

# @up

Περιοδική Έκδοση του Πανεπιστημίου Πατρών



ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ  
ΠΑΤΡΩΝ  
UNIVERSITY OF PATRAS

2η περίοδος - τεύχος#36 - Σεπτέμβριος 2017

# Καλωσόρισμα στους πρωτοετείς του 2017

**Ν**έα πρόσωπα κατακλύζουν και αυτό τον Σεπτέμβρη την πανεπιστημιούπολη: οι πρωτοετείς μας. Το Πανεπιστήμιο με μια πρώτη ματιά φαίνεται πολύ διαφορετικό από το σχολείο. Είναι τόσο πολλές οι νέες πληροφορίες που έχει να μάθει κανείς! Η συντακτική ομάδα του περιοδικού του Πανεπιστημίου (@Up) έχει ετοιμάσει αυτό το τεύχος-οδηγό, με σκοπό να συγκεντρώσει χρήσιμα στοιχεία για τους πρωτοετείς. Ζητήσαμε από φοιτητικές ομάδες αλλά και από δομές του Πανεπιστημίου να παρουσιαστούν και να μας ενημερώσουν για τη δράση τους. Ακόμη, συντάκτες του περιοδικού που είναι φοιτητές μεγαλύτερων ετών καλωσορίζουν τους πρωτοετείς με συμβουλές και ιδέες, για να κάνουν πιο εύκολη τη νέα αρχή. Σκοπός μας είναι εσείς οι πρωτοετείς φοιτητές να νιώσετε από την πρώτη μέρα ενεργά μέλη της κοινότητας του Πανεπιστημίου μας και να εκμεταλλευτείτε όσο πιο γρήγορα γίνεται τις ευκαιρίες που σας προσφέρει το Πανεπιστήμιο Πατρών και η περιοχή μας.



Ξεφυλλίστε το τεύχος του @UP που γράφτηκε για σας και κρατήστε το σαν οδηγό στα πρώτα σας βήματα. Εκμεταλλευτείτε τις εβδομάδες του Σεπτεμβρίου από την εγγραφή σας μέχρι το πρώτο μάθημα, για να γνωρίσετε το Πανεπιστήμιό σας και την πόλη. Μερικές ιδέες: ελάτε σε επαφή με τις φοιτητικές, αθλητικές, πολιτιστικές ομάδες που παρουσιάζονται στο τεύχος, αλλά και γενικά για τον αθλητισμό και πολιτισμό της πόλης. Περιδιαβείτε την πανεπιστημιούπολη και μάθετε για τα έργα τέχνης της υπαίθριας γλυπτοθήκης της. Επισκεφθείτε τη βιβλιοθήκη, κάντε εγγραφή, μπείτε στα φιλόξενα αναγνωστήρια και αναζητήστε στα ράφια βιβλία της σχολής σας. Επισκεφθείτε το Μουσείο Επιστημών και Τεχνολογίας και ρωτήστε για το πρόγραμμα εθελοντισμού που έχει. Κάντε μια βόλτα από το γυμναστήριο και μάθετε για τα νέα προγράμματα και τις υποδομές του. Περάστε να πάρετε μια γεύση από τα αμφιθέατρα της σχολής σας που αυτή την εποχή φιλοξενούν τις εξετάσεις του Σεπτεμβρίου. Ακούστε τις εκπομπές του ραδιοφωνικού σταθμού του Πανεπιστημίου Πατρών UP FM (<http://upfm.upatras.gr/>). Κάντε μια βόλτα από τα φοιτητικά στέκια της Πάτρας και του Αργινίου. Μάθετε ιδιαίτερα για τις ευκαιρίες εγγραφής στα προγράμματα εθελοντών που είναι ενεργά στο Μουσείο και στο Γυμναστήριο, ή για την εθελοντική ομάδα του πράσινου Πανεπιστημίου ([green.upatras.gr](http://green.upatras.gr/)), καθώς και την πρόσκληση συνεργατών που γίνεται κάθε χρόνο για το περιοδικό μας @UP. Γράψτε μας για τις πρώτες εμπειρίες στο [newsletter@upatras.gr](mailto:newsletter@upatras.gr).

Να σημειώσουμε ότι το τεύχος αυτό του @UP τυπώθηκε σε 3.000 αντίτυπα για να φτάσει σε όλους τους πρωτοετείς. Το πρόσθετο κόστος καλύφθηκε μέσω χορηγίας του Ειδικού Λογαριασμού Κονδυλίων Έρευνας του Πανεπιστημίου μας προς τις φοιτητικές ομάδες που προβάλλονται στο τεύχος.

# Οδηγός Επιβίωσης στο Πανεπιστήμιο Πατρών

**Α**γαπητέ πρωτοετή, καλωσόρισες στο Πανεπιστήμιο Πατρών και στη νέα σου ζωή! Συγχαρητήρια για την επιτυχία σου. Όλα είναι έτοιμα για το ξεκίνημα της νέας σου ζωής όπου η χαρά είναι συνυφασμένη με την αγωνία για την πρώτη μέρα στο Πανεπιστήμιο.

Ας πάρουμε όμως τα πράγματα από την αρχή. Αρχικά θα πρέπει να κάνεις την ηλεκτρονική εγγραφή σου. Στο site της κάθε σχολής θα βρεις τις ανακοινώσεις και όλες τις σχετικές λεπτομέρειες. Μην αφήσεις ανεκμετάλλευτο όμως το Σεπτέμβρη. Εκτός από την εύρεση σπιτιού που θα σε απασχολήσει, είναι η ιδανικότερη στιγμή για μια πρώτη βόλτα στο Πανεπιστήμιο Πατρών. Τα βασικά σημεία που θα πρέπει να ξέρεις είναι η σχολή σου, η Κεντρική Βιβλιοθήκη και η Φοιτητική Εστία.



Την Κεντρική Βιβλιοθήκη θα χρειαστεί να τη γνωρίσεις καλά ιδιαίτερα την περίοδο της εξεταστικής. Εκτός από την ποικιλία βιβλίων που μπορείς να δανειστείς συμπληρώνοντας απλά μία αίτηση και βγάζοντας μία κάρτα, θα χάσεις την αίσθηση του χρόνου στους τρεις ορόφους των αναγνωστηρίων της.

Όσον αφορά το εστιατόριο της Φοιτητικής Εστίας, είναι ανοιχτό από την 1η Σεπτεμβρίου, και, αφού γραφείς στη σχολή, μπορείς να προσκομίσεις τα κατάλληλα δικαιολογητικά στη Φοιτητική Μέριμνα στην Πρυτανεία για να βγάλεις κάρτα δωρεάν σίτισης. Για όσους δεν πληρούν τα κριτήρια, πωλούνται κουπόνια στη Φοιτητική Εστία που κοστίζουν 20 ευρώ και καλύπτουν 10 γεύματα και 10 δείπνα. Το εστιατόριο παρέχει δωρεάν σε όλους πρωινό από τις 7.30 έως τις 9.00. Το μεσημεριανό διανέμεται από τις 12.30 μέχρι τις 15.30 και το βραδινό από τις 19.00 έως τις 21.00. Το διατροφικό πρόγραμμα της εβδομάδας είναι πλήρες και θα σε δικαιώσει για την επιλογή σου.

Το Πανεπιστήμιο είναι το μέρος που θα γνωρίσεις όλους τους τύπους των φοιτητών αλλά και καθηγητών. Δώσε χρόνο στον εαυτό σου και στους γύρω σου και μη βιαστείς να απογοητευτείς εάν δεις ότι δε σου αρέσουν τα μαθήματα ή ότι δε βρίσκεις του κολλητούς σου από το πρώτο έτος. Έχεις τουλάχιστον 4 χρόνια για να αναθεωρήσεις. Δώσε μια ευκαιρία στη σχολή και προσπάθησε να μη χάνεις τις διαλέξεις των μαθημάτων, γιατί οι σημειώσεις σου θα σου φανούν πολύτιμες κατά τη διάρκεια της εξεταστικής. Από το πρώτο κιάλας μάθημα θα καταλάβεις ότι δεν είσαι πια στο Λύκειο, αλλά σε μία αίθουσα με 250 άτομα. Θα γνωρίσεις πάρα πολύ κόσμο και θα κυκλοφορείς με παρέες των 20 ατόμων σε κάθε διάλειμμα. Με λίγους όμως θα παραμείνεις φίλος.

Οι πρώτοι που θα σε προσεγγίσουν έξω από τη γραμματεία της σχολής σου θα είναι τα άτομα των φοιτητικών παρατάξεων. Θα τα αναγνωρίσεις από την επιμονή τους να τους δώσεις το τηλέφωνό

σου και να πάτε για καφέ. Μη βιαστείς όμως, θα έχεις όλο το χρόνο που χρειάζεται για να κάνεις τις τυχόν επιλογές σου.

Ο καλύτερος τρόπος για να δικτυωθείς και να ενισχύσεις το κοινωνικό σου προφίλ είναι οι Πολιτιστικές Ομάδες του Πανεπιστημίου Πατρών. Τα τμήματα που μπορεί να παρακολουθήσει κάποιος είναι δωρεάν και είναι τα εξής: Παραδοσιακοί χοροί, Ευρωπαϊκό Tango, Αργεντινικό Tango, Latin, Rock 'n'Roll, Break Dance, R'n'B, μοντέρνος χορός, φωτογραφία, λογοτεχνικό καθώς και κινηματογραφικό. Το Πανεπιστημιακό Γυμναστήριο βρίσκεται λίγο παραπάνω από την Πρυτανεία και εκτός από τα απαραίτητα όργανα έχει και αρκετά ομαδικά προγράμματα. Προϋπόθεση η κάρτα γυμναστηρίου (βλ. και παρακάτω στο παρόν τεύχος). Επίσης οι καθημερινές προβολές της κινηματογραφικής ομάδας της Εστίας, με ταινίες ευρωπαϊκού και παγκόσμιου κινηματογράφου αλλά και ειδικά αφιερώματα, στον πλήρως εξοπλισμένο χώρο της στην Εστία, προσφέρουν μία εναλλακτική πολιτιστική πρόταση εξόδου.

