



Δρ. Φώτιος Τέκος

📍 **Εργασία - Πανεπιστήμιο** : Βιόπολις, Μεζούρλο, Τμήμα Βιοχημείας και Βιοτεχνολογίας, Εργαστήριο Φυσιολογίας Ζωικών Οργανισμών, Ισόγειο, 41500, Λάρισα, Ελλάδα

📍 **Εργασία - FoodOxys** : Δρόση 95, Νέα Πολιτεία, 41335, Λάρισα, Ελλάδα

✉ **Email:** ftekos@uth.gr ✉ **Email:** tekos@foodoxys.com

☎ **Τηλέφωνο:** (+30) 2410565293

🌐 **Ιστότοπος:** https://www.foodoxys.com/en/team_member/fotis-tekos/

🌐 **LinkedIn:** www.linkedin.com/in/tekos-fotios

👤 **ResearchGate:** https://www.researchgate.net/profile/Fotis_Tekos

Ημερομηνία γέννησης: 19/04/1995 **Υπηκοότητα:** Ελληνική

ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗ ΕΜΠΕΙΡΙΑ

FoodOxys IKE Τεχνοβλαστός www.foodoxys.com

Διεύθυνση: Δρόση 95, Ν. Πόλιτεία, 41335, Λάρισα, Ελλάδα

[21/02/2019 – Τρέχουσα] **Διευθύνων Σύμβουλος**

Olea Fortius IKE www.oleafortius.com

Πόλη: Λάρισα | **Χώρα:** Ελλάδα

[07/07/2022 – Τρέχουσα] **Διευθύνων Σύμβουλος**

Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας

Πόλη: Λάρισα

[10/06/2025 – Τρέχουσα] **Ερευνητής**

Συμμετοχή στο πρόγραμμα Συμπράξεις Ερευνητικής Αριστείας με τίτλο: Σχεδίαση και ανάπτυξη κινητής εφαρμογής για την υιοθέτηση μοτίβων διαλειμματικής νηστείας μέσω αξιολόγησης του μεταβολικού προφίλ και παροχής εξατομικευμένης διατροφής.

Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας

Πόλη: Βολος | **Χώρα:** Ελλάδα

[19/03/2024 – Τρέχουσα] **Στέλεχος διοίκησης**

Στέλεχος της Μονάδας Μεταφοράς Τεχνολογίας και Καινοτομίας του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας, με διακριτικό τίτλο «**Μονάδα Καινοτομίας - Μεταφοράς Τεχνολογίας και Κέντρο Επιχειρηματικότητας Πανεπιστημίου Θεσσαλίας (UTH Innovation - Technology Transfer Unit and Entrepreneurship Center)** σύμφωνα με την Συνεδρίαση υπ' αριθμ. 23/06-02-2024 και Αριθμ. Πρωτ.: 5075/24/ΓΠ.

Περιφερειακό Συμβούλιο Έρευνας και Καινοτομίας Θεσσαλίας <https://www.thessalia-esp.gr/wp-content/uploads/2024/04/07-KB-Οριζόντιες-Δράσεις.pdf>

Πόλη: Λάρισα | **Χώρα:** Ελλάδα

**Μέλος στις θεματικές ομάδες εργασίας για την στρατηγική έξυπνης
εξειδίκευσης περιόδου 2021-27**

[02/2024 – Τρέχουσα]

TEKOS GROUP

Χώρα: Ελλάδα

[07/2023 – Τρέχουσα] **Ελεύθερος επαγγελματίας**

Υπηρεσίες έρευνας και πειραματικής ανάπτυξης στη βιοτεχνολογία για την υγεία, το περιβάλλον, τη γεωργία και άλλες εφαρμογές.

Δραστηριότητες παροχής επιχειρηματικών συμβουλών και άλλων συμβουλών διαχείρισης.

Υπηρεσίες διδασκαλίας (εισηγήσεων) σε επιμορφωτικά σεμινάρια.

Υπηρεσίες σχεδιασμού και πιστοποίησης εκπαιδευτικών προγραμμάτων.

Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας

Πόλη: Λάρισα

[20/10/2025 – 23/01/2026] **Εντεταλμένος Διδάσκων**

Διδασκαλία του μαθήματος «Βιοχημική Τοξικολογία»

Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας

Πόλη: Λάρισα | Χώρα: Ελλάδα

[10/2020 – Τρέχουσα] **Διδάσκων στο ΠΜΣ Τοξικολογίας**

Πραγματοποίηση διαλέξεων και εργαστηριακών ασκήσεων στα μαθήματα

-Μοριακή Τοξικολογία

-Χημειοπροφύλαξη και Μηχανισμοί

FoodOxys IKE Τεχνοβλαστός www.foodoxys.com

Διεύθυνση: Δρόση 95, Ν. Πόλιτεια, 41335, Λάρισα, Ελλάδα

[21/02/2019 – Τρέχουσα] **Συνιδρυτής και Μέτοχος**

Σύνδεσμος Βιομηχανιών Θεσσαλίας και Στερεάς Ελλάδος <https://www.sbtse.gr/dioikitiko-symvoulio-w-4224.html>

[06/2025] **Μέλος Διοικητικού Συμβουλίου**

THE FACTORY IKE (Πάρκο καινοτομίας JOIST)

Πόλη: Λάρισα | Χώρα: Ελλάδα

[01/04/2024 – 30/04/2025] **Project management & coordination**

VELES Excellence Hub - Strengthening the South-East Europe Smart Health Regional Excellence and Boosting the Innovation Potential

Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας

Πόλη: Λάρισα | Χώρα: Ελλάδα

[10/2023 – 02/2024] **Εντεταλμένος Διδάσκων**

Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας

Πόλη: Λάρισα | Χώρα: Ελλάδα

[17/01/2022 – 31/03/2023] **Ερευνητής**

Πρόγραμμα χρηματοδοτούμενο από το Ερευνώ - Δημιουργώ - Καινοτομώ 2021.

Έργο με τίτλο: "Olivefeed, Αξιοποίηση παραπροϊόντων και αποβλήτων ελαιουργίας, για την παραγωγή καινοτόμων βιολειτουργικών ζωοτροφών και ποιοτικών ζωικών προϊόντων".

Αντικείμενο εργασίας: Πραγματοποίηση βιοχημικών πρωτοκόλλων.

Επιστημονικός υπεύθυνος: Καθηγητής Δημήτριος Κουρέτας.

Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας

Πόλη: Λάρισα | Χώρα: Ελλάδα

[18/10/2022 – 17/12/2022] **Εκπαιδευτικός στα πλαίσια της Βραδιάς του Ερευνητή 2022**

Πρόγραμμα χρηματοδοτούμενο από την Γενική Γραμματεία Έρευνας και Τεχνολογίας (ΓΓΕΤ)

Έργο με τίτλο "7142 MARIE: My Awesome Research Is for Everyone!".

Αντικείμενο εργασίας: Δημιουργία και παρουσίαση εκπαιδευτικού υλικού στα πλαίσια της Βραδιάς του Ερευνητή 2022

Επιστημονικός υπεύθυνος: Καθηγητής Δημήτριος Κουρέτας.

Κέντρο Επιμόρφωσης & Δια Βίου Μάθησης Πανεπιστημίου Θεσσαλίας <https://learning.uth.gr/toxicology-for-everyone/>

Πόλη: Βόλος | Χώρα: Ελλάδα

[31/10/2021 – 31/01/2022] **Διδάσκων**

Διδάσκων στο πρόγραμμα Τοξικολογία για όλους.

Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας www.bio.uth.gr

Διεύθυνση: Βιοπολις, Μεζούρλο, 41500, Λάρισα, Ελλάδα | **Όνομα μονάδας ή τμήματος:** Βιοχημείας και Βιοτεχνολογίας

[04/2021 – 12/2021] **Επικουρικό διδακτικό έργο**

Υποστήριξη των εκπαιδευτικών δραστηριοτήτων του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας κατά το ακαδημαϊκό έτος 2020-2021 με την ενσωμάτωση ενισχυτικής διδασκαλίας επιπρόσθετα των κύριων διαλέξεων με κωδικό ΟΠΣ (MIS) 5093556 που εκτελείται στο πλαίσιο του Επιχειρησιακού Προγράμματος «Ανάπτυξη Ανθρώπινου Δυναμικού, Εκπαίδευση και Δια Βίου Μάθηση» (Κωδικός Πρόσκλησης ΕΔΒΜ143).

Γνωστικό αντικείμενο: Φυσιολογία

Μαθήματα: Φυσιολογία Ι / Φάρμακα στον αθλητισμό: antidoping, διεθνής κανονισμοί, έρευνα, WADA / Βιοηθική και εκπαίδευση.

Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας

Πόλη: Λάρισα | Χώρα: Ελλάδα

[26/10/2021 – 29/11/2021] **Συντονιστής έργου Βραδιάς Ερευνητή 2021**

Υπεύθυνος διάχυσης των αποτελεσμάτων του έργου και της προβολής των δράσεων του έργου. Επιμέλεια των βιντεογραφήσεων των συμμετεχόντων και επεξεργασία τους σε λογισμικά προγράμματα.

Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας

Πόλη: Λάρισα | **Χώρα:** Ελλάδα

[06/07/2021 – 30/08/2021] **Ερευνητής**

Πρόγραμμα χρηματοδοτούμενο από την ATTICA SCIENCES.

Έργο με τίτλο: "Testing of molecules in HepG2 cells, HeLa cells and pancreatic cancer cells to test their ability to downregulate first ACLY enzyme at both protein and mRNA level and also p70S6 kinase and test if they upregulate pAMPK".

Αντικείμενο εργασίας: Συλλογή δειγμάτων και επεξεργασία αυτών για την μελέτη του οξειδωτικού στρες των καρκινικών κυττάρων.

Επιστημονικός υπεύθυνος: Καθηγητής Δημήτριος Κουρέτας.

Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας

Πόλη: Λάρισα | **Χώρα:** Ελλάδα

[31/10/2020 – 27/02/2021] **Ερευνητής**

Έργο χρηματοδοτούμενο από ΠΕΠ - ΗΠΕΙΡΟΣ 2014-2020

Έργο με τίτλο: Πλατφόρμα νέφους για την βιοδραστικότητα των βοτάνων στην περιοχή της Ηπείρου (BioActHerb).

Θέση εργασίας: Βιοχημικός

Αντικείμενο εργασίας: Η μελέτη της αντιοξειδωτικής ικανότητας και της βιοδραστικότητας των βοτάνων με συνδυασμό in Vitro τεχνικών.

Επιστημονικός υπεύθυνος: Καθηγητής Δημήτριος Κουρέτας.

Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας

Πόλη: Λάρισα | **Χώρα:** Ελλάδα

[09/10/2019 – 28/02/2020] **Ερευνητής**

Έργο χρηματοδοτούμενο από ΠΕΠ - ΗΠΕΙΡΟΣ 2014-2020

Έργο με τίτλο: Πλατφόρμα νέφους για την βιοδραστικότητα των βοτάνων στην περιοχή της Ηπείρου (BioActHerb).

Θέση εργασίας: Βιοχημικός

Αντικείμενο εργασίας: Η μελέτη της αντιοξειδωτικής ικανότητας και της βιοδραστικότητας των βοτάνων με συνδυασμό in Vitro τεχνικών.

Επιστημονικός υπεύθυνος: Καθηγητής Δημήτριος Κουρέτας.

Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας

Πόλη: Λάρισα | **Χώρα:** Ελλάδα

[18/09/2018 – 14/12/2018] **Ερευνητής**

Ευρωπαϊκό πρόγραμμα.

Έργο με τίτλο "SHERIF: reSearch is a sERious Fun".

Θέση εργασίας: Βιοχημικός

Αντικείμενο εργασίας: Υπεύθυνος για τον σχεδιασμό, την προετοιμασία, την εκτέλεση και απολογισμός των πειραμάτων που θα διεξαχθούν κατά την διάρκεια της Βραδιάς του Ερευνητή.

Επιστημονικός υπεύθυνος: Καθηγητής Δημήτριος Κουρέτας.

Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας

Πόλη: Λάρισα | Χώρα: Ελλάδα

[17/07/2018 – 17/08/2018] **Ερευνητής**

Πρόγραμμα χρηματοδοτούμενο από την Γενική Γραμματεία Έρευνας και Τεχνολογίας (ΓΓΕΤ)

Έργο με τίτλο "IRENE: Invitation to Researchers' Night 2016-2017 Hellas_ΕΘΝΙΚΗ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ 2016-2017".

Θέση εργασίας: Βιοχημικός

Αντικείμενο εργασίας: Υπεύθυνος για την απολογιστική έκθεση αποτελεσμάτων των πειραμάτων για την βραδιά του ερευνητή.

Επιστημονικός υπεύθυνος: Καθηγητής Δημήτριος Κουρέτας.

Παπαγεωργίου Γενικό Νοσοκομείο <https://www.papageorgiou-hospital.gr>

Πόλη: Θεσσαλονίκη | Χώρα: Ελλάδα

[30/06/2015 – 30/08/2015] **Βιοχημικός**

Πρακτική άσκηση

Πρακτική άσκηση στα πλαίσια του Πτυχίου Βιοχημείας και Βιοτεχνολογίας στο εργαστήριο Μικροβιολογίας – Βιοχημείας – Ιολογίας του Γενικού Νοσοκομείου Παπαγεωργίου Θεσσαλονίκης.

ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ ΚΑΙ ΚΑΤΑΡΤΙΣΗ

[08/10/2025] **Εισαγωγή στο Cybersecurity**

cisco networking academy

[08/10/2025] **introduction to data science**

cisco networking academy

[08/10/2025] **Χρηματοπιστωτικός Εγγραμματισμός για Μικρομεσαίες Επιχειρήσεις. Βασικό επίπεδο γνώσεων.**

Ελληνική Ένωση Τραπεζών

[03/10/2025] **Παραπληροφόρηση ή Αληθινές Ειδήσεις; Μάθε να τα ξεχωρίζεις**

ΕΚΠΑ e-learning

[03/07/2025] **Grow Your Business: Development of Digital Skills**

Οικονομικό Πανεπιστήμιο Αθηνών

| Τελικός βαθμός: 100/100 | Είδος διδακτικών μονάδων: ECTS | Αριθμός διδακτικών μονάδων: 4

[07/05/2025] **Εκπαίδευση Ευαισθητοποίησης στο ColorADD – Στάδια #1, #2, #3**

ColorADD Training Auditors

Ολοκλήρωση 20ωρου εκπαιδευτικού σεμιναρίου με αντικείμενο την ευαισθητοποίηση και τη συμπερίληψη ατόμων με αχρωματοψία, μέσω της χρήσης του καινοτόμου κώδικα ColorADD.

