

**Ζωή Βάλερη**  
(γυν Ανδρουτσοπούλου)  
**Βιογραφικό σημείωμα**

**Στοιχεία Επικοινωνίας**

Διεύθυνση: Casa Lucia, Σγόμπου, 49083, Κέρκυρα, Ελλάδα  
Τηλέφωνα: (0030) 26610 91732 – 6987837323  
e-mail: [info@ensoma.gr](mailto:info@ensoma.gr)  
Ιστοσελίδα: [www.ensoma.gr](http://www.ensoma.gr)  
Ημερομηνία γέννησης: 03-01-77

**Σπουδές**

2016 Start a School 101, [Alternative Education Resource Organization](#)

2001-2002 **MA in Dance Theatre Studies** (Χορολογική Ανάλυση, Χορογραφία και Εκπαίδευση) στο [Trinity Laban Conservatoire of Music and Dance London](#), (γυν Laban Centre London) City University, του Λονδίνου

1995-1999 **BA (Hons) Dance Theatre Studies** (2:1), στο [Trinity Laban Conservatoire of Music and Dance London](#) (γυν Laban Centre London) City University, του Λονδίνου

**Επαγγελματική Δραστηριότητα:**

**Διδασκαλία, Χορογραφία, Εκτέλεση και Θεραπεία**

Είμαι δημιουργός του **Ενσώμα**, ένα αμάλγαμα τεχνικών κίνησης, αυτοσχεδιασμού, χορολογικής ανάλυσης και θεραπευτικών μεθόδων.

Το Ενσώμα καλλιεργεί λεπτομερή αντίληψη, επίγνωση και διαχείριση του σώματος και του νου.

Υποστηρίζει και εξουσιοδοτεί την πολύτιμη σοφία που ενσωματώνουμε, τα ένστικτα και την αισθητική νοημοσύνη.

[Χορογραφώ, χορεύω και διδάσκω σε εκπαιδευτικά, καλλιτεχνικά και θεραπευτικά προγράμματα για όλες τις ηλικίες.](#)

Δουλεύω με χορευτές, αθλητές, παιδιά, εγκύους, οικογένειες, μουσικούς, ζευγάρια, με ανθρώπους με τραυματισμούς, ανίατες ασθένειες, αυτισμό, κατάθλιψη, χρόνια πόνο, νευρολογικές βλάβες και εκφυλιστικές ασθένειες κ.α.

[Περισσότερες πληροφορίες για το Ενσώμα.](#)

2020-σήμερα

Δίνω διαλέξεις, εργαστήρια, συνεντεύξεις και γράφω άρθρα με θέμα την ευέλικτη, δημοκρατική, αυτοκατευθυνόμενη και ενσώματη μάθηση σε διάφορες πλαίσια όπως:

- διημερίδα “Δημιουργικός Λόγος στο Δημοκρατικό Σχολείο” Συνδιοργάνωση: Πρόγραμμα Μεταπτυχιακών Σπουδών «Ρητορική, Επιστήμες του Ανθρώπου και Εκπαίδευση», Ελληνική Ένωση για την Προώθηση της Ρητορικής στην Εκπαίδευση και European Democratic Education Community-Greece  
Σε συνεργασία με το ευρωπαϊκό πρόγραμμα «Εκπαιδευτικοί Αγώνες Επιχειρηματολογίας #ClimateofChange» της ActionAid Hellas
- ετησίως στο [Re-imagining Education Conference](#)
- [The Alliance for Self-Directed Education](#)
- [Summerhill Festival of Childhood Online / IDEC 2021](#)
- μαθητικές συνελεύσεις
- ραδιόφωνο και περιοδικά όπως [Act on Learning](#), [Tipping Points](#), [AlfaVita](#), [E-learning Industry](#), [ERTopen radio](#) κ.α.

2009-σήμερα

Διευθύνω τα καλλιτεχνικά, εκπαιδευτικά και πολιτιστικά [προγράμματα](#) της [Casa Lucia](#) στην Κέρκυρα με δασκάλους, καλλιτέχνες, επιστήμονες και άλλους ειδικούς από όλον τον κόσμο. Τα προγράμματα συμπεριλαμβάνουν παραστάσεις, φεστιβάλ, μαθήματα, συνεδρίες, διεπιστημονικές συνεργασίες, συνέδρια, συναυλίες, εργαστήρια, συνελεύσεις, προβολές, διαλέξεις και άλλα πολλά.

Συμμετέχω σε αυτά τα προγράμματα διδάσκοντας τακτικά και σεμιναριακά και συμμετέχω στα συνεργατικά και ερευνητικά προγράμματα καθώς και στις παραστάσεις.

