

# ΒΙΟΓΡΑΦΙΚΟ ΣΗΜΕΙΩΜΑ

## ΤΟΥ ΝΙΚΟΛΑΟΥ ΕΜΜΑΝΟΥΗΛ ΘΑΛΑΣΣΙΝΟΥ

### ΠΡΟΣΩΠΙΚΑ ΣΤΟΙΧΕΙΑ

**ΕΠΩΝΥΜΟ** : Θαλασσινός  
**ΟΝΟΜΑ** : Νικόλαος  
**ΟΝΟΜΑ ΠΑΤΡΟΣ** : Εμμανουήλ  
**ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ** : Μυρσίνη, Σητεία, 72057  
**ΤΗΛΕΦΩΝΟ** : 6972265926  
**ΤΗΛΕΦΩΝΟ ΕΡΓΑΣΙΑΣ** : 2843020014  
**E – MAIL** : nthalassinos@gmail.com  
**ΗΜ/ΝΙΑ ΓΕΝΝΗΣΗΣ** : 11 Ιανουαρίου 1977  
**ΟΙΚΟΓ. ΚΑΤΑΣΤΑΣΗ** : Έγγαμος

### ΕΙΔΙΚΟΤΗΤΑ

Ηλεκτρονικός Μηχανικός,  
Master of Science in Data Communication Systems

### ΕΠΑΓΓΕΛΜΑ

- Ε.Τ.Ε.Π. Πληροφορικής, Ελληνικό Μεσογειακό Πανεπιστήμιο, Σχολή Επιστημών Υγείας, Τμήμα επιστημών Διατροφής & Διαιτολογίας, (6/2019-)

### ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ – ΣΠΟΥΔΕΣ

- Master of Science In Data Communication Systems, Department of Electronic and Computer Engineering, Brunel University, Uxbridge, Middlesex U.K. (2001). Αναγνώριση τίτλου από ΔΙ.Κ.Α.Τ.Σ.Α. (αρ. πρωτ. απόφασης: 16531/9-4-2003)
- Απόφοιτος Τ.Ε.Ι. Πειραιά, Σ.Τ.ΕΦ. Τμήμα Ηλεκτρονικής (1999)
- Απόφοιτος Γενικού Λυκείου (1994)

## ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗ ΕΜΠΕΙΡΙΑ

- Ε.Τ.Ε.Π. Πληροφορικής, Τ.Ε.Ι Κρήτης, Σ.Τ.Ε.Γ&Τ.Ε.Τ. Τμήμα Διατροφής & Διαιτολογίας, (5/2009 – 6/2019)
- Τεχνικός δικτύου, Ρ/Η, Εγκαταστάσεις Ο.Τ.Ε τεχνική υπηρεσία Σητείας. Σύμβαση αορίστου χρόνου,(19/06/2006 – 5/04/2009)
- Ιστοσελίδα προγράμματος ΑΡΧΙΜΗΔΗΣ II – Πειραματική διατροφή: Επίδραση εκχυλισμάτων από ενδημικά/ αυτοφυή φυτά της Κρήτης στο μεταβολισμό θηλαστικών και ανθρώπου. (1/10/05 – 31/12/05)
- ΚΕΚ Ανάπτυξη Κρήτης ,15 ώρες σεμιναριακά μαθήματα «Σχεδιασμός ιστοσελίδας» στο πρόγραμμα «Συμπληρωματική κατάρτιση και εξειδίκευση εργαζομένων και εποχιακών ανέργων τουριστικών επιχειρήσεων» Την ευθύνη είχε αναλάβει το ΚΕΚ Ανάπτυξη Κρήτης με αριθμό εγκριτικού 10169/29-11-2004, (9/5/2005 – 15/5/2005)
- ΚΕΚ Ανάπτυξη Κρήτης ,20 ώρες σεμιναριακά μαθήματα «Δίκτυα Η/Υ και Βάσεις δεδομένων» στο πρόγραμμα «Ηλεκτρονικό Επιχειρείν». Την ευθύνη είχε αναλάβει το ΚΕΚ Ανάπτυξη Κρήτης με την υπ αριθμ. 14585/924/30-07-2004 κατακυρωτικής απόφασης του Υπουργείου, (9/3/2005 – 16/3/2005)
- ΚΕΚ , 60 ώρες σεμιναριακά μαθήματα «Ανάπτυξη εφαρμογών στο διαδίκτυο – Σχεδιασμός ιστοσελίδας». Την ευθύνη είχε αναλάβει το ΚΕΚ με την υπ αριθμ. 16059/16-9-2003 κατακυρωτικής απόφασης της Περιφέρειας Νοτίου Αιγαίου, (14/4/2004 – 24/4/2004)
- Ιδιωτική Επιχείρηση, Συντήρηση, στήσιμο και αντιμετώπιση προβλημάτων Η/Υ. Επίλυση δικτυακών προβλημάτων, (4/2003 – 5/2003)
- Ιδιωτικό Εκπαιδευτήριο Πληροφορικής 'Futurekids', Καθηγητής Πληροφορικής, Προετοιμασία για πιστοποίηση γνώσεων υπολογιστή, πτυχίο ECDL, (11/2002 – 4/2003)
- Σχολή Σ.Τ.Ε.Τ-Δ Τμήμα Διατροφής και Διαιτολογίας ΤΕΙ Κρήτης, Εργαστηριακός Συνεργάτης, Αντικείμενο Πληροφορική: SPSS, Ms Office, Administrating σε περιβάλλον Windows 2000, (Ακαδημαϊκό έτος 2002 – 2006 πλήρες ωράριο, 2007 – 2012 μερικό ωράριο)
- Στρατός Ξηράς, Σώμα Διαβιβάσεις, Χειριστής Τηλετύπου – Κρυπτομηχανών, Χειριστής Α.Σ.Δ.Α. Πυρσεία: Αυτοματοποιημένο Σύστημα Διακίνησης Αλληλογραφίας, Δίκτυο Στρατού (εκπαίδευση: 10/4/2001–10/5/2001, Άσκηση ειδικότητας: 11/5/2001–26/7/2002)
- PANAΦON S.A. Μηχανικός Ραδιοδικτύου, (3/1999 – 4/2001).  
Αντικείμενα εργασίας:
  - Παρακολούθηση – ανάλυση δικτυακών προβλημάτων
  - Περιοδική μέτρηση παρεμβολών
  - Μέτρηση και ανάλυση ραδιοσημάτων για τη βελτίωση κάλυψης θαλάσσιων ακτοπλοϊκών διαδρομών
  - Σχεδιασμός – Μελέτη εγκατάστασης αναμεταδοτών (Cell Extender indoor – outdoor)
  - Υλοποίηση Network Planning εφαρμογής για 3<sup>rd</sup> generation mobile networks
  - Μελέτη – Κατασκευή Traffic Simulator for UMTS (WCDMA) Radio Interface

## ΕΡΓΑΣΙΕΣ

- Διαχείριση ιστοσελίδας τμήματος Επιστημών Διατροφής και Διαιτολογίας Ελληνικού Μεσογειακού Πανεπιστημίου ([www.hmu.gr/nds](http://www.hmu.gr/nds)), (6/2019-)

- Διαχείριση ιστοσελίδας τμήματος Διατροφής και Διαιτολογίας ΤΕΙ Κρήτης ([www.teicrete.gr/dd](http://www.teicrete.gr/dd)), (2011-2019)
- Παρουσίαση δικτύου, Ρ/Η, Εγκαταστάσεις τεχνικής υπηρεσίας Ο.Τ.Ε. Περιφέρεια Σητείας, (2009)
- Σημειώσεις Μαθημάτων Πληροφορικής II (Ms office) & III (SPSS) για τα μαθήματα Πληροφορικής του τμήματος Διατροφής και Διαιτολογίας του ΤΕΙ Κρήτης, (2002)
- Traffic Simulator for UMTS (WCDMA) Radio Interface (M. Sc. Dissertation, 2001)
- Effective Project Management, Examination of case history London Ambulance Computer Aided Despatch System, (2000)
- Network Planning, Procurement, Regulation and Services: Design a Local Area Network (LAN), (2000)
- Modeling and Analysis of Ethernet – LAN using COMNET III, (2000)
- Σύνδεση πομπού δέκτη με οπτική ίνα, Κατασκευή πομπού, (Διπλωματική εργασία, 1999)

## ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΕΣ ΔΗΜΟΣΙΕΥΣΕΙΣ

1. Eirini Kontaxaki, Konstantina Ekmetzoglou, Nikolaos Thalassinos, Argyro Gioume, Eirini Orfanou, Konstantinos Kalbakis, Anastasia Markaki: Assessment to Mediterranean diet and quality of life in oncology patients. Clinical Nutrition ESPEN 24 (2018) 173-190.
2. Ioannis Sfendourakis, Nikolaos Thalassinos, Georgios A. Fragkiadakis: Tracking high-school and university performance: A case study in Nutrition-Dietetics Department. 4ο Διεθνές Συνέδριο "Δημοκρατία, δικαιώματα και ανισότητες στην εποχή της κρίσης. Προκλήσεις στον χώρο της έρευνας και της εκπαίδευσης" ΙΑΚΕ –Ινστιτούτο Ανθρωπιστικών και Κοινωνικών Επιστημών, 27-29 Απριλίου 2018, Ηράκλειο Κρήτης. Η εργασία βραβεύθηκε στη θεματική περιοχή «Πρόσβαση στην Τριτοβάθμια Εκπαίδευση».
3. Βασιλεία Κουνελάκη, Νικόλαος Θαλασσινός, Γεώργιος Α. Φραγκιαδάκης: Επηρεασμοί για κατεύθυνση σπουδών και ικανοποίηση από αυτές: Μελέτη περίπτωσης στο ΤΕΙ Κρήτης. 4ο Διεθνές Συνέδριο "Δημοκρατία, δικαιώματα και ανισότητες στην εποχή της κρίσης. Προκλήσεις στον χώρο της έρευνας και της εκπαίδευσης" ΙΑΚΕ –Ινστιτούτο Ανθρωπιστικών και Κοινωνικών Επιστημών, 27-29 Απριλίου 2018, Ηράκλειο Κρήτης.
4. Καλλιόπη Ανδρουλάκη, Μαρία Κωνσταντινοπούλου, Ειρήνη Παπαδομιχελάκη, Νικόλαος Θαλασσινός. Μελέτη της στάσης πρωτοτόκων Ελληνίδων απέναντι στον θηλασμό. 12ο Μακεδονικό Συνέδριο Διατροφής & Διαιτολογίας, 11-13 Μαΐου 2018, Θεσσαλονίκη.
5. Ν. Θαλασσινός, Κ. Παπαθανασάκη, Γ.Α. Φραγκιαδάκης (2017) Επιτυχία στην τριτοβάθμια τεχνολογική εκπαίδευση: Σειρά εισαγωγής ή Βαθμός απολυτηρίου λυκείου; 3ο Πανελλήνιο Επιστημονικό Συνέδριο: Ανθρωπιστικές Επιστήμες, Εκπαίδευση, Κοινωνία και Πολιτική Παιδεία, Ι.Α.Κ.Ε.–Ινστιτούτο Ανθρωπιστικών και Κοινωνικών Επιστημών, 5-7 Μαΐου 2017, Πρακτικά συνεδρίου, τόμος Γ', σελίδες 333-342, Ηράκλειο Κρήτης, ISBN: 978-618-83501-2-0.
6. Ν. Θαλασσινός, Ι. Σφενδουράκης, Γ.Α. Φραγκιαδάκης (2017) Οι δυσκολίες των αποφοίτων επαγγελματικών λυκείων στην τριτοβάθμια τεχνολογική εκπαίδευση: Διατροφή & Διαιτολογία, 3ο Πανελλήνιο Επιστημονικό Συνέδριο: Ανθρωπιστικές Επιστήμες, Εκπαίδευση, Κοινωνία και Πολιτική

Παιδεία, Ι.Α.Κ.Ε.- Ινστιτούτο Ανθρωπιστικών και Κοινωνικών Επιστημών, 5-7 Μαΐου 2017, Ηράκλειο Κρήτης, Πρακτικά συνεδρίου, τόμος Γ΄, σελίδες 280-286, ISBN: 978-618-83501-2-0.

