



**ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΕΘΝΙΚΗΣ ΠΑΙΔΕΙΑΣ ΚΑΙ ΘΡΗΣΚΕΥΜΑΤΩΝ  
ΚΡΑΤΙΚΟ ΠΙΣΤΟΠΟΙΗΤΙΚΟ ΓΛΩΣΣΟΜΑΘΕΙΑΣ**

**MINISTÈRE GREC DE L'ÉDUCATION NATIONALE ET DES CULTES  
CERTIFICATION EN LANGUE FRANÇAISE**

**NIVEAU**

**C1**

sur l'échelle proposée par le Conseil de l'Europe

**MODULE**

**4**

production orale et médiation

**Session**

**mai 2006**

**ATTENTION**

Avant le début de l'examen, les évaluateurs doivent bien lire les instructions (pages 2 à 4).

Le présent fascicule ne doit pas être emporté par le candidat après la fin de l'épreuve d'examen.

## INSTRUCTIONS À L'INTENTION DES ÉVALUATEURS

### OBJECTIF DE L'EXAMEN ORAL

L'objectif de cet examen oral est de vérifier si le candidat a la capacité d'exprimer son point de vue sur un sujet, d'échanger des informations puisées dans des textes écrits et de discuter avec l'autre candidat en produisant un discours grammaticalement correct et en atteignant le but communicationnel proposé dans la consigne.

### CARACTÉRISTIQUES DE L'EXAMEN – PROCÉDURE

- Les deux évaluateurs travaillent ensemble mais ont des tâches différentes. Le premier suit le déroulement de l'épreuve, prend éventuellement des notes et n'intervient qu'en cas de besoin. Le deuxième s'entretient avec les candidats. À la fin, les deux évaluateurs évaluent la qualité de la production du candidat sur un même formulaire en complétant chacun la colonne qui lui est réservée. Les évaluateurs peuvent échanger leurs rôles toutes les 60 minutes.
- L'examen proprement dit dure 20 minutes et les candidats sont interrogés deux par deux.
- Il est constitué de deux épreuves et se déroule en français ; même les clarifications et les explications éventuellement demandées par le candidat devront être formulées en français.
- Avant le début de l'examen, les évaluateurs devront mettre en confiance les candidats en leur posant deux ou trois questions simples sur leurs activités, leurs intérêts, etc.
- Pour faciliter la tâche des candidats, un des évaluateurs fournira quelques clarifications qui peuvent être formulées comme suit :

- Vous allez participer à deux épreuves au cours desquelles vous serez appelés à montrer votre capacité à discuter entre vous et avec moi.
- La langue utilisée pendant toute la durée de l'examen sera le français.
- Pendant la première épreuve, chacun de vous aura deux minutes pour développer et justifier sa réponse ou son opinion à propos de la question ou du sujet que j'aurai proposé. La parole sera d'abord donnée au candidat X, ensuite au candidat Y.
- La deuxième épreuve vous invite à discuter d'un sujet entre vous et avec moi.
- Vous puiserez des informations sur ce sujet dans le texte écrit en grec que je vous aurai donné. Vous aurez à votre disposition deux ou trois minutes pour le lire. Chacun de vous aura un texte différent. Les deux textes seront semblables quant à la forme ou au sujet mais ne contiendront pas les mêmes informations. Vous devrez les échanger lors de votre discussion et en faire l'usage que je vous indiquerai.
- La durée totale de cette deuxième épreuve sera de 15 minutes.

- Cette phase préliminaire de mise en confiance et d'information des candidats durera environ 2-3 minutes. Elle ne fait pas partie de l'examen : les candidats ne seront donc pas encore évalués.
- Au cours des deux épreuves, essayez d'encourager les plus timides pour les amener à parler et à vous donner ainsi la possibilité de les évaluer.
- Au cas où il n'y aurait qu'un seul candidat à examiner, les deux évaluateurs le feront passer seul. Le rôle du deuxième candidat sera pris en charge par l'un des deux évaluateurs.


**ÉPREUVE 1**

- Au cours de la première épreuve, chaque candidat est appelé à exprimer son point de vue sur un sujet et à justifier sa réponse.
- Les questions posées au candidat X et au candidat Y seront différentes. L'âge du candidat sera pris en compte lors du choix du sujet. Au cas où le candidat se montrerait embarrassé, l'évaluateur l'aidera, mais sans jamais modifier le sujet.
- La durée totale de cette épreuve est de 4 minutes (2 minutes par candidat).

**ÉPREUVE 2**

- Au cours de cette deuxième épreuve, il est demandé aux candidats de lire un texte rédigé en grec pour y puiser des éléments indispensables à l'échange d'informations et de points de vue qui conduira à la réalisation de l'objectif proposé.
- Un texte ne dépassant pas les 500 mots sera donné à chaque candidat (les deux textes sont différents mais ils se ressemblent quant à la forme ou au domaine de référence).
- Une fois les documents distribués et la question posée, chaque candidat aura le temps de lire son texte. Ensuite, les candidats seront invités à discuter entre eux. L'évaluateur n'interviendra que pour faciliter la discussion.
- Aucun des deux candidats n'est autorisé à voir le texte de l'autre.
- Le candidat qui avait pris la parole le premier au cours de l'épreuve 1, sera le second à la prendre au cours de l'épreuve 2.
- La durée totale de cette épreuve est de 15 minutes.