Παραδίδω **ατομικά και ομαδικά μαθήματα και σεμινάρια Ενσώμα** σε σχολεία, ερευνητικά και πολιτιστικά κέντρα και συλλογικότητες στην Κέρκυρα, την Πάτρα, την Κρήτη και σε φεστιβάλ όπως το Freeflow Festival το 2014, το [Corfu Dance Festival](#) το 2015 [Vida Laska Festival](#) το 2016, το Ιόνιο Πανεπιστήμιο το 2019 και το 2020 και άλλα.

2022

Συνδιοργάνωσα και δίδαξα στο [Open your Mind - Κατασκήνωση Ρητορικής και Δημοκρατικής Παιδείας](#)

2020

Είμαι ιδρυτικό και διοικητικό στέλεχος της [Ακαδημίας Άνοιξης](#) πρότυπος Φορέας Ανοιχτής Διαγενεακής και Διεπιστημονικής Μάθησης

2019

Είμαι ιδρυτικό και διοικητικό στέλεχος του Σωματείου [Συνπαιδεία: Κοινότητα υποστηρικτών εναλλακτικών μορφών εκπαίδευσης και χειραφετικής παιδαγωγικής](#)

Δίδαξα μαζί με τον Αλέξανδρο Ιωάννου το [Εργαστήρι Κίνησης & Στάσης του Σώματος](#). Εύβοια, Ελλάδα.

Μαζί με τη Ζωή Τρανταλίδου και την Κατίνα Βλάχου χορογράφησα και χόρεψα το έργο ανοιχτής σύνθεσης χορού και αφήγησης 'Ο χρόνος της Ελευθερίας' βασισμένο στο ομότιτλο βιβλίο της Κατίνας Βλάχου. Παρουσιάστηκε στα πλαίσια της Ακαδημίας Άνοιξης στις 4-5-2019, Κέρκυρα, Ελλάδα.

2018

Μαζί με την Dr. Isabel Dziobek δίδαξα το ['Καλλιέργεια της ενσυναίσθησης μέσω της κίνησης'](#), μια εξερεύνηση του ρόλου της κινητικής ενσυναίσθησης στην κοινωνική αλληλεπίδραση. Κέρκυρα, Ελλάδα.

Διοργάνωσα και συμμετείχα στο [EN EUDEC](#), μία συνεργασία με καλλιτέχνες και εκπαιδευτικούς, από όλη την Ελλάδα στα πλαίσια του [EUDEC18](#). Επτά μέρες διασυνδεδεμένων εργαστηρίων, κύκλων, εργασιών και παραστάσεων, τον Αύγουστο 2018. Κρήτη, Ελλάδα.

2017-2018

Δίδαξα σε [3μερα Ευέλικτης Μάθησης](#) και [Agile Learning Facilitator course](#), Εύβοια, Ελλάδα.

2017-σήμερα

Είμαι ιδρυτικό στέλεχος της [EUDEC Greece](#) και της οργανωτικής επιτροπής του [EUDEC18](#) στην Ελλάδα.

Διοργάνωσα και συμμετείχα στις [Ακαδημίες Άνοιξης](#) '17, '18 και '19. Κέρκυρα, Ελλάδα.

2016-σήμερα

Ίδρυσα την ομάδα [EN](#), δια-ηλικιακή ομάδα θεατρικής πράξης, επιμόρφωσης και έρευνας (με την ευρύτερη έννοια του θεάτρου). Διευθύνω, συν-χορογραφώ, και χορεύω για το ανοιχτής σύνθεσης Εργαστήρι - διαδραστική παράσταση για όλες τις ηλικίες που έχει πάρει μέχρι τώρα δύο μορφές:  
- [EN](#) με το Δημήτρη Γκόγκο (κανονάκι), τη Ζωή και Νεφέλη Βάλερη (χορός) και το Γιώργο Γαργάλα (beatbox, κρουστά και live electronica) στο [Vida Laska Festival](#) τον Ιούλιο, στην Κέρκυρα.  
- EN με τις Νεφέλη Πέττα, Μελίνα Κυρτάτα, Ναταλί Μάνδυλα, Νεφέλη και Ζωή Βάλερη και τη [Μαρίζα Βαμβουκλή](#) και τους συμμετέχοντες της Ακαδημίας, στην [Ακαδημία Άνοιξης](#) τον Απρίλη 2017, στην Κέρκυρα.