Για όλες τις επιπλέον πληροφορίες που θα σου χρειαστούν μπορείς να απευθυνθείς στο γραφείο πληροφόρησης που βρίσκεται στην είσοδο της Πρυτανείας.

Η δική μας συμβουλή είναι να μοιράσεις σωστά το χρόνο σου, να μην ξεχάσεις το βασικό σου στόχο αλλά να μη ξεχνάς και να ζεις. Βρες τα χόμπι σου και γνώρισε τον εαυτό σου. Η Πάτρα είναι μία πανέμορφη πόλη που σε περιμένει να την ανακαλύψεις και να την αγαπήσεις.

Και φυσικά, αν νιώθεις ότι η συγγραφή είναι το δυνατό σου σημείο, ή απλά θέλεις να εκφράσεις τις απόψεις και τα συναισθήματα σου για θέματα που αφορούν το Πανεπιστήμιο, ένα μόνο e-mail στο [newsletter@upatras.gr](mailto:newsletter@upatras.gr) σε χωρίζει από το να γίνεις κι εσύ μέλος της συγγραφικής μας ομάδας.

[Αντιγόνη Αννίνου, Υπ. Διδάκτωρ, Τμ. Ηλεκτρολόγων]





## Ψυχολογική Στήριξη Φοιτητών

Στο Πανεπιστήμιό μας λειτουργεί το Ειδικό Γραφείο Παροχής Συμβουλευτικών Υπηρεσιών Υγείας στον χώρο της Φοιτητικής Μέριμνας που βρίσκεται στο ισόγειο του Κτηρίου Α. Οι φοιτητές απευθύνονται για ραντεβού στο τηλ. 2610-969897.

### Ένα μήνυμα από το Ειδικό Γραφείο Συμβουλευτικών Υπηρεσιών Υγείας της Διεύθυνσης Φοιτητικής Μέριμνας.

**Η** είσοδος στο Πανεπιστήμιο αποτελεί μία σημαντική αλλαγή στον τρόπο ζωής σου. Το ταξίδι είναι δύσκολο και γι'αυτό δεν θα πρέπει να μπερδεύεσαι με ταμπέλες που θα σου κολλήσουν οι άλλοι ή εσύ στον εαυτό σου. Στην αρχή μπορεί να είναι δύσκολα και να είσαι μόνος ή να νιώθεις χαμένος, αλλά αυτό συμβαίνει σε κάθε νέο ξεκίνημα.

Βασική αρχή, η οποία θα είναι καλό να αποτελέσει πηγή χαράς για σένα αλλά και κινητοποίησης, είναι η αίσθηση ότι εσύ αποφάσισες να είσαι στο Πανεπιστήμιο, να αρχίσεις να κάνεις αλλαγές στον ίδιο σου τον εαυτό και με αυτό τον τρόπο να προσελκύσεις ακόμη πιο καλά πράγματα στον τρόπο ζωής σου.

Καλός ή κακός φοιτητής δεν υπάρχει, υπάρχουν άτομα που θέλουν

να χαρούν τη ζωή τους με τις επιτυχίες τους και άτομα που χάνουν το δρόμο τους. Λόγω των νέων προκλήσεων και αλλαγών, μπορεί να υπάρξουν προβλήματα σύγχυσης, προβληματισμού, χαμηλής αυτοεκτίμησης, αγωνία και άγχος για τις επιλογές, μελαγχολική διάθεση και θλίψη, επιθετική συμπεριφορά ή συναισθηματικά ξεσπάσματα. Προσπάθησε να μην έχεις υπερβολικές απαιτήσεις και προσδοκίες από τον εαυτό σου, να μιλάς σε άτομα που σε κατανοούν, να έχεις υπομονή και να δίνεις έμφαση στις θετικές εμπειρίες που σου συμβαίνουν.

Δυστυχώς, πολλοί από τους νέους φοιτητές μας είναι απρόθυμοι να ζητήσουν βοήθεια ή αισθάνονται ντροπή και δεν γνωρίζουν πού να απευθυνθούν. Αναζήτησε βοήθεια και στήριξη εάν αισθάνεσαι ότι δεν μπορείς να διαχειριστείς την μετάβαση και τις αλλαγές ή πρότρεψε το φίλο σου να αναζητήσει βοήθεια, αν βλέπεις ότι εκείνος την χρειάζεται.

## Πού να φάμε στο Πανεπιστήμιο;

### Πώς αποκτάω την κάρτα δωρεάν σίτισης;

Δικαίωμα έχουν οι φοιτητές που οι γονείς τους έχουν χαμηλό εισόδημα, κάτω από 45.000 ευρώ το χρόνο.

Αρκεί μια αίτηση ηλεκτρονικά και υποβολή των απαραίτητων δικαιολογητικών. Οι αιτήσεις μέχρι την 27η Οκτωβρίου.

**Η** πανεπιστημιούπολη είναι μακριά από την Πάτρα, και πολλές φορές τα μαθήματα και τα εργαστήρια μας κρατάνε στη σχολή από το πρωί ως το βράδυ. Ποιες λύσεις υπάρχουν για φαγητό στο Πανεπιστήμιο; Ή ποιες οι ευκαιρίες για έναν καφέ και κουβέντα ανάμεσα στα μαθήματα;

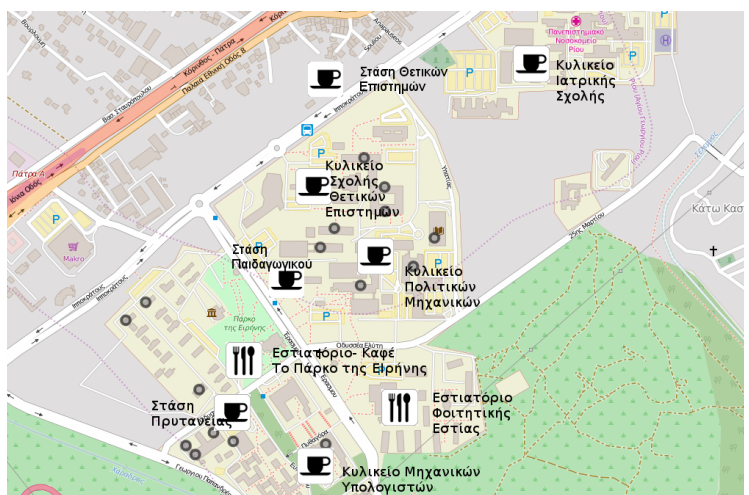
Ετοιμάσαμε ένα χάρτη με τα κύρια σημεία στο Πανεπιστήμιο που μπορεί να βρείτε κοντά στη σχολή σας, ή για να ξέρετε τι υπάρχει. Ίσως ευκαιρία για να γνωρίσετε παιδιά από άλλες σχολές.

Για ένα σάντουιτς ή έναν καφέ υπάρχει η λύση των κυλικείων (Ιατρικής, Θετικών Επιστημών, Πολιτικών Μηχανικών, Μηχανικών Υπολογιστών), της στάσης κοντά την Πρυτανεία που έχει επώνυμο καφέ στα όρθια, καθώς και του Πάρκου της Ειρήνης, του κεντρικού σημείου συνάντησης στο Πανεπιστήμιο. Για φαγητό υπάρχει η λύση του Πάρκου της Ειρήνης που έχει ένα φτηνό και καλό εστιατόριο: με 5 ευρώ μπορείτε να φάτε μαγειρευτό φαγητό, σχεδόν σαν στο σπίτι σας. Επίσης, υπάρχει η λύση του Εστιατορίου της Φοιτητικής Εστίας. Είναι ένα μεγάλο εστιατόριο όπου κάθε μέρα χιλιάδες φοιτητές παίρνουν πρωινό, μεσημεριανό ή ακόμη και βραδινό. Μάλιστα την Πέμπτη, τη μέρα που έχει το καλύτερο πιάτο της εβδομάδας, η αναμονή στην ουρά μπορεί να κρατήσει αρκετά. Εδώ όμως χρειάζεται είτε να βγάλετε την κάρτα σίτισης, αν δικαιούστε, ή να αγοράσετε κουπόνια εβδομαδιαία από την Εστία. Το κόστος: στην



Το Πάρκο της Ειρήνης, το κεντρικό σημείο συνάντησης της Πανεπιστημιούπολης, κάποιες ώρες εξαιρετικά θορυβώδες. Τα καλοκαίρια, τραπεζάκια έξω με θέα τη γέφυρα.

πρώτη περίπτωση δωρεάν, στη δεύτερη 2 ευρώ τη μέρα. Ακόμη και αν το εισόδημα των γονιών σας δεν σας επιτρέπει την κάρτα δωρεάν σίτισης, το κόστος είναι τόσο χαμηλό που αξίζει να το δοκιμάσετε, το φαγητό και εδώ είναι συνήθως πολύ καλό.





Το κτήριο της ΒΚΠ στην πανεπιστημιούπολη Πατρών

## Περιήγηση στην Βιβλιοθήκη και Κέντρο Πληροφόρησης

**Η** Βιβλιοθήκη και Κέντρο Πληροφόρησης (ΒΚΠ) είναι η κύρια μονάδα πληροφόρησης του Πανεπιστημίου Πατρών. Βρίσκεται στο τέρμα της οδού Αριστοτέλους στην Πανεπιστημιούπολη, ανατολικά του κτιρίου του Τμήματος Πολιτικών Μηχανικών, και οι χώροι, οι συλλογές και οι υπηρεσίες της αναπτύσσονται σε τέσσερις ορόφους. Το κτήριο διαθέτει πλήρη δικτυακή υποδομή και σύγχρονο ηλεκτρονικό εξοπλισμό και μπορεί να φιλοξενήσει στα διάφορα αναγνωστήρια για μελέτη περίπου 400 άτομα.

Παράλληλα, λειτουργούν οι Βιβλιοθήκες Τμημάτων, οι οποίες διαθέτουν υλικό που αφορά κυρίως το αντικείμενο σπουδών των αντίστοιχων Τμημάτων. Παράρτημα της ΒΚΠ λειτουργεί επίσης στις υποδομές του Πανεπιστημίου Πατρών στο Αργίνο.