**INSTRUCTIONS D'UTILISATION DE LA FEUILLE DE RÉPONSES "4"**

- Vérifier si le nom et le numéro de code du candidat figurent sur l'autocollant.
- Toutes les parties de la grille d'évaluation devront être complétées par les deux évaluateurs :
  - le premier prend des notes pendant que les candidats réalisent leurs tâches
  - le second s'entretient avec les candidats et ne les évalue donc que lorsqu'ils auront quitté la salle.
- Utiliser un stylo bleu ou noir.
- Éviter les ratures.
- Pour chaque critère de la feuille de réponses "4", l'enregistrement de la note n'est acté qu'à partir du moment où l'évaluateur aura noirci la case correspondante de la façon suivante : 

## GRILLE ET CRITÈRES D'ÉVALUATION

1 <sup>ος</sup> βαθμολογητής		2 <sup>ος</sup> βαθμολογητής
<b>ΔΟΚΙΜΑΣΙΕΣ 1 &amp; 2</b>		
1 2 □ □	Προφορά και επιτονισμός	1 2 □ □
0 1 2 3 □ □ □ □	Λεξιλογική ακρίβεια και ποικιλία	0 1 2 3 □ □ □ □
0 1 2 3 □ □ □ □	Γραμματική ακρίβεια	0 1 2 3 □ □ □ □
0 1 2 3 □ □ □ □	Καταλληλότητα γλωσσικών επιλογών	0 1 2 3 □ □ □ □
0 1 2 3 □ □ □ □	Συνοχή, συνεκτικότητα και ευχέρεια λόγου	0 1 2 3 □ □ □ □
<b>ΔΟΚΙΜΑΣΙΑ 2</b>		
0 1 2 3 □ □ □ □	Συνομιλιακές δεξιότητες	0 1 2 3 □ □ □ □
0 1 2 3 □ □ □ □	Διαμεσολαβητικές δεξιότητες	0 1 2 3 □ □ □ □

Au cours des deux épreuves de l'examen, les évaluateurs vérifient si chacun des candidats réagit d'une façon adéquate et complètent la grille reproduite ci-dessus **en faisant attention de ne pas intervertir les fiches d'évaluation des deux candidats**. Ils attribueront :

- de 1 à 2 points, suivant le degré de conformité de la prononciation et de l'intonation à la norme ;
- de 0 à 3 points, suivant le degré d'adéquation et la richesse du vocabulaire, le score variant de 0, lorsque le candidat emploie de manière répétitive un vocabulaire imprécis et/ou inapproprié, à 3, si le candidat prouve qu'il possède un vocabulaire étendu dans lequel il choisit chaque fois les mots appropriés au contexte ;
- de 0 à 3 points, suivant le degré de maîtrise du système de la langue (la capacité du candidat à maîtriser les structures morphosyntaxiques complexes attendues au niveau C1) ;
- de 0 à 3 points, suivant le degré d'habileté à reconnaître la valeur spécifique des formes lexicosémantiques et morphosyntaxiques et à opérer les choix linguistiques et communicationnels appropriés aux composantes de la situation ;
- de 0 à 3 points, suivant le degré de cohérence de l'argumentation, la cohésion de son discours et la spontanéité de la production. L'évaluateur observe si le candidat juxtapose simplement des phrases (0) ou s'il a la capacité d'articuler ses arguments de façon rigoureuse (3).

Au cours de la deuxième épreuve, les évaluateurs doivent aussi tenir compte de deux autres critères. Ils attribueront ainsi :

- de 0 à 3 points, selon la capacité du candidat à participer à un échange langagier et à réagir de manière conforme aux normes socio-culturelles dans une situation d'interaction. Le candidat peut s'avérer incapable de respecter les règles de la conversation (0), ou prouver au contraire son habileté à interagir, c'est-à-dire, à prendre la parole, à demander des précisions, à s'excuser pour interrompre son interlocuteur, à avancer des arguments, à formuler des propositions ou des solutions alternatives en mobilisant les stratégies conversationnelles adéquates (3) ;
- de 0 à 3 points, selon sa capacité à rapporter en français des informations puisées dans un texte rédigé en grec et à les échanger avec son interlocuteur pour arriver à une conclusion, à une décision ou à un résultat communs.

**Pour que la confidentialité des sujets soit assurée, les questions du module 4 seront remises séparément aux examinateurs le jour de l'examen par le responsable du centre d'examen.**

ÉPREUVE 1

ÉPREUVE 1.1



Le Lycéen, No 1, 18 janvier 2006

ÉPREUVE 1.2



Vidéosurveillance

Souriez on vous surveille !

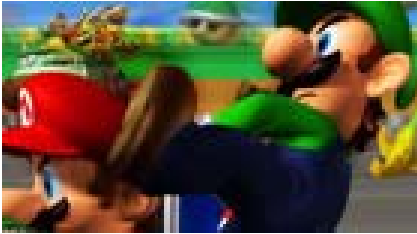
Eurêka, No 3, 1<sup>er</sup> janvier 2006

ÉPREUVE 1.3

Énergie :  
 Comment réduire sa facture ?  
 Consommer moins et énergies nouvelles,  
 c'est un premier pas

Future Maison, No 1, 12 janvier 2006

## ÉPREUVE 1.4



## Les jeux vidéo, ça rend intelligent !

Une étude anglaise balaie toutes les théories selon lesquelles les jeux vidéo seraient néfastes aux enfants. Ses auteurs l'affirment : tuer du monstre en 3D, c'est bon pour le cerveau et la sociabilité !

*Réponse à tout !*, 17 mars 2006

## ÉPREUVE 1.5

## MON STRESS ?

Je le gère en douceur  
et ça marche



*Côté Santé*, No 7, 18 janvier 2006

## ÉPREUVE 1.6

## JE N'EN PEUX PLUS DE TOUT CE BRUIT !

Le bruit est un élément perturbateur qui peut induire du stress, des insomnies, voire des angoisses.

Dans l'ordre des gênes : le bruit de la circulation arrive en tête avec 33%, suivis de près par les bruits de voisinage (30%) et enfin les bruits des commerces et spectacles (12%).

*Nouvel Observateur*, 19 janvier 2006

ÉPREUVE 1.7



Ça m'intéresse, No 300, février 2006

ÉPREUVE 1.8

**Les Français approuvent le CV anonyme**  
 Plus de six salariés sur dix sont favorables au CV anonyme pour lutter contre les discriminations à l'embauche, selon un sondage BVA.