- 2013-2014 Δίδαξα ομαδικά και ατομικά τους μαθητές και τις δασκάλους στο [Παιδικό Σταθμό, Νηπιαγωγείο, Ηλιαχτίδα Κέρκυρας](#) βιωματική ανατομία, κινητική, αισθητική και αναπνευστική αγωγή, σωματική έκφραση και αυτοσχεδιασμό. Κέρκυρα, Ελλάδα.
- Δίδαξα στο 1<sup>ο</sup> Δημοτικό Σχολείο Κέρκυρας ομαδικά μαθήματα εισαγωγής στον αυτοσχεδιασμό με χορογραφικά παιχνίδια σύνθεσης ανοιχτής δομής.** Κέρκυρα, Ελλάδα.
- 2014-2015 Δίδαξα στο [Σχολείο της φύσης και των χρωμάτων, το Δημοτικό Σχολείο Φουρφουρά, Κρήτης](#) ομαδικά και ατομικά, μαθητές και δασκάλους, βιωματική ανατομία, κινητική, αισθητική και αναπνευστική αγωγή, σωματική έκφραση και αυτοσχεδιασμό. Κάποια από τα αποτελέσματα ήταν η ένταξη της Σωματικής Έκφρασης στην ύλη υπό την καθοδήγηση της [Susana Abigador](#) και η [εισαγωγή μπάλων pilates](#). Κρήτη, Ελλάδα.
- 2012-2014 Συνεργατικά διεύθυνα τα **Πολυτεχνοσάββατα** στο Πολύτεχνο, το **Τουρλουμπούκι** στο Casa Lucia, το [Φιρί Φιρί](#) σε διάφορες τοποθεσίες με παραστάσεις, θεματικά δρώμενα, εργαστήρια και εμπυρώσεις με διάφορους καλλιτέχνες και δασκάλους με σκοπό την εξέλιξη της δημιουργικής σχέσης μεταξύ των διαφόρων ηλικιών.
- Θεατρικές αλχημείες και δημιουργικές τσιρκακροβασίες για ηλικίες 0-127 ετών: χορός και ακροβατικά στον αέρα και στη γη, μουσική, τραγούδι, ξυλοπόδαρα, θέατρο αντικειμένων και κούκλας, διαδραστικό παιχνίδι και παραμύθι, τέχνες τσίρκου, ζογκλερικά, ξυλοπόδαρα, κατασκευή κουστουμιών, μακιγιάζ, σκοινοβασία, ταχυδακτυλουργικά κ.α. Κέρκυρα, Ελλάδα.
- 2014 Χόρεψα στο [Leyline](#) σε περιοδεία στο Ισραήλ. Διεύθυνση: Shira Bejergano, χορός/δημιουργία: Hagit Bar, Ζωή Βάλερη, μουσική-video: Maya Bar.
- 2009 Διεύθυνα και χόρεψα το 'Av', έργο ανοιχτής δομής για τους μουσικούς Bernt Nellen (κρουστά), Marcello Windolph (κοντραμπάσο), Peter Huber (τρομπέτα), τις χορεύτριες [Σάνια Στριμπάκου](#) και Ζωή Βάλερη και την εικαστικό Αγγελική Τόμπρου, στην Casa Lucia, Κέρκυρα, Ελλάδα.
- 2005 Διεύθυνα το 'Negombwe', έργο ανοιχτής δομής με τους: Marcello Windolph (κοντραμπάσο και live electronica), Eveline Kooren (τραγούδι και χορός), [Σάνια Στριμπάκου](#) και Valeria Primost (χορός). Άμστερνταμ, Ολλανδία.
- 2003-σήμερα Διδάσκω 'Jumparound workshops' και 'Αλαλούμ', [εργαστήρια δημιουργικής κίνησης με ζωντανή μουσική](#) για οικογένειες και

