

ΒΙΟΓΡΑΦΙΚΟ ΣΗΜΕΙΩΜΑ
ΤΟΥ
ΙΩΑΝΝΗ Γ. ΜΠΑΧΑ

ΠΡΟΣΩΠΙΚΕΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ

Όνοματεπώνυμο
Διεύθυνση
Τηλέφωνο
Τηλεομοιοτυπία
Ηλεκτρονικό ταχυδρομείο
Υπηκοότητα
Ημερομηνία γέννησης
Οικογενειακή κατάσταση
Αριθμός Μητρώου Εκπαιδ.
Φ.Ε.Κ. διορισμού

ΜΠΑΧΑΣ ΙΩΑΝΝΗΣ
22, Παπακυριαζή, 54645, Θεσσαλονίκη, Ελλάδα
2310828-107, 6946792-573
2310828107
hellasbachas@gmail.com
Ελληνική
27/12/1967
Έγγαμος με τρία τέκνα.
190520
219-31/8/2001

ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗ ΕΜΠΕΙΡΙΑ

Καθηγητής φυσικής αγωγής

31/8/2001

Μόνιμος διορισμένος καθηγητής φυσικής αγωγής στη Δευτεροβάθμια Εκπαίδευση

Σχολικό έτος 2001-2003: Α' Ηλείας, με οργανική θέση

Σχολικό έτος 2003-2004: Β' Θεσσαλονίκης, με απόσπαση

Σχολικό έτος 2004-2005: Β' Βοιωτίας, με μετάθεση

Σχολικό έτος 2004-2011: Α' και Β' Θεσσαλονίκης, με απόσπαση

Σχολικό έτος 2011-2018: Β' Βοιωτίας, με οργανική θέση

Σχολικό έτος 2018-2020: Α' Θεσσαλονίκης, με απόσπαση

1/9/2000-30/6/2001

Αναπληρωτής καθηγητής φυσικής αγωγής στη Δευτεροβάθμια Εκπαίδευση στο πρόγραμμα του ΥΠ.Ε.ΠΘ «Ολυμπιακή Παιδεία» στο 4^ο Γυμνάσιο Καλαμαριάς Θεσσαλονίκης

1/9/1999-30/6/2000

Αναπληρωτής καθηγητής φυσικής αγωγής στην Πρωτοβάθμια Εκπαίδευση στο πρόγραμμα του ΥΠ.Ε.ΠΘ. «Ολυμπιακή Παιδεία» στο 1^ο, 4^ο, 10^ο και 15^ο Δημοτικό Σχολείο Καλαμαριάς Θεσσαλονίκης.

Γυμναστής

15/11/2000-18/6/2001

Γενική Γραμματεία Αθλητισμού (Γ.Γ.Α.). Αθλητικός Οργανισμός Δήμου Καλαμαριάς. Πρόγραμμα «Άθληση για Α.Μ.Ε.Α.»

1/9/1996-30/6/1997

Γ.Γ.Α. Πρόγραμμα: «Άθληση για άτομα στην απεξάρτηση». Ψυχιατρικό Νοσοκομείο Θεσσαλονίκης.

1/9/1995-30/6/1996

Γ.Γ.Α. Πρόγραμμα: «Άθληση για άτομα στην απεξάρτηση». Κέντρο Θεραπείας Εξαρτημένων Ατόμων (ΚΕ.ΘΕ.Α.) Θεραπευτική Κοινότητα «ΙΘΑΚΗ».

15/10/1995-15/11/1995

Εθνικό Κέντρο Κοινωνικών Ερευνών (Ε.Κ.Κ.Ε.). Έρευνα: «Η ταυτότητα, τα ιδιαίτερα χαρακτηριστικά και οι ανάγκες της νεολαίας στο νομό Θεσσαλονίκης». Συνεντευκτής.

1/9/1992-30/6/1993

Γ.Γ.Α. Πρόγραμμα «Ανίχνευση και αξιοποίηση ταλέντων». Δήμος Αμπελοκήπων Θεσσαλονίκης

1/9/1989-30/6/1990

Γ.Γ.Α. Πρόγραμμα «Ανίχνευση ταλέντων». Δήμος Λαγκαδά Θεσσαλονίκης.