7. Κονταξάκη Ειρήνη, Κωνσταντίνα Εκμετζόγλου, Νικόλαος Θαλασσινός, Αργυρώ Γκιουμέ, Ειρήνη Ορφανού, Κωνσταντίνος Καλμπάκης, Αναστασία Μαρκάκη: Συμμόρφωση των ογκολογικών ασθενών με την Μεσογειακή Διατροφή και η ποιότητα ζωής τους. 14ο Πανελλήνιο Συνέδριο Διατροφής & Διαιτολογίας & 3ο Πανελλήνιο Συνέδριο Κλινικής Διατροφής, 24-26 Νοεμβρίου 2017, Αθήνα.
8. Sfendourakis I., Thalassinos N., Spyridaki A., Markaki A., Zafiropoulos V., Fragkiadakis G.A. (2016), Studies Success in Tertiary Technological – Education: A case in Nutrition-Dietetics, ICEEPSY – 2016 Int. Conference 11 – 15 Oct. 2016, Rodos, Greece, <http://dx.doi.org/10.15405/book.5.2>.
9. V. Chatzi, N. Thalassinos, A. Kalamari, A. Markaki, I. Mavrikakis, G.A. Fragkiadakis, V. Zafiropoulos (2015), Design and Application of a Targeted Nutritional-Intervention Material for Primary Schools, 9th International conference on New Horizons in Industry, Business and Education, Skiathos Island, Greece, 27-29 August 2015, book of abstracts, p. 355-361.
10. I. Mavrikakis, N. Thalassinos, V. Chatzi, A. Markaki, A. Kalamari, P. Dimitropoulakis, G. A. Fragkiadakis, V. Zafiropoulos (2015), Teachers' Evaluation of a Web-Based Interactive Nutritional-Intervention for Primary Schools, 9th International conference on New Horizons in Industry, Business and Education, Skiathos Island, Greece, 27-29 August 2015, book of abstracts, p. 190-195.
11. N. Θαλασσινός, Β. Χατζή, Α. Καλαμάρη, Π. Δημητροπουλάκης, Α. Μαρκάκη, Ι. Μαυρικάκης, Ν. Κουφάκη, Ι. Μανιός, Α. Καφάτος, Γ.Α. Φραγκιαδάκης, Β. Ζαφειρόπουλος (2014), Διαδικτυακό Διαδραστικό Υλικό Διατροφικής Παρέμβασης σε Παιδιά Δημοτικού, 6th Conference on Informatics in Education, Ιόνιο Πανεπιστήμιο, Κέρκυρα, 10-12 Οκτωβρίου 2014. Publisher GREEK COMPUTER SOCIETY (GCS), ISBN: 978-960-578-005-0, σελ.103-112.
12. V. Chatzi, A. Markaki, A. Kalamari, N. Thalassinos, P. Dimitropoulakis, Z. Fthenakis, N. Koufaki, I. Mavrikakis, Y. Manios, G. A. Fragkiadakis, V. Zafiropoulos (2014), The Archimedes-III nutrition-education program 2013-2015: Assessment of growth in primary school children in Crete, Greece, 8th EFAD/DIETS Conference Health 2020: Supporting vulnerable groups, October 2014, Hotel Divani Caravel, Athens, Greece, book of abstracts, p. 66.
13. G.A. Fragkiadakis, V. Zafiropoulos, A. Markaki, A. Spyridaki, N. Thalassinos, P. Dimitropoulakis, G. Kyriakidis (2013), Some Determinants of Student Success in Tertiary Technological Education: A Case Study, in 20th International Conference on Learning, University of the Aegean, Rhodes 11-13 July 2013
14. G. A. Fragkiadakis, M. Mika, G. Georgoula, M. Kritsotaki, N. Thalassinos, A. Markaki (2009), Statins and hyperlipidemia: Cooperation between Medical Doctors and Dieticians. Poster and oral announcement accepted for presentation (in Greek). The 3rd Working Group's Symposium of the Hellenic Atherosclerosis Society. December 2009, Hotel Divani Caravel, Athens, Greece, book of abstracts, p. 44.
15. Jolien Vrolijk, Bonnie Oosterveld, Anastasia Markaki, Nikolaos Thalassinos, and Georgios A. Fragkiadakis (2013), "Education and Food-Industry: Olive Oil Consumption". Proceedings of the 8th International Conference "New Horizons in Industry, Business and Education" - NHIBE 2013, 29 - 30 August 2013, Crete Island, Greece. Editors: G.

