

ΠΡΟΣΩΠΙΚΕΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ

Ονοματεπώνυμο	ΒΕΡΑ ΓΙΑΝΝΑΚΙΤΣΑ
Διεύθυνση	ΚΟΥΚΑΚΙ, 11741, ΑΘΗΝΑ
Τηλέφωνο	6942094446, 2114174081
Ηλεκτρονικό ταχυδρομείο	veragiannakitsa@gmail.com, info@nutriology.gr
Ημερομηνία γέννησης	11/01/1989
Website	NUTRIOLOGY.GR

ΚΑΛΛΙΤΕΧΝΙΚΕΣ ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ-ΕΡΓΑΣΙΑ

ΣΥΓΓΡΑΦΗ
2026
-1ο Θεατρικό Έργο «Τι θέλεις από Εμένα»
-2ο Θεατρικό Έργο «Αφαγία» (υπό συγγραφή)
-Σενάριο Ντοκιμαντέρ για τις Διατροφικές Διαταραχές
-Βιβλίο για το Συναισθηματικό Φαγητό (υπό συγγραφή)

ΥΠΟΚΡΙΤΙΚΗ
2025
-Συμμετοχή σε θεατρικό δρώμενο σε τρεις διαφορετικούς ρόλους για την παρουσίαση καινούργιου φαρμάκου στον Ιατρικό Σύλλογο, σε φαρμακευτική εταιρεία.
-Συμμετοχή ως βοηθητική ηθοποιός στη σειρά Ριφιφί, σε σκηνοθεσία Σωτήρη Τσαφούλια.
2023
-Συμμετοχή σε τηλεοπτική διαφήμιση για λογαριασμό γνωστής εταιρείας μπύρας.

ΤΗΛΕΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ
2024-2025
-Έκτακτη συμμετοχή σε τηλεοπτικές εκπομπές για ενημέρωση σε θέματα διατροφής.
2023
-Παρακολούθηση δίμηνου σεμιναρίου Τηλεπαρουσίασης στο Εργαστήρι του ANT1 Media Lab.

ΣΚΗΝΟΘΕΣΙΑ ΚΙΝΗΜΑΤΟΓΡΑΦΟΥ

FILMSCHOOL.GR, ΑΘΗΝΑ
2024-2025
-Μονοετές σεμινάριο μαθημάτων σκηνοθεσίας κινηματογράφου με τον κ. Χρήστο Πυθαρά και συνεργάτες.

ΙΔΡΥΜΑ ΚΑΚΟΓΙΑΝΝΗΣ, ΑΘΗΝΑ
2024
-Σεμινάριο έξι μαθημάτων σκηνοθεσίας κινηματογράφου με τον κ. Σωτήρη Τσαφούλια. Συμμετοχή σε ταινία μικρού μήκους στο πλαίσιο του σεμιναρίου.

ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΥΠΟΚΡΙΤΙΚΗΣ

ΩΔΕΙΟ ΤΕΧΝΗΣ ΦΑΚΑΝΑΣ, ΑΘΗΝΑ.
2026-τώρα
-*Συμμετοχή στο θεατρικό εργαστήρι του Βασίλη Φακανά και συμμετοχή σε παράσταση με παρουσίαση θεατρικών σκηνών τον Ιούνιο του 2026.*

ΘΕΑΤΡΟ SKROW, ΑΘΗΝΑ.
2021-2022
-Παρακολούθηση μαθημάτων υποκριτικής και Συμμετοχή σε παράσταση στον χώρο του θεάτρου Skrow, στον ρόλο της Τιτάνια στο έργο «Όνειρο Καλοκαιρινής Νύχτας».

ΘΕΑΤΡΟ ΤΩΝ ΑΛΛΑΓΩΝ, ΑΘΗΝΑ.
2019-2024
-Παρακολούθηση περίπου 35 μαθημάτων Υποκριτικής, Γραφής και Σκηνοθεσίας.

92ART, ΑΘΗΝΑ.
2015
-Παρακολούθηση 4μηνου σεμιναρίου και συμμετοχή σε παράσταση στο χώρο του 92art στον ρόλο της Αλίντα Πασκουάλε, στο έργο «Η Πινακοθήκη των Ηλιθίων».