Προπονητής χειροσφαίρισης

1/4/2001-30/9/2001

Ομοσπονδία Χειροσφαίρισης Ελλάδας (Ο.Χ.Ε.). Ομοσπονδιακός προπονητής χειροσφαίρισης- υπεύθυνος Εθνικού Κλιμακίου Πανκορασίδων Βορείου Ελλάδος.

1/9/1993-30/6/2012

Α.Ε.Σ. «ΜΑΚΕΔΩΝ» Αμπελοκήπων. Προπονητής χειροσφαίρισης. Γυναικών, νεανίδων, κορασίδων, πανκορασίδων και μίνι κοριτσιών.

1/9/1999-30/6/2012

Α.Ε.Σ. «ΝΕΜΕΣΙΣ» Μενεμένης. Προπονητής χειροσφαίρισης των ομάδων Γυναικών, νεανίδων, κορασίδων, πανκορασίδων και μίνι κοριτσιών.

ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ ΚΑΙ ΚΑΤΑΡΤΙΣΗ

2015-2020

Τμήμα Δημοσιογραφίας και Μέσων Μαζικής Ενημέρωσης (Α.Π.Θ.). Πτυχιούχος με Κατεύθυνση Δημοσιογραφία. Βαθμός: 9.00, Άριστα.

1998-2003

Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης (Α.Π.Θ.). Τμήμα Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού (ΤΕΦΑΑ). Διατμηματικό Πρόγραμμα Μεταπτυχιακών Σπουδών. Κατεύθυνση: «Φυσική Δραστηριότητα για Ειδικούς πληθυσμούς». Υπότροφος φοιτητής στο 1^ο έτος. Μεταπτυχιακό Δίπλωμα Ειδίκευσης. Βαθμός: 7.95, Λίαν Καλώς.

1985-1990

Α.Π.Θ.-Τ.Ε.Φ.Α.Α. Πτυχίο Α.Ε.Ι. Βαθμός: 8.25.

Ειδικότητα: 1. Προπονητική Χειροσφαίρισης. Βαθμός: 8.

2. Αθλητική Δημοσιογραφία. Βαθμός: 6.5

ΣΕΜΙΝΑΡΙΑ ΕΠΙΜΟΡΦΩΣΗΣ

ΕΙΔΙΚΗ ΑΓΩΓΗ

19-12/3/2004, Θεσσαλονίκη

Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας. Παιδαγωγικό Τμήμα Ειδικής Αγωγής. Θέμα: «Επιμόρφωση και Εξειδίκευση Εκπαιδευτικών της Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης στις Δυσκολίες της Μάθησης». Ώρες: 30.

16-17/1/2004, Θεσσαλονίκη

Κέντρο UNESCO για τις Γυναίκες και την Ειρήνη στις Βαλκανικές Χώρες.

Θέμα: «Δυσλεξία- Παρουσίαση της Πολυαισθητηριακής Μεθόδου Αδαμοπούλου». Ώρες: 12.

6-7 και 13-14/12/2003, Θεσσαλονίκη

Ίδρυμα για το παιδί «Η Παμμακάριστος». Έργο: «Αναδόμηση». Θέμα: «Αναβάθμιση του θεσμού Εκπαίδευσης Ατόμων με Αυτισμό και άλλων Αναπτυξιακών Διαταραχών στην Πρωτοβάθμια και Δευτεροβάθμια Εκπαίδευση». Ώρες: 30.

14-22/12/2003, Θεσσαλονίκη

Διεύθυνση Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης Δυτικής Θεσσαλονίκης. Γραφείο Αγωγής Υγείας - Ψυχιατρικό Νοσοκομείο Θεσσαλονίκης. Θέμα: «Πρόληψη Ανάπτυξης Εξαρτητικών Συμπεριφορών στο Μαθητικό Πληθυσμό». Ώρες: 40.