- Papadourakis, I. Lazaridis, and D. Paschaloudis; Published by the Technological Education Institute (TEI) of Crete, ISBN: 978-960-99889-6-4, pp. 245-250.
16. Bonnie Oosterveld, Jolien Vrolijk, Anastasia Markaki, Nikolaos Thalassinos, and Georgios A. Fragkiadakis (2013), "Education and Hospitality-Industry: Food Service Managers". Proceedings of the 8th International Conference "New Horizons in Industry, Business and Education" - NHIBE 2013, 29 - 30 August 2013, Crete Island, Greece. Editors: G. Papadourakis, I. Lazaridis, and D. Paschaloudis; Published by the Technological Education Institute (TEI) of Crete, ISBN: 978-960-99889-6-4, pp. 239-244.
  17. Kampouraki M., Papathanasaki A., Thalassinos N., and Fragkiadakis G. A. (2010). Books circulation and teaching support: a case study in a Nutrition-Dietetics department library. In "NEW TRENDS IN QUALITATIVE AND QUANTITATIVE METHODS IN LIBRARIES", selected papers presented at the 2nd Qualitative & Quantitative Methods in Libraries. Proceedings of the International Conference on QQML2010, (<http://www.worldscibooks.com/compsci/8144.html>), held at Chania, Crete, Greece, 25 - 28 May 2010. Edited by Anthi Katsirikou (University of Piraeus Library, Greece) & Christos Skiadas (Technical University of Crete, Greece), World Scientific Publishing, ISBN: 978-981-4350-30-3(eBook), pp. 439-442
  18. Kampouraki M., Papathanasaki A., Thalassinos N., and Fragkiadakis G. A. (2011). An intervention to increase books borrowing and internet searches in a Nutrition-Dietetics department library. 3rd Qualitative and Quantitative Methods in Libraries International Conference - QQML 2011, National Hellenic Research Foundation, Athens, Greece, May 24-27 2011, Conference Proceedings CD, pp. 1-4, edited by Anthi Katsirikou

## ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΕΙΣ

1. Β. Ζαφειρόπουλος, Α. Μαρκάκη, Ν. Θαλασσινός, Π. Δημητροπουλάκης, Β. Χατζή, Ζ. Φθενάκης, Γ.Α. Φραγκιαδάκης, Ι. Μανιός, Α. Καφάτος, ΚΑΤΑΓΡΑΦΗ ΠΑΙΔΙΚΗΣ ΠΑΧΥΣΑΡΚΙΑΣ ΜΕ ΒΑΣΗ ΤΟ ΠΟΣΟΣΤΟ ΣΩΜΑΤΙΚΟΥ ΛΙΠΟΥΣ ΠΡΙΝ ΚΑΙ ΜΕΤΑ ΑΠΟ ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΗ ΠΑΡΕΜΒΑΣΗ, 7ο Πανελλήνιο Συνέδριο Ελληνικής εταιρίας Αθηροσκλήρωσης, Αθήνα, 1-3 Δεκεμβρίου 2016.
2. Βασιλική Χατζή, Α. Μαρκάκη, Γ. Α. Φραγκιαδάκης, Π. Δημητροπουλάκης, Ν. Θαλασσινός, Κ. Νικολάου, Ε. Λάζου, Π. Πανουργιά, Β. Ζαφειρόπουλος, Διατροφική συμπεριφορά ως προς την κατανάλωση φρούτων και λαχανικών σε δείγμα παιδιών στην Κρήτη, 11ο Μακεδονικό Συνέδριο, Μεταφράζοντας τη Διατροφή: από τη Θεωρία στην Πράξη και από την Πράξη στη Θεωρία, 15-17 Μαΐου 2015.
3. Thalassinos N., Kafatos A., Chatzi V., Fragkiadakis G. A., Kalamari A., Zafirooulos V., Markaki A., WEB-BASED INTERACTIVE MATERIAL FOR DIETARY INTERVENTION AMONG PRIMARY-SCHOOL CHILDREN, 22nd European Congress on Obesity, May 6th - 9th 2015, Prague.
4. Zafirooulos V., Chatzi V., Dimitropoulakis P., Markaki A., Fthenakis Z. G., Thalassinos N., Fragkiadakis G. A., PRELIMINARY RESULTS OF A DIETARY INTERVENTION AMONG PRIMARY-SCHOOL CHILDREN, 22nd European Congress on Obesity, May 6th - 9th 2015, Prague.