[18/04/2025] **Supply Chain Analytics Course**

Workearly / Level up

- [03/2025] **Gender Equality and Entrepreneurship for All**
iED
- [03/2025] **Starting up an International Business**
iED
- [03/2025] **Real-world education to foster environmental**
iED
- [03/2025] **Business models for innovative educators**
iED
- [03/2025] **The innovative VET Curriculum for the Public Procurement of Innovation Manager**
iED
- [03/2025] **Accessing International Markets**
iED
- [03/2025] **Promoting Future Digital Social Entrepreneurs**
iED
- [03/2025] **VBA in Excel Course**
Woorkearly
- [03/2025] **Social Media Management for SMEs: a practical approach with Canva**
Centro per lo Sviluppo Creativo Danilo Dolci ETS
- [03/2025] **Introduction to Microcontrollers through Arduino**
Centro per lo Sviluppo Creativo Danilo Dolci ETS
- [26/02/2025] **Comprehensive Training Modules for Digital Skills & Soft Skills - Business Ethics**
AluVET
- [26/02/2025] **Comprehensive Training Modules for Digital Skills & Soft Skills - Commitment**
AluVET
- [26/02/2025] **Comprehensive Training Modules for Digital Skills & Soft Skills - Dependability**
AluVET
- [26/02/2025] **Comprehensive Training Modules for Digital Skills & Soft Skills - Digital Literacy**
AluVET
- [26/02/2025] **Comprehensive Training Modules for Digital Skills & Soft Skills - Digital Security**

AluVET

[26/02/2025] **Comprehensive Training Modules for Digital Skills & Soft Skills - Good Communication**

AluVET

[26/02/2025] **Comprehensive Training Modules for Digital Skills & Soft Skills - Management Skills and Leadership**

AluVET

[26/02/2025] **Comprehensive Training Modules for Digital Skills & Soft Skills - Motivation**

AluVET

[24/02/2025] **Aluminium focused Light Metals Vocational Training Module - Introduction to metals**

AluVET

[24/02/2025] **Comprehensive Training Modules for Digital Skills & Soft Skills - Basic Digital Skills**

AluVET

[12/02/2025] **Πιστοποιητικό εκπαίδευσης πρώτων βοηθειών**

Ελληνικός Ερυθρός Σταυρός

Βασικό πρόγραμμα πρώτων βοηθειών και βασικής υποστήριξης ζωής με χρήση ΑΕΑ

[02/2025] **CEMforSMEs training**

cemforsmes.com

[02/2025] **Work well-being manager**

WELLY

[28/01/2025] **Mastering Scholar GPT for Research Excellence**

Level Up / Joist

[15/01/2025] **NEARVET Applied Researcher in VET**

Nearvet

-Problem Identification And Definition In The Field Of VET

-Review And Understand Existing Researches And Good Practices Relevant To The Applied Research In Vet Assignment

-Design The Appropriate Applied Research Methods

-Implement Data Collection (Interviewing Skills)

-Experimentation (Ensuring Practices To Respond To The Inquiry)

-Adaptability And Flexibility

-Ethics In Research

-Collaboration With Different Vet Stakeholders

-Use Technology To Better Understand What Needs To Be Improved

-Use Digital/Social Media Services For Research

-Improve Curricula And Methods Based On The Results Of The Applied Research In Vet

- Develop Student Capabilities, In Particular Creative Thinking, Problem Solving, Self-Direction
- Build Innovative Entrepreneurial Practices
- Create And Manage Hubs And Innovation Ecosystems
- Use Digital/Social Media Tools And Communities Of Practice For Dissemination

- [26/12/2024] **Pop-up shop Entrepreneurship for Creators & Artists**
iED Academy
- [26/12/2024] **Social Entrepreneurship for Young Unemployed**
iED Academy
- [26/12/2024] **Virtual Reality for Learning**
iED Academy
- [12/2024] **Google Ads - Measurement Certification**
Google
- [12/2024] **Google Ads Apps Certification**
Google
- [12/2024] **Google Analytics Certification**
Google
- [12/2024] **AI-Powered Shopping ads Certification**
Google
- [24/11/2024] **Excel for Data Reporting**
Level Up / Joist
- [24/11/2024] **LevelUp - Certificate of Attendance - Adobe**
Level Up / Joist
- [24/11/2024] **Power Automate: Automation and Optimisation of Business Processes**
Level Up / Joist
- [24/11/2024] **WooCommerce Essentials: Launch Your Own Website**
Level Up / Joist
- [24/11/2024] **Training Programme Boosting Business Intelligence Skills for SME Growth**
BI4SME
- [21/11/2024] **StartUp Academy**
iED Academy
- [21/11/2024] **E-Commerce Business for Handicraft and Agriculture**
iED Academy
- [12/10/2024] **Αρχές διαχείρισης έργου (Principles of project management) - the next step**
Σύνδεσμος Θεσσαλικών Επιχειρήσεων (ΣΘΕΒ)
- [13/07/2024] **Advanced Excel for Data Visualization and Presentation**

Level Up / Joist

[13/07/2024] **Introduction to Industry 4.0**

iED Academy

[13/07/2024] **Excel-Based Time Series Analysis for Business Insights**

Level Up / Joist

[13/07/2024] **Mastering Project Management with Notion**

Level Up / Joist

[12/07/2024] **Excel for Data Reporting**

Level Up / Joist

[12/07/2024] **Introduction to SEO**

iED Academy

[12/07/2024] **Optimize Workflow with Canva: Enhance Efficiency, Collaboration, and Design in Project Management**

Level Up / Joist

[12/07/2024] **The Art of Networking**

iED Academy

[16/05/2024] **Marketing & Τεχνητή Νοημοσύνη**

ΣΒΘΣΕ - ΣΥΝΔΕΣΜΟΣ ΒΙΟΜΗΧΑΝΙΩΝ ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ & ΣΤΕΡΕΑΣ ΕΛΛΑΔΟΣ

[05/2024] **Αυξήστε τις εξαγωγές σας με τη βοήθεια του LinkedIn Social Selling Marketing**

ΣΒΘΣΕ - ΣΥΝΔΕΣΜΟΣ ΒΙΟΜΗΧΑΝΙΩΝ ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ & ΣΤΕΡΕΑΣ ΕΛΛΑΔΟΣ

[05/2024] **B2B- Σχέδια Εκτάκτων Αναγκών και Κυβερνοασφάλεια**

ΣΒΘΣΕ - ΣΥΝΔΕΣΜΟΣ ΒΙΟΜΗΧΑΝΙΩΝ ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ & ΣΤΕΡΕΑΣ ΕΛΛΑΔΟΣ

[04/2024] **ISO 22000:2018 FSMS LEAD AUDITOR CERTIFICATE**

Swiss Approval

[23/09/2023 – 24/09/2023] **ΒΕΒΑΙΩΣΗ ΕΠΙΜΟΡΦΩΣΗΣ ΤΕΧΝΙΚΟΥ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ (εργοδότη Γ κατηγορίας)**

KDBM SWISS APPROVAL INSTITUTE

Πόλη: Αθήνα | **Χώρα:** Ελλάδα |

Η βεβαίωση αυτή δίνει το δικαίωμα στον ΤΕΚΟ ΦΩΤΙΟ να ασκεί καθήκοντα Τεχνικού Ασφάλειας μόνο στην επιχείρησή του, εφόσον αυτή ανήκει στην Γ κατηγορία επικινδυνότητας και απασχολούνται σε αυτή λιγότεροι από 50 εργαζόμενοι, σύμφωνα με την υ.α. 39278/1823/25.7.2018 (ΦΕΚ Β 3001) Υπουργού Εργασίας & Κοινωνικών Υποθέσεων και τα άρθρα 10 και 12 §4 εδάφιο γ του κώδικα νόμων για την υγεία και την ασφάλεια των εργαζομένων (ΚΝΥΑΕ) που κυρώθηκε με το άρθρο πρώτο του ν. 3850/2010.

[04/09/2023] **Ψυχοσωματική Υγεία: Όταν το σώμα μιλάει**

Ανοιχτό Λαϊκό Πανεπιστήμιο

[03/08/2023] **Open Water Diver**

PADI

Open Water Diver EN 14153-2: Autonomous Diver ISO 24801-2 by the Professional Association of Diving Instructors.