27-30/11/2003, Θεσσαλονίκη

Εστία Ειδικής Επαγγελματικής Αγωγής. Έργο: «Στέρξιν». Θέμα: «Δημιουργία προϋποθέσεων για την σχολική ενσωμάτωση, την αποτελεσματική εκπαίδευση και την κοινωνική αποδοχή νοητικά υστερούντων ατόμων». Ώρες: 30.

29/11/2003, Θεσσαλονίκη

Πανελλήνιος Σύλλογος Εκπαιδευτικών ειδικευμένων στην Ειδική Αγωγή. Θέμα: «Προβλήματα συμπεριφοράς των ΑΜΕΑ: Αίτια-Αντιμετώπιση».

1/1-30/8/1995. Θεσσαλονίκη

Οργανισμός κατά των Ναρκωτικών (Ο.ΚΑ.ΝΑ.). Θέμα: «Ανάπτυξη δραστηριοτήτων Πρόληψης χρήσης ναρκωτικών και Εμφύχωσης νεαρών ατόμων». Ώρες: 300.

1/ 2-30/3/1994

Δήμος Αμπελοκήπων. Θέμα: «Ειδίκευση Λειτουργών στην κοινωνική ένταξη νέων». Ώρες: 300.

ΘΕΜΑΤΑ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ

1/3/2004. Θεσσαλονίκη.

Διεύθυνση Φυσικής Αγωγής Δυτικής Θεσσαλονίκης. Θέμα: «Μαθητές με Ειδικές Ανάγκες στη Φυσική Αγωγή».

29/11/2003. Θεσσαλονίκη.

Διεύθυνση Φυσικής Αγωγής Δυτικής Θεσσαλονίκης. Θέμα: «Η Φυσική Αγωγή στο Σχολείο».

6/10-29/10/2001. Πύργος Ηλείας.

Υπουργείο Εθνικής Παιδείας και Θρησκευμάτων (ΥΠ.Ε.Π.Θ.). Περιφερειακό Επιμορφωτικό Κέντρο Πατρών. Πρόγραμμα Εισαγωγής Επιμόρφωσης Α' Φάσης.

29-30/9/2001. Πύργος Ηλείας.

Ένωση Καθηγητών Φυσικής Αγωγής Νομού Ηλείας. Θέματα Εργοφυσιολογίας, Ψυχολογίας και Διδακτικής.

22-26/1/2001. Θεσσαλονίκη.

16/17/12/1999. Αθήνα.

ΥΠ.Ε.Π.Θ. -Παιδαγωγικό Ινστιτούτο. Θέμα: «Εθνικό Πρόγραμμα Ολυμπιακής Εκπαίδευσης».

25-27/6/2000. Κατερίνη.

Εισηγητής στο 2^ο Παγκόσμιο Συνέδριο για την Εισαγωγή της Ολυμπιακής και Αθλητικής Παιδείας στα Σχολεία.

1-24/6/1993. Θεσσαλονίκη.

Υπουργείο Πολιτισμού. Γενική Γραμματεία Αθλητισμού (Γ.Γ.Α.). Θέμα: «Αθλητισμός για όλους». Ώρες: 100.

25/2-31/5/1993. Θεσσαλονίκη.

Δήμος Θεσσαλονίκης. Σχολές Ταχύρυθμης Επαγγελματικής Εκπαίδευσης.
Θέμα: «Ειδίκευση σε κανονισμούς Αντισφαίρισης. Ώρες: 300.

ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗ ΧΕΙΡΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ

25-28/8/1995. Θεσσαλονίκη.

Δήμος Θεσσαλονίκης. 3^ο Διεθνές Σεμινάριο Προπονητών Χειροσφαίρισης.

26-28/8/1994. Θεσσαλονίκη.

Δήμος Θεσσαλονίκης. Θέμα: «Αθλητικό Μάνατζμεντ και Κινητική Μάθηση στην Χειροσφαίριση».

24-27/7/1990. Αθήνα.

Ομοσπονδία Χειροσφαίρισης Ελλάδας (Ο.Χ.Ε.). Σεμινάριο Προπονητικής.