- όχι μόνο με θέμα την επέκταση και καλλιέργεια της δημιουργικής σχέσης μεταξύ γονέα και παιδιού και γενικότερα μεταξύ των ηλικιών. Άμστερνταμ, Ολλανδία, Κέρκυρα, Πάτρα, Κρήτη.
- 2002-2003 Χόρεψα με τους Ekphorize το **'s gaze'** (χορογραφία: Hagit Bar, μουσική: [Λάμπρος Πηγούνης](#), χορός: Shira Mintzer και Ζωή Βάλερη) σε διάφορα θέατρα και φεστιβάλ του Λονδίνου όπως το Northern Exposure Contemporary Film and Dance Festival, το Solstice Festival, το Quinzena de Danca de Almada International Festival στην Πορτογαλία και το Marato Festival στην Ισπανία.
- Διεύθυνα και χόρεψα το **'Mozaeik'**, site specific έργο με εκτελεστές με και χωρίς ειδικές ανάγκες. Ρότερνταμ, Ολλανδία.
- 2003-2009 Δίδαξα **'Score opening workshops'**, εργαστήρια για χορευτές, ηθοποιούς, μουσικούς και άλλους με θέμα την καλλιέργεια ενεργής και ευέλικτης σύνθεσης ανοιχτής δομής και εργαστήρια δημιουργικής κίνησης και αυτοσχεδιασμού για όλες τις ηλικίες. Άμστερνταμ, Ολλανδία.
- Χόρεψα για το **MEMO (Memorable Momenten)** που εισήγαγε τις παραστατικές και μουσικές τέχνες σε παιδικούς σταθμούς και σχολεία. Άμστερνταμ, Ολλανδία.
- Ήμουν συνοδός ατόμου με ακραία εκφυλιστική νευρολογική πάθηση και απειροελάχιστες κινητικές ικανότητες. Μαζί εξελίξαμε μεθόδους επανάκτησης χαμένων ικανοτήτων και καλλιέργειας της ιδιοδεκτικότητας, επίσης χόρεψε και τραγούδησε σε έργα μου. Heemstede, Ολλανδία.
- 2001-2002 Διεύθυνα το **'Pocketful of people'**, έργο ανοιχτής δομής με ευέλικτη σύνθεση για μουσικούς, χορευτές και μία συγγραφέα που παρουσιάστηκε για έναν χρόνο σε δημόσιους, μη θεατρικούς χώρους όπως το City Gate Arts Cafe, Μπράιτον, Αγγλία, το Multicultural Choreography Showcase at Chat's Palace, το Solstice Festival, το Greenwich and Docklands International Festival. Λονδίνο, Αγγλία.
- 2000 Χορογράφησα και χόρεψα για το **Κερκυραϊκό Εργαστήρι Χορού** του Σωτήρη Μπουχάγιαρ. Μεταξύ άλλων συμμετείχα στα έργα: **Ορφέας και Ευρυδίκη** στο Παλαιό Φρούριο Κέρκυρας με το Τμήμα Μουσικών Σπουδών του Ιονίου Πανεπιστημίου και το Tanzwerkstaat της Inge Missmahl (Konstanz, Γερμανία) και στο Φεστιβάλ **Καλοκαίρι 2000 Καλαμαριά**. Θεσσαλονίκη, Ελλάδα.

- 2000-2001 Δίδαξα στο Δημιουργικό Εργαστήρι **Ανατολή**, εργαστήρια δημιουργικής κίνησης για παιδιά με και χωρίς ειδικές ανάγκες, ηλικιών 3-7, ατομικά και ομαδικά. Κέρκυρα, Ελλάδα.
- 2000-2002 Δίδαξα ιδιαίτερα μαθήματα μπαλέτου, σύγχρονου χορού και δημιουργικής κίνησης για παιδιά και για εφήβους που προετοιμάζονταν για επαγγελματικές σχολές χορού. Κέρκυρα, Ελλάδα.
- 1999 Χορογράφησα και χόρεψα site specific έργο για χορευτές και μουσικό για τις **Πολιτιστικές Βραδιές**, σειρά εξωτερικών πολιτιστικών δράσεων στην παλιά πόλη Κέρκυρας.
- Χορογράφησα και χόρεψα το έργο **Not Power Games** στο Nicaragua Relief Concert. Λονδίνο, Αγγλία.
- 1999-2001 Δίδαξα στη **Σχολή Χορού του Σωτήρη Μπουχάγιαρ**, Εργαστήρια δημιουργικής κίνησης, Μουσικοκινητική Αγωγή, σύγχρονο, jazz και κλασσικό χορό για ηλικίες 4-18 και body conditioning για ενήλικες. Κέρκυρα, Ελλάδα.
- Δίδαξα στη **Σχολή Χορού της Τζένη Θεοτόκη**, σύγχρονο χορό για ηλικίες 11-30. Κέρκυρα, Ελλάδα.

Στα παρακάτω κέντρα ειδικής αγωγής για παιδιά και ενήλικες εισήγαγα για πρώτη φορά τη Δημιουργική Κίνηση στα προγράμματά τους. Οι δημόσιες παρουσιάσεις των μουσικο-χορο-θεατρικών έργων που δημιούργησα με τους μαθητές, όπως στο Δημοτικό Θέατρο Κέρκυρας το 2000 και το 2001, ήταν μέρος του προγράμματος κοινωνικής ένταξης που εισήγαγα.

- 1999-2001 Δίδαξα στο Κέντρο Ειδικής Αγωγής **Η Μέλισσα**, Εργαστήρια δημιουργικής κίνησης για εφήβους και ενήλικες, ομαδικά και ατομικά. Κέρκυρα.
- 1999-2000 Δίδαξα στο **Ειδικό Νηπιαγωγείο Κέρκυρας**, Εργαστήρια δημιουργικής κίνησης, για ηλικίες 6-10.
- 2000 Δίδαξα στο **Κέντρο Εκπαίδευσης Παιδιών με Ειδικές Ανάγκες της Μητρόπολης** Κερκύρας, Εργαστήρια δημιουργικής κίνησης, για ηλικίες 6-24.