[07/2023] **ΙΑΤΡΟΔΙΚΑΣΤΙΚΗ, Η ΙΑΤΡΙΚΗ ΣΤΗΝ ΥΠΗΡΕΣΙΑ ΤΗΣ ΔΙΚΑΙΟΣΥΝΗΣ**
Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης

[03/2020 – 04/2023] **Διδακτορικό Δίπλωμα**

Τμήμα Βιοχημείας και Βιοτεχνολογίας <https://www.didaktorika.gr/eadd/handle/10442/53987>

Διεύθυνση: Βιοπολις, 41500, Λάρισα, Ελλάδα | | **Επίπεδο Ευρωπαϊκού Πλαισίου Προσόντων:** ΕΠΠ επίπεδο 8

[18/03/2023] **Εξοπλισμός, Χρήσεις μη Επανδρωμένων Αεροχημάτων στη Γεωργία**
Ακριβείας και η Εφοδιαστική τους Αλυσίδα

SATI Smart Agriculture Training & Implementation <https://sati-project.eu>

[18/03/2023] **Ανάλυση της υγείας των καλλιεργειών, χρήση αισθητήρων και**
φωτογραμμετρία

SATI Smart Agriculture Training & Implementation <https://sati-project.eu>

[18/03/2023] **Νομικό Πλαίσιο για τη χρήση των ΣΜηΕΑ στις συμμετέχουσες χώρες και**
στην ΕΕ

SATI Smart Agriculture Training & Implementation <https://sati-project.eu>

[10/01/2023 – 10/03/2023] **ISO 9001:2015 (QMS) - Quality Management Systems Lead Assessor Course**
SWISS APPROVAL ACADEMY

[13/02/2023 – 14/02/2023] **Αρχές ηγεσίας και Διαχείρισης ομάδας - Leading in Action**
Σύνδεσμος Θεσσαλικών Επιχειρήσεων (ΣΘΕΒ)

[11/05/2022] **Βεβαίωση Παιδαγωγικής & Διδακτικής Επάρκειας**
Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας

Πόλη: Λάρισα | **Χώρα:** Ελλάδα |

[08/2017 – 02/2019] **Μεταπτυχιακός Τίτλος Σπουδών "Τοξικολογία"**

Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας <http://www.bio.uth.gr>

Πόλη: Λάρισα | **Χώρα:** Ελλάδα | | **Επίπεδο Ευρωπαϊκού Πλαισίου Προσόντων:** ΕΠΠ επίπεδο 7

Βαθμός 9,5/10

[08/2013 – 06/2017] **Πτυχίο Βιοχημείας & Βιοτεχνολογίας**

Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας <http://www.bio.uth.gr>

Πόλη: Λάρισα | **Χώρα:** Ελλάδα | | **Επίπεδο Ευρωπαϊκού Πλαισίου Προσόντων:** ΕΠΠ επίπεδο 6

Βαθμός 8,29/10

[10/04/2016] **Αναπτύσσοντας την συναισθηματική νοημοσύνη. Διαχείριση**
συγκρούσεων και αποτελεσματικές διαπραγματεύσεις

Αιγέας εκπαιδευτική & bilingual

[08/2007 – 05/2013] **Απολυτήριο Λυκείου**

Εκπαιδευτήρια Μαντουλίδη <https://mandoulides.edu.gr>

Πόλη: Θεσσαλονίκη | **Χώρα:** Ελλάδα | | **Επίπεδο Ευρωπαϊκού Πλαισίου Προσόντων:** ΕΠΠ επίπεδο 4

Βαθμός Απολυτηρίου 19/20, 1^η Λυκείου: 18 και 7/12, 2^α Λυκείου: 18 και 8/12, 3^η Λυκείου: 19

[08/2007 – 05/2010] **Απολυτήριο Γυμνασίου**

Εκπαιδευτήρια Μαντουλίδη <https://mandoulides.edu.gr>

Πόλη: Θεσσαλονίκη | **Χώρα:** Ελλάδα | | **Επίπεδο Ευρωπαϊκού Πλαισίου Προσόντων:** ΕΠΠ επίπεδο 2

Βαθμός απολυτηρίου 19 και 1/13, 1^η Γυμνασίου: 18 και 7/12, 2^α Γυμνασίου: 18 και 8/12, 3^η Γυμνασίου: 19 και 1/12

[08/2001 – 05/2007] **Απολυτήριο Δημοτικού**

22ο Δημοτικό Σχολείο Ευόσμου

Πόλη: Θεσσαλονίκη | **Χώρα:** Ελλάδα | | **Επίπεδο Ευρωπαϊκού Πλαισίου Προσόντων:** ΕΠΠ επίπεδο 1

Βαθμός Προόδου: Άριστα (10)

ΓΛΩΣΣΙΚΕΣ ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ

Μητρική γλώσσα/-ες: Ελληνικά

Άλλη/-ες γλώσσα/-ες:

Αγγλικά

ΑΚΡΟΑΣΗ C2 ΑΝΑΓΝΩΣΗ C2 ΓΡΑΦΗ C2

ΠΑΡΑΓΩΓΗ ΛΟΓΟΥ C2 ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ ΛΟΓΟΥ C2

Επίπεδα: A1 και A2: Βασικός χρήστης· B1 και B2: Ανεξάρτητος χρήστης· C1 και C2: Έμπειρος χρήστης

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ

Πιστοποιητικό Γνώσεις χειρισμού Η/Υ του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας

ΔΗΜΟΣΙΕΥΣΕΙΣ

[2025] [**Evaluation of the Antioxidant Properties and Bioactivity of Koroneiki and Athinolia Olive Varieties Using In Vitro Cell-Free and Cell-Based Assays**](#)

Gkasdrogka, M., **Tekos, F.**, Skaperda, Z., Vardakas, P., & Kouretas, D. (2025). Evaluation of the Antioxidant Properties and Bioactivity of Koroneiki and Athinolia Olive Varieties Using In Vitro Cell-Free and Cell-Based Assays. *International Journal of Molecular Sciences*, 26(2), 743. <https://doi.org/10.3390/ijms26020743>

[2025] [**Pomegranate juice ameliorates craving and oxidative stress on patients under medication for opioid addiction treatment with methadone and buprenorphine: A ranzomised controlled trial**](#)

Christonikos Leventelis, Sotiria Makri, Anastasia Ververi, Kalliopi Papageorgiou, Anna Tentolouri, Evangelia Mountzouridi, **Fotios Tekos**, Petros T Barmpas, Sotiris Tasoulis, George S Metsios, Demetrios Kouretas, Aristidis S Veskoukis. *Clinical Nutrition ESPEN*. <http://doi.org/10.1016/j.clnesp.2025.01.025>

[2025] [**Greek Raw Honey from Pindos Mountain Improves Redox Homeostasis of RAW264.7 Macrophages**](#)

Patouna A, **Tekos F**, Charouli M, Vardakas P, Kouretas D. Int. J. Mol. Sci. 2025, 26, 2868. <https://doi.org/10.3390/ijms26072868>