1-7/7/1989. Αθήνα

Ελληνική Ολυμπιακή Επιτροπή (Ε.Ο.Ε.). Σεμινάριο Προπονητικής.

3-5/5/1989. Θεσσαλονίκη.

Ο.Χ.Ε. Σεμινάριο Προπονητικής.

21-26/6/1988. Αθήνα

Ο.Χ.Ε. 1^ο Διεθνές Σεμινάριο «Mini Handball».

6-22/4/1986. Θεσσαλονίκη.

Ο.Χ.Ε. Σχολή Διαιτησίας Χειροσφαίρισης.

ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗ ΚΟΡΦΜΠΟΛ.

26-30/8/2006. Κιλκίς.

Διεθνής Σχολή Προπονητών Κόρφμπολ πρώτης και δεύτερης βαθμίδας. Πτυχίο με Αριστείο.

26-30/8/2006. Κιλκίς.

Διεθνής Σχολή Διαιτησίας Κόρφμπολ πρώτης και δεύτερης βαθμίδας. Πτυχίο με Αριστείο.

Οδηγός αυτοκινήτου και μηχανής.

ΑΤΟΜΙΚΕΣ ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΚΑΙ ΙΚΑΝΟΤΗΤΕΣ

ΜΗΤΡΙΚΗ ΓΛΩΣΣΑ

Ελληνική.

ΆΛΛΕΣ ΓΛΩΣΣΕΣ

Αγγλική. Πτυχίο Lower Cambridge.

Ικανότητα ανάγνωσης: εξαιρετικό επίπεδο

Ικανότητα γραφής: πολύ καλό επίπεδο

Ικανότητα ομιλίας: πολύ καλό επίπεδο

Βουλγαρική. Πτυχίο Σχολής Βαλκανικών Γλωσσών του Ιδρύματος Μελετών Χερσονήσου του Αίμου (ΙΜΧΑ). Τριετής κύκλος σπουδών.

Ικανότητα ανάγνωσης: εξαιρετικό επίπεδο.

Ικανότητα γραφής: πολύ καλό επίπεδο

Ικανότητα ομιλίας: πολύ καλό επίπεδο

Διεθνές Σεμινάριο Βουλγαρικής γλώσσας διάρκειας ενός μήνα στο Βελίκο Τύρνοβο Βουλγαρίας (Αύγουστος 1985).

ΚΟΙΝΩΝΙΚΕΣ ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΚΑΙ ΙΚΑΝΟΤΗΤΕΣ

Ρωσική. Πτυχίο Σ.Β.Γ. του Ι.Μ.Χ.Α. Τριετής κύκλος σπουδών.

Ικανότητα ανάγνωσης: εξαιρετικό επίπεδο

Ικανότητα γραφής: καλό επίπεδο

Ικανότητα ομιλίας: καλό επίπεδο.

Οργάνωση και Συντονισμός ομάδων μαθητών στο Σχολείο στα πλαίσια των προγραμμάτων του ΥΠ.Ε.Π.Θ. της «Αγωγής Υγείας», «Περιβαλλοντικής Εκπαίδευσης» και «Σχολικού Επαγγελματικού Προσανατολισμού». Παρακολούθησα σεμινάρια:

1/ 2-30/3/2004. Θεσσαλονίκη.

Κέντρο Πρόληψης της Εξάρτησης από ναρκωτικά και προαγωγής της υγείας «ΠΥΞΙΔΑ». Θέμα: «Δουλεύοντας με ομάδες στο σχολείο- Αξιοποιώντας τη βιωματική προσέγγιση». Ώρες: 20.

22/1/2003. Πύργος Ηλείας.

Διεύθυνση Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης Νομού Ηλείας. Θέμα: «Παιδαγωγικές Αρχές Περιβαλλοντικής Εκπαίδευσης- Μέθοδος Project».

3-10/12/2002. Πύργος Ηλείας.

Διεύθυνση Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης Νομού Ηλείας. Θέμα: «Στηρίζομαι στα πόδια μου». Ώρες: 25.