ως φοιτήτρια:  
1996-1997

Χόρεψα στο **Passing Phases** της Sarah Rubidge, μια διαδραστική εγκατάσταση στο Queen Elizabeth Hall, Λονδίνο και στο **Intimate Memories** του William Thorburn, ανοικτό έργο της Rubidge το οποίο αναθέτει σε άλλους χορογράφους, στο Bonnie Bird Theatre. Λονδίνο, Αγγλία.

- 1996 Χόρεψα στο **An Audience with the Victims of Death-the Reverse Effect** της Lea Anderson στο Queen Elizabeth Hall, Λονδίνο, Αγγλία.
- 1992-1995(ως μαθήτρια) Ήμουν μέλος του **Κερκυραϊκού Εργαστήριου Χορού** του Σωτήρη Μπουχάγιαρ σε πολλές παραγωγές στην Κέρκυρα και την Αθήνα.

## Σεμινάρια, Συνέδρια και μετεκπαίδευση άλλων μορφών

- 2022 [Οι ρίζες της ευημερίας](#) 5ήμερο σεμινάριο με τον Tew Bunnag
- [Integrated Craniosacral Biodynamics Level 2](#) Εκπαίδευση 6 ημερών με την Rosemary Wallace
- [Integrated Craniosacral Biodynamics Level 1](#) Εκπαίδευση 6 ημερών με την Rosemary Wallace
- Kung Fu**, ένα έτος εκπαίδευσης, Tiger-Crane Combination με τον Thomas Croc, Nam Yang, Greece-Level Basic 1 Certification
- 2020 **Παραμένοντας υγιείς κατά τη διάρκεια του Covid με Taiji και Qigong-** Διαδουκτιακό Σεμινάριο δύο ημερών με τον Tew Bunnag
- [WEB IDEC 2020](#) Διεθνές Διαδικτυακό Συνέδριο Δημοκρατικής Παιδείας 16 ημερών
- [The Embodiment Conference](#) Διεθνές Διαδικτυακό Συνέδριο Ενσωμάτωσης 11 ημερών
- Sound, voice & improvisation** Διαδουκτιακό Σεμινάριο «Ηχος, φωνή & αυτοσχεδιασμός» 2 ημερών με τους Denys Blacker Tew Bunnag και Anna Subirana
- [Returning to Ourselves: The Wisdom of Trauma](#) Διεθνές Διαδικτυακό Συνέδριο 4 ημερών με τους Gabor Maté, Betsy Polatin και Lorraine Taylor; Compassionate Inquiry, κίνηση και αναπνοή.
- [Freedom to Learn Online Forum](#) Διεθνές Διαδικτυακό Φόρουμ για την ελευθερία, αυτονομία και κοινωνική δικαιοσύνη στην εκπαίδευση 9 ημερών.
- [The Embodied Psychology Summit](#) Διεθνές Διαδικτυακό Συνέδριο Ενσωμάτωση/Ψυχολογία 4 ημερών.

[Bateson Complexity & Education](#) Διαδικτυακό Πρόγραμμα Πολυπλοκότητα (Bateson) και Εκπαίδευση 8 εβδομάδων με τους Nora Bateson, Jeff Bloom and Louise Lowings

2019

[Sensing In Festival](#) 7 ημέρες σεμιναρίων με τους Frey Faust, Kevin O'Connor, Francesca Pedullà, Filippo Serra, Kevin O'Connor, Antoine Ragot, Ashley Watkin, Diana Thielen. Βερολίνο, Γερμανία.

**Creative Potential of Failure: Pedagogy Workshop**

ζήμερο σεμινάριο παιδαγωγικής με βάση το Θέατρο των Καταπιεσμένων του Augusto Boal και μεθόδους δημιουργικού δράματος. Με την Gozde Atalay Kokkoris. Κέρκυρα, Ελλάδα.

[“Διασύνδεση, Διαισθηση, Δημιουργικότητα”](#) με τους Tew Bunnag & Denys Blacker, 4ήμερο σεμινάριο για τη σχέση των εσωτερικών πολεμικών τεχνών, των παραστατικών και των εικαστικών τεχνών. Κέρκυρα, Ελλάδα.

**Epic Imbalance Theatrical Clown workshop Intensive 3**

7ήμερο εντατικό σεμινάριο θεατρικού κλόουν με τους Gozde Atalay Kokkoris και Παναγιώτη Κόκκορη. Κέρκυρα, Ελλάδα.

**Epic Imbalance Theatrical Clown workshop Intensive 2**

8ήμερο εντατικό σεμινάριο θεατρικού κλόουν με τους Gozde Atalay Kokkoris και Παναγιώτη Κόκκορη. Κέρκυρα, Ελλάδα.

2018

**Epic Imbalance Theatrical Clown workshop Intensive 1**

ζήμερο εντατικό σεμινάριο θεατρικού κλόουν με τους Gozde Atalay Kokkoris και Παναγιώτη Κόκκορη, Κέρκυρα, Ελλάδα.