- [2025] [Effect of Vitamin D Supplementation on Oxidative Stress Biomarkers in Women Following Religious or Intermittent Fasting Patterns](#)
- Karras SN, Michalakis K, Kypraiou M, Anemoulis M, Vlastos A, Tzimagiorgis G, Haitoglou C, **Tekos F**, Skaperda Z, Vardakas P, et al. *Nutrients*. 2025; 17(21):3389. <https://doi.org/10.3390/nu17213389>
- [2025] [The endemic Greek wines Xinomavro, Agiorgitiko, Assyrtiko, and Malagouzia exert beneficial effects on human cells by upregulating the antioxidant defense mechanisms](#)
- Fotios Tekos**, Periklis Vardakas, Zoi Skaperda, Paraskevi-Maria Nechaloti, Korina Atsopardi, Kyriaki Xiftou, Anastasia Patouna, Maria Gkasdrogka, Aristidis S. Veskoukis, Antonis Giakountis, Konstantinos Poulas, Demetrios Kouretas
- Journal of Functional Foods, Volume 135, 2025, 107088, ISSN 1756-4646, <https://doi.org/10.1016/j.jff.2025.107088>.
- [2024] [The Bioactivity of a Hydroxytyrosol-Enriched Extract Originated after Direct Hydrolysis of Olive Leaves from Greek Cultivars](#)
- Kourti, M.; Skaperda, Z.; **Tekos, F.**; Stathopoulos, P.; Koutra, C.; Skaltsounis, A.L.; Kouretas, D. *Molecules* 2024, 29, 299. <https://doi.org/10.3390/molecules29020299>
- [2024] [Bioaccumulation of Organic and Inorganic Pollutants in Fish from Thermaikos Gulf: Preliminary Human Health Risk Assessment Assisted by a Computational Approach](#)
- Kasiotis KM, Zafeiraki E, Manea-Karga E, Kouretas D, **Tekos E**, Skaperda Z, Doumpas N, Machera K. *Journal of Xenobiotics*. 2024; 14(2):701-716. <https://doi.org/10.3390/jox14020041>
- [2024] [Effects of Religious Fasting on Markers of Oxidative Status in Vitamin D-Deficient and Overweight Orthodox Nuns versus Implementation of Time-Restricted Eating in Lay Women from Central and Northern Greece](#)
- Spyridon N. Karras, Konstantinos Michalakis, **Fotios Tekos**, Zoi Skaperda, Periklis Vardakas, Panayiotis D. Ziakas, Maria Kypraiou, Marios Anemoulis, Antonios Vlastos, Georgios Tzimagiorgis, Costas Haitoglou, Neoklis Georgopoulos, Evangelos G. Papanikolaou and Demetrios Kouretas
- Nutrients 2024, 16, 3300. <https://doi.org/10.3390/nu16193300>
- [2023] [Antioxidant and DNA-Protective Activity of an Extract Originated from Kalamon Olives Debittering](#)
- Kourti, M.; Alvanou, M.V.; Skaperda, Z.; **Tekos, F.**; Papaefstathiou, G.; Stathopoulos, P.; Kouretas, D.
- Antioxidants 2023, 12, 333. <https://doi.org/10.3390/antiox12020333>
- [2023] [Redox Biomarkers Assessment after Oral Administration of Wine Extract and Grape Stem Extract in Rats and Mice](#)
- Fotios Tekos**, Zoi Skaperda, Periklis Vardakas, Despina Kyriazi, Georgios C. Maravelis, Konstantinos Poulas, Ioannis A. Taitzoglou, Charitini Nepka and Demetrios Kouretas

- [2023] [Toxicity assessment of core-shell and superabsorbent polymers in cell-based systems](#)
Ioannis A. Kartsonakis, Periklis Vardakas, Panagiotis Goulis, Nikolaos Perkas, Ioannis D. Kyriazis, Zoi Skaperda, **Fotios Tekos**, Constantinos A. Charitidis, Demetrios Kouretas.
Environmental Research **228** (2023) 115772
- [2023] [Determination of the polyphenolic content and the antioxidant activities of four indigenous Greek red and white wine varieties](#)
Fotios Tekos, Maria Gkasdrogka, Periklis Vardakas, Zoi Skaperda, Demetrios Kouretas. *International Journal of Functional Nutrition*, **4**, 3. <https://doi.org/10.3892/ijfn.2023.33>
- [2023] [Development of a Holistic In Vitro Cell-Free Approach to Determine the Redox Bioactivity of Agricultural Products](#)
Zoi Skaperda, Fotios Tekos, Periklis Vardakas, Paraskevi-Maria Nechaloti, Maria Kourti, Anastasia Patouna,
Sotiria Makri, Maria Gkasdrogka and Demetrios Kouretas*.
Int. J. Mol. Sci. **2023**, *24*(22), 16447; <https://doi.org/10.3390/ijms242216447>
- [2023] [An antioxidant 'database' for local food products from the Serres region in Greece](#)
Thomas Karampatzakis, **Fotios Tekos**, Periklis Vardakas, Zoi Skaperda, Demetrios Kouretas
International Journal of Functional Nutrition, **4**, 4. <https://doi.org/10.3892/ijfn.2023.34>
- [2022] [ROS and COVID \(Editorial\)](#)
Periklis Vardakas, Zoi Skaperda, **Fotios Tekos** and Demetrios Kouretas
Antioxidants **2022**, *11*(2), 339; <https://doi.org/10.3390/antiox11020339>
- [2022] [Biological effects of grape stem extracts on human cancer cell lines](#)
Eleni Vassi, Aristidis S. Veskoukis, **Fotios Tekos**, Zoi Skaperda, Konstantinos Poulas, Serkos Haroutounian, Demetrios Kouretas.
International journal of functional nutrition **3**: 4, 2022.
- [2022] [Antioxidant and Neuroprotective Effect of a Grape Pomace Extract on Oxaliplatin-Induced Peripheral Neuropathy in Rats: Biochemical, Behavioral and Histopathological Evaluation](#)
Chryssa Bekiari, **Fotios Tekos**, Zoi Skaperda, Aikaterini Argyropoulou, Alexios-Leandros Skaltsounis, Demetrios Kouretas and Anastasia Tsingotjidou. *Antioxidants* **2022**, *11*(6), 1062; <https://doi.org/10.3390/antiox11061062>
- [2022] [Estimation of Redox Status in Military Pilots during Hypoxic Flight-Simulation Conditions—A Pilot Study](#)

Konstantina Petraki, Maria G. Grammatikopoulou, **Fotios Tekos**, Zoi Skaperda, Marina Orfanou, Robin Mesnage, Tonia Vassilakou*, Demetrios Kouretas*

Antioxidants 2022, 11(7), 1241; <https://doi.org/10.3390/antiox11071241>

[2022] [**The impact of diet upon mitochondrial physiology \(Review\)**](#)

Ioannis D. Kyriazis, Eleni Vassi, Maria Alvanou, Christos Angelakis, Zoi Skaperda, **Fotios Tekos**, Venkata Naga Srikanth Garikipati, Demetrios A. Spandidos, Demetrios Kouretas. INTERNATIONAL JOURNAL OF MOLECULAR MEDICINE 50: 135, 2022. DOI: 10.3892/ijmm.2022.5191

[2022] [**Determination of Redox Status in Different Tissues of Lambs and Kids and Their in-between Relationship**](#)

Zoi Skaperda, Ioannis D. Kyriazis, **Fotios Tekos**, Maria V. Alvanou, Paraskevi-Maria Nechaloti, Sotiria Makri, Angeliki Argyriadou, Sotiria Vouraki, Theodoros Kallitsis, Maria Kourti, Valasi Irene, Georgios Arsenos and Demetrios Kouretas.

Antioxidants 2022, 11(10), 2065; <https://doi.org/10.3390/antiox11102065>

[2021] [**An integrated approach for assessing the in vitro and in vivo redox-related effects of nanomaterials**](#)

Periklis Vardakas, Zoi Skaperda, **Fotios Tekos**, Aikaterini-Flora Trompeta, Aristidis Tsatsakis, Constantinos A. Charitidis, Demetrios Kouretas

Environmental Research, Volume 197, June 2021, 111083

[2021] [**A novel combined bioactivity / chemoactivity holistic approach for the evaluation of dietary supplements**](#)

Zoi Skaperda[#], **Fotios Tekos**[#], Sotiria Makri, Christos Angelakis, Eleni Vassi, Periklis Vardakas, Anastasia Patouna, Kallirroï Terizi, Despina Kyriazi, Demetrios Kouretas

Food and Chemical Toxicology Volume 152, June 2021, 112159

[#]Authors had equal contribution

[2021] [**Fasting-mediated metabolic and toxicity reprogramming impacts circulating microRNA levels in humans**](#)

Stylios Ravanidis, Franziska Grundler, Françoise Wilhelmi de Toledo, Evangelos Dimitriou, Fotios Tekos, Zoi Skaperda, Demetrios Kouretas, Epaminondas Doxakis

Food and Chemical Toxicology, Volume 152, June 2021, 112187

[2021] [**The EU endocrine disruptors' regulation and the glyphosate controversy**](#)

Paraskevi Kalofiri, Giorgos Balias, **Fotios Tekos**

Toxicology Reports 8 (2021) 1193–1199

[2021] [**Methodology for the biofunctional assessment of honey \(Review\)**](#)