10-14/10/2001. Πύργος Ηλείας.

Διεύθυνση Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης Νομού Ηλείας. Θέμα: «Ομαδοσυνεργατική Μέθοδος». Ώρες: 33.

ΟΡΓΑΝΩΤΙΚΕΣ ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΚΑΙ ΙΚΑΝΟΤΗΤΕΣ

Οργάνωση και Διοίκηση αθλητικών και πολιτιστικών σωματείων. Ιδρυτικό μέλος και μέλος του Διοικητικού Συμβουλίου του Αθλητικού και Εκπολιτιστικού Συλλόγου «ΜΑΚΕΔΩΝ» Αμπελοκήπων και «ΝΕΜΕΣΙΣ» Μενεμένης. Πρόεδρος του Δ.Σ. του Συλλόγου Πτυχιούχων Φυσικής Αγωγής με ειδικότητα Αθλητική Δημοσιογραφία «ΕΛΛΑΝΙΟΣ ΖΕΥΣ» Καλαμαριάς. Μέλος και Αντιπρόεδρος του Διοικητικού Συμβουλίου της Ελληνικής Ομοσπονδίας Μοντέρνου Πεντάθλου (Ε.Ο.ΜΟ.Π.), Πρόεδρος της Τοπικής Επιτροπής Βορείου Ελλάδος και Αναπληρωματικό Μέλος για το άθλημα του Μοντέρνου Πεντάθλου στην Ελληνική Ολυμπιακή Επιτροπή για την Ολυμπιακή περίοδο 2008-2012. Μέλος του Δ.Σ στα Συμβούλια των ετών 2012- 2016 και 2016-2020.

Παρακολούθησα σχετικά σεμινάρια:

3/7/-28/11/2000. Θεσσαλονίκη.

Κέντρο Επαγγελματικής Κατάρτισης «ΔΙΟΝ-ΕΠΕΚΑ». Πρόγραμμα Συνεχιζόμενης Επαγγελματικής Κατάρτισης «ΠΟΛΥΜΝΙΑ: ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΗΣ ΚΛΗΡΟΝΟΜΙΑΣ». Ώρες: 400.

29/11/1993-8/4/1994. Θεσσαλονίκη.

Γενική Γραμματεία Νέας Γενιάς- Πληροφορική Νέων. Πρόγραμμα Επαγγελματικής Κατάρτισης: «Management Marketing Μη Κερδοσκοπικών Οργανισμών». Ώρες: 420.

Εθελοντική συμμετοχή στους Ολυμπιακούς και Παραολυμπιακούς Αγώνες

ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΚΑΙ ΙΚΑΝΟΤΗΤΕΣ

«ΑΘΗΝΑ 2004» στον Τομέα των Υπηρεσιών Τύπου.
Εθελοντική συμμετοχή στους 1^{ους} Αγώνες Εφήβων-Νεανίδων Χωρών
Νοτιοανατολικής Ευρώπης 14-21 Οκτωβρίου 2007. Τομέαρχης
Καλαθοσφαίρισης.

Χειρισμός και προγραμματισμός Ηλεκτρονικών Υπολογιστών.

Σεμινάρια:

26/11/2011-31/1/2012. Θεσσαλονίκη.

Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών- Μονάδα Εφηβικής Υγείας
της Β' Παιδιατρικής Κλινικής Νοσοκομείου Π. & Α. Κυριακού. Θέμα: «Αριάδνη:
Πρόγραμμα Κατάρτισης Επαγγελματιών Ψυχικής Υγείας για το φαινόμενο του
«εθισμού» των εφήβων στο διαδίκτυο καθώς και για τους κινδύνους που
αντιμετωπίζουν τα παιδιά και οι έφηβοι από την ανεξέλεγκτη χρήση του
διαδικτύου». Πιστοποιημένος εκπαιδευτής.

1/1-30/3/1995. Θεσσαλονίκη.

Γενική Γραμματεία Λαϊκής Επιμόρφωσης- Κέντρο Ενημέρωσης και
Επιμόρφωσης «ΔΗΜΗΤΡΑ». Θέμα: «Ανάπτυξη Εφαρμογών MULTIMEDIA».
Ώρες: 300.

