



Όνοματεπώνυμο:
Νιώρα Ναταλία

Ημερομηνία γέννησης:
30/12/1978

Τόπος γέννησης:
Αθήνα

Διεύθυνση:
Αγίου Στυλιανού 14
Γκύζη | 11474

Τηλέφωνο:
6944 270659

E-mail:
natniora@gmail.com

LinkedIn:
Natalia Niora

ΕΝΔΙΑΦΕΡΟΝΤΑ

Πιάνο
Χορός
Yoga
Φωτογραφία

ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗ ΕΜΠΕΙΡΙΑ

- Σεπ 2022
έως σήμερα **Μεσιτική εταιρεία Engel Völkers**
Αρμοδιότητες: Team coordinator Νοτίων Προαστίων
- Δεκ 2017
Σεπ 2022 **Εξωτερική συνεργάτιδα**
Μεσιτικό γραφείο Civitas Properties
Αρμοδιότητες: Ενοικιάσεις - Πωλήσεις ακινήτων
- Σεπ 2020
Ιουν 2021 **Προσφορά θεραπειών Ψυχικής και Συναισθηματικής**
Αποφόρτισης
Πρακτική άσκηση του Επαγγελματικού Τμήματος της Expansion Method
Συνεργασία με το Κ.Ε.Φ.Ι. (Σύλλογος Καρκινοπαθών Εθελοντών Φίλων Ιατρών), 2η Δράση Κοινωνικής Ενδυνάμωσης
- Σεπ 2016
Ιουλ 2017 **Υπάλληλος γραφείου**
Άκης Αγγελάκης (Business & Life Coach)
Αρμοδιότητες: Γραμματειακή υποστήριξη, διαχείριση αλληλογραφίας, συντονισμός και προώθηση σεμιναρίων
- Μαρ 2007
Δεκ 2016 **Freelancer γραφίστρια**
- Νοε 2013
Σεπ 2015 **Εξωτερική συνεργάτιδα**
Αρχιτεκτονική Σχολή του Πολυτεχνείου Κρήτης
Αρμοδιότητες: Σχεδιασμός και επιμέλεια της έκθεσης «ΚΡΗΤΗ 1913-2013: Αρχιτεκτονική και Πολεοδομία μετά την Ένωση», σχεδιασμός αφίσας, πρόσκλησης, καταλόγου της έκθεσης.
Σχεδιασμός βιβλίου με τίτλο «ΤΑ ΧΑΝΙΑ. 100 Χρόνια από την Ένωση στο 2013».
- Μαρ 2015
Απρ 2015 **Εξωτερική συνεργάτιδα**
Δήμος Χανίων
Αρμοδιότητες: Σχεδιασμός ταυτότητας του Δήμου Χανίων
- Ιαν 2014
Φεβ 2015 **Εξωτερική συνεργάτιδα**
ΚΑΜ (Κέντρο Αρχιτεκτονικής Μεσογείου)
Αρμοδιότητες: Σχεδιασμός έντυπου υλικού (αφίσα, φυλλάδιο, πρόσκληση, πρόγραμμα) σχετικά με το Forum με τίτλο «Κρήτη και Unesco: Προϋποθέσεις και προσδοκίες».
Σχεδιασμός λογοτύπου του ΚΑΜ.
- Οκτ 2013
Αυγ 2014 **Υπάλληλος γραφείου**
Δικηγορική εταιρεία «ΣΠΥΡΑΚΟΣ-ΜΟΥΖΟΥΡΑΚΗ»
Αρμοδιότητες: Υπεύθυνη για την διεκπεραίωση των λειτουργικών, γραμματειακών και διαχειριστικών υποθέσεων της δικηγορικής εταιρείας

Σεπ 2012
Ιουλ 2014

Εξωτερική συνεργασία
«Θέατρο ΑΛΦΑ» | Στέφανος Ληναίος – Έλλη Φωτίου
Αρμοδιότητες: Σχεδιασμός - επιμέλεια των εντύπων του θεάτρου, φωτογραφήσεις, υπεύθυνη μπαρ