IOANNIS D. KYRIAZIS, ZOI SKAPERDA, **FOTIOS TEKOS**, SOTIRIA MAKRI, PERIKLIS VARDAKAS, ELENI VASSI, ANASTASIA PATOUNA, KALLIRROI TERIZI, CHRISTOS ANGELAKIS and DEMETRIOS KOURETAS

INTERNATIONAL JOURNAL OF FUNCTIONAL NUTRITION 2: 5, 2021

- [2021] [Redox Biomarker Baseline Levels in Cattle Tissues and Their Relationships with Meat Quality](#)
- Zoi Skaperda, Angeliki Argyriadou, Paraskevi Maria Nechaloti, Maria Alvanou, Sotiria Makri, Efterpi Bouroutzika, Ioannis D. Kyriazis, **Fotios Tekos**, Aristidis S. Veskokoukis, Theodoros Kallitsis, Robin Mesnage, Georgios Arsenos and Demetrios Kouretas
- Antioxidants 2021, 10, 958. <https://doi.org/10.3390/antiox10060958>
- [2021] [Patients Undergoing Surgery for Hip Fractures Suffer from Severe Oxidative Stress as Compared to Patients with Hip Osteoarthritis Undergoing Total Hip Arthroplasty](#)
- Theofilos Karachalios, Dionyssios Paridis, **Fotios Tekos**, Zoi Skaperda, Aristidis S. Veskokoukis and Demetrios Kouretas
- Volume 2021, Article ID 5542634, 10 pages <https://doi.org/10.1155/2021/5542634>
- [2021] [Effects of a 12-Month Treatment with Glucagon-like Peptide-1 Receptor Agonists, Sodium-Glucose Cotransporter-2 Inhibitors, and Their Combination on Oxidant and Antioxidant Biomarkers in Patients with Type 2 Diabetes.](#)
- Lambadiari V, Thymis J, Kouretas D, Skaperda Z, **Tekos F**, Kousathana F, Kountouri A, Balampanis K, Parissis J, Andreadou I, Tsoumani M, Chania C, Katogiannis K, Dimitriadis G, Bamias A, Ikonomidis I.
- Antioxidants (Basel). 2021 Aug 28;10(9):1379. doi: 10.3390/antiox10091379.
- [2021] [Assessment of Antioxidant and Antimutagenic Properties of Red and White Wine Extracts In Vitro.](#)
- Tekos F**, Makri S, Skaperda ZV, Patouna A, Terizi K, Kyriazis ID, Kotseridis Y, Mikropoulou EV, Papaefstathiou G, Halabalaki M, Demetrios K.
- Metabolites*. 2021;11(7):436. Published 2021 Jul 2. doi:10.3390/metabo11070436
- [2021] [In vitro antioxidant properties of herb decoction extracts derived from Epirus, Greece](#)
- Zoi Skaperda, Ioannis D Kyriazis, Periklis Vardakas, **Fotios Tekos**, Konstantina Antoniou, Nikolaos Giannakeas, Dimitrios Kouretas
- INTERNATIONAL JOURNAL OF FUNCTIONAL NUTRITION 2: 11, 2021. DOI: 10.3892/ijfn.2021.21
- [2021] [Reconceptualization of Hormetic Responses in the Frame of Redox Toxicology](#)
- Zoi Skaperda, **Fotios Tekos**, Periklis Vardakas, Charitini Nepka and Demetrios Kouretas.
- Int. J. Mol. Sci. 2022, 23, 49. <https://doi.org/10.3390/ijms23010049>
- [2020] [Interplay between oxidative damage, the redox status, and metabolic biomarkers during long-term fasting.](#)
- Grundler F, Mesnage R, Goutzourelas N, **Tekos F**, Makri S, Brack M, Kouretas D, Wilhelmi de Toledo F.
- Food Chem Toxicol. 2020 Aug 25;145:111701. doi: 10.1016/j.fct.2020.111701.

- [2020] [**The Importance of Redox Status in the Frame of Lifestyle Approaches and the Genetics of the Lung Innate Immune Molecules, SP-A1 and SP-A2, on Differential Outcomes of COVID-19 Infection.**](#)
- Tekos F**, Skaperda Z, Goutzourelas N, Phelps DS, Floros J, Kouretas D.
Antioxidants (Basel). 2020 Aug 25;9(9):E784. doi: 10.3390/antiox9090784.
- [2020] [**Analysis of the intricate effects of polyunsaturated fatty acids and polyphenols on inflammatory pathways in health and disease.**](#)
- Margină D, Ungurianu A, Purdel C, Nițulescu GM, Tsoukalas D, Sarandi E, Thanasoula M, Burykina TI, **Tekos F**, Buha A, Nikitovic D, Kouretas D, Tsatsakis AM.
Food Chem Toxicol. 2020 Sep;143:111558. doi: 10.1016/j.fct.2020.111558. Epub 2020 Jul 5.
- [2020] [**Chronic Inflammation in the Context of Everyday Life: Dietary Changes as Mitigating Factors.**](#)
- Chronic Inflammation in the Context of Everyday Life: Dietary Changes as Mitigating Factors.**
- Margină D, Ungurianu A, Purdel C, Tsoukalas D, Sarandi E, Thanasoula M, **Tekos F**, Mesnage R, Kouretas D, Tsatsakis A.
Int J Environ Res Public Health. 2020 Jun 10;17(11):4135. doi: 10.3390/ijerph17114135.
- [2020] [**Influence of Long-Term Fasting on Blood Redox Status in Humans.**](#)
- Wilhelmi de Toledo F, Grundler F, Goutzourelas N, **Tekos F**, Vassi E, Mesnage R, Kouretas D.
Antioxidants (Basel). 2020 Jun 6;9(6):496. doi: 10.3390/antiox9060496.
- [2020] [**Obesity - a risk factor for increased COVID-19 prevalence, severity and lethality \(Review\).**](#)
- Petrakis D, Margină D, Tsarouhas K, **Tekos F**, Stan M, Nikitovic D, Kouretas D, Spandidos DA, Tsatsakis A.
Mol Med Rep. 2020 Jul;22(1):9-19. doi: 10.3892/mmr.2020.11127.
- [2020] [**Olive oil with high polyphenolic content induces both beneficial and harmful alterations on rat redox status depending on the tissue.**](#)
- Kouka P, **Tekos F**, Papoutsaki Z, Stathopoulos P, Halabalaki M, Tsantarliotou M, Zervos I, Nepka C, Liesivuori J, Rakitskii VN, Tsatsakis A, Veskoukis AS, Kouretas D.
Toxicol Rep. 2020 Feb 13;7:421-432. doi: 10.1016/j.toxrep.2020.02.007.
- [2020] [**Prediction of Antioxidant Activity of Cherry Fruits from UAS Multispectral Imagery Using Machine Learning.**](#)
- Karydas C, Iatrou M, Kouretas D, Patouna A, Iatrou G, Lazos N, Gewehr S, Tseni X, **Tekos F**, Zartaloudis Z, Mainos E, Mourelatos S.
Antioxidants (Basel). 2020 Feb 14;9(2):156. doi: 10.3390/antiox9020156.
- [2019] [**A lightly roasted coffee extract improves blood and tissue redox status in rats through enhancement of GSH biosynthesis.**](#)

Priftis A, Soursou V, Makiou AS, **Tekos F**, Veskoukis AS, Tsantarliotou MP, Taitzoglou IA, Kouretas D.

Food Chem Toxicol. 2019 Mar;125:305-312. doi: 10.1016/j.fct.2019.01.012.

[2019] [**Olive tree blossom polyphenolic extracts exert antioxidant and antimutagenic activities in vitro and in various cell lines.**](#)

Kouka P, **Tekos F**, Valta K, Mavros P, Veskoukis AS, Angelis A, Skaltsounis AL, Kouretas D.

Oncol Rep. 2019 Dec;42(6):2814-2825. doi: 10.3892/or.2019.7386. Epub 2019 Oct 23.