14/4-9/12/1988. Θεσσαλονίκη.

Δήμος Θεσσαλονίκης. Σχολές Ταχύρρυθμης Εκπαίδευσης. Θέμα: «Χειρισμός
και Προγραμματισμός Ηλεκτρονικών Υπολογιστών». Ώρες: 620.

9/5-29/6/2005. Θεσσαλονίκη.

Επιμόρφωση εκπαιδευτικών στην αξιοποίηση των τεχνολογιών πληροφορίας
και επικοινωνιών στην εκπαίδευση. Κ.Σ.Ε. 1^ο Τ.Ε.Ε. Αμπελοκήπων.
Πιστοποίηση. Ώρες: 48.

2/11/2005. Θεσσαλονίκη.

Διεύθυνση Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης Δυτ. Θεσσαλονίκης. Θέμα:
«Βασικές γνώσεις Η/Υ για επίλυση προβλημάτων και αύξηση της
παραγωγικότητας».

16/11/2005. Θεσσαλονίκη.

Διεύθυνση Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης Δυτ. Θεσσαλονίκης. Θέμα:
«Εισαγωγή στο Adobe Photoshop».

Ηλεκτρονικός Τύπος.

Σεμινάρια

20/9-11/12/1993. Θεσσαλονίκη.

Δήμος Αμπελοκήπων. Θέμα: «Εκπαίδευση νέων στον Ηλεκτρονικό Τύπο
(Δημοσιογραφία)». Ώρες: 300.

16,17/10-23,24/10/2010. Θεσσαλονίκη.

Ένωση Συντακτών Ημερησίων Εφημερίδων Μακεδονίας-Θράκης. Θέμα: «Μια
αίθουσα σύνταξης στον υπολογιστή μου». Ώρες: 30.

ΚΑΛΛΙΤΕΧΝΙΚΕΣ ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΚΑΙ ΙΚΑΝΟΤΗΤΕΣ

Θέατρο. Σεμινάριο:

3-6/3/2003. Πύργος Ηλείας.

Γενική Γραμματεία Εκπαίδευσης Ενηλίκων. Θέμα: «Θεατρική Παιδεία».

Ενασχόληση με τη λογοτεχνία (συγγραφή διηγήματος και ποίησης) και τη
σκιτσογραφία (γελοιογραφία και αθλητικό σκίτσο). Δημοσίευσεις έργων σε
λογοτεχνικά περιοδικά και ανθολογίες διηγημάτων και ποίησης.

ΆΛΛΕΣ ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΚΑΙ ΙΚΑΝΟΤΗΤΕΣ

Ερασιτέχνης αθλητής χειροσφαίρισης, από το 1986--2020.
Διεθνής αθλητής εν ενεργεία, μέλος της Εθνικής ομάδας Κόρφμπολ (3 συμμετοχές).
Διαιτητής-Κριτής Υδατοσφαίρισης, από το 1995.
Διεθνής Διαιτητής Κόρφμπολ, από το 2004.
Διεθνής Διαιτητής-Κριτής Πυγμαχίας Α' Κατηγορίας, από το 1987.
Διεθνής Διαιτητής-Κριτής Σάμπο (Αγωνιστικό και Μαχητικό).

ΑΔΕΙΕΣ ΟΔΗΓΗΣΗΣ

Ναι.

ΠΡΟΣΘΕΤΕΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ

Ασκώ καθήκοντα Παρατηρητή της Διαρκούς Επιτροπής Αντιμετώπισης της Βίας (Δ.Ε.Α.Β.) της Γ.Γ.Α. από τον Νοέμβριο του 2009 έως σήμερα καθώς και Παρατηρητή της Ένωσης Σωματείων Αμειβομένων Ποδοσφαιριστών (Ε.Σ.Α.Π.) και της Ε.Ο.Π.Ε. επίσης από την αγωνιστική περίοδο 2008-2009.

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑΤΑ