

**ΒΙΟΓΡΑΦΙΚΟ ΣΗΜΕΙΩΜΑ ΥΠΟΨΗΦΙΟΥ ΓΙΑ ΤΟ  
ΚΕΝΤΡΙΚΟ ΔΙΟΙΚΗΤΙΚΟ ΣΥΜΒΟΥΛΙΟ ΤΟΥ Ε.Ε.Σ.**

**ΟΝΟΜΑΤΕΠΩΝΥΜΟ:** Περιμένη Δέσποινα

Όνομα πατρός: Ηλίας	Τηλέφωνο σταθερό: 210-8152205
Ημερομηνία Γέννησης: 03-07-1967	Τηλέφωνο κινητό: 6937296829
Επάγγελμα: Επιχειρηματίας	Email: d.perimenu@chefdbouvre.gr
Δ/ση κατοικίας: Τυταξόρα 18	Site:
Πόλη: Διόνωσος	
Τ. Κ. 145-46 Νομός: Αττική	

<b>Επαγγελματική εμπειρία</b>	βλ. συνημμένο βιογραφικό
<b>Σπουδές</b>	// //
<b>Εμπειρία σε εθελοντισμό και κοινωνική ενασχόληση</b>	[ πχ. εθελοντική εργασία στον ΕΕΣ ή άλλους οργανισμούς] βλ. συνημμένο βιογραφικό
<b>Ύπαρξη κωλύματος για υποψηφιότητα στον ΕΕΣ</b>	(βάλτε X σε αυτό που ισχύει) Α) συμβατική σχέση με τον ΕΕΣ που περιέχει άμεσο ή έμμεσο οικονομικό αντάλλαγμα με πάγιο χαρακτήρα : Ναι <input type="checkbox"/> Όχι <input checked="" type="checkbox"/> Β) εκλογή ή διορισμός σε υψηλού επιπέδου κυβερνητική θέση της χώρας ή στην περιφερειακή Διοίκηση ή την τοπική αυτοδιοίκηση ή σε αντίστοιχες θέσεις πολιτικού κόμματος: Ναι <input type="checkbox"/> Όχι <input checked="" type="checkbox"/> Γ) άσκηση ποινικής δίωξης για πλημμέλημα σε βάρος της περιουσίας του ΕΕΣ ή για κακούργημα: Ναι <input type="checkbox"/> Όχι <input checked="" type="checkbox"/>

# Βιογραφικό σημείωμα

## Δέσποινα Περιμένη

### Εκπαίδευση

**1990-1991:** Γαλλία, Στρασβούργο.

Μεταπτυχιακός κύκλος μαθημάτων με θέμα "Διδακτική της Γαλλικής Γλώσσας".

Universite des Sciences Humaines de Strasbourg (Strasbourg III).

**1990:** Πτυχιούχος του Εθνικού & Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών, Φιλοσοφική Σχολή.

Τμήμα Γαλλικής Γλώσσας και Φιλολογίας.

**1985:** Απόφοιτος της Ελληνογαλλικής Σχολής Μοναχών Ουρσουλινών (Ν. Ψυχικό).

### Σεμινάρια

**2019-2020:** Ανοιχτό Λαϊκό Πανεπιστήμιο

Κύκλος σπουδών Ψυχολογίας: «Η τέχνη της αλλαγής – Life coaching-Τεχνικές αυτοβελτίωσης».

**2018:** Σεμινάριο Ψυχολογίας με θέμα: «Assertiveness training & coaching». Αντιμετώπιση λειτουργικών και μη λειτουργικών συμπεριφορών. Διοργανωτής: Harmony& Creativity Center.

**2016:** Επαγγελματικό Σεμινάριο με θέμα: «Η αναγκαιότητα ενός Business Plan». Δεξιότητες οργάνωσης επιχειρηματικού σχεδίου- σχεδίου διάσωσης και ανάκαμψης. Bonus seminars -ECDL.

**2011:** New media studies "Mastering your practice"

Σεμινάριο απόκτησης δεξιοτήτων Προβολής και Προώθησης στα Νέα Μέσα Ψηφιακής Επικοινωνίας (TV- RADIO-INTERNET)

**2005:** Le Cordon Bleu : Académie d'art culinaire de Paris

Σεμινάριο Γαστρονομίας και πρακτικής εκμάθησης Γαλλικής Κουζίνας

**1992:** Βαλκανικό σεμινάριο Α΄ Βοηθειών και Χειρουργικής Πολέμου.

Παροχή α΄ βοηθειών και απλών επεμβάσεων σε περίοδο πολέμου.

Διοργανωτές: Υπουργείο Υγείας –Υπουργείο Εθνικής Άμυνας- Διεθνής Επιτροπή Ερυθρών Σταυρών & Ερυθρών Ημισελήνων.