### Οι συλλογές της ΒΚΠ περιλαμβάνουν:



#### ΝΗΡΕΑΣ

Την κύρια συλλογή βιβλίων και οπτικοακουστικού υλικού με πάνω από 120.000 τόμους, που μπορεί να αναζητηθεί από τον Κατάλογό της Νηρέα (<http://nereus.lis.upatras.gr>), Τις συλλογές των ηλεκτρονικών πηγών πληροφόρησης όπου παρέχεται πρόσβαση σε περισσότερα από 12.000 ηλεκτρονικά περιοδικά, σε πάνω από 30.000 ηλεκτρονικά βιβλία και σε ένα μεγάλο αριθμό βιβλιογραφικών βάσεων δεδομένων,

και διάφορες ψηφιακές συλλογές ανοιχτής πρόσβασης, όπως το Ίδρυματικό Αποθετήριο Νημερτής, οι ψηφιακές συλλογές Κοσμόπολις, Πλειάς και Δανιήλις, και η πλατφόρμα ηλεκτρονικών εκδόσεων Παισιθέη.

Η ΒΚΠ είναι βιβλιοθήκη ανοιχτής πρόσβασης και δικαίωμα δανεισμού βιβλίων και χρήσης των υπηρεσιών της έχουν όλα τα μέλη της ακαδημαϊκής κοινότητας του Πανεπιστημίου Πατρών καθώς και όλοι οι ενδιαφερόμενοι, αρκεί να είναι κάτοχοι της κάρτας χρήστη της ΒΚΠ, η οποία εκδίδεται από το Τμήμα Δανεισμού.

**Η ΒΚΠ λειτουργεί καθημερινά, Δευτέρα έως Παρασκευή, 08.00 - 21.00, εκτός από την περίοδο του καλοκαιριού, των Χριστουγέννων και του Πάσχα, οπότε το ωράριο διαμορφώνεται ανάλογα.**

Για περισσότερες πληροφορίες επισκεφθείτε τον ιστότοπο της ΒΚΠ, <http://www.lis.upatras.gr/>.

## Το Μουσείο Επιστημών και Τεχνολογίας (MET)

**Τ**ο Μουσείο Επιστημών και Τεχνολογίας αποτελεί έναν ευχάριστο χώρο άτυπης εκπαίδευσης, πειραματισμού, συνεργασίας, απόκτησης γνώσης και εμπειρίας, αλλά και διασκέδασης. Λειτουργεί στον χώρο της Πανεπιστημιούπολης σαν Εργαστήριο της Σχολής Θετικών Επιστημών. Απευθύνεται όμως σε όλη την πανεπιστημιακή κοινότητα, καθώς και σε κάθε άτομο που θα ήθελε να γνωρίσει κάποιες πτυχές των επιστημών και της τεχνολογίας με απλό και ευχάριστο τρόπο. Βρίσκεται κάτω από το Πάρκο της Ειρήνης, πίσω από το Εκκρεμές του Φουκώ.

Στο MET λειτουργεί μόνιμη έκθεση με θέμα «Οι τηλεπικοινωνίες στη ζωή μας» και διοργανώνεται ένας αριθμός περιοδικών εκθέσεων κάθε χρόνο, με θέματα που άπτονται των επιστημών και της τεχνολογίας, του περιβάλλοντος, αλλά και της σχέσης της επιστήμης με την τέχνη.

Ένας σημαντικός αριθμός σεμιναρίων, επιμορφωτικών ή ενημερωτικών και ψυχαγωγικών εκδηλώσεων οργανώνονται κάθε χρόνο με θέματα που σχετίζονται με τη μόνιμη ή τις περιοδικές εκθέσεις του, την εκπαίδευση, τις σπουδές, την καινοτομία, τον εθελοντισμό, συχνά σε συνεργασία με φορείς της εκπαίδευσης, του πολιτισμού, της επιστήμης και τεχνολογίας, αλλά και συνεργασία με άλλες υπηρεσίες του Πανεπιστημίου μας.

Το MET δίνει τη δυνατότητα στους φοιτητές όχι μόνο να επισκεφθούν τις εκθέσεις του και να παρακολουθήσουν τις ποικίλες δραστηριότητές του, αλλά και να συμμετάσχουν στην οργάνωση και υλοποίηση των περιοδικών εκθέσεων, των εκπαιδευτικών δράσεων, των εκδηλώσεων του και όλων των δραστηριοτήτων του μέσω εθελοντισμού και πρακτικής άσκησης.



Οι επισκέπτες περιεργάζονται τα εκθέματα του Μουσείου.

Το MET είναι ανοιχτό από Δευτέρα έως Παρασκευή 09.00-14.00, εκτός από τις επίσημες αργίες.

Στοιχεία Επικοινωνίας:

Τηλ. : 2610969973, 2610969972, 2610996732

Φαξ : 2610969799

Email : [stmuseum@upatras.gr](mailto:stmuseum@upatras.gr)

[facebook page](#)



Στιγμιότυπο από διάλεξη στο Μουσείο κατά την Ημέρα του Νέου Ερευνητή.



## Τα Τμήματα του Αγρινίου και η πόλη

Τρία Τμήματα του Πανεπιστημίου Πατρών, το **Τμήμα Διαχείρισης Περιβάλλοντος και Φυσικών Πόρων (ΔΠΦΠ)**, το **Τμήμα Διοίκησης Επιχειρήσεων Αγροτικών Προϊόντων και Τροφίμων (ΔΕΑΠΤ)** και το **Τμήμα Διαχείρισης Πολιτισμικού Περιβάλλοντος και Νέων Τεχνολογιών (ΔΠΠΝΤ)** βρίσκονται στο Αγρίνιο, στεγαζόμενα σε τρία κτήρια στα νότια της πόλης.

Το Αγρίνιο είναι η μεγαλύτερη πόλη του νομού Αιτωλοακαρνανίας, κτισμένη σε εύφορη πεδιάδα κοντά στις λίμνες Τριχωνίδα και Λυσιμαχεία. «Η πόλη του καπνού», όπως ονομάζεται, άκμασε στο μεσοπόλεμο, με την ανάπτυξη του εμπορίου των καπνών. Οι μεγάλες καπναποθήκες που κτίστηκαν τότε είναι τα τοπία του Αγρινίου. Αποτελούν την αρχιτεκτονική κληρονομιά του, μαζί με όσα νεοκλασικά και κτήρια παραδοσιακής αρχιτεκτονικής διασώθηκαν. Η κεντρική περιοχή της πόλης αναπτύσσεται γύρω από την πλατεία Δημοκρατίας και τον άξονα βορρά-νότου που σχηματίζουν οι οδοί Παπαστράτου και Χαριλάου Τρικούπη, όπου συγκεντρώνονται το εμπόριο και οι δραστηριότητες αναψυχής και ελεύθερου χρόνου. Η κεντρική περιοχή είναι προσβάσιμη πεζή από τα κτήρια του Πανεπιστημίου. Το Αγρίνιο είναι έδρα του ΔΗΠΕΘΕ Αγρινίου και η πολιτιστική ζωή εξελίσσεται κυρίως στο Παπαστράτειο, τη Δημοτική Αγορά του μεσοπολέμου (τώρα πολυχώρο πολιτισμού), τη Δημοτική Πινακοθήκη και τη Γλυπτοθήκη Καπράλου. Η φοιτητική κοινότητα είναι πολύ δραστήρια, με θεατρική ομάδα που παρουσιάζει κάθε χρόνο αξιόλογη παράσταση, εκθέσεις και διαγωνισμούς φωτογραφίας, και άλλες δραστηριότητες.



Ο πεζόδρομος της οδού Χαριλάου Τρικούπη στο Αγρίνιο

## #δράσε

**Η** AIESEC είναι ο μεγαλύτερος παγκόσμιος φοιτητικός οργανισμός. Εδρεύει σε 131 χώρες και στην Ελλάδα δραστηριοποιείται εδώ και 60 χρόνια.

Το όραμα του οργανισμού είναι η επίτευξη της ειρήνης και η μεγιστοποίηση των ανθρωπίνων δυνατοτήτων. Αυτό ο οργανισμός το πετυχαίνει αναπτύσσοντας την ηγετικότητα (leadership) στους νέους.



### Για σένα τί σημαίνει ηγετικότητα;

Για την AIESEC ηγετικότητα σημαίνει:

**Να είσαι πολίτης του κόσμου (Global Citizen)**, να γνωρίζεις τι συμβαίνει στον κόσμο γύρω σου, να αναγνωρίζεις τον ρόλο σου μέσα σε αυτόν και να αναλαμβάνεις το μερίδιο ευθύνης που σου αναλογεί, ώστε να κάνεις το περιβάλλον όπου ζεις καλύτερο.

**Να έχεις αυτογνωσία (Self-awareness)**, δηλαδή, να γνωρίζεις τα δυνατά και αδύναμα χαρακτηριστικά σου, πράγματα που σε παθιάζουν, να αναζητάς και να κατανοείς τις προσωπικές σου αξίες.

**Να επικεντρώνεσαι στις λύσεις και όχι στα προβλήματα (Solution oriented)**, να αντιμετωπίζεις κάθε πρόβλημα σαν πρόκληση και να την αντιμετωπίζεις θετικά, να παίρνεις ρίσκα και να προσαρμόζεσαι σε κάθε κατάσταση.

Και, τέλος, **να ενδυναμώνεις τα άτομα γύρω σου (Empower others)**, δηλαδή, να μπορείς να επικοινωνείς αποτελεσματικά σε διαφορετικά περιβάλλοντα, να βοηθάς και άλλα άτομα γύρω σου να αναπτυχθούν ώστε μαζί, εν τέλει, να πετύχετε ένα κοινό σκοπό.

### Πως το πετυχαίνει αυτό;

Μέσα από τα προγράμματά της:

**Global Talent**, πρόγραμμα πρακτικής άσκησης σε χώρες του εξωτερικού. Απευθύνεται κυρίως σε φοιτητές στα τελευταία έτη των σπουδών τους ή πτυχιούχους και απασχολεί τους συμμετέχοντες από 6-12 μήνες.

**Global Volunteer**, πρόγραμμα εθελοντικής δράσης σε χώρες του εξωτερικού. Απευθύνεται σε όλους τους φοιτητές κάθε σχολής. Διάρκει 6-8 εβδομάδες και συνεισφέρει στην ανάπτυξη του συμμετέχοντα και την καταπολέμηση κοινωνικών προβλημάτων.

