it one of the 21 digitally-informed cities around the world. Trikala is a prototype city. The proper planning of cultural and economic policy has brought developments and through that, innovation programs are set as goal for the future. Not to forget to mention about the image of the city, the innovative design and the projects being implemented. All these features attract visitors and tourists from Greece as well as from several other countries abroad. From the citizen's point of view, the most important cultural and innovative projects that have been done the last years in Trikala city are going to be presented. The specific paper sets the stage for further research. Let's think globally and act locally.

**Keywords:** Cultural Planning; Cultural Development; Trikala; Innovations

## Υπηρεσίες Βασισμένες στην Τοποθεσία στις έξυπνες συσκευές

Πορφυριάδης Δανιήλ  
Σχολή Πληροφορικής, Mediterranean College Θεσσαλονίκης

### Περίληψη

Η ραγδαία αύξηση χρήσης των κινητών συσκευών τα τελευταία έτη, καθώς και η ανάγκη για έξυπνες και πιο γρήγορες λύσεις χαρτογράφησης, έχουν ως αποτέλεσμα την ανοδική πορεία της αγοράς των Υπηρεσιών Βασισμένες στην Τοποθεσία (Location Based Services), μία αγορά που σήμερα φτάνει τα 17 δις δολάρια. Οι Υπηρεσίες Βασισμένες στην Τοποθεσία αποτελούν έναν κλάδο της ανάπτυξης εφαρμογών που σχετίζονται με την χρήση τοποθεσίας και άλλων γεωγραφικών δεδομένων. Παραδείγματα αυτών είναι οι υπηρεσίες που χρησιμοποιούνται για τον γεωγραφικό προσδιορισμό, την χαρτογράφηση, την πλοήγηση και τον εντοπισμό θέσης. Πιο συγκεκριμένα, στην παρούσα εργασία θα παρουσιαστούν κάποιοι βασικοί ορισμοί της σημερινής τεχνολογίας, όπως τι είναι μία κινητή συσκευή, τι είναι οι υπηρεσίες από την άποψη των ΤΠΕ καθώς και τι είναι οι Υπηρεσίες Βασισμένες στην Τοποθεσία. Στη συνέχεια θα ακολουθήσει μια ιστορική αναδρομή από τη δημιουργία των Υπηρεσιών Βασισμένες στην Τοποθεσία ως και σήμερα, συμπεριλαμβανομένων και των βημάτων εξέλιξης τους, όπως επίσης και της σημαντικότητας των εφαρμογών τους τα τελευταία 30 χρόνια. Έπειτα θα αναλυθεί το πως και σε ποιους τομείς χρησιμοποιούνται σήμερα αλλά και το πόσο σημαντικό ρόλο παίζουν στην καθημερινή μας ζωή ως αφανείς ήρωες. Επιπρόσθετα, θα περιγραφούν τα θέματα που χρήζουν βελτίωσης όπως είναι τα θέματα ασφαλείας και ιδιωτικότητας που προβληματίζουν συχνά τους χρήστες μαζί με τις λύσεις που μπορούν να εφαρμοστούν από αυτούς αλλά και από τις εταιρείες. Τέλος θα γίνει μια εκτίμηση για το μέλλον των Υπηρεσιών Βασισμένες στην Τοποθεσία.

**Λέξεις κλειδιά:** Υπηρεσιών Βασισμένες στην Τοποθεσία, Πλοήγηση, Έξυπνες Συσκευές

## Location based services on smart devices

Porfyriadis Daniil

School of Computing, Mediterranean College Thessaloniki

### Abstract

The rapid increase in the use of mobile devices in recent years, as well as the need for smarter and faster mapping solutions, have resulted in the Location-Based Services market growth (LBS), a market that now reaches 17 billion dollars. Location-based services are a branch of application development related to the use of location and other geographical data. Such examples are the services used for geographical identification, mapping, navigation and location positioning. The present work will introduce some basic definitions of current technology, such as what a mobile device is, what the services are in terms of ICT and what Location Based Services are. Then, a historical flashback will follow from the creation of Location Based Services until today, including the steps of their development, as well as the importance of their applications in the last 30 years. How and in what areas they are used today as well as the importance they have in our daily lives will be then analyzed. In addition, a description of the issues that need improvement will follow, such as security and privacy issues that often concern users, as well as the solutions that can be implemented by them and by companies. Finally, an estimation for the future of Location Based Services will be presented.

**Keywords:** Location Based Services; Navigation; Smart Devices

## Θα παύσει να υπάρχει η προστασία της ιδιωτικής ζωής;

### Σταματαράς Όθων – Αλέξανδρος Σχολή Πληροφορικής, Mediterranean College Θεσσαλονίκης

#### Περίληψη

Αδιαμφισβήτητα, η χρήση του διαδικτύου αυξάνεται ραγδαία τα τελευταία χρόνια. Όλο και πιο πολλοί άνθρωποι προσαρμόζονται σε αυτόν τον τρόπο ζωής, χρησιμοποιώντας την τεχνολογία αυτή τυφλά και χωρίς να έχουν γνώση των πιθανών κινδύνων που μπορεί να αντιμετωπίσουν. Κάθε χρήστης πρέπει να γνωρίζει τις πιθανές απάτες στο διαδίκτυο, όπως την κλοπή κωδικών πρόσβασης με ψεύτικες έρευνες, κ.ά., οι οποίες μπορεί εύκολα να αποφευχθούν αν ο χρήστης ενημερωθεί για τέτοιου είδους απάτες και τον τρόπο με τον οποίο αυτές εκτελούνται. Η διαδικτυακή εγκληματικότητα όμως φτάνει και σε άλλες διαστάσεις από τη συνηθισμένη κλοπή ατομικών προσωπικών δεδομένων. Η απόκτηση πληροφοριών και οι επιθέσεις σε εταιρείες είναι επίσης συχνός στόχος για τους hackers. Οι εταιρίες και οι προϊστάμενοι πρέπει να είναι πάντα πλήρως ενημερωμένοι. Έχοντας μια καλή προστασία και αλλάζοντας τακτικά τα πρότυπά τους θα εμποδίσει τους hacker από το να ανακτήσουν πρόσβαση. Παρόλο που υπάρχουν πολλοί τρόποι για την πρόληψη της διαδικτυακής εγκληματικότητας και απάτης, είναι σχεδόν αδύνατο να αποφευχθούν εντελώς οι μελλοντικές απειλές. Επίσης, δεδομένου ότι ζούμε σε μια εποχή που τα πάντα είναι συνδεδεμένα, αυτοί οι κίνδυνοι μπορούν εύκολα να επηρεάσουν τον καθένα. Όσο πιο πολύ βασιζόμαστε στην τεχνολογία, στα διαδικτυακά σύννεφα και γενικότερα στο διαδίκτυο, τόσο περισσότερο τεθούμε σε κίνδυνο τα προσωπικά μας δεδομένα και τη ζωή. Η ιδιωτικότητα είναι κάτι που μπορεί να παύσει να υφίσταται σε μερικά χρόνια, αν δεν έχει πάψει να υπάρχει ήδη. Όλα αυτά τα ζητήματα του συνδεδεμένου κόσμου και τα προβλήματα του διαδικτυακού εγκλήματος, καθώς επίσης και οι τρόποι αντιμετώπισης αλλά και τα πλεονεκτήματα του συνδεδεμένου κόσμου, θα συζητηθούν περαιτέρω.