## **ΑΚΑΔΗΜΑΪΚΕΣ και ΕΡΕΥΝΗΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ**

- Μέλος της Γενικής Συνέλευσης και εκπρόσωπος ΕΤΕΠ του Τμήματος Διατροφής & Διαιτολογίας (2011-2017).
- «Αξιολόγηση Διατροφικής Παρέμβασης μέσω Διαδικτύου σε παιδιά Δημοτικών Σχολείων της Κρήτης» υλοποίηση ως υποέργο στα πλαίσια του Επιχειρησιακού Προγράμματος «Εκπαίδευση και Δια Βίου Μάθηση», ενταγμένο στην πράξη με τίτλο «ΑΡΧΙΜΗΔΗΣ ΙΙΙ – Ενίσχυση Ερευνητικών Ομάδων ΤΕΙ Κρήτης», 11/10/2012 -
- Μέλος του θεσμοθετημένου εργαστηρίου Διαιτητικής και Σύστασης Σώματος Ανθρώπου του τμήματος Διατροφής & Διαιτολογίας
- «Ανάπτυξη ψηφιακών μαθημάτων, υποστήριξη ιδρυματικής πλατφόρμας και άλλες δράσεις», της πράξης με τίτλο: «Ανοικτά Ακαδημαϊκά Μαθήματα του Τεχνολογικού Εκπαιδευτικού Ιδρύματος Κρήτης», που υλοποιείται στο πλαίσιο του ΕΠ «Εκπαίδευση και Διά Βίου Μάθηση» 10/06/2013 – 30/09/2015
- Μέλος του Ερευνητικού προσωπικού Κ.Τ.Ε στον Τομέα «Υγιεινής Διατροφής και Διαιτολογίας»
- Υπεύθυνος για το έργο «Συμπλήρωση του Συστήματος Τηλε-Εκπαίδευσης του Τ.Ε.Ι. Κρήτης» του μέτρου 1.5 «Προώθηση της Κοινωνίας της Πληροφορίας» για το τμήμα Διατροφής και Διαιτολογίας ΤΕΙ Κρήτης
- Εγγεγραμμένος στο μητρώο Εκπαιδευτών Πληροφορικής Σ.Ε.Κ (Συνεχιζόμενη Επαγγελματική Κατάρτιση) του Ε.ΚΕ.ΠΙΣ. (Εθνικό Κέντρο Πιστοποίησης)

## **ΣΕΜΙΝΑΡΙΑ**

- Εθνικό Κέντρο Δημόσιας Διοίκησης & Αυτοδιοίκησης – Τεχνολογίες και Διαχείριση Δικτύων 27/06/2016 – 08/07/2016
- Oracle Academy – Java Programming 31/03/2015
- Oracle Academy – Java Fundamentals 17/03/2015
- ΟΤΕ – Λειτουργία ιδιωτικών τηλεφωνικών κέντρων Siemens
- ΟΤΕ – Ευρυζωνικές συνδέσεις ADSL
- ΟΤΕ – Διαχείριση βλαβών ADSL

## **ΓΛΩΣΣΕΣ**

### **Αγγλικά**

- κάτοχος Cambridge First Certificate (6/1992)
- κάτοχος IELTS, (9/1999)

Μυρσίνη, 6/2019