**Youth Talent**, το πρόγραμμα μέλους. Απευθύνεται σε όλους του φοιτητές κάθε σχολής. Οι συμμετέχοντες δραστηριοποιούνται στο χώρο του Πανεπιστημίου, και ασχολούνται με την προσωπική και επαγγελματική τους ανάπτυξη, σε διάφορους τομείς, σύμφωνα με τα ενδιαφέροντά τους

### AIESEC στο Πανεπιστήμιο Πατρών

Στην Πάτρα, η AIESEC ενεργεί μόλις 5 χρόνια. Σημαντική είναι η υποστήριξη που έχουμε από καθηγητές του Πανεπιστημίου μας, αλλά και από άλλους εξωτερικούς συνεργάτες του επιχειρηματικού κόσμου.

Το γραφείο μας βρίσκεται στην Εστία απέναντι από την κινηματογραφική λέσχη, και είναι ανοιχτό καθημερινά 12:00-14:00.

E-mail επικοινωνίας: [aiesec.patras@aiesec.net](mailto:aiesec.patras@aiesec.net)

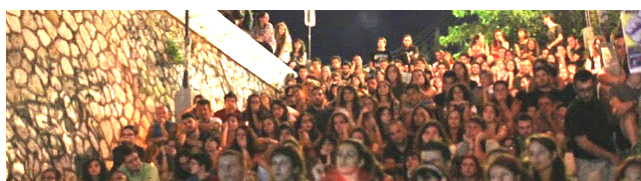


## Σε ενδιαφέρει ο χορός, το σινεμά, το θέατρο, η φωτογραφία...

συνάντησε τις Πολιτιστικές Ομάδες Φοιτητών Πανεπιστημίου Πατρών (ΠΟΦΠ).



**Η** Πάτρα και το Πανεπιστήμιο είναι ένας ενεργός και πλούσιος χώρος πολιτισμού. Οι ευκαιρίες και οι δραστηριότητες ομάδες είναι πολλές. Ίσως ο πιο σημαντικός πυρήνας είναι οι ομάδες του ΠΟΦΠ. Οι ΠΟΦΠ είναι ένας θεσμός για το Πανεπιστήμιο και την πόλη, και μια ευκαιρία για τον πρωτοετή να γνωρίσει άλλους φοιτητές με κοινά ενδιαφέροντα, να αναπτύξει τη δημιουργικότητά του, να νιώσει ότι συμμετέχει στην παραγωγή πολιτισμού. Μετρήσαμε 15 διαφορετικές ομάδες που ήταν ενεργές την προηγούμενη χρονιά. Ασχολούνται με τον χορό σε διάφορες εκδοχές, από παραδοσιακούς, σε Αργεντινικό Τάνγκο, μοντέρνο, σύγχρονο, Λάτιν, RnB, Popping. Επίσης υπάρχει δραστήρια ομάδα κινηματο-



Προβολή ταινίας στα σκαλάκια της οδού Αγ. Νικολάου

γράφου με αξιοπρόσεκτες παραγωγές αλλά και εκδηλώσεις όπως οι φημισμένες προβολές στα σκαλάκια της Αγίου Νικολάου. Θεατρική ομάδα με παραγωγές κάθε χρόνο, εικαστική ομάδα, μια δημοφιλής ομάδα φωτογραφίας, ομάδα ρητορικής, ζογκλερική, κλπ. Επίσης κάποιες δραστηριότητες ομάδες όπως η θεατρική ομάδα υπάρχουν και στο Αγρίνιο. Ενώ κάποιες άλλες δραστηριοποιούνται γύρω από τη φοιτητική εστία στο χώρο του Πανεπιστημίου. Το φεστιβάλ των ομάδων είναι μια ετήσια εκδήλωση που γίνεται προς το τέλος του χρόνου, σε διάφορους χώρους του πανεπιστημίου και της πόλης και είναι ευκαιρία να δείξουν οι ομάδες τη δουλειά του χρόνου.

Πώς γράφομαι στις ομάδες αυτές και πού συναντιούνται τα μέλη τους; Ξεκινήστε από την ανοικτή ομάδα στο facebook ροφρ (<https://www.facebook.com/pofpp/>). Εκεί θα βρείτε τις ιστοσελίδες και τα fb groups των διαφόρων ομάδων. Διαλέξτε την ομάδα που σας ενδιαφέρει. Γράψτε στους υπεύθυνους και εκδηλώστε τη διάθεση συμμετοχής σας. Στα μέσα Οκτώβρη, που οι παλιοί τελειώνουν με τις υποχρεώσεις των εξετάσεων, οι ομάδες κάνουν τις πρώτες συναντήσεις τους. Αποφασίζουν για πότε και πόσο συχνά θα συναντιούνται.

Το στέκι των περισσότερων ομάδων είναι στην Πάτρα,



Αφίσα από το φεστιβάλ των πολιτιστικών ομάδων τον Απρίλιο 2017

στην παραλιακή λεωφόρο (Ηρώων Πολυτεχνείου 58) κοντά την Μαρίνα, χώρος που παρέχεται από χορηγία του Ιδρύματος Τοπάλη.

Ένα ζεστό καλωσόρισμα στις ομάδες θα βρείτε στο κανάλι Youtube της κινηματογραφικής ομάδας (<https://www.youtube.com/user/KinimatografikoPatra>). Ψάξτε τα βίντεο για τα φεστιβάλ ΠΟΦΠ.

## Ο UP FM καλωσορίζει τους νέους φοιτητές μας!

**Σ**τις πρώτες μέρες σου στην Πάτρα είναι πιθανό να ανοίξεις το ραδιόφωνό σου και να ψάξεις για λίγη μουσική παρέα, ειδικά για την απόσταση Πανεπιστήμιο - σπίτι!

Περνώντας πάνω από τους 90.4 megakloucs, θα συντονιστείς σε έναν διαφορετικό ήχο, σε ένα ραδιόφωνο από φοιτητές, για φοιτητές. Πρόκειται για τον UP FM, τον Ραδιοφωνικό Σταθμό του Πανεπιστημίου Πατρών. Λίγα λεπτά ακρόασης αρκούν για να καταλάβεις ότι ο UP FM 90.4 θα γίνει η πιο ευχάριστη πηγή ενημέρω-

σής σου για όλα τα νέα της Πανεπιστημιακής Κοινότητας και τα πολιτιστικά δρώμενα της Πάτρας. Θα σε στείλει σε συναυλίες, θεατρικές παραστάσεις, κινηματογραφικές προβολές, θα γίνει το μέσο να εκφράσεις ελεύθερα τις ανησυχίες σου, θα ακούσεις σε αυτόν ζωντανές συναυλίες και μουσικές που δεν βρίσκεις εύκολα στο ραδιόφωνο, θα γίνει η αγαπημένη σου ραδιοφωνική παρέα.

Ο UP FM πλαισιώνεται από την δική του πολιτιστική ομάδα και οι πόρτες του και τα μικρόφωνα του είναι πάντα ανοικτά για την

πανεπιστημιακή κοινότητα. Κάθε άνοιξη ανοίγουν οι αιτήσεις για τους νέους ραδιοφωνικούς παραγωγούς του σταθμού. Το Studio βρίσκεται στην παλιά γραμματεία της Φαρμακευτικής, πάνω από την πρώτη στάση του λεωφορείου.

Για όλα τα υπόλοιπα, συντονίσου στους 90.4, στο [upfm.upatras.gr](http://upfm.upatras.gr) ή κατέβασε δωρεάν την εφαρμογή του UP FM από το Play Store για συσκευές Android και ακολούθησέ μας στο Facebook, στην σελίδα "UP FM University of Patras Radio".







## Erasmus Student Network University Of Patras (ESN UOPA)

Το Δίκτυο Φοιτητών Erasmus του Πανεπιστημίου Πατρών (Erasmus Student Network University Of Patras) ESN UOPA, είναι ένας φοιτητικός, εθελοντικός, μη κερδοσκοπικός και μη πολιτικός σύλλογος, που βοηθά εισερχόμενους και εξερχόμενους φοιτητές με το πρόγραμμα ανταλλαγής Erasmus+.

Το ESN UOPA είναι δίπλα στους ξένους εισερχόμενους φοιτητές από την αρχή της μετακίνησής τους στην Ελλάδα και οι επαφές τους συνεχίζονται για όσο μπορεί να κρατήσει μία φιλία. Τους βοηθούν στην ένταξή τους τόσο στην πανεπιστημιακή ζωή όσο και στην καθημερινότητα της πόλης μας. Ο σύλλογος διοργανώνει τακτικά εκδρομές και διάφορες εκδηλώσεις και δραστηριότητες στην Πάτρα, που αποσκοπούν στην προσαρμογή των εισερχόμενων φοιτητών Erasmus+ στην χώρα μας. Κάθε εξάμηνο υποδεχόμαστε νέους ξένους φοιτητές και όλοι μαζί γνωρίζουμε όχι μόνο την ελληνική κουλτούρα και παράδοση, αλλά και τα ήθη και έθιμα από τις χώρες προέλευσης των ξένων φοιτητών. Προσπαθεί επίσης να ευαισθητοποιήσει τους φοιτητές σε ζητήματα κοινωνικού χαρακτήρα, όπως η συλλογή τροφίμων, διοργανώνοντας αντίστοιχες δράσεις, συχνά σε συνεργασία με άλλους οργανισμούς της πόλης, έχοντας πάντα ως γνώμονα τον εθελοντισμό.



Μέρα Υποδοχής Εισερχόμενων Φοιτητών Erasmus+, Χειμερινό Εξάμηνο 2015

Παράλληλα και σε συνεργασία με το Τμήμα Διεθνών Σχέσεων και Δημοσιευμάτων του Πανεπιστημίου Πατρών πραγματοποιούμε ενημερώσεις σχετικά με το πρόγραμμα Erasmus+, προωθώντας έτσι την κινητικότητα.