Nouvel Observateur, 16 mars 2006

ÉPREUVE 1.9

**Remettre  
 la télé à  
 sa place**



Parce qu'elle est rarement belle et qu'elle ne doit pas envahir notre vie

marie claire, mars 2006

## ÉPREUVE 1.10

# La santé est dans votre assiette



## Mincir à coup sûr et pour longtemps

Réponses Santé, No 151, 17 février 2006

## ÉPREUVE 1.11

# INTERNET

## Protéger vos enfants



Télé 7 jours, No 2387, 21 février 2006

## ÉPREUVE 1.12



Quel mode de paiement utiliser en voyage ?

La carte bancaire est l'outil le plus utilisé pour payer et pour retirer de l'argent à l'étranger. Les frais qu'elle entraîne sont globalement les plus bas.

Le Monde, 5-6 mars 2006



## ÉPREUVE 2

## ÉPREUVE 2.1

**Ο χορός κάνει καλό**

Στα γυμναστήρια οι χοροί... καλά κρατούν. Από σάλσα ως χιπ χοπ, ροκ-εν-ρολ αλλά και ταγκό ή βαλς, ο χορός θεωρείται τρόπος άσκησης, μέσο ηρεμίας, χαλάρωσης και ανάτασης της ψυχικής μας διάθεσης. Είναι γνωστό ότι η κίνηση στους ρυθμούς της μουσικής διεγείρει την παραγωγή ενδορφινών, των γνωστών ορμονών ευεξίας. Τα καλά νέα όμως δεν σταματούν εδώ. Πρόσφατες έρευνες έδειξαν ότι όσο υψηλότερα είναι τα ποσοστά των παραπάνω ορμονών τόσο πιο ανθεκτικό

είναι το ανοσοποιητικό σύστημα του οργανισμού. Για παράδειγμα, η σάλσα και το τσα τσα τονώνουν το καρδιαγγειακό σύστημα και διατηρούν σε άψογη κατάσταση καρδιά και πνεύμονες. Μας βοηθούν να καίμε 400 θερμίδες ανά μία ώρα χορού και ασκούν κοιλιακούς μυς και γάμπες. Ακόμη περισσότερες είναι οι θερμίδες που καίμε αν επιλέξουμε ντίσκο (550-600) ενώ βοηθάει πολύ και το καρδιαγγειακό. Με άλλα λόγια, χορεύουμε για να είμαστε υγιείς, να έχουμε σφριγηλό σώμα και καλή ψυχική διάθεση.



BHMADONNA, 26 Φεβρουαρίου 2006

# Yoga



Η αναπνοή είναι άμεσα συνδεδεμένη με το αυτόνομο νευρικό σύστημα, το νου και τις συγκινήσεις. Συνειδητή αναπνοή, σημαίνει ηρεμία νου, γαλήνη συναισθηματική, θέληση και ορθή δράση.

- η γιόγκα σε κάνει να αισθάνεσαι καλά. Αναπνέεις ελεύθερα, αισθάνεσαι ξενοιασιά, ευφορία αισιοδοξία.
- βελτιώνει το μυικό σύστημα,
- φτιάχνει το σώμα,
- καλλιεργεί ευλυγισία, δύναμη και αντοχή,
- καταπολεμά το στρες,
- βελτιώνει την κυκλοφορία του αίματος,
- θεραπεύει μυοσκελετικές ασθένειες, πόνους στην πλάτη στη μέση,
- ισχυροποιεί το ανοσοποιητικό σύστημα,
- κάνει καλό στο κυκλοφορικό, στην καρδιά, στο νευρικό σύστημα,
- εξισορροπεί συναισθηματικά,
- βελτιώνει την εικόνα σώματος και την αυτοεκτίμηση.

Ένα μάθημα γιόγκα έχει ως στόχο την ενδυνάμωση, την αποδέσμευση εντάσεων. Η συχνή άσκηση με τη γιόγκα δρα ως προληπτική ιατρική, εξασφαλίζοντας ευδιαθεσία και καλή υγεία, ανεξάρτητα από ηλικία.

<http://www.shantala.gr/yoga01g.html>

## ÉPREUVE 2.2



## ΣΤΟ ΜΑΝΤΑΛΑΚΙ ΤΟΥ ΠΕΡΙΠΤΕΡΟΥ

## Lürzer's Int'l Archive»

## Η κιβωτός της διαφήμισης

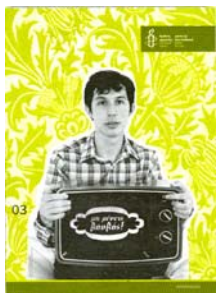
## Μια (επιλεκτική) ξενάγηση στον περιοδικό Τύπο του κόσμου

Τις βλέπουμε και τις ακούμε αλλά συχνά τις αποφεύγουμε με ζήλο στο ανελέητο ζάπινγκ του τηλεκοντρόλ μας ή στο βιαστικό ξεφύλλισμα. Οι διαφημίσεις, από την πλευρά τους, γνωρίζουν να μεταλλάσσονται ανάμεσα στην καταναλωτική καταπίεση και στην εξωτική ανάπαυλα των καλοδιαλεγμένων, γοητευτικών εικόνων τους. Εδώ το περιοδικό «Lürzer's Int'l Archive» από τη Φραγκφούρτη κάνει το οριστικό «ξεκαθάρισμα»: έξι φορές τον χρόνο οι καλύτερες διαφημίσεις από όλο τον κόσμο εκδίδονται ταξινομημένες ανά είδος (από μόδα ως φαρμακευτικά προϊόντα), έτοιμες για αρχειοθέτηση, ενώ διαθέσιμη είναι και μια συμπληρωματική βιντεοκασέτα με 80 και πλέον (επιλεγμένες) τηλεοπτικές διαφημίσεις.