ΣΥΓΓΡΑΦΗ ΒΙΒΛΙΟΥ

[2022] **Chapter 6 - Oxidative stress-mediated nanotoxicity: mechanisms, adverse effects, and oxidative potential of engineered nanomaterials**

Advanced Nanomaterials and Their Applications in Renewable Energy (Second Edition).

Periklis Vardakas, Ioannis D. Kyriazis, Maria Kourti, Zoi Skaperda, Fotios Tekos, Demetrios Kouretas

Link: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/B9780323998772000126>

[2018] **Διαλειμματική Νηστεία και Αποφυγή Νόσων**

Κουρέτας Δημήτριος, Νικόλαος Γκουτζουρέλας, Τέκος Φώτιος. Εκδόσεις ΑΡΜΟΣ

ISBN: 9789606151750

Link: https://armosbooks.gr/shop/best_sellers/dialeimmatiki-nisteia/

ΔΙΠΛΩΜΑΤΑ ΕΥΡΕΣΙΤΕ-ΧΝΙΑΣ

[07/07/2022] **GR1010260B METHOD FOR THE EVALUATION OF THE ANTIOXIDANT AND CELL PROTECTIVE ACTION OF FOODSTUFF AND NUTRITIONAL SUPPLEMENTS**

The present invention relates to a method consisting of distinct procedures, which, being followed independently of the sequence of steps, lead to the evaluation of the protective effect of orally administered food and / or dietary supplements in combination with their antioxidant activity. This methodology includes complementary discrete procedures: the 1st step includes in-vitro combined studies on the evaluation of the antioxidant activity of food and / or dietary supplements by measuring the free radicals neutralization, the reducing capacity, and the protection capacity of the DNA from free radicals; the second step concerns the evaluation of their anti-genotoxic and anti-mutagenic activity; the third step regards the effect of food and / or dietary supplements after their application to cell lines is evaluated by, first, measuring their cytotoxicity and, then, the endogenous glutathione levels, the reactive oxygen species (ROS) levels and the lipid peroxidation levels.

Link: <https://worldwide.espacenet.com/patent/search/family/082848646/publication/GR1010260B?q=GR1010260B>

ΣΥΓΓΡΑΦΗ ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΩΝ ΕΡΓΑΣΙΩΝ

[03/2020 – 04/2023] **Μελέτη της βιολογικής δράσης εκχυλισμάτων γηγενών ποικιλιών οίνου, σε in vitro και in vivo συστήματα με τη χρήση μοριακών τεχνικών**

Διδακτορική Διατριβή

Τριμελής συμβουλευτική επιτροπή Δημήτριος Κουρέτας (επιβλέπων): Καθηγητής Φυσιολογίας Ζωικών Οργανισμών - Τοξικολογίας, Τμήμα Βιοχημείας & Βιοτεχνολογίας, Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας.

Σέρκος Χαρουτουνιάν: Καθηγητής Χημείας, Τμήμα Επιστήμης Ζωικής Παραγωγής, Γεωπονικό Πανεπιστήμιο Αθηνών. Πρόεδρος του ΔΣ του ΕΛΓΟ-ΔΗΜΗΤΡΑ.

Κωνσταντίνος Πουλάς: Αναπληρωτής Καθηγητής Βιοχημείας, Τμήμα Φαρμακευτικής, Πανεπιστήμιο Πατρών.

[01/2018 – 02/2019] **Εκτίμηση αντιοξειδωτικής & αντιμεταλλαξιγόνου δράσης εκχυλισμάτων ανθών ελιάς και αγριελιάς**

Μεταπτυχιακή Μελέτη

Επιβλέπων: Κουρέτας Δημήτριος, Καθηγητής Φυσιολογίας Ζωικών Οργανισμών - Τοξικολογίας, Τμήμα Βιοχημείας & Βιοτεχνολογίας, Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας.

Link: <http://dx.doi.org/10.26253/heal.uth.5473>

[08/2016 – 06/2017] **In vitro κατασκευή ανασυνδυασμένων στελεχών μεταξύ του εμβολιακού στελέχους Sabin 1 και Coxsackie A13.**

Πτυχιακή Μελέτη

Επιβλέπων: Μαρκουλάτος Παναγιώτης, Καθηγητής Εφαρμοσμένης Μικροβιολογίας με έμφαση στη Βιοτεχνολογία, Τμήμα Βιοχημείας & Βιοτεχνολογίας, Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας.

Link: <http://hdl.handle.net/11615/46711>

ΤΙΜΗΤΙΚΕΣ ΔΙΑΚΡΙΣΕΙΣ ΚΑΙ ΒΡΑΒΕΙΑ

[22/01/2025] **Τιμητικός Έπαινος Ίδρυμα απονομής διπλώματος:** Lions Θεσσαλονίκης
Πυλώνα της Νεολαίας

[12/2024] **ΠΡΟΣΩΠΑ 2024 Ίδρυμα απονομής διπλώματος:** larisenet
Link: <https://www.prosopa.net/2025/dr-fotis-tekos-stous-30-pio-epidrastikous-kai-epitychimenous-neous-ilikias-kato-ton-30-eton-stin-ellada-gia-to-2024/>

[11/2023] **Ελληνική Λίστα Forbes 30 under 30 για το 2024 Ίδρυμα απονομής διπλώματος:** Forbes
Link: https://www.forbesgreece.gr/forbes-30-under-30-2024/3750133/foodoxys-diasfalizei-ti-diatrofiki-euexia-se-exatomikeumeno-epipedo?fbclid=IwAR3QwoTS6vcnifjVfP-ei4640-2J4N5mufpA-H-GZobAVPbB6_XksvEqp00

[2017] **Έπαινος Ίδρυμα απονομής διπλώματος:** Πανελλήνια Ένωση Βιοεπιστημόμων
Έπαινος από την Πανελλήνια Ένωση Βιοεπιστημόμων για την ανάπτυξη και παρουσίαση μιας καινοτόμου συσκευής μέτρησης των αντιοξειδωτικών σε τρόφιμα και βιολογικό υλικό (αίμα).

[2016] **Αριστείο για την επίτευξη άριστης ακαδημαϊκής επίδοσης Ίδρυμα απονομής διπλώματος:** Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας
Πτυχίο Βιοχημείας και Βιοτεχνολογίας

- [06/2013] **ΑΙΕΝ ΑΡΙΣΤΕΥΕΙΝ, Βραβείο προόδου Ίδρυμα απονομής διπλώματος:** Υπουργείο Παιδείας Έρευνας και Θρησκευμάτων
- [06/2012] **ΑΙΕΝ ΑΡΙΣΤΕΥΕΙΝ, Βραβείο προόδου Ίδρυμα απονομής διπλώματος:** Υπουργείο Παιδείας Έρευνας και Θρησκευμάτων
- [06/2011] **ΑΙΕΝ ΑΡΙΣΤΕΥΕΙΝ, Βραβείο προόδου Ίδρυμα απονομής διπλώματος:** Υπουργείο Παιδείας Έρευνας και Θρησκευμάτων
- [06/2010] **ΑΙΕΝ ΑΡΙΣΤΕΥΕΙΝ, Βραβείο προόδου Ίδρυμα απονομής διπλώματος:** Υπουργείο Παιδείας Έρευνας και Θρησκευμάτων
- [06/2009] **ΑΙΕΝ ΑΡΙΣΤΕΥΕΙΝ, Βραβείο προόδου Ίδρυμα απονομής διπλώματος:** Υπουργείο Παιδείας Έρευνας και Θρησκευμάτων
- [06/2008] **ΑΙΕΝ ΑΡΙΣΤΕΥΕΙΝ, Βραβείο προόδου Ίδρυμα απονομής διπλώματος:** Υπουργείο Παιδείας Έρευνας και Θρησκευμάτων