Μπορείτε να μάθετε περισσότερα για εμάς μέσω της ιστοσελίδας [www.uopa.esngreece.gr](http://www.uopa.esngreece.gr), την σελίδα μας στο [facebook page](https://www.facebook.com/ESN.UOPA) ή μέσω e-mail στο [uopa.erasmus@gmail.com](mailto:uopa.erasmus@gmail.com).

**Once Erasmus, Always Erasmus! #PATRADise**



Στην παραλία της Βοϊδοκοιλιάς κατά τη διάρκεια του Summer University 2016.

## Η AEGEE στην Πάτρα

### Οι δράσεις περιλαμβάνουν:

- \* Πάνω από 300 πανευρωπαϊκά events το χρόνο, διάρκειας 4-15 ημερών. Εδώ περιλαμβάνονται και τα Summer Universities (SU), διάρκειας 12-15 ημερών, με διάφορες θεματικές όπως περιβάλλον, δημόσιες σχέσεις, διαφήμιση, τέχνη και ιστορία, ανθρώπινα δικαιώματα.
- \* Trainings για την βελτίωση κάποιων δεξιοτήτων, των λεγόμενων 'soft skills'.
- \* Ημερίδες ευαισθητοποίησης.

### Αν θέλεις λοιπόν να:

- \* Ταξιδέψεις σε 40 ευρωπαϊκές χώρες και να ανακαλύψεις 200 ευρωπαϊκές πόλεις, όχι σαν τουρίστας, αλλά μέσα από τα μάτια ντόπιων συνομιλήκων σου,
- \* Εξασκήσεις μία ξένη γλώσσα,
- \* Βρεις άλλους 13.000 Ευρωπαίους πρόθυμους να ανταλλάξετε απόψεις και να υλοποιήσετε τις δικές σας ιδέες, φτιάχνοντας την Ευρώπη όπως εσύ θέλεις να είναι,
- \* Εξελίξεις τα soft skills σου και να λάβεις μη τυπική εκπαίδευση,
- \* Βγεις έξω από τη ζώνη ασφαλείας σου και να ζήσεις μια εμπειρία που θα θυμάσαι για πάντα,



Η πανευρωπαϊκή μη κερδοσκοπική οργάνωση φοιτητών και νέων όλων των επιστημών AEGEE (Association des Etats Generaux des Etudiants de L'Europe – γαλλικό δηλαδή, προφέρεται Αεζέ!) είναι ανεξάρτητη από πολιτικές κατευθύνσεις, και η λειτουργία της βασίζεται στην εθελοντική εργασία των μελών της. Στοχεύει στην προώθηση της ευρωπαϊκής ιδέας και στην αύξηση της κινητικότητας των νέων, δίνοντάς τους ευκαιρίες για ανταλλαγή κουλτούρας και εμπειριών μέσα από τη δημιουργία διαπροσωπικών σχέσεων συνεργασίας και φιλίας μεταξύ των νέων.

Η AEGEE Πάτρα αποτελεί τοπικό παράρτημα της AEGEE-Europe και δραστηριοποιείται από το 1998. Κάθε τοπικό παράρτημα διοργανώνει διάφορες δράσεις είτε σε τοπικό είτε σε πανευρωπαϊκό επίπεδο κατά τη διάρκεια ολόκληρου του χρόνου.

μπορείς να επικοινωνήσεις μαζί μας στο e-mail μας: [pa-tra@aegee.org](mailto:pa-tra@aegee.org) ή να μας βρεις στη σελίδα μας στο facebook <https://www.facebook.com/AEGEE.Patra>

## May the BEST spirit be with you!



**Σ**ε ενδιαφέρει να συνδυάσεις τις σπουδές σου με ταξίδια και φίλους από όλη την Ευρώπη;  
May the BEST Spirit be with you!

Ο BEST (Board of European Students of Technology) είναι ένας Ευρωπαϊκός, μη κυβερνητικός, μη πολιτικός, μη κερδοσκοπικός οργανισμός που απευθύνεται σε φοιτητές Πολυτεχνικών Σχολών και Θετικών επιστημών. Από το 1989, ο BEST παρέχει επικοινωνία, συνεργασία και ανταλλαγή ευκαιριών για τους φοιτητές σε όλη την Ευρώπη. Μέχρι τώρα, ο BEST υπάρχει σε 33 ευρωπαϊκές χώρες, 97 πανεπιστήμια και αριθμεί τουλάχιστον 3300 φοιτητές ως μέλη. Ως οργανισμός, ο BEST βασίζεται στη διαφορετικότητα. Δημιουργήθηκε για να βοηθά τους φοιτητές των τεχνολογικών σχολών να διευρύνουν

συνεχώς τους ορίζοντές τους, προσεγγίζοντας την Ευρωπαϊκή κουλτούρα. Με αυτόν τον τρόπο αναπτύσσει και κάνει την ικανότητα να εργαστεί και να αναλάβει ευθύνες σε διεθνές περιβάλλον.

Ο BEST Patras αποτελεί το τοπικό παράρτημα του οργανισμού BEST στο Πανεπιστήμιο Πατρών εδώ και 26 χρόνια. Διοργανώνει κατά τη διάρκεια της χρονιάς ποικίλες δράσεις τόσο για τα μέλη του όσο και για τους φοιτητές του Πανεπιστημίου. Κάποια παραδείγματα των δράσεων του:

**Εποχιακά Ακαδημαϊκά Σεμινάρια (Courses)**

**Τοπικοί διαγωνισμοί Μηχανικής**

**Company visits**

**Πολιτιστικές Ανταλλαγές**

**Βέβαια, όλα αυτά διοργανώνονται από εθελοντές φοιτητές! Αν λοιπόν θέλεις και εσύ:**

**Να ταξιδέψεις πολύ οικονομικά σε όλη την Ευρώπη**

**Να γνωρίσεις φοιτητές και να κάνεις φίλιες με ανθρώπους σαν και εσένα σε όλη την Ευρώπη**

**Να δημιουργήσεις αξέχαστες εμπειρίες**

**Να δοκιμάσεις τον εαυτό σου και να εξελίξεις τις δεξιότητές σου**

**Να μάθεις, να δοκιμασείς και - γιατί όχι; - να πετύχεις!**

### Τότε... join us!

Μπορείς να βρεις περισσότερες πληροφορίες για τον οργανισμό στην ιστοσελίδα μας ([www.bestpatras.gr](http://www.bestpatras.gr)), στο [facebook page](#) μας (BEST Patras) ή να στείλεις e-mail στο [patras@best.eu.org](mailto:patras@best.eu.org).

## Η EESTEC Πάτρας

### Τί είναι η EESTEC; Ποιοί είναι οι τύποι με τα κόκκινα μπλουζάκια;

Η EESTEC (Electrical Engineering Students' European association) Τοπική Επιτροπή (TE) Πάτρας είναι μια μη πολιτικοποιημένη και μη κερδοσκοπικού χαρακτήρα πανευρωπαϊκή οργάνωση φοιτητών Ηλεκτρολόγων Μηχανικών και Τεχνολογίας Υπολογιστών και Μηχανικών Ηλεκτρονικών Υπολογιστών και Πληροφορικής.

### Τι κάνουμε;

Η πρωταρχική δράση των Τοπικών Κοινοτήτων της EESTEC είναι οι ανταλλαγές φοιτητών και η διεξαγωγή σεμιναρίων πάνω σε θέματα σχετιζόμενα με την επιστήμη του ηλεκτρολόγου μηχανικού αλλά και του μηχανικού Η/Υ. Κάθε τοπική κοινότητα λοιπόν, διοργανώνει μια εβδομάδα σεμιναρίων όπου καλεί φοιτητές από τα πανεπιστήμια των άλλων ευρωπαϊκών πόλεων οι οποίες συμμετέχουν στην EESTEC. Πέρα από τα σεμινάρια γίνονται επισκέψεις σε αξιοθέατα της πόλης και διάφορες ψυχαγωγικού χαρακτήρα εκδηλώσεις. Τα σεμινάρια διοργανώνονται από καθηγητές του κάθε πανεπιστημίου.

Εσύ λοιπόν τι περιμένεις; Αν θα ήθελες κατά τη διάρκεια της φοιτητικής σου ζωής να:

- Ταξιδέψεις σε 51 πόλεις σχεδόν σε όλη την Ευρώπη
- Αποκτήσεις ακαδημαϊκές γνώσεις και πρακτικές δεξιότητες συμμετέχοντας σε διεθνή workshops που διοργανώνονται ειδικά για EESTEC-ers
- Γνωρίσεις νέους πολιτισμούς, νέο τρόπο ζωής, νέα παραδοσιακά κουζίνα και να δημιουργήσεις φίλους σε όλη την Ευρώπη



Τα μέλη του LC Patras κατά την διάρκεια του International Night του διεθνούς event "IT Sprint" του LC Patras.

- Διασκεδάσεις στο εξωτερικό με πάρτι όλη τη νύχτα και την ημέρα σε μια ανταλλαγή
- Συμμετέχεις σε διεθνείς διαγωνισμούς προγραμματισμού εφαρμογών, όπως Android Competition,

μην χάνεις χρόνο! Μπες κι εσύ στην «οικογένεια» μας, αποφάσισε τον επόμενο προορισμό και σχεδίασε έναν αξέχαστο χειμώνα! Ανακάλυψε νέα μέρη, δημιούργησε αξέχαστες εμπειρίες, νέες φιλιές και απίστευτες ιστορίες..... ταξιδεύονταααααααα!

Βρείτε μας στο Facebook: <https://www.facebook.com/eestecpatras/>, στην ιστοσελίδα μας [eestec.ece.upatras.gr](http://eestec.ece.upatras.gr) ή στείλτε μας mail στο [patras@eestec.net](mailto:patras@eestec.net)



## Η Ελληνική Επιτροπή Διεθνών Σχέσεων Φοιτητών Ιατρικής (HeIMSiC)

**H** HeIMSiC – Hellenic Medical Students' International Committee (Ελληνική Επιτροπή Διεθνών Σχέσεων Φοιτητών Ιατρικής)

είναι ένα ανεξάρτητο σωματείο μη κυβερνητικού, μη κερδοσκοπικού, μη κομματικού χαρακτήρα. Ιδρύθηκε το 1958 από φοιτητές ιατρικής, και σήμερα αποτελείται από 7 τοπικές επιτροπές, μία σε κάθε Ιατρική Σχολή. Οραματίζεται μία κοινωνία φοιτητών ιατρικής και μελλοντικών ιατρών εφοδιασμένων με αξίες και κοινωνική σκέψη για την προαγωγή του ανθρωπισμού και την ολιστική προσέγγιση της ιατρικής.