Εδώ επιβεβαιώνεται το ότι η διαφημιστική ποιότητα έχει εξαπλωθεί πέρα από τον κλασικό τομέα μόδας, σε τομείς που θεωρούνταν μέχρι πρότινος «μειονεκτικοί». Στο πρόσφατο τεύχος η Air France, ο ζωολογικός κήπος της Στοκχόλμης, τα γυαλιά του Τζέιμς Μποντ, τα Minidisc της Sony, η ασφαλιστική Delta-Lloyd και βέβαια η εκστρατεία της Stella Artois κερδίζουν τις εντυπώσεις ανάμεσα στις 48 εταιρείες που παρελαύνουν. Αφελής ερώτηση: Έχει ένα τέτοιο περιοδικό διαφημίσεις; Ναι, τις διαφημίσεις των (αντίστοιχων «διαφημιστικών») φωτογράφων και κυριολεκτικά κανέναν άλλον.

Περιέργως πώς, η «κοινωνική» διαφήμιση μοιάζει να έχει εδώ εξαφανιστεί: απουσιάζουν τα οικογενειακά σενάρια όπου τα προϊόντα νομιμοποιούνται μέσα από την ενότητα και την ευτυχία της οικογένειας ή εκείνα όπου η φιλική παρέα, μέσα από τον «χαβαλέ» της, προβάλλει το προϊόν που «επεκτείνει» τη διασκέδασή της. Παρομοίως απουσιάζουν εκείνες οι διαφημίσεις με τα φουσκωμένα κόκκινα γράμματα που ως τίτλοι εφημερίδων μας παροτρύνουν να ακολουθήσουμε τα «νέα μεγάλα ιδεώδη» (κινητά, αδυνάτισμα, αγορές ηλεκτρονικών).

<http://tovima.dolnet.gr>

ΟΤΑΝ Η ΔΙΑΦΗΜΙΣΗ ΠΡΟΩΘΕΙ  
ΑΝΘΡΩΠΙΝΑ ΔΙΚΑΙΩΜΑΤΑΥποστηρίζοντας τη Διεθνή  
Αμνηστία

Τέλος στη βία, κάτω τα όπλα. Αυτά και άλλα συνθήματα "φωνάζουν" οι 370 αφίσες που λαμβάνουν μέρος σε μια μοναδική έκθεση που έχει στόχο την αφύπνιση των πολιτών και τη στήριξη του πολύτιμου έργου της παγκόσμιας οργάνωσης.

Η διαφήμιση συνήθως πουλάει οδοντόπαστες, κυριολεκτικά ή μεταφορικά. Στην καλύτερη των περιπτώσεων το διαφημιστικό μήνυμά μας διασκεδάσει. Ποιος από εμάς δεν επανέλαβε για πολλοστή φορά το σλόγκαν "put the kots down". Πόσο μπουζούκι πια πρέπει να ακούσουμε για να αγοράσουμε παιχνίδια από... γιγαντιαία πολυκαταστήματα! Ωστόσο η διαφήμιση έχει πειθώ. Όταν μάλιστα ενώνει τις δυνάμεις της με έναν διεθνή οργανισμό όπως η Διεθνής Αμνηστία, τότε τα αποτελέσματα είναι θαυμαστά.

**Οι 370 συνολικά αφίσες** και καταχωρίσεις που συμμετέχουν στη δημιουργική δράση της Apeiron Photos και του φωτογραφικού πρακτορείου Corbis έχουν ένα και μοναδικό σκοπό: να αναδείξουν και να υποστηρίξουν το έργο της Διεθνούς Αμνηστίας. Μέσα από αυτήν την πρωτότυπη προσπάθεια δόθηκε στις ελληνικές δημιουργικές ομάδες η ευκαιρία να εκφραστούν. "Η κοινωνική διαφήμιση δίνει ευκαιρίες για μια πιο δημιουργική δουλειά, διότι δυστυχώς ή ευτυχώς η διαφήμιση είναι εκπαιδευμένη στο να πουλάει προϊόντα και είναι κομμάτι της μηχανής του καπιταλισμού" σχολιάζει ο associate creative director της διαφημιστικής εταιρείας Upset.

Η έκθεση επικεντρώνεται κυρίως στις τρεις μεγάλες παγκόσμιες εκστρατείες της Διεθνούς Αμνηστίας και είναι από μόνη της πράξη ακτιβισμού. "Μια καταιγίδα από κοινωνικά μηνύματα τα οποία πιστεύουμε ότι θα καταφέρουν να κινητοποιήσουν όλους τους επισκέπτες, έτσι ώστε να αποφασίσουν να κάνουν την αντίρρηση τους πράξη και να γίνουν μέλη του παγκόσμιου κινήματος των υπερασπιστών των ανθρωπίνων δικαιωμάτων" λέει ο διευθυντής του ελληνικού τμήματος της Διεθνούς Αμνηστίας.