Νοε 2010
Ιουν 2013

Εξωτερική συνεργασία
Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών
Τμήμα Τουρκικών και Ασιατικών Σπουδών
Αρμοδιότητες: Μέλος της ομάδας για τη συγκρότηση των εξετάσεων του ΚΠΓ (Κρατικό Πιστοποιητικό Γλωσσομάθειας), σελιδοποίηση 16σέλιδου booklet θεμάτων, πρόταση θεμάτων για προφορική εξέταση, επιμέλεια κειμένων, διατήρηση αρχείου θεμάτων εξετάσεων

Σεπ 2008
Δεκ 2011

Υπάλληλος γραφείου
Τεχνική εταιρεία «Τεχνική Ενεργειακή»
Αρμοδιότητες: Γραμματειακή υποστήριξη, υπεύθυνη διαχείρισης ποιότητας, σχεδιασμός εταιρικής ταυτότητας, συντήρηση και προώθηση της εταιρικής ιστοσελίδας, αρχειοθέτηση εγγράφων

Νοε 2007
Δεκ 2011

Παράδοση ιταλικών μαθημάτων
Ιδιαίτερα μαθήματα κατ' οίκον

Απρ 2008
Σεπ 2009

Εξωτερική συνεργασία
Παιδαγωγικό Ινστιτούτο
Αρμοδιότητες: Δημιουργία σειράς βιβλίων στην τουρκική γλώσσα για το Γυμνάσιο, σελιδοποίηση, εικονογράφηση, επιμέλεια

Νοε 2008
Δεκ 2008

Εξωτερική συνεργασία
Υπουργείο Πολιτισμού
Ημερίδα και έκθεση σχετικά με το σεισμό στη Καλαμάτα το 1986
Αρμοδιότητες: Σχεδιασμός προσκλήσεων, προγραμμάτων, αφισών, πάνελ για την έκθεση, επιμέλεια κειμένων, οργάνωση-στήσιμο έκθεσης

Αυγ 2007
Ιουν 2008

Υπάλληλος γραφείου
Υπουργείο Ανάπτυξης – Τμήμα Διαφήμισης του ΕΠΑΝ
Αρμοδιότητες: Συντήρηση και προώθηση της ιστοσελίδας, σύνταξη κειμένων, οργάνωση και αρχειοθέτηση εγγράφων, επιμέλεια και αρχειοθέτηση δελτίων τύπου, γραμματειακή υποστήριξη, συνεργασία με άλλες υπηρεσίες του Υπουργείου Ανάπτυξης

Απρ 2005
Απρ 2007

Υπάλληλος γραφείου
Εταιρεία εφαρμογών Internet "Istomedia E.Π.Ε."
Αρμοδιότητες: Ανάπτυξη και ανανέωση ιστοσελίδων, επεξεργασία φωτογραφιών, γραμματειακή υποστήριξη, διαχείριση αλληλογραφίας

Δεκ 2001
Ιουν 2005

Δακτυλογραφήσεις – μεταφράσεις φοιτητικών εργασιών

Μαρ 2005
Απρ 2005

Πρακτική άσκηση του σεμιναρίου: «Μάρκετινγκ και Διαφήμιση στο Διαδίκτυο»
Εταιρεία "Protean technologies"
Αρμοδιότητες: Επεξεργασία φωτογραφιών, ανανέωση ιστοσελίδων

ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ - ΣΠΟΥΔΕΣ

Οκτ 2022
Φεβ2023

Ανάλυση Συμπεριφοράς
Εργαστήριο Πειραματικής και Εφαρμοσμένης Ανάλυσης Συμπεριφοράς
Πάντειο Πανεπιστήμιο