Οι δράσεις εστιάζονται σε 6 θεματικές πάνω στις οποίες οργανώνονται σχετικά προγράμματα: Ιατρική Εκπαίδευση, Δημόσια Υγεία, Αναπαραγωγική & Σεξουαλική Υγεία, Ανθρώπινα Δικαιώματα & Ειρήνη, Κλινικές και Ερευνητικές Ανταλλαγές. Συνεργάτες στις δράσεις μας αποτελούν φορείς όπως: Γιατροί χωρίς Σύνορα, ΚΕΘΕΑ, Γιατροί του Κόσμου, ACT UP, καθώς και μέλη της ακαδημαϊκής κοινότητας.

Επιπλέον, η HeIMSiC αποτελεί ενεργό μέλος των IFMSA – International Federation of Medical Students' Associations και EMSA – European Medical Students' Association. Μέσα από τη συμμετοχή της στις διεθνείς φοιτητικές οργανώσεις, η HeIMSiC αποτελεί την μοναδική οργάνωση που εκπροσωπεί του φοιτητές ιατρικής της Ελλάδας στο εξωτερικό.

**Η ενασχόληση κάθε φοιτητή ιατρικής με την HeIMSiC του προσφέρει την μοναδική ευκαιρία να αξιοποιήσει δημιουργικά και ουσιαστικά τον ελεύθερο χρόνο του προς όφελος των συμφοιτητών του, ως μελλοντικών ιατρών, και της κοινωνίας, να αναπτύξει τις δεξιότητές του και να συνεργαστεί με φοιτητές ιατρικής από όλο τον κόσμο.**

Μείνετε ενημερωμένοι για τις δράσεις μας:

Facebook: <https://www.facebook.com/helmsic.patras>

Website: <http://www.helmsic.gr/>



## IEEE Student Branch University of Patras



**T**α τοπικά παραρτήματα του IEEE (IEEE Student Branches) αποτελούν υποδιάρθρωση του IEEE και αυτή την στιγμή αριθμούνται περίπου 1.150 σε όλο τον κόσμο. Στις αρμοδιότητές τους περιλαμβάνεται η εξοικείωση και η ενημέρωση των φοιτητών για το IEEE και τις δραστηριότητές του. Επιπλέον, αναλαμβάνουν την οργάνωση σεμιναρίων και workshops πάνω σε νέες τεχνολογίες, επισκέψεων σε τεχνολογικά και φοιτητικά συνέδρια, κ.α. και είναι υπεύθυνα για τον προσανατολισμό νέων μελών. Παρέχουν στους προπτυχιακούς και μεταπτυχιακούς φοιτητές που βρίσκονται σε τεχνικά και τεχνολογικά πανεπιστήμια ευκαιρίες για ακαδημαϊκή, τεχνολογική και επαγγελματική εξέλιξη μέσα από τη δράση τους.



Τα μέλη του τοπικού παραρτήματος του IEEE στην Πάτρα.

Το τοπικό παράρτημα του Πανεπιστημίου Πατρών περιλαμβάνει ήδη 2 societies (Engineering in Medicine and Biology, Computers), τα οποία λειτουργούν αυτοτελώς και σε συνεργασία με το IEEE SB, το οποίο αποτελείται από φοιτητές διαφόρων τμημάτων του Πανεπιστημίου μας. Οι δραστηριότητες του παραρτήματος του IEEE λαμβάνουν χώρα σε όλη τη διάρκεια του ακαδημαϊκού έτους στο Πανεπιστήμιο Πατρών με μεγάλη συμμετοχή από φοιτητές και μέλη της ακαδημαϊκής κοινότητας τόσο του εσωτερικού όσο και του εξωτερικού. Παράλληλα, διοργανώνονται και άλλες εκδηλώσεις με σκοπό την ενδυνάμωση των σχέσεων των μελών της κοινότητας.

Περισσότερες πληροφορίες:

[www.ieee-upatras.gr](http://www.ieee-upatras.gr)

<https://www.facebook.com/ieeesbupatras/>

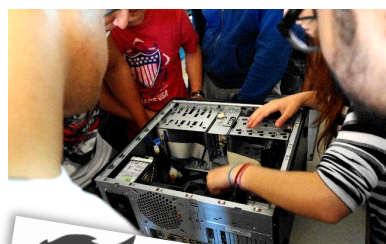
Περισσότερες πληροφορίες για τις φοιτητικές οργανώσεις μπορείτε να βρείτε στα παρακάτω links:

<http://research.upatras.gr/el/content/draseis-diasyndesis-foititikis-koinotitas-me-tin-ereyna-kainotomia-epiherimatikotita>

<https://www.upatras.gr/el/associations>

## To Student Guru Patras

**T**ο Student Guru Patras είναι μια φοιτητική ομάδα που ασχολείται με σύγχρονες τεχνολογίες και εφαρμογές της πληροφορικής.



Ετησίως διεξάγονται παρουσιάσεις που αφορούν επίκαιρα τεχνολογικά θέματα, όπως προγραμματισμός, web development & security, robotics κ.α. Σκοπός της ομάδας είναι η ενημέρωση και η εξοικείωση των ενδιαφερόμενων φοιτητών σχετικά με τεχνολογικές εφαρμογές σε διάφορους τομείς της πληροφορικής. Επιπλέον, ορισμένες παρουσιάσεις συνοδεύονται από workshops ή διαγω-

νισμούς στους οποίους κάθε φοιτητής μπορεί να συμμετάσχει ώστε να υλοποιήσει ιδέες, να αναπτύξει τις ικανότητές του, αλλά και να διεκδικήσει έπαθλα.

Παρότι η ομάδα απαρτίζεται από φοιτητές των τμημάτων Μηχανικών Η/Υ και Ηλεκτρολόγων Μηχανικών, οι δράσεις απευθύνονται σε κάθε ενδιαφερόμενο ανεξαρτήτως σχολής, με λίγα λόγια δεν υπάρχει καμία προϋπόθεση συμμετοχής πέρα από διάθεση!

Σας περιμένουμε, λοιπόν, στο επόμενο event του ακαδημαϊκού έτους!

Μπορείτε να ενημερώνεστε για τις δράσεις της ομάδας από τους παρακάτω συνδέσμους:

Facebook: [www.facebook.com/StudentguruPatras](http://www.facebook.com/StudentguruPatras)

Website: [www.studentguru.gr/academics/communities/b/patras](http://www.studentguru.gr/academics/communities/b/patras)

e-mail: [sgpatras@outlook.com](mailto:sgpatras@outlook.com)



## Συμβουλές προς ναυτιλομένους ... φοιτητές!

**Τ**α αποτελέσματα ανακοινώθηκαν! Με χαρά έμαθες πως η πόλη που θα σε φιλοξενήσει τα επόμενα 4 (τουλάχιστον) χρόνια είναι η Πάτρα! Το μόνο σίγουρο; Ότι θα ζήσεις υπέροχες στιγμές σε μια από τις καλύτερες φοιτητούπόλεις της Ελλάδας!

Ετοιμάζοντας λοιπόν τις αποσκευές σου που θα σε ακολουθήσουν σε αυτό το υπέροχο ακαδημαϊκό ταξίδι, θυμήσου να πάρεις μαζί σου τις με πολύ αγάπη συμβουλές από εμάς! Μην αγχώνεσαι! Όλοι κάναμε λάθη! Και εσύ θα κάνεις, απλά σου επισημαίνουμε τα πιο συχνά για να είσαι υποψιασμένος.

Ζήσε την Πάτρα! Περπάτησε κάθε δρόμο της έστω και μόνος στην αρχή! Είναι μια ζωντανή πόλη που έχει πολλά να σου πει αρκεί να την αφήσεις. Ξεκίνα με Ψηλά Αλώνια, Τριών Ναυάρχων, Φάρο, μύλο Αγ. Νικολάου και Άνω Πόλη. Για αρχή!

Μην απογοητεύεσαι αν ήθελες άλλη σχολή ή άλλη πόλη! Δώσε της μια ευκαιρία και ποτέ δεν ξέρεις, μπορεί να σου αρέσει.

Παρακολούθησε τις διαλέξεις! Μια συμβουλή που όλοι πήραμε, λίγοι

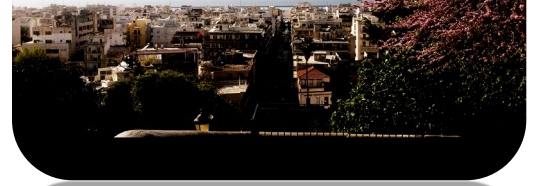
ακολούθησαν και πολλοί μετάνιωσαν... Τα οφέλη πολλά, καλές σημειώσεις, πιο εύκολο διάβασμα και το βασικότερο: επαφές με συμφοιτητές. (πώς αλλιώς θα τους γνωρίσεις;)

Γνώρισε τους συμφοιτητές σου! Μην επιλέξεις μια απόμερη θέση στο αμφιθέατρο, κάθισε στο κέντρο, μίλησε, κανόνισε καφέ στην Ρήγα Φεραίου για μετά ή κρασιά στην Ηφαιστού για "πιο" μετά.

Σχέση από απόσταση! Οι περισσότεροι που το βίωσαν μπορεί να μην στο πρότειναν... Είναι κάπως επώδυνο και για σένα και για τον υπολογιστή σου που θα είναι όλη μέρα (και όλη νύχτα) ανοικτός. Αλλά σε θέματα καρδιάς δεν χωράνε συμβουλές, άλλωστε αυτό που θα βιώσεις με έναν άνθρωπο δεν θα έχεις την ευκαιρία να το βιώσεις με κανέναν άλλον!