BHMAgazine, 19 Φεβρουαρίου 2006

## ÉPREUVE 2.3

## Ο ΔΩΔΕΚΑΛΟΓΟΣ ΚΑΤΑ ΤΗΣ ΑΪΠΝΙΑΣ

- 1** Αποφεύγετε την κατανάλωση καφέ, τσαγιού ή οινοπνευματωδών ποτών τις απογευματινές ώρες.
- 2** Αποφεύγετε να τρώτε πολύ ή να τρώτε βαριά και πικάντικα φαγητά το βράδυ.
- 3** Ένα ζεστό γάλα ή χαμομήλι πριν πάτε στο κρεβάτι συχνά βοηθάει τον ύπνο.
- 4** Ένα ζεστό βραδινό μπάνιο είναι σημαντικό για τη χαλάρωση του σώματος, ιδιαίτερα αν αυτό γίνεται έπειτα από άσκηση.
- 5** Φροντίστε το δωμάτιο όπου κοιμάστε να μην είναι ούτε πολύ ζεστό ούτε πολύ κρύο.
- 6** Εξασφαλίστε ήσυχο περιβάλλον για τον ύπνο σας. Κλείστε κάθε συσκευή που κάνει θόρυβο, συστήστε στο περιβάλλον σας να κάνουν ησυχία. Αν αυτό είναι πρακτικά αδύνατο, φορέστε ωτοασπίδες.
- 7** Αποφεύγετε να κοιμάστε κατά τη διάρκεια της ημέρας ή να παίρνετε στα κλεφτά «υπνάκουσ» διαβάζοντας εφημερίδα ή βλέποντας τηλεόραση, ιδιαίτερα το απόγευμα.
- 8** Προσπαθήστε να ξυπνάτε την ίδια ώρα κάθε ημέρα.
- 9** Διαλέξτε κρεβάτι με στρώμα και κλινοσκεπάσματα άνετα, αναπνευστικά και ευχάριστα. Μην άγχεσθε και ανησυχείτε αν μια βραδιά δεν κοιμηθείτε. Η κατάκλιση και η ανάπαυση του σώματος είναι εξίσου απαραίτητη και ωφέλιμη. Το άγχος για το αν θα έχετε ή δεν θα έχετε ύπνο το βράδυ, επιδεινώνει την κατάστασή σας.
- 10** Αν δεν σας παίρνει ο ύπνος καλύτερα να σηκώνεστε. Μην μένετε πολύ στο κρεβάτι άπνους γιατί αυτό επιδεινώνει το πρόβλημα ψυχολογικά.
- 11** Μην χρησιμοποιείτε ηρεμιστικά που τυχόν έχετε στο σπίτι ως υπναγωγά φάρμακα. Τα ηρεμιστικά χάπια δεν είναι κατάλληλα για αυτό το σκοπό, δεν είναι υπνωτικά.
- 12** Χρησιμοποιήστε τα ειδικά για την αΪπνια σκευάσματα βοτάνων, χωρίς όμως να τα θεωρείτε πανάκεια. Ισχύει και για αυτά ο περιορισμός της χρήσης στο απαραίτητο χρονικό διάστημα.

Popular MEDECINE, Φεβρουάριος 2006

## ΠΩΣ ΝΑ ΞΥΠΝΑΤΕ ΚΑΛΥΤΕΡΑ

Αν ανήκετε σε αυτή τη κατηγορία ανθρώπων που δεν δυσκολεύονται καθόλου να σηκωθούν από το κρεβάτι το πρωί, απλώς μη διαβάσετε παρακάτω.

### • ΔΩΣΤΕ ΣΗΜΑΣΙΑ ΣΤΟΝ ΗΧΟ ΤΟΥ ΞΥΠΝΗΤΗΡΙΟΥ

Αυτά τα αντιπαθητικά, ξερά, επίμονα "ντριν" τόσο νωρίς το πρωί, δημιουργούν στρες, ανεβάζουν τους παλμούς της καρδιάς και μπορεί να σας χαρίσουν... πολύ κακή ενέργεια για το υπόλοιπο της ημέρας. Αντίθετα, τα ξυπνητήρια-ραδιόφωνα είναι πολύ πιο φιλικά προς το αφτί σας, που αρνείται πεισματικά να αναλάβει καθήκοντα – μαζί με τον υπόλοιπο οργανισμό σας.

### • ΚΑΝΤΕ ΣΩΣΤΗ ΑΝΑΚΥΚΛΩΣΗ ΤΟΥ ΟΞΥΓΟΝΟΥ

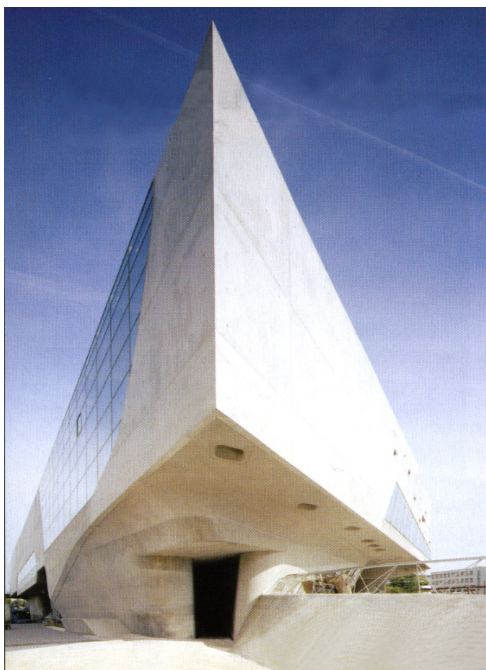
Με κλειστά ακόμη τα μάτια, αρχίστε να ελέγχετε την αναπνοή σας, προσπαθώντας η εκπνοή να διαρκεί ακριβώς όσο χρόνο και η εισπνοή. Κρατήστε ένα σταθερό ρυθμό αναπνοών και συγκεντρωθείτε λίγο σε αυτόν. Θα βοηθήσει τα κύτταρά σας να οξυγονωθούν σωστά και θα βάλει τον οργανισμό σας στη διαδικασία αφύπνισης.

### • ΞΕΓΕΛΑΣΤΕ ΤΟ ΚΡΥΟ

Πριν σηκωθείτε, πρέπει να κάνετε οπωσδήποτε κάτι για αυτή την αίσθηση κρύου που σας κάνει να θέλετε να μείνετε εσαεί βυθισμένοι στο πάπλωμα. Γλιστρήστε, λοιπόν, κάτω από τις κουβέρτες, προς το κάτω μέρος του κρεβατιού: ήρθε η ώρα για τους πρώτους σας... underground κοιλιακούς. Ξεκινήστε να κάνετε κανονικά την άσκηση. Πολύ σύντομα θα ζεσταθείτε τόσο, που θα... αναζητήσετε τον καθαρό αέρα. Καλημέρα!