2018

[Nomadic College - Axis Syllabus](#): Ετήσια πλατφόρμα ενός μηνός για τη διεπιστημονική μελέτη της βιο-μηχανικής στο σώμα εν κινήσει και στην τέχνη του χορού- για επαγγελματίες και ερευνητές της υγείας και της κίνησης. Με τους Axis Syllabus International Research Community, διεθνή ομάδα εκπαιδευτών Axis Syllabus, Πάτρα, Ελλάδα.

[Agile Learning Facilitator course](#), 10ήμερο σεμινάριο στην Ευέλικτη Μάθηση, Εύβοια, Ελλάδα.

[EUDEC18](#)-Πανευρωπαϊκό Συνέδριο για τη Δημοκρατική Παιδεία, Κρήτη, Ελλάδα.



- 2017-1018 Συμμετείχα σε έναν χρόνο μηνιαίων [3μερων Ευέλικτης Μάθησης](#)
- 2017 [Η τέχνη της έκφρασης](#) - Σεμινάριο Μη Βίαιης Επικοινωνίας με το Γιώργο Τσιτσιρίγκο, Πελοπόννησος, Ελλάδα.
- [Vinyana](#): Η Πνευματική Συνοδεία στη φροντίδα ατόμων στο τελευταίο στάδιο της ζωής με τον Tew Bunnag και τον Dr Vicente Arraez της Ισπανικής Οργάνωσης Vinyana, Κέρκυρα, Ελλάδα.
- [Axis Syllabus Summit](#), Βερολίνο, Γερμανία.
- [EUDEC17](#) (European Democratic Education Conference-Ευρωπαϊκό Συνέδριο για τη Δημοκρατική Παιδεία), Παρίσι, Γαλλία.
- [Agile Learning Facilitator course](#), Εύβοια, Ελλάδα.
- 2016 [AGORA: Foster Intercultural and Social Dialogue in your Community by Joining Art, Non-Formal Education and Formal Work](#), Τουλούζη, Γαλλία.  
Μια πρωτοβουλία της [Via Brachy](#).
- [Sensing In Festival-Ways of Knowing](#). 7 ημέρες σεμιναρίων με τους Nita Little, Francesca Pedullà, Filippo Serra, Frey Faust, Kevin O'Connor, Antoine Ragot, Galiya Tzur, Diana Thielen. Βερολίνο, Γερμανία.
- [Alexander Technique](#) με τον Kamal Thapen. Κέρκυρα, Ελλάδα.
- [Voicing your body](#) - εργαστήρι φωνής με τη [Meri Nikula](#). Κέρκυρα, Ελλάδα.
- Εντατικό εργαστήρι [Axis Syllabus](#) με τους [Frey Faust](#) & [Francesca Pedullà](#) [Φόρμες και Φράκταλς](#). Πάτρα, Ελλάδα.
- [Στην Αρχή ήταν ο Αέρας](#) Εργαστήρι φωνής και αναπνοής με τη [Lamia Bedioui](#). Κέρκυρα, Ελλάδα.
- 2015 [Restoring our core rhythmicity, DMT, Trauma and the social nervous system](#) - Υποστήριξη επιζώντων ακραίου τραύματος μέσω των Δημιουργικών και των Σωματικών Τεχνών (νευροβιολογική έρευνα όπως η Θεωρία Polyvagal του Stephen Porge, Χοροθεραπεία, Σωματική Ψυχολογία, Continuum Movement Continuum Κίνημα και Εξελικτική Σωματική Ψυχολογία) με την [Amber E.L. Gray](#), Άμστερνταμ, Ολλανδία.
- Εργαστήρι και συνεδρίες πάνω [στη θεραπεία του εσωτερικού παιδιού](#) και το [Diamond Logos Teachings](#) με τη Vedanta Ασπιώτη,