Παράλληλες δραστηριότητες. Όχι, δεν μιλάμε για παράλληλα σύμπαντα και μεταφυσικές ιστορίες, αυτά θα τα δεις στις ξένες σειρές που θα επιλέξεις να βλέπεις στις εξεταστικές σου. Εδώ μιλάμε για τα ενδιαφέροντά σου και τα ταλέντα σου που ήρθε η ώρα να ανακαλύψεις ή να εξελίξεις!

"Να αφήνεις την στεριά πάνω στο νερό δεμένος και να φτάνεις πιο μακριά απ' αυτό που 'σαι φτιαγμένος..."  
Μιλώσ Πασαλιός



Το Πανεπιστήμιο διαθέτει πολλές πολιτιστικές ομάδες που περιμένουν να τις ανακαλύψεις!

Ταξίδεψε! Η Πάτρα βρίσκεται σε ένα κομβικό σημείο που σου δίνει την δυνατότητα με έδρα αυτή να εξερευνησεις την Πελοπόννησο (Αίγιο, Πύργο, Καλάβρυτα), τα νησιά του Ιονίου αλλά και την Αιτωλοακαρνανία (Ναύπακτος, Μεσολόγγι). Εκμεταλλεύσου το.

Πρέπει να καταλάβεις ότι δεν γύρισες απλά σελίδα στην ζωή σου, άλλαξες βιβλίο!

Γι' αυτό πάρε τα πιο χαρούμενα χρώματα και τις πιο όμορφες λέξεις και γέμισέ το με αλησμόνητες εμπειρίες!

[γράφει η Έφη Φιωτάκη, συντελεστής του @Up και φοιτήτρια Τμ. Φυσικής]

## Η χορωδία του Πανεπιστημίου Πατρών

**Η** παλαιότερη πολιτιστική ομάδα του Πανεπιστημίου Πατρών ξεκίνησε τη διαδρομή της το ακαδημαϊκό έτος 1967-1968, όταν έγιναν οι πρώτες προσπάθειες από ομάδα μελών της Πανεπιστημιακής Κοινότητας. Από το 2000 η χορωδία λειτουργεί στο πλαίσιο της Διεύθυνσης Φοιτητικής Μέριμνας, ενώ σήμερα αριθμεί περίπου 40 μέλη και πλαισιώνεται από ολιγομελή ορχήστρα διαφόρων οργάνων. Έχει δώσει πολλές συναυλίες και έχει λάβει μέρος σε συναντήσεις χορωδιών, Φεστιβάλ και Πανεπιστημιάδες σε όλη τη χώρα και το εξωτερικό, δείχνοντας δε την κοινωνική της ευαισθησία πραγματοποιεί συναυλίες για την ενίσχυση του έργου φιλανθρωπικών φορέων.

Με τη συμπαράσταση των Πανεπιστημιακών Αρχών και των Μελών της Πανεπιστημιακής Κοινότητας, η Χορωδία συνεχίζει την εκπλήρωση των στόχων της: να μεταδίδει την αγάπη για τη μουσική και το χορωδιακό τραγούδι, καθώς και να αποτελεί πολιτιστικό πρεσβευτή του Πανεπιστημίου Πατρών ανταποκρινόμενη σε προσκλήσεις για εμφανίσεις και προσκαλώντας χορωδίες της χώρας μας και του εξωτερικού.

<http://choir.upatras.gr>

e-mail: choir@upatras.gr



**Επιτροπή Έκδοσης του @Up:** Ν. Αβούρης, Ι. Βαν-Ντερ-Βέιλε, Δ. Καρδαμάκης, Α. Κωστίου, Θ. Μονιούδη-Γαβαλά.

**Στο τεύχος #36 έχουν συμβάλει:** Νικόλαος Αβούρης, Τμ. ΗΜΤΥ, Αντιγόνη Αννίνου, Υπ. Διδάκτωρ, Τμ. Ηλεκτρολόγων, Βασίλης Μπουρολιάς, απόφοιτος Τμ. Χημικών Μηχανικών, Ευτυχία Φιωτάκη, φοιτήτρια Τμ. Φυσικής, ομάδα AEGEE πατρών, ομάδα BEST Patras, υπεύθυνοι ΒΚΠ, Ειδικό Γραφείο Συμβουλευτικών Υπηρεσιών Υγείας της Διεύθυνσης Φοιτητικής Μέριμνας ΠΠ, ομάδα EESTEC Πάτρας, ομάδα ESN UOPA, ομάδα HelMSIC, ομάδα IEEE πατρών, υπεύθυνοι Μουσείου Επιστημών και Τεχνολογίας, ομάδα ΠΟΦΠ, ομάδα Student Guru, ομάδα UP FM.

**Αρχισυνταξία:** Κατερίνα Οικονομοπούλου, Τμ. Φιλολογίας.

**Γραφιστική & καλλιτεχνική επιμέλεια:** Δήμητρα Ρίζου, Δέσποινα Σκέντζου, ΕΛΚΕ Πανεπιστημίου Πατρών.

**Φιλολογική επιμέλεια:** Σταματία Ανδρωνά, Νίκος Φραγκόπουλος, Γιώργος-Δημήτρης Χαριτάτος, Δημήτρης Χείλαρης (μετ. φοιτητές Τμ. Φιλολογίας).

**Γραμματειακή Υποστήριξη:** Φιλίω Βογιαντζή

**Επιμέλεια Ηλεκτρονικής Έκδοσης:** Σταματία Ανδρωνά, Κωνσταντίνος Γκοτσόπουλος, Άννα Κονδύλη, Θεώνη Παπαλεξοπούλου, Βίβιαν Πλατάνου (φοιτητές Τμ. Φιλολογίας), Δημήτρης Κουρλαμπάς (φοιτητής Τμ. Φιλοσοφίας).

**Εκτύπωση:** Παναγιώτης Νικολόπουλος, Ψηφιακές Εκτυπώσεις - Εκδόσεις Πλ. Γεωργίου Α' 27 - 26221 Πάτρα.



## Το περιοδικό του Πανεπιστημίου Πατρών (@Up) αναζητά συνεργάτες

Το περιοδικό του Πανεπιστημίου μας (@Up) εκδίδεται κάθε μήνα, και στη συντακτική του ομάδα μετέχουν εθελοντικά καθηγητές, προπτυχιακοί και μεταπτυχιακοί φοιτητές και υπάλληλοι του Πανεπιστημίου μας. Μας συνδέει όλους ο ενθουσιασμός για τη δημοσιογραφική έρευνα, καθώς και η επιθυμία να δώσουμε μια όσο γίνεται πιο αντιπροσωπευτική εικόνα της πολυχρωμίας της ζωής μέσα στο Πανεπιστήμιο Πατρών, να κάνουμε γνωστά τα επιτεύγματα και τις διακρίσεις των ερευνητών μας, αλλά και να αναδείξουμε τα κοινά ενδιαφέροντα των μελών διαφορετικών σχολών.

Έτσι, τα άρθρα που δημοσιεύουμε κάθε μήνα καλύπτουν τις διάφορες εκδηλώσεις, τις ημερίδες και τα συνέδρια που λαμβάνουν χώρα στο Πανεπιστήμιο, ή παρακολουθούν κάποιες αξιοσημείωτες δραστηριότητες των φοιτητών και ερευνητών του Πανεπιστημίου μας στην Ελλάδα και στο εξωτερικό. Υπάρχουν επίσης μόνιμες στήλες συνεντεύξεων αφιερωμένες στους αποφοίτους του Πανεπιστημίου μας καθώς και στα μεταπτυχιακά προγράμματα διαφόρων Σχολών, στήλες γνώμων, αλλά και στήλες αφιερωμένες στη μουσική, στα βιβλία, στο σινεμά, στον αθλητισμό.

Για να είσαι λοιπόν πάντοτε πλήρως ενημερωμένος/-η για ο,τι συμβαίνει μέσα στο Πανεπιστήμιο, ψάξε κάθε μήνα για έγχρωμα και ασπρόμαυρα τεύχη του @Up στην Κεντρική Βιβλιοθήκη καθώς και

σε τμηματικές βιβλιοθήκες, στο Πάρκο της Ειρήνης και στο Βιβλιοπωλείο Παπασωτηρίου, σε διάφορα κυλικεία σχολών, καθώς και σε επιλεγμένα βιβλιοπωλεία στην πόλη της Πάτρας. Κάνε επίσης like στην σελίδα μας στο facebook,

<https://www.facebook.com/up.upatras/?fref=ts>, ή διάβασέ μας ηλεκτρονικά, στην ιστοσελίδα <https://www.upatras.gr/el/up>.

Και, αν σου αρέσει η δημοσιογραφική έρευνα, το γράψιμο, η επιμέλεια και η επεξεργασία κειμένων, και ενδιαφέρεσαι να γίνεις κι εσύ μέλος της συντακτικής μας ομάδας, στείλε μας τις ιδέες ή προτάσεις σου στην ηλεκτρονική διεύθυνση: [newsletter@upatras.gr](mailto:newsletter@upatras.gr).



Τα μέλη της συντακτικής ομάδας του @Up Αμαλία Κατσιφάρα, Σταματία Ανδρωνά και Έφη Φιωτάκη παρουσιάζουν το περιοδικό στην έκθεση PatrasIQ

## Το 'Πράσινο Πανεπιστήμιο' ψάχνει νέους εθελοντές

Στην Ελλάδα συχνά παραπονιόμαστε για την αδιαφορία που υπάρχει για το περιβάλλον. Τί κάνουμε όμως όλοι για αυτό;



Στο Πανεπιστήμιό μας η ευκαιρία να δραστηριοποιηθεί κανείς πάνω σε διάφορα περιβαλλοντικά θέματα δίνεται μέσα από τις ποιτικές δράσεις του 'Πράσινου Πανεπιστημίου', οι οποίες κατευθύνονται από την Επιτροπή Περιβαλλοντικής Διαχείρισης.

Οι δράσεις του 'Πράσινου Πανεπιστημίου' περιλαμβάνουν δένδροφυτεύσεις, προγράμματα ανακύκλωσης, εκπαιδευτικές εξορμήσεις σε δάση, υδροβιότοπους ή μνημεία της περιοχής, αλλά και διάφορες ενημερωτικές εκδηλώσεις για τα μέλη της πανεπιστημιακής κοινότητας αλλά και το κοινό της πόλης της Πάτρας. Στους ευρύτερους στόχους του περιλαμβάνονται η περιβαλλοντική εκπαίδευση και η ανάπτυξη του εθελοντισμού.