GLAMOUR, Μάρτιος 2006

## ÉPREUVE 2.4



Maison & Décoration, 26 Φεβρουαρίου 2006

### ΓΕΡΜΑΝΙΑ ο τελευταίος πειραματισμός

Με 9.000 τετραγωνικά μέτρα, 79 εκατομμύρια ευρώ και τέσσερα χρόνια στη διάθεσή της, η διάσημη αρχιτέκτων Zaha Hadid είχε κάθε λόγο να βάλει γκάζια στα... μολύβια της, να σπάσει με ταχύτητα το φράγμα που χωρίζει το σήμερα από το αύριο της αρχιτεκτονικής και τελικά να παραδώσει πριν από λίγους μήνες στο Wolfsburg της Γερμανίας το νέο βελτιωμένο "μοντέλο" πολιτισμού. Το Phäno, το νέο πειραματικό κέντρο έρευνας και τεχνολογίας στην πόλη της Volkswagen, είναι ένα κτίσμα ευρηματικό απλό και δυναμικό χωρίς ευδιάκριτα όρια ανάμεσα στο μέσα και στο έξω, δηλώνοντας σημειολογικά έτσι πως η γνώση δεν έχει σύνορα. Μέσα ένα καλά προστατευμένο τοπίο ύψους 7 μέτρων με τεχνητούς λόφους, κοιλάδες, κρατήρες και σπηλιές. Ένα "πλαστικό" σύνολο από σιδηροκατασκευές και διαφάνειες που μοιάζει να μη γνωρίζει αρχή, μέση και τέλος. Ένας ρευστός παιδότοπος αρχιτεκτονικής περιπέτειας, μια wonderland αισθητικής με 250 πειραματικούς σταθμούς που εξερευνούν τα μυστήρια της φύσης. Αρχής γενομένης από αυτήν της αρχιτεκτονικής.

## ΖΑΝ ΝΟΥΒΕΛ Ο δεξιότηνης της ασάφειας

Το πρώτο έργο που τον έκανε διάσημο στηριζόταν σε ένα παράδοξο. Πώς μπορούσε ένα μοντέρνο κτίριο να σχετίζεται με την αραβική ιστορία; Το Institut du Monde Arabe του γάλλου αρχιτέκτονα Ζαν Νουβέλ κατάφερε το ακατόρθωτο: η όψη του από μεταλλικά διαφράγματα να ερμηνεύει τα mashrabiya (τα παραδοσιακό αραβικά ξύλινα παράθυρα). Εφέτος αναμένεται να ολοκληρώσει το Musée du Quai Branly δίπλα στον πύργο του Άιφελ. Εν τω μεταξύ έχουν κατασκευαστεί πολλά άλλα μεγάλα δημόσια κτίρια δικά του σε όλα τα μήκη και τα πλάτη του κόσμου, κτίρια που όχι μόνο τον έχουν φέρει στην κορυφή της γαλλικής αρχιτεκτονικής αλλά και τον έχουν καταξιώσει. Το ότι τα έργα του αυτά δεν μοιάζουν καθόλου μεταξύ τους είναι σκόπιμο. Κάθε φορά ο Νουβέλ εμπνέεται από τον συγκεκριμένο τόπο ή project, όντας απολύτως αντίθετος στην αδιάφορη κλωνοποίηση των κτιρίων που επιχειρούν οι συνάδελφοί του.



BHMAgazino, 26 Φεβρουαρίου 2006

## ÉPREUVE 2.5

## Κάθε λεπτό γεννιέται ένα νέο blog

**Ραγδαία είναι η εξάπλωση των διαδικτυακών ημερολογίων, που ξεπέρασαν τα 27 εκατομμύρια παγκοσμίως τον Ιανουάριο**

Ορισμένοι κάνουν λόγο για κοινωνικό ρεύμα που διαμορφώνει μια νέα μορφή επικοινωνίας μέσω της προσωπικής έκφρασης, άλλοι προβλέπουν τη μετεξέλιξή τους σε ανεξάρτητες μονάδες δημοσιογραφικής ενημέρωσης και κάποιοι μιλούν απλώς για κοινά «σκουπίδια» δίχως δυναμική και χωρίς κανένα μέλλον στο Ίντερνετ.

Ό,τι, τέλος πάντων, κι αν είναι τα blog -ηλεκτρονικά ημερολόγια, θερμοκήπια ιδεών, ελεύθερη ενημέρωση, εστίες κοινωνικής αντίστασης, μετεξέλιξη των chat, επικοινωνία, παρηγοριά άτολμων μοναχικών, ή σκουπίδια- και ανεξάρτητα με την εξέλιξη που θα έχουν, ένα είναι σίγουρο: εξαπλώνονται με πραγματικά ασύλληπτους ρυθμούς. Η «Technorati» (εξειδικευμένη μηχανή αναζήτησης) ανακοίνωσε προ ημερών ότι τον περασμένο Ιανουάριο ο αριθμός τους ξεπέρασε τα 27,2 εκατ. (στη χώρα μας διατίθεται πλέον, μέσω του [www.blogme.gr](http://www.blogme.gr), ο πρώτος κατάλογος, ανά θεματικές κατηγορίες, με περίπου 100 ελληνικά blog). Παράλληλα, μεγάλες εταιρείες παροχής υπηρεσιών Ίντερνετ, όπως η Microsoft, στρέφουν την προσοχή τους στα blog, προσφέροντας χώρο και υποδομές για τη φιλοξενία νέων. Επιπλέον, η αύξηση των λεγόμενων moblogs, όπου χρήστες κινητών τηλεφώνων με κάμερα μπορούν αυτόματα να στέλνουν τις φωτογραφίες τους καθώς και σειρά δυνατοτήτων από το Google και το site Flickr, δίνουν νέα κίνητρα σε υποψήφιους χρήστες. Σύμφωνα με τα τελευταία στοιχεία της «Technorati», η blogosphere είναι σήμερα κατά εξήντα φορές μεγαλύτερη συγκριτικά με το 2003, διπλασιάζεται κάθε 5½ μήνες, ένα blog προστίθεται κάθε λεπτό που περνάει και 75.000 κάθε μέρα.