**Λέξεις κλειδιά:** Διαδικτυακή Εγκληματικότητα, Προστασία, Απειλή, Ιδιωτικότητα

## Will privacy cease to exist?

**Stamataras Othon – Alexandros**  
**School of Computing, Mediterranean College Thessaloniki**

### **Abstract**

Without a doubt internet use has been rapidly growing the past few years. More and more people each day are getting accustomed to new technology. A lot of them use the internet blindly and without knowing the possible threats they might encounter. Every user must know about very common scams they might encounter online. Stealing passwords with fake surveys and more can be easily avoided if the user gets informed about such scams and how they are performed exactly. Cybercrime, of course, reaches a different spectrum other than personalized information thievery. Getting information and attacking companies is also a common goal among hackers. Companies and employees must be always informed. Having a good protection and changing standards regularly will prevent hackers from getting access. Even though there are numerous ways to prevent cyber crime and cyber fraud, it is almost impossible to completely prevent new threats. In addition, since we live in an era of a connected world, these dangers can easily affect anyone. The more we depend on technology, clouds and generally on the internet, the more we expose our personal life and data. Privacy is something that might cease to exist in a couple of years, if it hasn't already done so. All the issues of the connected world and the problems of cybercrime, as well as solutions to them and the positive things of the connected world will be further discussed.

**Keywords:** Cybercrime, Protection, Threat, Privacy

# Business School & School of Tourism and Hospitality

## Editors

Υπ. Δρ. Δημήτρης Θεοχάρης, Ακαδημαϊκός Υπεύθυνος Σχολής Διοίκησης  
Επιχειρήσεων, Mediterranean College Θεσσαλονίκης

Μαρία Πανίδου, Ακαδημαϊκή Υπεύθυνη Σχολής Τουρισμού, Mediterranean College  
Θεσσαλονίκης

## Κίνητρα και λόγοι επιλογής των καταλυμάτων Airbnb από τους Έλληνες καταναλωτές

**Ακτσόγλου Οδυσσέας**  
**Σχολής Διοίκησης Επιχειρήσεων, Mediterranean College Θεσσαλονίκης**

### Περίληψη

Σε έναν κόσμο που συνεχώς εξελίσσεται και όπου το διαδίκτυο έχει εισχωρήσει σε κάθε πτυχή της ζωής μας, το έδαφος είναι έφορο για την ανάπτυξη νέων και καινοτόμων ιδεών, προϊόντων και επιχειρήσεων. Μία από αυτές τις επιχειρήσεις είναι η Airbnb η οποία μέσω της ιστοσελίδας της δίνει τη δυνατότητα στους επισκέπτες της να κάνουν κράτηση σε μία μεγάλη ποικιλία καταλυμάτων ανά τον κόσμο αλλά και να διαθέτουν τα καταλύματα τους προς ενοικίαση. Η Airbnb ως μελέτη περίπτωσης παρουσιάζει μεγάλο ενδιαφέρον ειδικά για αγορές που στηρίζονται στον τουρισμό, όπως και η Ελλάδα. Η παρακάτω έρευνα έχει ως βάση τα ποσοτικά δεδομένα πρωτογενούς έρευνας τα οποία εξήχθησαν από ένα δείγμα 139 Ελλήνων επισκεπτών καταλυμάτων Airbnb. Βασικά συμπεράσματα που απορρέουν από την έρευνα αυτή είναι ότι οι Έλληνες καταναλωτές έχουν ως γνώμονα επιλογής τους την άνεση, την τοποθεσία και την εμπειρία που αποκομίζουν από τη διαμονή τους στα καταλύματα Airbnb.

**Λέξεις κλειδιά:** Airbnb, Κοινή Οικονομία, τουρισμός

## Incentives and Reasons for the Selection of Airbnb by Greek Consumers

**Aktsoglou Odysseas**  
**Business school, Mediterranean college, Thessaloniki**

### Abstract

In a constantly evolving world, where the internet has penetrated every aspect of our lives, there are plenty of opportunities for the development of new and innovative ideas, products and businesses. Airbnb is one of these businesses and through its website, it enables its guests to book a wide range of accommodation options around the world as well as to rent their places to potential visitors. Airbnb as a case study is of great interest especially for tourism-based markets, like Greece. The following research is based on primary research quantitative data from a sample of 139 Greek visitors to Airbnb accommodation places. Among others, the main findings of this research are that Greek consumers select Airbnb accommodation for its comfort, location and the sense of experience from their stay.

**Key words:** Airbnb, sharing economy, tourism

## Υπηρεσίες τοποθεσίας και προώθηση επιχειρήσεων

**Αρουτίνοβα Άννα, Λουκίδου Βασιλική, Μουστοπούλου Ειρήνη**  
**Σχολής Διοίκησης Επιχειρήσεων, Mediterranean College Θεσσαλονίκης**

### Περίληψη

Η Η&S είναι μια καινοτόμα εφαρμογή η οποία έχει ως σκοπό τη διαφήμιση των καταστημάτων στη Θεσσαλονίκη. Η εφαρμογή της Η&S απευθύνεται κυρίως σε καταστήματα εστίασης όπως είναι οι φούρνοι, οι καφετέριες και τα εστιατόρια. Επίσης, μπορεί να χρησιμοποιηθεί αποτελεσματικά και στις τράπεζες, τα φαρμακεία καθώς και στις τουριστικές επιχειρήσεις, όπως ξενοδοχεία και τουριστικά πρακτορεία. Τα καταστήματα θα διαφημίζονται μέσα από την εφαρμογή της Η&S, η οποία θα στέλνει ειδοποίηση στους καταναλωτές της που έχουν κατεβάσει την εφαρμογή στις συσκευές τους. Με αυτό τον τρόπο οι καταναλωτές θα ενημερώνονται για τα συνεργαζόμενα καταστήματα όταν θα βρίσκονται σε απόσταση ακτίνας 100 μέτρων από αυτά. Ο ανταγωνισμός για την εταιρία είναι έντονος, αλλά σε αντίθεση με τους ανταγωνιστές, στους οποίους οι ίδιοι οι καταναλωτές πρέπει να απευθυνθούν για να πάρουν πληροφορίες για ένα συγκεκριμένο κατάστημα, η εφαρμογή της Η&S απευθύνεται στους καταναλωτές με σκοπό την ενημέρωση για τα συνεργαζόμενα καταστήματα. Η καινοτομία αποτελεί το βασικό ανταγωνιστικό πλεονέκτημα της εταιρίας και με τον κατάλληλο στρατηγικό σχεδιασμό μπορεί να οδηγήσει στην επίτευξη των στόχων της.

**Λέξεις κλειδιά:** Υπηρεσίες τοποθεσίας, καινοτομία, προώθηση επιχειρήσεων

### Location services and business promotion

**Aroutinova Anna, Loukidou Vasiliki, Moustopoulou Eirini**  
**Business school, Mediterranean College, Thessaloniki**

### Abstract

H & S is an innovative application designed to promote firms in Thessaloniki, Greece. The application of H&S mainly addresses catering outlets such as bakeries, coffee shops and restaurants. It can also be used effectively in the banking industry, pharmacies as well as in tourism businesses, such as hotels and travel agencies. Companies will be advertised through the H&S application, which will send a notice to consumers who have downloaded the app to their devices. This way, consumers will be informed about partner stores when they are within 100 meters from them. The competition is intense, but in contrast to competitors, to which consumers themselves have to go to get information about a specific store, the H&S application addresses consumers in order to inform them about partner stores. Innovation is the main competitive advantage of the company and, with appropriate strategic planning, it can lead to achieving its goals.