**1993: Ιταλία, Ρώμη.**

Εκπαίδευση και Πιστοποίηση από τη Διεθνή Ομοσπονδία Ερυθρών Σταυρών και Ερυθρών Ημισελήνων (IFRC) και τον Ιταλικό Ερυθρό Σταυρό (Croce Rossa Italiana) ως «Διεθνής Αντιπρόσωπος του Ερυθρού Σταυρού για Αποστολές Βοηθείας, Φυσικών Καταστροφών και Πολέμων».

**1990: Σεμινάριο με θέμα : « Πρόληψη και καταπολέμηση της Τοξικομανίας των Νέων».**

Διοργανωτής : Ελληνικός Ερυθρός Σταυρός

**1988: Σεμινάριο με θέμα :«Οι δημόσιες σχέσεις στην Κοινωνική Πολιτική»**

Διοργανωτές: Υπουργείο Πολιτισμού και Επιστημών

-International Committee on public relations in rehabilitation.

### Ξένες γλώσσες

#### Γαλλικά

Diplome d' études supérieures (Sorbonne III)

Professional fluent

#### Αγγλικά

University of Cambridge Certificate

Professional fluent

#### Ιταλικά

Diploma Superiore della lingua Italiana (Palso)

Professional fluent

### Επαγγελματική εμπειρία

**1999-σήμερα: «CHEF D' OEUVRE»**

**Σχολή Επισιτιστικών και Ξενοδοχειακών Επαγγελμάτων**

Χέυδεν 20, Αθήνα.

Συνιδιοκτήτρια

- Υπεύθυνη Επικοινωνίας και Δημοσίων Σχέσεων, εκπαιδευτικών εκδηλώσεων, σεμιναρίων & επιμορφωτικών προγραμμάτων.
- Υπεύθυνη Τομέα Επαγγελματικής αποκατάστασης σπουδαστών και αποφοίτων. Καθηγήτρια Γαλλικής Γλώσσας, Εστιατοριακής και Ξενοδοχειακής Ορολογίας.

**2000-2020 : «ADVERTA»**

**Διαφημιστική, Συμβουλευτική & Εκδοτική Εταιρία**

3<sup>ης</sup> Σεπτεμβρίου 93 Αθήνα,

Ιδιοκτήτρια και διαχειρίστρια

- Υπεύθυνη Εκδόσεων και υλοποίησης διαφημιστικών προγραμμάτων.

**1990- 1999 : «Ελληνικός Ερυθρός Σταυρός»**  
Λυκαβηττού 1, Αθήνα.

**Διευθύντρια**

1996-1999: Διεύθυνση Νεότητας ΕΕΣ

**Διοικητική Υπάλληλος**

1994-1996: Διεύθυνση Διεθνών Σχέσεων ΕΕΣ

1992-1994: Γραφείο Τύπου και Δημοσίων Σχέσεων ΕΕΣ

1990-1992: Γραφείο Προέδρου ΕΕΣ

**1989- 1990: « Ελλάδα 21<sup>ος</sup> αιώνας»**

**Εκδοτικός Όμιλος Ημερήσιων Εφημερίδων,**

Βαλαωρίτου 1, Αθήνα.

**Δημοσιογράφος**

**Δημοσιογραφική Αρθρογραφία στην εφημερίδα «Νέα Βραδυή».**

**1987-1989: «GRANITS», Εκπαιδευτικός Όμιλος**

Πατησίων 50, Αθήνα.

**Καθηγήτρια Γαλλικής Γλώσσας, Ιστορίας της Τέχνης & Τουριστικής Ορολογίας.**

**Εθελοντική Προσφορά**

**1988- σήμερα: Τακτικό μέλος του Ελληνικού Ερυθρού Σταυρού.**

**2010- σήμερα: Ιδρύτρια και Πρόεδρος του Συλλόγου «Εθελοντές εν Δράσει», με φιλανθρωπική, πολιτιστική και οικολογική δράση.**

**2018 : Αιρετό Μέλος Κεντρικού Διοικητικού Συμβουλίου του Ελληνικού Ερυθρού Σταυρού.**

6-11/2018: Γενική Γραμματέας Κεντρικού Διοικητικού Συμβουλίου, ΕΕΣ

**2011-2013: Μέλος του ΚΔΣ του Νομικού Προσώπου «Η Εστία» του Δήμου Διονύσου, για την προάσπιση της Παιδείας, της Κοινωνικής προστασίας και της Αλληλεγγύης.**

**2000 -2002: Μέλος του Διοικητικού Συμβουλίου του Οργανισμού Νεολαίας και Αθλησης (ΟΝΑ), του Δήμου Αθηναίων.**

**1994-1998:Ελβετία,Γενεύη**

**Αιρετή εκπρόσωπος της Ελλάδας, μέλος της Ευρωπαϊκής Επιτροπής Νεότητας της Διεθνούς Ομοσπονδίας Ερυθρών Σταυρών & Ημισελήνων ( European Youth Commission, IFRC).**

---