Η συμβολή των εθελοντών σε όλες αυτές τις δράσεις είναι πολύτιμη. Αν λοιπόν θέλεις να βοηθήσεις ουσιαστικά στην προστασία του περιβάλλοντος, να συμβάλεις ενεργά στη διάδοση της γνώσης για περιβαλλοντικά θέματα στη χώρα μας, αλλά και να γνωρίσεις ανθρώπους που, όπως εσύ, αγαπούν τη φύση και θέλουν να την προστατέψουν, και τότε οι εθελοντικές ομάδες του 'Πράσινου Πανεπιστημίου' σε περιμένουν!

Για περισσότερες πληροφορίες, επισκέψου την ιστοσελίδα του 'Πράσινου Πανεπιστημίου' <http://green.upatras.gr>, καθώς και τη σελίδα του στο facebook <https://www.facebook.com/green.upatras.gr>.

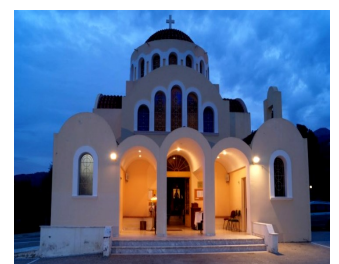
## Θέματα ασφάλειας στην πανεπιστημιούπολη

Για την ασφάλεια στην πανεπιστημιακή μας κοινότητα καλό είναι να έχουμε υπόψη μας το τηλέφωνο σε περίπτωση ανάγκης. Είναι το 11771. Το αποθηκεύουμε στο κινητό μας στις επαφές ταχείας κλήσης, αλλά και στην οθόνη ή στις κλήσεις έκτακτης ανάγκης.

## Ο Πανεπιστημιακός Ιερός Ναός των Τριών Ιεραρχών

Στη διασταύρωση των οδών Εράσμου και Ελύτη, δίπλα στην Πρυτανεία βρίσκεται το εκκλησάκι του Πανεπιστημίου: είναι ο ναός των Τριών Ιεραρχών. Η εκκλησία και ο εφημέριός της πατήρ Νικόλαος Μεσσαλάς καλεί τους πρωτοετείς στις ακολουθίες και στις φοιτητικές συναντήσεις.

Ο Ιερός Πανεπιστημιακός Ναός των Αγίων Τριών Ιεραρχών είναι καθημερινά ανοιχτός από 10:30 έως 14:30. Κάθε Κυριακή τελείται Θεία Λειτουργία από 07:30 έως 10:30. Φοιτητικές συναντήσεις πραγματοποιούνται από τον Οκτώβριο κάθε Πέμπτη 19:00. Εφημέριος: π. Νικόλαος Μεσσαλάς, τηλ.: 6974728294.



## Πρωτοετείς έτοιμοι για αθλητική δράση

Μπορεί οι Πανελλήνιες να είναι μία από τις πιο ψυχοφθόρες διαδικασίες που μπορείς να βιώσεις, αλλά αποτελούν πλέον παρελθόν και μια νέα αρχή είναι μπροστά σου. Οι περισσότεροι από εμάς κατά τη διάρκεια της 3ης Λυκείου παραμελούν δυστυχώς την γυμναστική ή κάποιο άθλημα που έκαναν για να αφοσιωθούν πλήρως στο στόχο τους. Το Πανεπιστήμιο Πατρών όμως σου έχει τη λύση, καθώς προσφέρει έναν από τους καλύτερους χώρους άθλησης, συγκριτικά με άλλες φοιτητούπολεις της Ελλάδας.

Οι αθλητικές εγκαταστάσεις περιλαμβάνουν γήπεδο ποδοσφαίρου με φυσικό χλοοτάπητα και στίβο, γήπεδα μπιτς βόλεϊ, εξωτερικά γήπεδα τένις με καινούριο ελαστικό τάπητα (ανακαινισμένα στο τέλος της περσινής χρονιάς), εξωτερικά γήπεδα μπάσκετ και, τέλος, κλειστό γυμναστήριο με γήπεδο μπάσκετ και βόλεϊ με σύγχρονο παρκέ, τραπέζια πιγκ-πογκ, διαδρόμους και αίθουσα με όργανα γυμναστικής. Το γήπεδο διαθέτει επίσης θερμαινόμενο κλειστό κολυμβητήριο ανοιχτό για το κοινό. Το μόνο που έχεις να κάνεις για να συμμετέχεις ενεργά στις παραπάνω δραστηριότητες είναι να βγάλεις μια φοιτητική κάρτα μέλους του γυμναστηρίου δωρεάν με την προσκόμιση των κατάλληλων εγγράφων (<http://gym.upatras.gr/node/205>).

### Δραστηριότητες Γυμναστηρίου και Πρωταθλήματα

**Κ**ατά τη διάρκεια της φοιτητικής χρονιάς οι δραστηριότητες του Πανεπιστημιακού Γυμναστηρίου είναι πλούσιες σε όλα τα αθλήματα. Στα ομαδικά αθλήματα διοργανώνονται κάθε χρόνο φοιτητικά τουρνουά ποδοσφαίρου 5x5 και διατηματικό πρωτάθλημα 11x11, αγώνες μπάσκετ 3 on 3 και το αντίστοιχο διατηματικό πρωτάθλημα, προπονήσεις ομάδων βόλεϊ και τέλος τουρνουά Beach Volley στα τέλη Μαΐου με αρχές Ιουνίου. Ταυτόχρονα στο χώρο του γυμναστηρίου υπάρχουν ελεύθερες ώρες για το κοινό σε κολύμβηση και στίβο αλλά και στο κλειστό γήπεδο, ενώ για τους λάτρεις των παιχνιδιών στρατηγικής πραγματοποιείται ετήσιο τουρνουά Stratego.

Το παζλ των δράσεων του γυμναστηρίου συμπληρώνεται με ετήσιο ποδηλατικό αγώνα και ποδηλατική βόλτα (μάλιστα υπάρχει η δυνατότητα δανεισμού ποδηλάτου με την φοιτητική κάρτα), Ετήσια Ημέρα Αθλητισμού του Πανεπιστημίου Πατρών, επιστημονικά συνέδρια και ημερίδες για την σημασία του αθλητισμού και της καλής διατροφής στην υγεία, συμμετοχή στον εκθεσιακό χώρο του IQ Patras που πραγματοποιείται τα τελευταία χρόνια στην πόλη και τέλος πολλές εθελοντικές πρωτοβουλίες. Για περισσότερες πληροφορίες και ανακοινώσεις μπορείτε να επισκεπτεστε την ιστοσελίδα του Πανεπιστημιακού Γυμναστηρίου (<http://gym.upatras.gr/>).

### Εναλλακτικές αθλητικές δραστηριότητες στην ευρύτερη περιοχή της Πάτρας

**Ε**κτός από το Πανεπιστημιακό Γυμναστήριο η ευρύτερη περιοχή της Πάτρας διαθέτει και πολλές εναλλακτικές αθλητικές δραστηριότητες, όπως ποδηλατικές βόλτες με αφετηρία την πλατεία Γεωργίου και προορισμό το Ρίο ή την Ναύπακτο, σερφ και kitesurf στο Δρέπανο, ιστιοπλοϊκούς ομίλους στην μαρίνα Τερψιθέας αλλά και στην Ακτή Δυμαίων, σχολή καταδύσεων αλλά και πίστα για μίνι καρτ στα Βραχνέικα. Για τους λάτρεις της φύσης και των extreme sports μια πολύ καλή πρόταση είναι το rafting ή το κανόε-καγιάκ στον Εύηνο, που διαθέτει πιστές ολυμπιακών προδιαγραφών και διαδρομές πλαισιωμένες από υπέροχα φυσικά τοπία. Τέλος για τους χειμερινούς μήνες οργανώνονται κάθε εβδομάδα εκδρομές για σκι στην πίστα των Καλαβρύτων, μια εμπειρία που όλοι πρέπει να δοκιμάσετε.

Για όσους θέλουν να συνεχίσουν στην Πάτρα την πορεία τους σε κάποιο άθλημα, είτε ατομικό είτε ομαδικό, οι ευκαιρίες είναι πολλές. Ιδιαίτερα στα ομαδικά αθλήματα υπάρχουν αρκετές γυναικείες και ανδρικές ομάδες σε όλες τις κατηγορίες. Η πόλη έχει παράδοση σε αθλήματα όπως το βόλεϊ με την Παναχαϊκή στην Α1 ανδρών και το μπάσκετ με τον Προμηθέα επίσης στην Α1 ανδρών. Στο ποδόσφαιρο τα πράγματα δεν πάνε τόσο καλά με την Παναχαϊκή να παίζει Γ' Ερασιτεχνική κατηγορία, ωστόσο αρκετές φορές αντιμετωπίζει ομάδες μεγαλύτερων κατηγοριών στον θεσμό του Κυπέλλου. Όπως και να 'χει η Πάτρα έχει μακρά παράδοση στον αθλητισμό, επομένως είτε ως αθλούμενοι είτε ως θεατές αδράξτε την ευκαιρία!

[Βασίλης Μπουρολιάς, Απόφοιτος Τμήματος Χημικών Μηχανικών]



Εικόνα από τα γήπεδα τένις πριν γίνουν οι εργασίες αναδόμησης και το γήπεδο ποδοσφαίρου στον εξωτερικό χώρο. Πηγή: [gym.upatras.gr](http://gym.upatras.gr)



Το κλειστό γήπεδο με τα γήπεδα μπάσκετ και βόλεϊ, στο βάθος η αίθουσα με τα βάρη και κάτω το κολυμβητήριο του γυμναστηρίου. Πηγή: [gym.upatras.gr](http://gym.upatras.gr)



Το ποτάμι του Εύηνου, ιδανικό για αθλητικές δραστηριότητες όπως το κανόε-καγιάκ και το ράφτινγκ (πάνω), kitesurf στο Δρέπανο και ποδηλατική βόλτα με αφετηρία την κεντρική πλατεία Γεωργίου (κάτω).

ISSN 2241-8172



772241 817006