**Keywords:** Location services, innovation, Business promotion



## Dotwork, Ωφέλιμη αναζήτηση εργασίας

**Κονάκη Αφροδίτη, Κοτσικόρος Γεώργιος, Σκαμαγκάς Δημήτριος,  
Σχολής Διοίκησης Επιχειρήσεων, Mediterranean College Θεσσαλονίκης**

### Περίληψη

Με τη δημιουργία της πλατφόρμας επιδιώκουμε να επιλύσουμε το πρόβλημα της εύρεσης της κατάλληλης εργασίας ενώ παράλληλα δίνουμε τη δυνατότητα στον εργοδότη να αναζητήσει τον ιδανικό εργαζόμενο με βάση τα δεδομένα της. Μέσα στην πλατφόρμα της Dotwork θα δημιουργηθούν δύο ενότητες, μία για τον εργαζόμενο και μία για τον εργοδότη. Ο υποψήφιος εργαζόμενος θα μπορεί να ανεβάσει το βιογραφικό του ενώ ο εργοδότης θα πρέπει να δημιουργήσει ένα εταιρικό προφίλ. Η καινοτομία που προσφέρει η Dotwork δίνει τη δυνατότητα στον εργοδότη να έρθει σε επικοινωνία με τους προμηθευτές λαμβάνοντας τη καλύτερη δυνατή τιμή μέσω της συνεργασίας μας. Η εταιρία διαφοροποιείται από τους ανταγωνιστές με την προσφορά της ενότητας για τους προμηθευτές. Βασικό κανάλι διανομής της υπηρεσίας θα είναι η ίδια η πλατφόρμα και ακολούθως τα Μέσα Μαζικής Ενημέρωσης όπως το internet και η τηλεόραση. Στόχος μας είναι να ειδικευτούμε στον πρωτογενή τομέα. Πιθανοί πελάτες θα είναι κτηνοτρόφοι, γεωργοί και όλες οι πιθανές αγορές που αφορούν τον πρωτογενή τομέα. Η απόφαση στόχευσης στον πρωτογενή τομέα βασίστηκε στο μέγεθός του στην Ελληνική αγορά και τις δυνατότητές του για μελλοντική ανάπτυξη. Τέλος, υπάρχει έντονος ανταγωνισμός στην αγορά, με τους βασικότερους ανταγωνιστές να είναι οι LinkedIn, Freelancer, και Workable.

**Λέξεις κλειδιά:** Εύρεση εργασίας, καινοτομία, πρωτογενής τομέας

### Dotwork, Beneficial job search

**Konaki Afroditi, Kotsikoros Georgios, Skamagkas Dimitrios,  
School of Business, Mediterranean College Thessaloniki**

### Abstract

The development of the specific platform will solve the problem of finding the right job while at the same time, giving the employer the opportunity to look for the ideal employee based on clear profile data. Within the Dotwork platform, there are two sections, one for employees and the other one for the employer. The prospective employee will be able to upload his resume and the employer will need to create a company profile. Moreover, Dotwork also enables the employer to communicate with suppliers taking the best possible price through our collaboration. The company will be differentiated from the competitors with the offering of the supplier search option. The main channel of service distribution will be the platform itself followed by mass media such as the internet, television and others. Our goal is to specialize in the primary sector. Potential customers will be breeders, farmers and all possible occupations working in the primary sector. The targeting decision was based on the size of the Greek primary sector and its potential for future development. Finally, there is extensive competition in the market with the main competitors to be LinkedIn, Freelancer and Workable.

**Keywords:** Job search, innovation, primary sector

## Καινοτόμοι και εναλλακτικοί τρόποι ενοικίασης αυτοκινήτων

**Μιχαηλίδης Βασίλειος,  
Σχολής Διοίκησης Επιχειρήσεων, Mediterranean College Θεσσαλονίκης**

### Περίληψη

Η Roadland είναι μία εναλλακτική υπηρεσία ενοικίασης οχημάτων και προσφέρει ένα καινοτόμο σύνολο υπηρεσιών για την Ελληνική αγορά. Σκοπός της Roadland δεν είναι να συγκριθεί με τους ανταγωνιστές της αλλά να ξεχωρίσει παρέχοντας ένα ανταγωνιστικότερο τελικό προϊόν. Έπειτα δίνονται πληροφορίες για τους τρόπους με τους οποίους θα είναι διαθέσιμη η υπηρεσία, το σύνολο των χαρακτηριστικών και των ανταγωνιστικών της πλεονεκτημάτων. Εντός της παρουσίασης θα συμπεριληφθεί μία ανάλυση του κοινού στο οποίο απευθυνόμαστε καθώς και προβλέψεις για την εποχικότητα του προϊόντος. Θα αναφερθούν ακόμα ανάγκες οι οποίες καλύπτονται μέσω της υπηρεσίας μας, δίνοντας την ευκαιρία στο κοινό μας να συλλογιστεί πώς θα μπορούσαν οι ίδιοι να επωφεληθούν από τις λύσεις που προσφέρουμε. Επιπροσθέτως θα παρουσιαστεί η ήδη υπάρχουσα αγορά όπως και οι υπάρχουσες λύσεις που διατίθενται στο ευρύ κοινό, σκιαγραφώντας ταυτόχρονα και τη συνολική δυναμική της αγοράς που απευθυνόμαστε καθώς και τις προοπτικές της για ανάπτυξη. Θα αναφερθούν οι κύριοι ανταγωνιστές που δραστηριοποιούνται στο χώρο, οι τιμές και τα προϊόντα τους. Τέλος εντός της παρουσίασης θα γίνει μία αναφορά για τους τρόπους με τους οποίους η Roadland θα επιχειρήσει να καταστήσει τις ενέργειές της κερδοφόρες, συμπεριλαμβάνοντας ακόμα και μία πρόβλεψη για το κόστος που θα μπορούσε να έχει μία τέτοια επένδυση.

**Λέξεις κλειδιά:** Ενοικίαση οχημάτων, καινοτομία, κοινή οικονομία

### Innovative and alternative car rental choices

**Michailidis Vasileios  
School of Business, Mediterranean College Thessaloniki**

### Abstract

Roadland is an alternative car rental service which offers an innovative set of services for the Greek market. Roadland's goal is not to be compared with its competitors but to stand out by providing a more competitive product portfolio. Additionally, information is provided on how the service will be available, its features and its competitive advantages. The presentation will include an analysis of the target audience, as well as predictions about the seasonality of the product. Market needs that are covered through the service will be mentioned, giving our audience the opportunity to reflect on how they could benefit from the solutions offered. In addition, the existing market will be presented along with the available solutions to the public, while illustrating the overall market dynamics and prospects for growth. We will mention the main competitors in the field, their prices and their products. Finally, within the presentation, there will be a report on how Roadland will attempt to make its actions profitable, including even a forecast of the costs that such an investment could have.

**Key words:** Car rental, innovation, sharing economy

## Επιχειρηματική καθοδήγηση

Πηλαβάκη Ελένη

Σχολής Διοίκησης Επιχειρήσεων, Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης

### Περίληψη

Η καθοδήγηση επιχειρήσεων ή αλλιώς επιχειρηματική καθοδήγηση (business coaching) είναι μία από τις επαγγελματικές προσεγγίσεις/ τεχνικές που μπορεί να ακολουθήσει μια επιχείρηση με σκοπό να προβεί σε αλλαγές που είτε αφορούν όλους τους τομείς της είτε συγκεκριμένους τομείς της δραστηριότητας της. Επίσης το coaching είναι μια πολύ σημαντική πρακτική που μπορεί να χρησιμοποιηθεί για την ανάπτυξη του ανθρώπινου δυναμικού, έχει πολλούς ορισμούς εντούτοις μια κοινή πτυχή είναι η εστίαση στη βελτίωση των επιδόσεων. Η συγκεκριμένη παρουσίαση περιγράφει τα θεμέλια της επιχειρηματικής καθοδήγησης, τις αρχές και την εξέλιξη της. Λόγω της επιμελούς επικέντρωσης στην βελτίωση και στην ανάπτυξη, το Business Coaching, πολύ γρήγορα έγινε η προτιμώμενη προσέγγιση/ μέθοδος που χρησιμοποιούν οι επιχειρηματίες γιατί θεωρείται σαν ο πιο χρονικά βιώσιμος, επαρκής και αποτελεσματικός τρόπος για να επιτευχθούν οι στόχοι τους. Λόγω της ιδιομορφίας των Ελληνικών επιχειρήσεων (μικρές έως πολύ μικρές) η παρουσίαση θα επιδιώξει να δώσει στους ιδιοκτήτες / διαχειριστές μικρών επιχειρήσεων εμπειρογνωμοσύνη, πρακτική και οικονομικά αποδοτική καθοδήγηση σχετικά με τον στρατηγικό και επιχειρηματικό προγραμματισμό. Τονίζει τη σπουδαιότητα των άνθρωπων στην επιτυχία των επιχειρήσεων και της συμμετοχής των εργαζομένων στις επιχειρηματικές αποφάσεις. Το άρθρο τελειώνει με μια ματιά στο μέλλον.