ΛΟΙΠΕΣ ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ

Κάτοχος διπλώματος οδήγησης Β’ κατηγορίας.

ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗ ΠΕΙΡΑ

2020-σήμερα **ΔΙΑΙΤΟΛΟΓΟΣ – ΔΙΑΤΡΟΦΟΛΟΓΟΣ**
-Ιδιοκτήτρια Διαιτολογικού Γραφείου Nutriology – Κουκάκι, Αθήνα.

2009 – 2019 **ΔΙΑΙΤΟΛΟΓΟΣ,** Αθήνα
- Επισκέψεις κατ' οίκον σε άτομα με προβλήματα διαχείρισης βάρους, δημιουργία προγραμμάτων διατροφής, ψυχολογική υποστήριξη και λιπομέτρηση.

2017-2019 **ΦΑΡΜΑΚΕΙΟ ΤΡΙΑΝΤΑΦΥΛΛΑ, ΠΑΓΚΡΑΤΙ.**
ΔΙΑΙΤΟΛΟΓΟΣ
- *Προώθηση και ενημέρωση για τα συμπληρώματα διατροφής (Solgar, Lamberts, Vogel, Power Health, Health Aid, Terranova, Life Extension, Doctor's Formulas και άλλων), παροχή διατροφικών συμβουλών, εξυπηρέτηση πελατών.*
-Προώθηση καλλυντικών και δερμοκαλλυντικών Lierac, Darphin, Nuxe, Vichy, Bioderma, La roche Posay, Intermed και άλλων.
-Προώθηση βρεφικών προιόντων MAM, Nuk, Philips-Avent και άλλων.
-Προώθηση βιολογικών προιόντων (τροφίμων και καλλυντικών).
-Προώθηση οδοντιατρικών και οπτικών προιόντων.

2016-2017

ΦΑΡΜΑΚΕΙΟ ΣΑΚΟΠΟΥΛΟΥ, Κουκάκι.
ΔΙΑΙΤΟΛΟΓΟΣ
-Προώθηση και ενημέρωση για τα συμπληρώματα διατροφής (Solgar, Lamberts, Vogel, Power Health, Health Aid, Terranova, Life Extension, Doctor's Formulas και άλλων), παροχή διατροφικών συμβουλών, εξυπηρέτηση πελατών, παραγγελίες προιόντων.
-Προώθηση καλλυντικών και δερμοκαλλυντικών Lierac, Darphin, Nuxe, Vichy, Bioderma, La roche Posay, Intermed και άλλων.
-Προώθηση βρεφικών προιόντων MAM, Nuk, Philips-Avent, Munchkin, Sauvinex.
-Προώθηση βιολογικών προιόντων (τροφίμων και καλλυντικών).
-Προώθηση οδοντιατρικών και οπτικών προιόντων.

2016

SUPERFOOD BAR, Αθήνα.
Νοσοκομείο Ερρίκος Ντυνάν.
ΥΠΕΥΘΥΝΗ ΚΑΤΑΣΤΗΜΑΤΟΣ ΒΙΟΛΟΓΙΚΩΝ ΠΡΟΙΟΝΤΩΝ
-Εξυπηρέτηση πελατών, προώθηση προιόντων, παροχή διατροφικών συμβουλών, παραγγελίες προιόντων.

2015

FAZMA MODELS AND EVENTS, Καλλιθέα.
-Μοντέλο για προώθηση και δειγματισμό βαφών μαλλιών στη LOREAL.

2014

NEW DAY, Αθήνα
Ινστιτούτο Ομορφιάς
ΔΙΑΙΤΟΛΟΓΟΣ
- Δημιουργία και χορήγηση προγραμμάτων

διατροφής, διατροφικές συμβουλές, ψυχολογική υποστήριξη.

2013 – 2014 **YAVA FITNESS CENTER,** Αθήνα.
Γυμναστήριο
ΔΙΑΙΤΟΛΟΓΟΣ
- Δημιουργία και χορήγηση προγραμμάτων διατροφής, λιπομέτρηση, ψυχολογική υποστήριξη, προώθηση πακέτων διατροφής.