Καθημερινή, 26 Φεβρουαρίου 2006



## Οι παγκόσμιες δικτυακές κοινότητες

**Chat rooms όπως σημεία συνάντησης, όπου μπορεί κανείς να μιλήσει ηλεκτρολογώντας μηνύματα που εμφανίζονται σχεδόν άμεσα. Μιλάμε δηλαδή για συζητήσεις που συμβαίνουν σε πραγματικούς χρόνους, ζωντανά με άτομα από κάθε άκρη του πλανήτη.**



Υπάρχουν chat rooms αφιερωμένα στο εμπόριο, την εκπαίδευση, χόμπι και άλλα πολλά ενδιαφέροντα. Το κάθε ένα από τα group αυτά τουλάχιστον φαινομενικά δρα σαν ένα ανοιχτό φόρουμ για τη συζήτηση ενός συγκεκριμένου ενδιαφέροντος - λέει στην «Ε» η Nancy Baym, καθηγήτρια Επικοινωνιολογίας στο Πανεπιστήμιο της Πολιτείας του Κάνσας των ΗΠΑ, γνωστή παγκοσμίως για την έρευνά της στα chat rooms.

Η συνδιάλεξη σε αυτές τις αλληλογραφίες είναι ένα υβρίδιο διαπροσωπικής και μαζικής επικοινωνίας, καθώς επίσης και

προφορικής και γραπτής γλώσσας.

«Μιλάμε για ένα τεράστιο ρεύμα φλυαρίας που λαμβάνει καθημερινά χώρα στο Διαδίκτυο», λέει η Baym.

Η δημιουργία και η συμμετοχή σε νέες κοινωνίες είναι μία από τις πρωταρχικές ευχαριστήσεις που αντλούν οι άνθρωποι από την ηλεκτρονική επικοινωνία. Χιλιάδες κοινωνίες δημιουργούνται από ενδοϋπολογιστικές ομάδες. Και η δημοτικότητά τους παραμένει δε αυξητική από το 1990 μέχρι σήμερα.

Οι νέοι δείχνουν να έχουν αδυναμία στα chat rooms λόγω της ταχύτητας και του ύφους της επικοινωνίας. Είναι γρήγορο, έχει άφθονο χιούμορ, πληροφορεί... και τους επιτρέπει να συζητούν ό,τι γουστάρουν.

Ελευθεροτυπία, 14 Ιανουαρίου 2006

## ÉPREUVE 2.6

**Επάγγελμα Συγκοινωνιολόγος****Πολλές ευκαιρίες απασχόλησης τα επόμενα χρόνια**

Καλούνται να αντιμετωπίσουν τη «μάστιγα» των σύγχρονων μεγαλουπόλεων - το κυκλοφοριακό -, για το οποίο δεν ευθύνονται οι ίδιοι. Να ξεμπλοκάρουν δρόμους και να δώσουν λύσεις στο πρόβλημα της στάθμευσης που άλλοι προκάλεσαν. Αυτό είναι το παράπονο, αλλά και ταυτόχρονα το μεγαλύτερο πρόβλημα που αντιμετωπίζουν σήμερα οι Έλληνες συγκοινωνιολόγοι.

Κατά τα άλλα, έμπειροι συγκοινωνιολόγοι τονίζουν ότι και τα επόμενα χρόνια οι ευκαιρίες απασχόλησης θα είναι πολλές και δεν εξαντλούνται μόνο στα συγκοινωνιακά έργα. Οι νέοι φορείς λειτουργίας αυτοκινητοδρόμων αναμένεται να απορροφήσουν αρκετούς συγκοινωνιολόγους. «Στο μέλλον, όχι τόσο τα έργα και οι υποδομές, αλλά η συντήρηση και η στρατηγική διαχείριση αυτών των υποδομών θα μπορέσουν να απασχολήσουν πολύ κόσμο», σημειώνει ο καθηγητής του Εθνικού Μετσόβιου Πολυτεχνείου, διευθυντής του τομέα μεταφορών και συγκοινωνιακής υποδομής κ. Γιώργος Κανελλαΐδης.

Ένας άλλος τομέας που μπορεί να απασχολήσει αρκετούς συγκοινωνιολόγους, όπως προσθέτει ο καθηγητής αλλά και άλλοι συγκοινωνιολόγοι, είναι σίγουρα ο τομέας της οδικής ασφάλειας. «Τομέας ξεχασμένος και παραμελημένος από την Πολιτεία», τονίζουν.

Οι σημερινοί επαγγελματίες πάντως συμβουλεύουν τους αυριανούς συγκοινωνιολόγους να εκμεταλλευτούν την περίοδο των σπουδών τους αποκτώντας όσο το δυνατόν περισσότερες γνώσεις. Και αυτό γιατί η ανεργία μπορεί να μην απασχολεί τον κλάδο τους, ωστόσο, ο ανταγωνισμός είναι αδυσώπητος.

Όσο για τα αρνητικά του χώρου είναι τα εξής ένα: Η Πολιτεία δεν δίνει την απαιτούμενη σημασία στον ρόλο των συγκοινωνιολόγων, όπως πολλές φορές έχει τονίσει και ο σύλλογός τους (Σύλλογος Ελλήνων Συγκοινωνιολόγων). «Οι προτάσεις μας πολλές φορές δεν λαμβάνονται υπ' όψιν», λένε χαρακτηριστικά.