**Λέξεις κλειδιά:** Καθοδήγηση επιχειρήσεων, απόδοση επιχειρήσεων

### Business coaching

Pilavaki Eleni

Aristotle University of Thessaloniki

### Abstract

Business coaching is one of the professional approaches / techniques that a business can pursue in order to make changes to either all of its areas or specific areas. Additionally, coaching is a very important method that can be used to develop human potential. Despite the many definitions, coaching can be defined as supporting and focusing on improving business performance. This presentation describes the foundations of business leadership, its principles and its evolution. Due to the careful focus on improvement and growth, Business Coaching becomes the preferred approach / method used by entrepreneurs since it is the most sustainable, efficient and effective way to achieve their goals. Due to the distinctiveness of Greek firms (small and very small companies), the presentation will seek to give small business owners / managers expertise, practice advice and economic guidance regarding strategic and business planning. Finally, it emphasizes the importance of people in the success of business and the involvement of employees in business decisions. The presentation ends at a glance in the future.

**Keywords:** Business coaching, Business performance

## Η Κρίση στο τμήμα ανθρώπινου δυναμικού: Η περίπτωση της Ryan air

Ουζούνης Ελευθέριος  
Σχολής Διοίκησης Επιχειρήσεων, Mediterranean College Θεσσαλονίκης

### Περίληψη

Σε μια παγκόσμια δυναμική αγορά, οι εταιρείες πρέπει να επικεντρωθούν περισσότερο στη σημασία του ανθρώπινου παράγοντα. Η έντονη ανταγωνιστικότητα και η αστάθεια της νέας παγκόσμιας οικονομίας αναβαθμίζουν τη διαχείριση των ανθρώπινων πόρων σε μια στρατηγική συμμαχία για την επίτευξη της αειφορίας και της κερδοφορίας των επιχειρήσεων. Πολλές επιχειρήσεις αναπτύσσονται και ευδοκούν, ωστόσο, κατά καιρούς προκύπτουν διάφορα ζητήματα. Ο κύριος σκοπός αυτής της παρουσίασης είναι η κριτική διερεύνηση ενός προβλήματος που αντιμετώπισε η μεγάλη αεροπορική εταιρεία χαμηλού κόστους Ryanair. Πιο συγκεκριμένα εστιάζει στο ζήτημα των απεργιών των εργαζομένων, το οποίο αποτελεί πρόκληση για πολλές επιχειρήσεις φιλοξενίας όσον αφορά τη διαχείριση των ανθρώπινων πόρων. Η παρούσα μελέτη αποτελείται από έξι μέρη. Αρχικά, δίνονται κάποια στοιχεία όσον αφορά τη Ryanair αναφέροντας τα πιο σημαντικά γεγονότα σχετικά με την επιχείρηση. Στη συνέχεια, εντοπίζεται το ζήτημα των απεργιών των εργαζομένων και τα αιτία τους. Το τρίτο τμήμα παρουσιάζει τις επιπτώσεις αυτού του προβλήματος στις βασικές υπηρεσίες του οργανισμού. Στη συνέχεια, προτείνονται λύσεις που θα βοηθήσουν τον οργανισμό να αντιμετωπίσει αποτελεσματικά το πρόβλημα. Τέλος, εξετάζονται οι ευρύτερες οργανωσιακές επιπτώσεις.

**Λέξεις-κλειδιά:** Διαχείριση ανθρώπινου δυναμικού, Ryanair, απεργίες, σχέσεις εργαζομένων, συνθήκες εργασίας, αποζημίωση, ικανοποίηση από την εργασία, μάρκα εργοδότη

## **Crisis in human resources management: The case of RYANAIR**

**Ouzounis Eleftherios**

**School of Business, Mediterranean College Thessaloniki**

### **Abstract**

In a global dynamic market place, companies need to be much more focused on the importance of the human factor. The intense competitiveness and instability of the new world economy are literally upgrading human resources management into a strategic alliance in business sustainability and profitability. Many organizations are growing and prospering however, there are various issues occurring at times. The main purpose of this report is the critical investigation of an identified problem of the large low-cost airline company Ryanair. More specifically this presentation focuses on the issue of employees' strikes which is a challenge for many businesses in human resources management in the hospitality industry. The current study has been organised in the following way and is divided into six parts. Firstly, Ryanair is being introduced by mentioning some important facts about the company. Secondly, the problem is identified and, more specifically, the issue of workers' strikes and their causes. The third section presents the impacts and implications of that problem on the key departments within the organization. Furthermore, suggested solutions are included in order to help the organization to effectively deal with the problem. Finally, there is a review of the broader organizational implications.

**Keywords:** human resources management, Ryanair, strikes, employee relations, working conditions, compensation, job satisfaction, employer brand

# School of Health & Sports Science

## BSc (Hons) Physiotherapy- BSc (Hons) Logotherapy

### Editors

Δρ. Μαρία Μήτσιου, Ακαδημαϊκή Υπεύθυνη Σχολής Επιστημών Υγείας & Αθλητισμού-Φυσιοθεραπείας, Mediterranean College Θεσσαλονίκης

Δρ. Γεωργία Κούπκα, Ακαδημαϊκή Υπεύθυνη Σχολής Σχολής Επιστημών Υγείας & Αθλητισμού-Λογοθεραπείας, Mediterranean College Θεσσαλονίκης

## Μια τυχαιοποιημένη έρευνα μελέτης της επίδρασης των στατικών διατάσεων των κάτω άκρων στο επίπεδο του πόνου λόγω του πόνου ανάπτυξης