2011 – 2012 **METROPOLITAN,** Αθήνα
Νοσοκομείο
ΕΚΠΑΙΔΕΥΟΜΕΝΗ ΔΙΑΙΤΟΛΟΓΟΣ
- Χορήγηση προγραμμάτων διατροφής, τροποποίηση προγραμμάτων, λήψη ιστορικού ασθενών, γενικός έλεγχος χορήγησης τροφής των ασθενών.

2007 **«ΠΟΛΥΤΑΡΧΟΥ»**, Βοιωτία.
Φαρμακείο
ΒΟΗΘΟΣ ΦΑΡΜΑΚΟΠΟΙΟΥ
-Εξυπηρέτηση πελατών, καθαριότητα χώρου.

ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ

2025-τώρα 1ο έτος- **Μητροπολιτικό Κολέγιο Αθηνών (σε συνεργασία με το UEL**)- Bachelor Ψυχολογίας

2025-τώρα 1ο έτος- **Ροδάκινο- Κέντρο Συστημικής Θεραπείας και Συμβουλευτικής** στην Αθήνα. Εκπαίδευση στη Συστημική Ψυχοθεραπεία Μέσω Τέχνης

2023-2024
Ροδάκινο-Κέντρο Συστημικής Θεραπείας και Συμβουλευτικής στην Αθήνα**-** Παρακολούθηση μονοετούς σεμιναρίου Συστημική Θεραπεία και

	Συμβουλευτική στο
2016 - 2018	**Ιατρική Σχολή Εθνικού Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών,** Μεταπτυχιακό Πρόγραμμα στο Τμήμα «Διαχείριση Περιβαλλοντικών Θεμάτων με Επιπτώσεις στην Υγεία».
2007 - 2013	**ΑΤΕΙ Κρήτης,** Τμήμα Διατροφής και Διαιτολογίας.
2015	Παρακολούθηση ημερίδας: Διαχείριση Σωματικού Βάρους και Σύγχρονα Θέματα Διαιτολογίας, Αθήνα.
2013	2ο Ευρωπαϊκό Συνέδριο Διατροφικής Ιατρικής, Αθήνα.
2013	Κέντρο Ψυχολογικών Εφαρμογών, Χαλάνδρι: εκπαιδευτικό σεμινάριο στο πρόγραμμα «Πέρα από τα Όρια της Δίαιτας» για τροποποίηση συμπεριφοράς και βελτίωση επικοινωνίας σε παχύσαρκα άτομα (10 μήνες).
2011	11ο Πανελλήνιο Συνέδριο Διατροφής και Διαιτολογίας, Αθήνα.
2008	3ο Βαλκανικό Συνέδριο Παχυσαρκίας, Θεσσαλονίκη.
ΞΕΝΕΣ ΓΛΩΣΣΕΣ	Άριστη Γνώση Αγγλικής Γλώσσας (C2). Πολύ Καλή Γνώση Γερμανικής Γλώσσας (C1).
ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ	Πολύ Καλή Γνώση Η/Υ σε Περιβάλλον Windows, Office Κάτοχος ECDL Core. Γνώση Στατιστικού πακέτου SPSS.
ΑΤΟΜΙΚΕΣ ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ	Επικοινωνιακή, ενσυναίσθηση, καλή ακροάτρια, ευελιξία, υπομονετική, με κατανόηση, ικανότητα εργασίας σε πολυπολιτισμικό περιβάλλον,

	διαχείριση αρνητικών ανθρώπων, αισιόδοξη και δημιουργική.
ΚΟΙΝΩΝΙΚΕΣ ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ	Πειθώ που αποκτήθηκε από εργασία προώθησης προϊόντων, αποτελεσματική συνεργασία με άτομα διαφόρων ηλικιών που αποκτήθηκε μέσω των εργασιών μου, άνεση σε παρουσία κοινού που ενισχύθηκε από παρουσιάσεις εργασιών και προωθήσεις προιόντων.
ΟΡΓΑΝΩΤΙΚΕΣ ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ	Αποτελεσματική οργάνωση ημερίδας σε δημοτικά σχολεία με θέμα «παιδική παχυσαρκία» στην Κρήτη. Οργάνωση προγραμμάτων διατροφής. Καθημερινή οργάνωση του καταστήματος SuperFood Bar. Καθημερινή οργάνωση του φαρμακείου Σακοπούλου. Καθημερινή οργάνωση του φαρμακείου Τριανταφυλλά.