- τον Αλέξανδρο Κωστή και τον Αθανασάκη Νικόλαο. Κέρκυρα και Αθήνα.
- 2014 Μαθήματα [Ilan Lev Method](#) με τον **Ilan Lev**, Τελαβίβ, Ισραήλ.
- 2011, 2013 και 2018 [Nomadic College - Axis Syllabus](#): Ετήσια πλατφόρμα ενός μηνός για τη διεπιστημονική μελέτη της βιο-μηχανικής στο σώμα εν κινήσει και στην τέχνη του χορού- για επαγγελματίες και ερευνητές της υγείας και της κίνησης. Με τους Axis Syllabus International Research Community, διεθνή ομάδα εκπαιδευτών Axis Syllabus: Frey Faust, Francesca Pedulla, Kira Kirsch, Baris Mihci, Kelly Keenan, Lalu Simcik, Matt Smith και άλλοι. Το 2011 στην Πάτρα και το 2013 στην Ουκρανία.
- 2013 Μαθήτευσα με τον Ajahn Pichest Boonthumme Master της παραδοσιακής Ταϊλανδέζικης μάλαξης (Thai Massage) και μέσω εντατικής θεραπείας με την Ajan Bunjong Pun (Khun Ni), Ταοϊστική Μάλαξη της κοιλιακής χώρας (Chi Nei Tsang), Chiang Mai, Ταϊλάνδη.
- Rhythm and Time** με τον Julyen Hamilton, Βερολίνο, Γερμανία.
- Η τέχνη της αφήγησης και η αθέατη πλευρά των μαγικών παραμυθιών** με τη [Λίλη Λαμπρέλλη](#). Κέρκυρα, Ελλάδα.
- 2012 και 2013 **Dance Technique & Improvisation** ετήσια εντατικά σεμινάρια 2 εβδομάδων με τον [Julyen Hamilton](#). Arlequi, Ισπανία.
- Axis Syllabus Intensive** ετήσια εντατικά σεμινάρια με τον [Frey Faust](#). Πάτρα, Ελλάδα.
- 2012 **Chronological Architecture**, με τον [Frey Faust](#) και την [Francesca Pedulla](#). Πάτρα.
- Contact Improvisation** με την [Ann Cooper Albright](#), Κέρκυρα
- Μηνιαία σεμινάρια **Σωματικής Έκφρασης** και **Danza Vital** με τη [Susana Abigador](#), Κέρκυρα.
- 2011-2015 **Ένα μικρό βήμα**, ετήσιο φεστιβάλ χορού σε αστικό τοπίο. Σεμινάρια και Master Class με τους Ερμή Μαλκότση και Γιάννη Καρούνη, Martin Kilvady, [RootlessRoot](#) (Fighting Monkey) Λίντα Καπετανέα και Jozef Fucek και άλλους. Κέρκυρα.
- 2011 Μηνιαία σεμινάρια **Voicing** με τη Νίσκρια Έλενα Καζαντζίδα. Κέρκυρα.

- 2010 **Improvisation In Movement and Sound** με τον [Julyen Hamilton](#) και την Marjolaine Charbin. Αθήνα.
- 2009-σήμερα Συμμετέχω στην Ελλάδα και διεθνώς σε συσκέψεις, συμβούλια, συνέδρια και εργαστήρια για την εναλλακτική εκπαίδευση (ευέλικτη, αυτοκατευθυνόμενη, Steiner, Montessori, δημοκρατική εκπαίδευση, σχολείο του δάσους κ.α.)
- 2007 και 2009 **Movement Technique and Improvisation Intensive** ετήσια εντατικά σεμινάρια 2 εβδομάδων με τον [Julyen Hamilton](#), Άμστερνταμ, Ολλανδία.
- 2006 **Xing Shen Zhuan Chi Kung** με τον Δρ. Wang, Άμστερνταμ, Ολλανδία.
- Body Weather** με τον Frank van de Ven, Άμστερνταμ, Ολλανδία.
- Stillness, Story and Space** με τη Lily Kiara, Άμστερνταμ, Ολλανδία.
- Magpie Music and Dance Improvisation** με την Mary Oliver και τον Hans Bennink, Άμστερνταμ, Ολλανδία.
- Take back your back-Feldenkrais Method** με την Hannie Kos, Άμστερνταμ, Ολλανδία.
- 2006 και 2004 **Forsythe Improvisation Technologies** με την Amy Raymond το 2006 και τους Maurice Causey και Alan Barnes το 2004. Άμστερνταμ, Ολλανδία.
- 2003-2009 2 φορές το χρόνο εντατικά σεμινάρια αυτοσχεδιασμού, **Dance Web, Flying Low** και **Passing through** με τον [David Zambrano](#). Άμστερνταμ, Ολλανδία.
- 2003-2006 Ετήσια σεμινάρια **Technique and Contact Improvisation** και **Axis Syllabus Intensive** με τον [Frey Faust](#), Άμστερνταμ, Ολλανδία
- 2005-2008 Εργαστήρια, διαλέξεις και συνέδρια για τη **εγκυμοσύνη, τη γέννα και το θηλασμό** με διάφορους ειδικούς όπως: [Ina May Gaskin](#), [Jennifer Walker](#), [Lillith Turk](#), [Bhaven Heeremans](#), Jacky Bloemraad-de Boer. Ολλανδία.
- 2004 **Vitalising the Invisible** με τον [Kenzo Kusuda](#), Άμστερνταμ, Ολλανδία
- Yoga** με την Lesley Herron, Κέρκυρα.

- Technique, Practice, Poetics-Contact Improvisation** με τον [Karl Frost](#), Άμστερνταμ, Ολλανδία.
- Improvisation** με τον Michael Schumacher, Άμστερνταμ, Ολλανδία.
- Contact Improvisation** με την Esther Hinzmann, Άμστερνταμ, Ολλανδία.
- 2003 **International Conference 'Pulses and Impulses for Dance in the Community'** του Dance Department of F.M.H.-Technical University of Lisbon and Quinzena da Danca de Almada, Almada, Πορτογαλία.
- 2002 **Music and dance improvisation** με τους Magpie Music Dance Company: Katie Duck, Vincent Cacialono, Michael Schumacher, Eileen Standley, Mary Oliver, Han Bennink, Michael Moore, Alex Waterman, Wilbert DeJoode, Άμστερνταμ, Ολλανδία.
- 2001 **Σύγχρονος Χορός** με το Μιχάλη Ναλμπάντη, Αθήνα.
- Το Θέατρο ως εμπειρία για το παιδί** με τον Γιάννη Πετσόπουλο, Κέρκυρα.
- 2000 και 2001 **Διεθνές Φεστιβάλ Χορού Καλαμάτας**, με τους Paul Douglas, Jeremy Nelson, Tom Thayer, Akram Khan, Wim Vandekeybus, Juan Carlos Garcia, Jerome Bel, Στεριανή Τσιντζιλώνη, Rosemary Butcher, Liat Dror & Nir Ben Gal, Ballet de l' Opera National de Lyon, Companie Marie Chouinard, Trisha Brown Dance Company και άλλοι, το Σεμινάριο 'Transdance' και το Φεστιβάλ 'e-phos' Festival με διαλέξεις για το σώμα και τη Νέα Τεχνολογία.
- 1999-σήμερα 2 φορές τον χρόνο **T'ai Chi, QiGong, Διαλογισμός** με τον Tew Bunnag. Κέρκυρα, Ελλάδα.
- 1999-2000 Διάφορα Σεμινάρια και Συνέδρια με θέμα τα ΑμεΑ, την Παιδεία και την Τέχνη, όπως **Από την Παιδεία στην επαγγελματική κατάρτιση** και **Μέθοδοι πρόωρης πρόληψης**, του Παιδαγωγικό Τμήματος Νηπιαγωγών του Αριστοτελείου Πανεπιστημίου Θεσσαλονίκης, στην Κέρκυρα, το Ευρωπαϊκό Σεμινάριο και Φεστιβάλ **Ανοιχτή σκηνή** του Very Special Arts, με σεμινάρια όπως **Movement Observation: Contact & Transformation** με τη Walli Meier, Αθήνα και **Εργασιακή εμπειρία** με τη Marie Ware στο Dance Voice, Μπρίστολ, Αγγλία.
- 1992-2016 Συνεργασίες, μαθήματα και σεμινάρια Σύγχρονου χορού, Χοροθεάτρου, Κλασσικού Χορού, Αφρικανικού Χορού, Capoeira,

T'ai Chi, QiGong, Body Conditioning, Aerial Yoga, Σωματικού Θεάτρου, κουκλοθέατρου, φωνής, αναπνοής, εμπύχωσης αντικειμένων, Contact Improvisation, διαφόρων Θεραπειών, Αυτοσχεδιασμού, Aikido, Pilates, Alexander Technique, Διαλογισμού, Βρεφικό Μασάζ, Ακροβατικών, Τεχνικών Τσίρκου, Yoga και πολλών άλλων τεχνικών με δασκάλους όπως: Σωτήρης Μπουχάγιαρ, Αγγελική Πουλή, Χάρης Μανταφούνης, Αλίκη Καζούρη, Anat Gaiger, Δημήτρης Καμινάρης, Hamilton Monteiro, Ναπολέοντα Ξιφαρά, Paul Douglas, Σάνια Στριμπάκου, Kerry Nicholls, Filip Van Huffel, Val Osborn, Caroline Merry, Δάφνη Στεφάνου, Kinthissa, Ευαγγελία Νικηφόρου, Michael Koparkowski, Κατερίνα Χατζηλία, Cheryl Rivers, Ομάδα Κουκλοθεάτρου ΦύρδηΝ ΜιγδηΝ, Τρεις Λαλούν, Θέατρο Ανάποδα, Cheryl Rivers, Αποστολία Παπαδαμάκη, Αιμίλιο Μπουρατίνο, Pauline Huguet, Θεοδοσία Στάθη, Teatro Mu, Ευτυχία Ανυφαντή, Sonia Rafferty, Dromocósmicas, Rosemary Butcher, Ana Sanchez-Colberg, Κατερίνα Καρατζή, Gill Clarke, Jeremy Nelson, CandoCo, Lauren, Inaki Azpillaga, Rick Merrill, Ivan Wolfe, Angeliqe Willkie, Jack Gallagher, Βαγγέλης Λεγκάκης και άλλους πολλούς.