**Ζαχοπούλου Δέσποινα**

**Σχολή Σχολής Επιστημών Υγείας & Αθλητισμού-Φυσιοθεραπείας, Mediterranean College  
Θεσσαλονίκης**

### Περίληψη

Μια κοινή διαμαρτυρία μεταξύ των μικρών παιδιών είναι το άλγος στα κάτω άκρα, λόγω του πόνου ανάπτυξης. Επηρεάζει το 2,6% έως 49,4% των παιδιών. Η ασθένεια αυτή, παραμένει ασαφής σχετικά με τα αίτια και την θεραπεία της. Θεωρείται ως ένας μη αρθρικός πόνος, ο οποίος επηρεάζει συνήθως και τα δύο κάτω άκρα, με έναρξη αργά το απόγευμα, που μπορεί να οδηγήσει σε αφύπνιση ενός παιδιού και επιλύεται το πρωί. Υπάρχει μια πιθανή συσχέτιση μεταξύ των αυξημένων επιπέδων δραστηριότητας και της ύπαρξης αυτής της κατάστασης. Μια πολλά υποσχόμενη αντιμετώπιση είναι οι διατάσεις των κάτω άκρων. Σκοπός της εργασίας είναι να διερευνήσει την αντιμετώπιση επίπεδου του πόνου ανάπτυξης μέσω στατικών διατάσεων. Πώς οι στατικές διατάσεις των κάτω άκρων επηρεάζουν τον πόνο που αισθάνεται τα παιδιά στα κάτω άκρα (χρησιμοποιώντας την κλίμακα Wong-Baker) που προκαλείται από τον πόνο ανάπτυξης; Η εκτέλεση στατικών διατάσεων των κάτω άκρων μειώνει τον πόνο ανάπτυξης σε παιδιά ηλικίας έξι έως έντεκα ετών. Η εκτέλεση στατικών διατάσεων των κάτω άκρων δεν μειώνει τον πόνο ανάπτυξης σε παιδιά ηλικίας έξι έως έντεκα ετών. Δείγμα 45 παιδιών, ηλικίας 6 έως 11 ετών, κάτοικοι Θεσσαλονίκης και διαγνωσμένων με πόνο ανάπτυξης, θα συμπεριληφθούν στην εργασία αυτή. Οι συμμετέχοντες θα κατανέμονται τυχαία είτε στην ομάδα ελέγχου (ομάδα Α - τυποποιημένες τεχνικές διαχείρισης) είτε στην ομάδα παρέμβασης (ομάδα Β - τυποποιημένες τεχνικές διαχείρισης με την προσθήκη στατικών διατάσεων). Η περίοδος παρέμβασης θα διαρκέσει 12 εβδομάδες και η αξιολόγηση του επιπέδου και της συχνότητας του πόνου που βιώνουν οι συμμετέχοντες, θα πραγματοποιηθεί πριν από την έναρξη της δοκιμής, στις 6 εβδομάδες και στη συνέχεια στο τέλος της δοκιμής. Αποδεκτό επίπεδο σπουδαιότητας  $p < 0,05$ , μη σχετιζόμενα άτομα με δεδομένα επιπέδου διαστήματος τα οποία θα αναλυθούν εφαρμόζοντας unrelated t-test.

**Λέξεις κλειδιά:** διατάσεις, πόνος ανάπτυξης, φυσικοθεραπεία

## **A single blinded randomized study to investigate the effect of quadriceps, hamstrings and surae muscles' stretching on young population suffering from growing pain at lower extremities**

**Zachopoulou Despina**

**School of Health & Sports Science-BSc (Hons) Physiotherapy, Mediterranean College  
Thessaloniki**

### **Abstract**

A common complain among young children is painful lower extremities, due to growing pain. Growing pain affects the 2.6% to 49.4% of children. It is considered as a non-articular pain, which affects commonly both of the lower limbs, with onset at late afternoon which may results in awakening a child from sleep and that resolves by morning. A possible correlation exists between increased activity levels and growing pain. Until now, there has not been an evidence based treatment approach. A promising management seems to be the performance of stretching exercises of low extremities. This proposed study aims to explore this theory. How does static quadriceps, hamstrings and surae stretching influence the pain felt by children at lower extremities (using the Wong-Baker scale) caused by growing pain? Performing static quadriceps, hamstrings and surae stretching reduce pain in children aged six to eleven years old due to growing pain at their lower extremities. Performing static quadriceps, hamstrings and surae stretching do not reduce pain in children aged six to eleven years old due to growing pain at their lower extremities. Forty five (45) participants who are aged from 6 to 11 years old diagnosed with growing pain and residents of Thessaloniki will be involved in the study via two pediatric orthopaedic doctors who work on the area of Thessaloniki. Subjects will be divided randomly in either control group (group A – standard management) or into the intervention group (group B – additional stretching exercises to standard management). The intervention will last 12 weeks, the intervention group will met a band 6 physiotherapist twice per week. An evaluation of the level of pain experienced will be performed before the onset of the trial, at 6 weeks and then at the end of the trial. The data will be analyzed by t-test while, level of significance is set at  $p < 0.05$ .

**Keywords:** growing pain, stretching, physiotherapy



## Η σημασία της ενημερωμένης επιλογής και συγκατάθεσης στη μαιευτική φροντίδα

Καρατζίδαη Αικατερίνη

Σχολή Μαιευτικής, Αλεξάνδρειο Τεχνολογικό Εκπαιδευτικό Ίδρυμα Θεσσαλονίκης

### Περίληψη

Η ενημερωμένη επιλογή και λήψη συγκατάθεσης στη σύγχρονη άσκηση της μαιευτικής φροντίδας αποτελεί θεμέλιο για την ποιότητα και τη δεοντολογική της λειτουργία, συνυφασμένη με τις σύγχρονες στρατηγικές για τη λειτουργία των συστημάτων και υπηρεσιών υγείας με επίκεντρο τον άνθρωπο. Ως ενημερωμένη συγκατάθεση ορίζεται η διαδικασία μέσα από την οποία ο αποδέκτης των υπηρεσιών υγείας λαμβάνει μια πλήρως ενημερωμένη απόφαση, ύστερα από επαρκή πληροφόρηση και επεξήγηση της διαδικασίας στην οποία πρόκειται να υποβληθεί, καθώς και των κινδύνων και ωφελειών της εφαρμογής της. Δίνει ιδιαίτερη έμφαση στα δικαιώματα των γυναικών σχετικά με την προγεννητική, περιγεννητική και μεταγεννητική τους φροντίδα. Επικεντρώνεται στις ανάγκες των γυναικών, των οικογενειών και των νεογνών/ εμβρύων τους και στην παροχή φροντίδας με επίκεντρο τις ίδιες τις γυναίκες (γυναίκοκεντρική φροντίδα). Έχει οφέλη τόσο για τους αποδέκτες των υπηρεσιών υγείας, όσο και για τους επαγγελματίες υγείας, που δείχνουν το βαθμό ικανοποίησης των γυναικών από τη φροντίδα που λαμβάνουν και των μαιών/μαιευτών από την προσφορά αυτών των υπηρεσιών φροντίδας προς αυτές. Η διαδικασία λήψης της συνιστάται να προσεγγίζεται με επιμέλεια και ευφύια και να προσαρμόζεται ανάλογα με την κατάσταση της γυναίκας. Ωστόσο στην περίπτωση του επείγοντος που ο επαγγελματίας υγείας οφείλει να δράσει άμεσα ακολουθείται η αρχή του ωφελείν ή μη βλάπτειν και ο ιατρός ή μαιία/μαιευτής πράττει με βάση το συμφέρον της γυναίκας. Εξίσου σημαντική είναι η ενημερωμένη συγκατάθεση στην έρευνα στο χώρο της υγείας. Πριν τη διεξαγωγή μιας έρευνας στις περισσότερες περιπτώσεις χρειάζεται η λήψη αποκλειστικά έγγραφης συγκατάθεσης. Τέλος, η ενημερωμένη συγκατάθεση είναι σημαντική στην φροντίδα της γυναίκας καθ' όλη την διάρκεια της αναπαραγωγικής της περιόδου ξεκινώντας από τον οικογενειακό προγραμματισμό, τον προγεννητικό έλεγχο ακόμη και την υποβοηθούμενη αναπαραγωγή με στόχο την επίτευξη μιας υγιούς εγκυμοσύνης και καταλήγοντας στην φροντίδα της γυναίκας κατά τον τοκετό, συμπεριλαμβανομένου και του τοκετού στο σπίτι και τη φροντίδα του νεογνού.

**Λέξεις κλειδιά:** μαιευτική φροντίδα, συγκατάθεση

## The importance of informed choice and consent in midwifery care

Karatzidi Aikaterini,

Depar. of Midwifery, Alexander Technological Educational Institute of Thessaloniki  
Αλεξάνδρειο Τεχνολογικό Εκπαιδευτικό Ίδρυμα Θεσσαλονίκης

### Abstract

Informed choice and consent to the modern midwifery care is a foundation for its quality and ethical function, inherent in modern strategies for the operation of people-centred health systems and services. Informed consent is defined as the procedure by which the recipient of the health services takes a fully informed decision after receiving adequate information and explanation for the procedure she/he is going to be submitted and of the risks and benefits of its implementation. Informed consent places particular emphasis on the rights of women in their prenatal, perinatal and postnatal care. It focuses on the needs of women, their families and their newborns / embryos and on the provision of care focused on women themselves (women-centered care). Informed consent has benefits for both recipients of health services and health professionals. These benefits show how satisfied women are with the care they receive and midwives from offering these care services to them. The process for obtaining it must be approached with care and intelligence and adapted according to the condition of the woman. However, in the case of emergency, in which the health professional must act directly, the principle of benefit or harm is followed, and the medical practitioner or midwife shall act in the interest of the woman. Equally important is informed consent to health research. Prior to conducting an investigation in most cases, written consent, and not any other type of consent, is required. Finally, informed consent is important in the care of the woman throughout her reproductive period, starting with family planning, assisted reproduction and prenatal control with the aim of achieving a healthy pregnancy and ending with the care of the woman during childbirth, including home birth and neonatal care

**Keywords:** informed consent, midwifery care

## Φυσικοθεραπευτήριο Αθλητικών Κακώσεων

Καζάντη Μαρία Καλοτίνα

Σχολή Σχολής Επιστημών Υγείας & Αθλητισμού-Φυσιοθεραπείας, Mediterranean College  
Θεσσαλονίκης

### Περίληψη

Η αθλητική φυσικοθεραπεία εφαρμόζεται και απασχολεί όλες τις κοινωνικές ομάδες και ηλικίες, αφού ο αθλητισμός είναι στάση ζωής. Άτομα που ασχολούνται με τον αθλητισμό ερασιτεχνικά ή και επαγγελματικά χρειάζονται φυσικοθεραπευτική αντιμετώπιση για σύνηθες τραυματισμούς όπως διαστρέμματα, κατάγματα, τενοντίτιδες και μυϊκούς πόνους. Η αθλητική φυσικοθεραπεία, λοιπόν, είναι μια μέθοδος αντιμετώπισης αθλητικών κακώσεων και αποκατάστασης, λόγω καταπόνησης, εντατικής προπόνησης και τραυματισμών. Σκοπός της παρούσας εργασίας είναι η ανάδειξη της σημασίας της οργάνωσης προτύπων φυσικοθεραπευτικών κέντρων που ασχολούνται με μυοσκελετικά περιστατικά. Πραγματοποιήθηκε βιβλιογραφική αναζήτηση στις βάσεις δεδομένων Medline, Scopus και Cochrane την τελευταία δεκαετία. Από την αναζήτηση προέκυψε ότι η αθλητική φυσικοθεραπεία είναι μια εξειδίκευση με ιδιαίτερα ερευνητικά ευρήματα και εμπλουτισμό των θεραπευτικών πρωτοκόλλων. Ωστόσο, για την ομαλή λειτουργία είναι απαραίτητη η δημιουργία ενός άρτια εξοπλισμένου θεραπευτηρίου με το κατάλληλο ανθρώπινο δυναμικό. Σύμφωνα με ερευνητές, ο φυσικοθεραπευτής σε αυτές τις περιπτώσεις παρουσιάζει στον αθλητή συμβουλές για την ασφαλέστερη σωματική άσκηση, προγράμματα για την αποκατάσταση του τραυματισμού, εκπαίδευση του αθλητή για αποφυγή μελλοντικών τραυματισμών και επαναδραστηριοποίηση. Οι χώροι φυσικοθεραπείας που σχετίζονται με αθλητές θα πρέπει να είναι εξοπλισμένοι με τα κατάλληλα όργανα αξιολόγησης και θεραπείας για την καλύτερη αποκατάστασή τους. Πρόκειται για εξοπλισμό όπως, συσκευή ηλεκτροθεραπείας, στατικό ποδήλατο, συσκευή υπερήχων, συσκευή ηλεκτρομαλάξεων, διάδρομο βαδίσεως, στρώματα για ασκήσεις εδάφους, μπάλες για εκμάθηση ισορροπίας, τροχό ώμου, συσκευή ποδοκνημικής κ.α. Ο κατάλληλος εξοπλισμός σε ένα πρότυπο αθλητικό φυσικοθεραπευτήριο, όπως και το προφίλ του επαγγελματία υγείας “Φυσικοθεραπευτή” θα πρέπει να διέπεται από επιστημονικότητα, εξειδίκευση και να πληρεί τους κανόνες διασφάλισης ποιότητας και παροχής υπηρεσιών. Από τα αποτελέσματα φάνηκε ότι το περιβάλλον του φυσικοθεραπευτηρίου είναι απαραίτητο να εμπνέει στον ασθενή ασφάλεια, σιγουριά και επαγγελματισμό, ώστε ο ασθενής να νιώθει οικεία και να υπάρξει αποτελεσματική επικοινωνία θεραπευτή-ασθενή, η οποία παίζει καθοριστικό ρόλο στην βέλτιστη αποκατάστασή του.

**Λέξεις κλειδιά:** αθλητική φυσικοθεραπεία, εξοπλισμός, αποκατάσταση, αθλητικές κακώσεις

## Physiotherapy in Sport Injuries

Kazanti Maria Kalotina

School of Health & Sports Science-BSc (Hons) Physiotherapy, Mediterranean College  
Thessaloniki

### Abstract

Sports physiotherapy is applied and concerned by all social groups and ages, since sports is a lifestyle. Individuals who are engaged amateur or professional in sports need physiotherapeutic treatment for common injuries such as sprains, fractures, tendinitis and muscular pain. Sport physiotherapy, therefore, is a method of treating athletic injuries and rehabilitation due to strain, intensive training and injuries. The aim of this presentation is to highlight the importance of organizing the standards of physiotherapy centers that dealing with musculoskeletal events. A bibliographic research has been conducted on Medline, Scopus and Cochrane databases over the last decade. The research revealed that sport physiotherapy is a specialty with highly research findings and enrichment of therapeutic protocols. However, for the segue operation it is necessary to create a well equipped center with the appropriate workforce. According to researchers, the physiotherapist in this cases presents advices to the athlete for safer physical exercises, injury recovery programs, train the athlete to avoid future injuries and reactivation Physiotherapy centers associated with athletes should be equipped with the appropriate assessment and treatment instruments to improve their rehabilitation. These are equipment such as electrotherapy, static bicycle, ultrasonic device, electromaying device, treadmill, gymnastic mat for ground exercises, equalizing balls, shoulder wheel, ankle devices, etc. The appropriate equipment in a standard sport physiotherapy center should be governed by science, specialization and fulfill the quality assurance and service standards as well as the profile of healthcare professional 'Physiotherapist'. The results showed that the physical therapist's environment is necessary to inspire the patient with safety, security and professionalism so that the patients feels familiar and to occur patient- therapist communication that plays a decisive role in optimal rehabilitation.

**Key words:** Sports physiotherapy, Equipment, Rehabilitation, Sports injuries

## Διαχείριση άγχους σε διάφορες πτυχές της καθημερινότητας

Στρογγύλης Χρήστος

Σχολή Σχολής Επιστημών Υγείας & Αθλητισμού-Φυσιοθεραπείας, Mediterranean College  
Θεσσαλονίκης

### Περίληψη

Το άγχος είναι μια δυσάρεστη, σύνθετη συναισθηματική κατάσταση, όπου υπάρχουν αισθήματα φόβου για έναν απροσδιόριστο κίνδυνο. Μέχρι ενός σημείου θεωρείται φυσιολογικό και χρήσιμο για την ανθρώπινη προσωπικότητα και μπορεί να αποτελέσει την ψυχολογική ετοιμότητα για έναν επερχόμενο κίνδυνο, αλλά σε υπερβολικό βαθμό πρόκειται για νοσηρή κατάσταση. Σκοπός της παρούσας εργασίας είναι η ανάδειξη της διαχείρισης του άγχους στην καθημερινότητα. Χρησιμοποιήθηκε σύγχρονη βιβλιογραφία μέσω των βάσεων δεδομένων Medline, Scopus και Cochrane. Από τα αποτελέσματα συμπεραίνεται ότι το άγχος συγγέεται με το στρες, αλλά στην πραγματικότητα είναι δυο διαφορετικές καταστάσεις. Επίσης, το άγχος διαφέρει από τον φόβο, όπου εκεί η πηγή του κινδύνου είναι γνωστή και αντιμετωπίσιμη. Σύμφωνα με τους ερευνητές, τα συμπτώματα του άγχους διακρίνονται σε ψυχολογικά και σωματικά, όπως είναι η ανησυχία και η ανυπομονησία, το αίσθημα απροσδιόριστου φόβου και αγωνίας, η νευρικότητα, η διάσπαση προσοχής, η δυσκολία στη συγκέντρωση και το αίσθημα μειωμένης αντιληπτικής ικανότητας. Στα σωματικά συμπτώματα συγκαταλέγονται: δύσπνοια, αίσθημα πνιγμού, αίσθημα "κόμπου στο λαιμό", πόνος στο στήθος, δυσκαταποσία, αίσθημα παλμών, κρύα χέρια, λιποθυμική τάση, ξηροστομία, ανορεξία, ναυτία, ίλιγγος, κοιλιακά άλγη, μυϊκή τάση, κινητική ανησυχία, τρόμος, αδυναμία, ζάλη, εφίδρωση και συχνοουρία. Ο Freud ήταν εκείνος, που πρώτος εισηγήθηκε τον κρίσιμο ρόλο, που παίζει το άγχος στο σχηματισμό νευρωτικών και ψυχοσωματικών καταστάσεων. Σύμφωνα με τον Spielberger, το παροδικό άγχος αναφέρεται στην υπάρχουσα ή άμεση συναισθηματική κατάσταση που χαρακτηρίζεται από ανησυχία και ένταση. Το άγχος ως χαρακτηριστικό προσωπικότητας αναφέρεται στην προδιάθεση να αντιλαμβάνεται κανείς συγκεκριμένες καταστάσεις ως απειλητικές και να αντιδρά σε αυτές με ποικίλα επίπεδα παροδικού άγχους. Βάσει της θεωρίας γίνεται ξεκάθαρο ότι πρέπει να δοθεί έμφαση στο ερέθισμα που προκαλεί το παροδικό άγχος, στις γνωστικές διαδικασίες που ερμηνεύουν το ερέθισμα ως απειλητικό και στις συμπεριφορές, που εκδηλώνονται ως απάντηση στην αντιλαμβανόμενη απειλή. Αξίζει να σημειωθεί ωστόσο ότι δεν μπορούν όλοι οι άνθρωποι να διαχειριστούν το άγχος, όμως μπορούν να εφαρμόσουν κάποια τεχνική χαλάρωσης για κρίσεις άγχους η οποία είναι πολύ βασική και εύκολη έχοντας ως στόχο τη χαλάρωση του νευρικού συστήματος. Χαρακτηριστικά παραδείγματα είναι οι αναπνευστικές ασκήσεις, η ρύθμιση της αναπνοής, η άσκηση και η χαλάρωση των μυών.

**Λέξεις κλειδιά:** άγχος, στρες, αναπνευστικές ασκήσεις, αναπνευστική φυσικοθεραπεία

## Managing stress in various aspects of everyday life

Strongylis Christos

School of Health & Sports Science-BSc (Hons) Physiotherapy, Mediterranean College  
Thessaloniki

### Abstract

Stress is an unpleasant complex emotional state where there are feelings of fear for an undetermined risk. Up to a point, it is considered normal and useful for an imminent danger but in an excessive degree it is a morbid condition. The purpose of this work is to highlight anxiety management in everyday life. Modern literature was used through the Medline, Scopus and Cochrane databases. The results showed that the stress is highly related with anxiety, but in reality they are two different states. Anxiety differs from fear where the source of the risk is known and can be treated. According to the researchers the symptoms of anxiety are distinguished to psychological and physical. The psychological symptoms include: restlessness, impatience, a feeling of indeterminate fear and anxiousness, nervousness, lack of concentration and a low feeling of perceptive ability. In addition, the physical symptoms include: dyspnea, choking, sore throat, chest pain, stiffness, palpitations, cold hands, fainting, dry mouth, anorexia, vertigo, abdominal pain, muscle tension, kinetic anxiety, terror weakness, dizziness sweating and frequent urination. Freud was the first who initially suggested the critical role of the anxiety in the formation of neurotic and psychosomatic conditions. According to Spielberger, transient anxiety refers to an existing or immediate emotional condition which is characterised by anxiety and tension. The anxiety as a personality trait, refers to the predisposition to perceive specific situations as threatening and responding to those with varying levels of transient anxiety. Based on that theory, emphasis must be given on the stimulus that caused the transient anxiety and stress; the cognitive processes that interpret the stimulus as threatening, and behaviors that occur in response to the perceived threat. It is worth noting that not all the people can manage stress and anxiety, but they can apply some basic relaxation techniques for anxiety attacks in order to relax the nervous system. Typical examples are breathing exercises, breathing regulation, techniques for muscle relaxation and aerobic exercise.

**Keywords:** stress, anxiety, respiratory exercises, respiratory physiotherapy

## Οργάνωση και λειτουργία Φυσικοθεραπευτηρίου

Τσαρτσίου Ιωάννα

Σχολή Σχολής Επιστημών Υγείας & Αθλητισμού-Φυσιοθεραπείας, Mediterranean College  
Θεσσαλονίκης