Ιαν 2022
Οκτ 2022

Θετική Ψυχολογία στην Εκπαίδευση
ΚΕΔΙΒΙΜ Πάντειο Πανεπιστήμιο

Μαρ 2021
Δεκ 2021

Θετική Ψυχολογία
ΚΕΔΙΒΙΜ Πάντειο Πανεπιστήμιο
Εργασίες:
- Ψυχολογική ανθεκτικότητα. Μοντέλα ανάπτυξης της και αποτελέσματα στο σύγχρονο κοινωνικό και εργασιακό πλαίσιο.
- Mindfulness (Ενσυνειδητότητα) και διαχείριση ψυχολογικών δυσκολιών. Μοντέλα (θεωρίες, θεωρητικές προσεγγίσεις), τρόποι εφαρμογής και αποτελέσματα.

Ιαν 2021
Ιουν 2021

Σύμβουλος Κοινωνικής Συναισθηματικής Μάθησης (ExSEL)
Ελληνικό Κέντρο Συναισθημάτων

Απρ 2020
Ιουλ 2020

Ανάπτυξη Δεξιοτήτων Συναισθηματικής Νοημοσύνης, +30 ΕQ
Ελληνικό Κέντρο Συναισθημάτων

Νοε 2020

Θεραπεία των Κρυστάλλινων Χεριών - Δονητική Διεύρυνση
Ελληνικό Κέντρο Συναισθημάτων

Δεκ 2019
Δεκ 2020

Πανεπιστημιακές Διαλέξεις Ψυχολογίας
Πανεπιστήμιο Αιγαίου

Νοε 2019
Ιουλ 2020

Επαγγελματικό Τμήμα της Expansion Method
Personal Development Therapist | ICEM

Σεπ 2019
Νοε 2019

Συναισθηματική νοημοσύνη
Νίκος Σταυρόπουλος | Πόλις, Κέντρο Πολιτισμού & Εκπαίδευσης

Οκτ 2018
Φεβ 2019

Πολιτιστική διαχείριση
Αλέξανδρος Στάνας | Ανοιχτή Τέχνη

Ιουν 2017
Δεκ 2019

Εκπαίδευση στο Usui Reiki
Αέναη Ροή

Ιαν 2016
Ιουν 2017

Εμπόδια Τέλος
Αέναη Ροή

2005
2007

Γραφίστας εντύπου και ηλεκτρονικών μέσων
ΙΕΚ Σιβιτανιδείου Σχολής

Δεκ 2004
Απρ 2005

Μάρκετινγκ και Διαφήμιση στο Διαδίκτυο
ΙΕΚΕΠ (Ινστιτούτο Εκπαιδευτικού και Επαγγελματικού Προσανατολισμού)

2001
2004

Lingua e Cultura Italiana
Επάρκεια Ιταλικής Γλώσσας | Ιταλικό Μορφωτικό Ινστιτούτο

2001
2002

Ειδικά Θέματα Λαογραφίας (6μηνο σεμινάριο)
Υπεύθυνη καθηγήτρια: Άννα Λυδάκη | Πάντειο Πανεπιστήμιο

2001
2002

Ειδικά Θέματα Ποιοτικής Έρευνας – Έρευνας πεδίου (6μηνο σεμινάριο)
Υπεύθυνη καθηγήτρια: Άννα Λυδάκη | Πάντειο Πανεπιστήμιο

1998
2003

Τμήμα Κοινωνιολογίας
Πάντειο Πανεπιστήμιο

ΓΝΩΣΗ Η/Υ

MS Office (word, excel, power point, outlook)
Internet explorer – Chrome - Firefox
Photoshop / Paintshop
Illustrator / Corel
InDesign / Quark Xpress
Html

ΞΕΝΕΣ ΓΛΩΣΣΕΣ

Αγγλικά

Άριστη γνώση | Certificate of Proficiency in English

Ιταλικά

Άριστη γνώση | Diploma di Lingua e Cultura Italiana

Ισπανικά

Βασική γνώση

ΣΕΜΙΝΑΡΙΑ

6-17/12/2021

Πρόγραμμα κατάρτισης για τη δημιουργία νέων επιχειρήσεων
στην ψηφιακή εποχή - Grow with Google
ΟΑΕΔ