<http://www.omosimo.com/>

**Επάγγελμα Περιβαλλοντολόγος****Η ανάγκη για συστηματική και συνεχή προστασία του περιβάλλοντος ανοίγει συνεχώς νέες δουλειές**

Νέο επάγγελμα, το οποίο διευρύνει καθημερινώς τους τομείς απασχόλησης των επαγγελματιών και παρουσιάζει μηδενική ανεργία. Αυτά τα δύο στοιχεία επισημαίνουν οι σημερινοί περιβαλλοντολόγοι ως τα πιο σημαντικά για όσους ενδιαφέρονται να ασχοληθούν με το επάγγελμα του περιβαλλοντολόγου στην Ελλάδα.

Όπως τονίζουν οι σημερινοί επαγγελματίες, η ανάγκη για συστηματική και συνεχή προστασία του περιβάλλοντος ανοίγει συνεχώς νέες δουλειές για τους Έλληνες περιβαλλοντολόγους. Προσθέτουν δε πως η απασχόληση στην Ελλάδα έχει σήμερα ένα πλεονέκτημα σε σύγκριση με άλλες χώρες: η Ελλάδα είναι ακόμα αρκετά πίσω στον τομέα της προστασίας του περιβάλλοντος, με αποτέλεσμα η ζήτηση των περιβαλλοντολόγων να είναι μεγάλη.

Ένα θετικό στοιχείο που τονίζουν σχεδόν όλοι οι περιβαλλοντολόγοι είναι ότι το επάγγελμα σήμερα δεν αντιμετωπίζει προβλήματα ανεργίας. Αντίθετα οι απόφοιτοι, αναφέρουν, θα μπορέσουν σε σχετικά σύντομο χρονικό διάστημα να βρουν δουλειά. Άλλωστε είναι αρκετοί οι τομείς απασχόλησης, από το Δημόσιο και την Τοπική Αυτοδιοίκηση έως τις μη κυβερνητικές οργανώσεις και τα γραφεία περιβαλλοντικών μελετών.

Στα «συν» του επαγγέλματος οι περιβαλλοντολόγοι αναφέρουν ότι η δουλειά που θα κάνουν οι απόφοιτοι των Τμημάτων Περιβάλλοντος δεν είναι μια στατική δουλειά γραφείου. Ο περιβαλλοντολόγος χρειάζεται να περάσει πολλές ώρες έξω - και πώς αλλιώς άλλωστε όταν έχει να κάνει με το περιβάλλον.

Οι έμπειροι περιβαλλοντολόγοι πάντως ενημερώνουν τους νέους και για τα μειονεκτήματα που παρουσιάζει σήμερα ο χώρος. Ένα από αυτά είναι ότι το επάγγελμα είναι καινούργιο και δεν έχει κατοχυρωμένα επαγγελματικά δικαιώματα.

Οι συμβουλές που δίνουν στους ενδιαφερομένους οι περιβαλλοντολόγοι είναι μετά την αποφοίτηση από το Πανεπιστήμιο, αλλά και κατά τη διάρκεια της επαγγελματικής τους καριέρας, να μη σταματήσουν να παρακολουθούν τις εξελίξεις γύρω από τα θέματα περιβάλλοντος. Πρέπει, όπως λένε, να ενημερώνονται συνεχώς και να επιδιώκουν να αντλούν γνώσεις για τα νέα δεδομένα στον χώρο, όπως για παράδειγμα με συμμετοχή σε σεμινάρια.

<http://www.omosimo.com/>

## ÉPREUVE 2.7

## Μια κλασική παιδεία

## ① début de l'histoire



Όταν ο Νεκτάριος τον αγόρασε, ο παπαγάλος μπορούσε να πει μόνο μια φράση κι εκείνη στα πορτογαλικά, γιατί μέχρι τη μέρα που τον κέρδισε ο έμπορος πτηνών σε μια αποφασιστική παρτίδα ντάμα ο παπαγάλος ανήκε σε ένα ναύτη απ' το Πόρτο Αλέγκρε. (...) Έδειξε το τελευταίο του απόκτημα στην ανηψιά του, όταν οι γονείς της την άφησαν στο σπίτι του πριν φύγουν με το κάρο για την πρωτεύουσα του νομού, όπου πήγαιναν να πουλήσουν το καλαμπόκι τους.

"Τι νομίζεις;" Ρώτησε ο Νεκτάριος. Το μικρό κορίτσι κοίταξε το πουλί αδιάφορα.

"Είναι σαν υπερφυσικό καναρίνι που δεν κελαηδάει", ανακοίνωσε κι άνοιξε την τηλεόραση.

.....

## ② fin de l'histoire

Ο κτηνίατρος έξυσε το κεφάλι και κοίταξε τον Νεκτάριο με δυσπιστία.

" Ποιος ποιητής; Αυτά είναι δίστιχα του νηπιαγωγείου".

Ο παπαγάλος είπε άλλο ένα ποίημα.

"Α, ναι", συνέχισε ο κτηνίατρος. "Κι αυτό αρέσει στην κόρη μου".

Ο Νεκτάριος κοκκίνησε και ξαφνικά η μάσκα της ανεξέλεγκτης φαντασίας του έπεσε.

"Η τηλεόραση!" αναφώνησε.

Κι η πικρή αλήθεια ανέτειλε. Ο Νεκτάριος είδε καθαρά, σαν μπροστά στα μάτια του, την ανηψιά του να κάθεται μπροστά στην τηλεόραση και να παρακολουθεί ένα παιδικό πρόγραμμα, τον παπαγάλο να έχει ένα μάτι και ένα αυτί στην οθόνη ενώ απαγγελλε αρχαία ελληνικά με άνεση λογίου κι εκείνος, ο Νεκτάριος ο θηριοδασαστής, μ' έναν κώνο κανναβούρι στο ένα χέρι και την *Οδύσσεια* στο άλλο να γνέφει επιδοκιμαστικά.

Πάνος Καρνέζης, *Μικρές ατιμίες*, Ελληνικά Γράμματα, 2003

ÉPREUVE 2.8