### Περίληψη

Η Φυσικοθεραπεία είναι η θεραπευτική προσέγγιση που βασίζεται στα φυσικά μέσα (κίνηση, φως, νερό, ηλεκτρικό ρεύμα κ.α) όπου χρησιμοποιούνται από τον εξειδικευμένο επαγγελματία υγείας φυσικοθεραπευτή, για την θεραπεία του ανθρωπίνου σώματος. Στην παρούσα συστηματική ανασκόπηση θα αναφερθούμε συγκεκριμένα για την παιδιατρική φυσικοθεραπεία όπου διαφοροποιείται από τη φυσικοθεραπεία ενηλίκων, καθ' ότι απευθύνεται στο παιδί όπου είναι ένας συνεχώς εξελισσόμενος οργανισμός, ο οποίος σε αντίθεση με τον ενήλικα έχει μεγαλύτερη πλαστικότητα εγκεφάλου και δυναμική. Βασικός σκοπός στην παρουσίαση που θα ακολουθήσει είναι η ενημέρωση για την εκπαίδευση του νεαρού ατόμου βάσει των φυσιολογικών σταδίων ανάπτυξης, ώστε να ανεξαρτητοποιηθεί κινητικά, ενεργώντας στο περιβάλλον του. Ο φυσικοθεραπευτής γνωρίζει ότι το παιδί με το οποίο δουλεύει είναι ενεργό μέλος μιας οικογένειας. Έτσι θα πρέπει να δουλέψει με την οικογένεια, ιδιαίτερα με εκείνα τα μέλη που περνούν πολλές ώρες της ημέρας με το παιδί και να τα εκπαιδεύσει πάνω στο θεραπευτικό πρόγραμμα, όχι μόνο για να επιτύχουν ένα καλύτερο λειτουργικό αποτέλεσμα, αλλά και για να αναπτύξουν στο παιδί υπευθυνότητα, αυτοεκτίμηση και ανεξαρτητοποίηση. Η οικογένεια θα πρέπει να παρέχει στο παιδί συνεχή και σταθερή υποστήριξη επιτρέποντάς του να αναπτυχθεί και να γίνει ώριμο και ανεξάρτητο, μέσα στα πλαίσια της αίσθησης ασφάλειας που μόνο αυτή μπορεί να παρέχει. Εξίσου σημαντικός είναι και ο χώρος στον οποίο το κέντρο θα διαμορφωθεί όπως και ο σύγχρονος εξοπλισμός και οι νέες τεχνολογίες. Είναι απαραίτητο ο φυσικοθεραπευτής να ακολουθεί τις σύγχρονες μεθόδους αποκατάστασης εστιάζοντας πάντα στο παιδί.

**Λέξεις κλειδιά:** παιδιατρική φυσικοθεραπεία, εξοπλισμός, αποκατάσταση, παιδιατρικές παθήσεις

## Organization and operation of the Physical Therapy

Tsartsiou Ioanna

School of Health & Sports Science-BSc (Hons) Physiotherapy, Mediterranean College  
Thessaloniki

### Abstract

Physiotherapy is the therapeutic approach based on physical means (motion, light, water, electricity, etc.) where it is used by a qualified physiotherapist for the treatment of the human body. In this systematic review we will specifically refer to pediatric physiotherapy where it differs from adult physiotherapy, as it is addressed to the child where it is a constantly evolving organism, who, unlike the adult, has greater brain plasticity and dynamism. The main purpose in the presentation that follows will be to educate the young person on the normal stages of development in order to become independent in his / her environment. The physiotherapist knows that the child he works with is an active family member. So she has to work with the family, especially with those members who spend many hours of the day with the child and train them on the healing program, not only to achieve a better working result, but also to develop responsibility to the child, self-esteem and independence. The family should provide the child with constant and steady support by allowing them to grow and become mature and independent within the sense of security that only they can provide. Equally important is the space in which the center will be shaped as well as modern equipment and new technologies. Physiotherapist needs to follow modern methods of rehabilitation, always focusing on the child.

**Keywords:** pediatric physiotherapy, equipment, rehabilitation, pediatric diseases



## Συμβουλευτική στη Λογοθεραπεία, Σωστή Χρήση της Φωνής

Παρασκευή Αθανασιάδου, Φανή Μπράχα  
Σχολή Σχολής Επιστημών Υγείας & Αθλητισμού-Λογοθεραπείας, Mediterranean College  
Θεσσαλονίκης

### Περίληψη

Η επικοινωνία είναι μια σημαντική ανάγκη του ανθρώπου, η οποία εξυπηρετεί την ανταλλαγή πληροφοριών, απόψεων και συναισθημάτων. Υπάρχει η λεκτική και η μη λεκτική επικοινωνία. Η μη λεκτική επικοινωνία μπορεί να χαρακτηριστεί ως «σιωπηρή γλώσσα», όπως για παράδειγμα ένα νεύμα, η στάση του σώματος, η βλεμματική επαφή, οι εκφράσεις του προσώπου. Από την άλλη μεριά, στη λεκτική επικοινωνία ανήκει ο γραπτός λόγος π.χ. επιστολές, sms, άρθρα, γραπτά εγχειρίδια και ο προφορικός λόγος, όπου είναι το ηχητικό ερέθισμα που παράγεται από τα γλωσσικά όργανα π.χ. συζητήσεις, τηλεφωνικές συνομιλίες. Με άλλα λόγια, στη λεκτική επικοινωνία χρησιμοποιούμε τη φωνή μας. Τα χαρακτηριστικά που μπορεί να αλλοιώσουν τη φωνή μας είναι η ένταση, η ποιότητα, ο τόνος και η αντήχηση. Πολλές φορές αυτά τα χαρακτηριστικά αλλοιώνονται εξαιτίας της κακής χρήσης της φωνής. Ορισμένοι λόγοι -εκτός από τους ιατρικούς, που ευθύνονται γι' αυτό είναι και στοιχεία της προσωπικότητας ενός ατόμου, όπως οι άνθρωποι που μιλούν βιαστικά, οι ανυπόμονοι που μιλούν χωρίς να περιμένουν τη σειρά τους, οι παρορμητικοί, οι επιθετικοί, οι ανταγωνιστικοί, οι αγχώδεις. Ορισμένες ευπαθείς ομάδες που εμφανίζουν διαταραχή φωνής είναι οι επαγγελματίες που χρησιμοποιούν συχνά τη φωνή τους, όπως π.χ. οι τραγουδιστές, οι δάσκαλοι, οι θεραπευτές που συναναστρέφονται συνεχώς με ασθενείς, οι μηχανικοί όπου εργάζονται σε θορυβώδες περιβάλλον ή άτομα που κάνουν καταχρήσεις (αλκοόλ/κάπνισμα). Οι επιπτώσεις που μπορεί να προκύψουν από τις διαταραχές φωνής λόγω κακής χρήσης της μπορεί να έχουν σοβαρές επιπτώσεις στη σωματική αλλά και στη ψυχική υγεία ενός ατόμου. Ορισμένες συμβουλές για την αποφυγή δυσάρεστων καταστάσεων στην ομιλία μας είναι η εστίαση της προσοχής μας στη στοματική υγιεινή (ενυδάτωση), χρήση σωστής έντασης, αποφυγή μολυσμένου περιβάλλοντος, σωστή αναπνοή και ξεκούραση της φωνής.

**Λέξεις κλειδιά:** Λεκτική επικοινωνία, ακρόαση

## **Counseling in Speech Language Therapy, Appropriate Use of Voice**

**Paraskeyh Athanasiadou, Fani Braha**  
**School of Health & Sports Science-BSc (Hons) Speech and Language Therapy,**  
**Mediterranean College Thessaloniki**

### **Abstract**

Communication is an essential part of human needs that can help in information, views, beliefs and emotions exchanging. There is verbal and non-verbal communication. Non-verbal communication can be characterized as ‘silent language’, e.g. a gesture, posture of the body, eye contact, face expressions. On the other hand, verbal communication consists of written language, for example, a letter, sms, articles, written manuals, and, speaking/oral speech that is a sound stimuli produced by speech, i.e. conversations, calls through phones. In other words, in oral communication we use our voice. Characteristics that can be impaired in our voice are volume, quality, tone and resonance. It is common, these characteristics to be impaired because of voice abuse. Some reason –except for medical issues, responsible for that is the personality of someone such as furious people that talk quickly, impulsive people that can’t wait their turn in a conversation, the aggressive, the competitive and the stressful ones. Some groups in risk of present a voice disorder are professionals that use often their voice, such as singers, teachers, therapists that cope with a lot patients every day, mechanics that work in a noisy environment or even people who drink alcohol and smoke. The results that follow voice disorders may have an unpleasant impact in physical but also in mental health of a person. Some advice for avoiding unpleasant changing in voice is to take care of our oral hygiene/hydration, volume control, avoidance of infectious environment, correct breathing and rest of voice.

**Keywords:** Verbal communication, hearing