18/01/2021

Αυτοεκτίμηση: όταν έμαθα να με αγαπώ
Γ. Χατζηνικολάου – Ν. Σταυρόπουλος | Πόλις, Κέντρο Πολιτισμού
& Εκπαίδευσης

9/01/2021

Προβολή και Προώθηση στη Σύγχρονη Ψηφιακή Εποχή
Νίκος Αυγερινός

6/11/2019

Ανάπτυξη δεξιοτήτων επικοινωνίας και διαχείρισης συναισθημάτων
Αργύρης Μάρδας | Πόλις, Κέντρο Πολιτισμού & Εκπαίδευσης

30/10/2019

Θεραπεύοντας το εσωτερικό μας παιδί
Ανδριάννα Γεροντή | Πόλις, Κέντρο Πολιτισμού & Εκπαίδευσης

17/10/2019

Η αυτογνωσία το 2020
Αργύρης Μάρδας | Πόλις, Κέντρο Πολιτισμού & Εκπαίδευσης

- 2/11/2016 Δημιουργώντας προσωπικό/εταιρικό όραμα σαν αντίδοτο στην κρίση
Άκης Αγγελάκης
- 11/09/2016 Νίκησε τις περιοριστικές σου πεποιθήσεις
Άκης Αγγελάκης
- 7-9/11/2014 View from the Edge
Marc Accetta | Μαδρίτη
- 10/07/2013 Η ψυχολογία της πώλησης.
Η τέχνη της επικοινωνίας και της αυτοπεποίθησης
Τμήμα Λογιστικής του ΤΕΙ Πειραιά

ΗΜΕΡΙΔΕΣ

- 11/11/2020 Συμμετοχή στην 4η Ημερίδα Προσωπικής Βελτίωσης
του Ελληνικού Κέντρου Συναισθημάτων και της Expansion Method
Μελέτη - Παρουσίαση: "Η νέα φοβία της επαφής"
<https://www.youtube.com/watch?v=Hm0dsLN1kiU&t=4s>
<https://emoducation.com/4i-imerida-prosopikis-exelixis/>
- 23/04/2016 Προσωπική Ενδυνάμωση: Τρόποι & Τεχνικές που δυναμώνουν
την αυτοπεποίθηση
Άκης Αγγελάκης | Money Show, Astir Palace
- 8/01/2016 Όραμα ζωής
Άκης Αγγελάκης | Money Show, Hilton

ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΣΕ ΟΜΑΔΕΣ

- 2020 - σήμερα Μέλος του Ελληνικού Κέντρου Συναισθημάτων
- 2013 - 2017 Μέλος του εθελοντικού οργανισμού "Worldventures Foundation"
Υπεύθυνη εικαστικών δράσεων σε φιλανθρωπικά ιδρύματα
[Ίδρυμα «Παμμακάριστος», Ελληνική Εταιρεία για τη Σκλήρυνση Κατά
Πλάκας, Πρότυπο Εθνικό Νηπιοτροφείο Καλλιθέας, Κ.Ε.Ε.Π.Ε.Α. Ορίζοντες
(Κέντρο Ειδικής Εκπαίδευσης Παιδιών με Ειδικές Ανάγκες), Χατζηκυριάκειο
Ίδρυμα, Make a wish, Χαμόγελο του Παιδιού]
- 2010 - 2014 Μέλος της φωτογραφικής ομάδας METropolis
Συμμετοχή στην οργάνωση – συντονισμό των εκθέσεων

ΥΠΟΤΡΟΦΙΕΣ

- 2005 - 2007 Υποτροφία στα 3 εξάμηνα του τμήματος
"Γραφίστας εντύπου και ηλεκτρονικών μέσων"
ΙΕΚ Σιβιτανιδείου Σχολής