ΣΥΝΕΔΡΙΑ ΚΑΙ ΣΕΜΙΝΑΡΙΑ

- [21/10/2025] **Συμμετοχή σε Πάνελ Συζήτησης «Η Αξία των Π.Ο.Π. – Π.Γ.Ε. προϊόντων»** Αθήνα
Closing Event Αγροανέλιξη Farmers of the Future 2025
- [18/10/2025] **Το ελληνικό ακτινίδιο, ποιότητα, υγεία, εξωστρέφεια** Αιγάνη
Προσκεκλημένος ομιλητής στη 19^η γιορτή Ακτινιδίου Πυργετού - Αιγάνης
- [30/09/2025 – 02/10/2025] **Προσκεκλημένος ομιλητής στο 2ο Thessaly AgriBusiness Forum 2025** Λάρισα
Συμμετοχή στην 5η συνεδρία με θέμα: Innovation, Synergies, New Technologies in primary production

Προσκεκλημένος ομιλητής με θέμα: Καινοτομία και τεχνογνωσία στον αγροδιατροφικό τομέα: Παρουσίαση αποτελεσμάτων για τα γαλακτοκομικών προϊόντα περιοχής Λαγκαδά
Άσσηρος Θεσσαλονίκης
Εκδήλωση με θέμα: «Γαστρονομικός πολιτισμός χαρακτηριστικών γαλακτοκομικών προϊόντων περιοχής Λαγκαδά: τα προϊόντα μας με αποδείξεις»
- [27/09/2025] **Προσκεκλημένος ομιλητής στο Taste Zakynthos** Ζάκυνθος
Ομιλητής στην 2η ενότητα με θέμα: Τα Προϊόντα της Ζακύνθου ως Πολιτισμικός και Διατροφικός Πλούτος και διασύνδεση με το Τουριστικό προϊόν και τίτλο ομιλίας: Σταφίδα, Λάδι, Λαδοτύρι, Μαντολάτο: Ανάλυση διατροφικής αξίας και συμπεράσματα.
- [25/09/2025] **Προσκεκλημένος ομιλητής**
Ομιλία με τίτλο: Καινοτομία και τεχνογνωσία στον αγροδιατροφικό τομέα: Παρουσίαση αποτελεσμάτων ισχυρισμών υγείας για τα προϊόντα του Έβρου. ΔΙΑΤΟΠΙΚΟ ΣΧΕΔΙΟ ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΑΣ: “ΓΕΥΣΕΙΣ ΕΛΛΗΝΩΝ ΕΚΛΕΚΤΕΣ II: ΕΛΛΗΝΙΚΟΣ ΓΑΣΤΡΟΝΟΜΙΚΟΣ ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΣ” ΥΠΟΜΕΤΡΟ 19.3 CLLD LEADER ΠΑΑ 2014-2020. Θεματικό workshop με τίτλο: ΓΑΣΤΡΟΝΟΜΙΚΟΣ ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΣ ΕΒΡΟΥ: ΤΑ ΠΡΟΪΟΝΤΑ ΜΑΣ ΜΕ ΑΠΟΔΕΙΞΕΙΣ»
- [21/09/2025] **Προσκεκλημένος ομιλητής στο 2ο Φεστιβάλ Ρυζιού** Θεσσαλονίκη
Ομιλία με τίτλο: Όταν η γεύση συναντά την επιστήμη: το ρύζι Θεσσαλονίκης στο μικροσκόπιο

Καινοτομία και τεχνογνωσία στον αγροδιατροφικό τομέα: Η δράση, Η σημασία της τεκμηρίωσης ισχυρισμών υγείας και τα αποτελέσματα έρευνας στο Φυσίκι

[19/09/2025]

Αίγινας

Αίγινα

Προσκεκλημένος ομιλητής στο 2ο φεστιβάλ για το φυσίκι Αίγινας

[16/09/2025]

Ανακαλύπτοντας ισχυρισμούς υγείας σε τοπικά προϊόντα Άργος

Εκδήλωση παρουσίασης των αποτελεσμάτων του εργαστηριακού ελέγχου για την εύρεση ισχυρισμών υγείας στα **πορτοκάλια Αργολίδας**, τα **μήλα Delicious Πιλαφά Αρκαδίας**, το **βατικιώτικο κρεμμύδι Λακωνίας** και την **τσακωνική μελιτζάνα Αρκαδίας**

[15/09/2025]

Long-term effects of perinatal exposure to a low dose of glyphosate and a mixture of glyphosate, dicamba and 2,4- D on brain redox status (POSTER)

Eurotox, Athens

P. M. Nechalioti, Z. Skaperda, F. Tekos, P. Vardakas, D. Kouretas

Conclusions: Perinatal exposure to NOAEL glyphosate and the ADI mixture of glyphosate, dicamba and 2,4-D triggered oxidative stress in offspring's brain, indicating adverse effects during sensitive developmental stages. Interestingly, NOAEL glyphosate exposure induced sex-specific changes in redox homeostasis, with more profound effects to be presented in male rats. These findings highlight the potential neurotoxic effects of low doses of glyphosate individually and in a mixture form with dicamba and 2,4-D, raising concerns about the need for re-assessment of regulatory limits of the herbicides.

Link: <https://eventclass.it/eurotox2025/scientific/external-program/session?s=P22#e794>

[15/09/2025]

Exploring the Antioxidant and Toxicological Effects of Grape Stem and Wine Extracts: A Comparative Study in Mice and Rats (POSTER)

Eurotox, Athens

Z. Skaperda, P. -M. Nechalioti, P. Vardakas, F. Tekos, D. Kouretas

Conclusions

This study demonstrates that the *Xinomavro* wine extract had no impact on body weight, growth, or clinical parameters but affected redox balance in rats, showing both antioxidant and prooxidant effects depending on the tissue. This highlights the complexity of polyphenolic compounds, which do not act uniformly across biological systems. In contrast, the *Mavrodaphne* grape stem extract showed beneficial effects in mice by preventing lipid peroxidation and inducing redox adaptations in antioxidant defense mechanisms.

These findings contribute to a growing body of research supporting the potential health applications of wine by-products while also underscoring the need for further investigation into their safety, efficacy, and mechanisms of action.

Keywords: antioxidant, grape stem, wine extract, toxicology, in vivo

Link: <https://eventclass.it/eurotox2025/scientific/external-program/search?search=Tekos+>

[15/09/2025]

Short-term exposure to multi-walled carbon nanotubes impairs cell viability and causes redox perturbations in EA.hy926 cells (POSTER)

Eurotox, Athens

The elucidation of potential health hazards associated with occupational exposure to nanoscale materials constitutes a prominent area of scientific research. Accordingly, toxicological investigations designed to characterize their toxicity profile are pivotal in advancing our understanding for occupational health risks. Among the diverse mechanisms underlying nanotoxicity, oxidative stress emerges as a critical toxicological endpoint, providing valuable insights into the cellular and molecular responses activated upon nanomaterial exposure. In this context, multi-walled carbon nanotubes (MWCNTs), cylindrical carbon nanostructures consisting of multiple concentric layers of graphene, are of particular interest owing to their widespread applications across various industrial and biomedical domains. Indeed, their extended π -conjugated systems with high electron affinity, enable them to act as both electron donors and acceptors, thereby contributing to their redox activity and potential toxicity. The purpose of the present study was to evaluate the acute toxic effects of an 8-h exposure to different MWCNTs formulations, including pristine (CNTs-Ref), carboxylated (CNTs-COOH), and hybrid nanocomposites with inorganic nanoparticles (CNTs@Fe₃O₄, CNTs@ZnFe₂O₄, CNTs@SiC, CNTs@SiO₂), on cell viability and redox state in EA.hy926 human endothelial cells. According to our results, most of the examined MWCNTs, to be more specific CNTs-Ref, CNTs-COOH, CNTs@Fe₃O₄, and CNTs@ZnFe₂O₄, exerted acute toxic effects on cell viability at a concentration of 200 μ g/ml following an 8-h exposure. Additionally, CNTs-Ref, CNTs@Fe₃O₄, CNTs@ZnFe₂O₄, and CNTs@SiC caused disturbances of redox homeostasis and oxidative damage to critical biomolecules, such as lipids and proteins. The case was different for CNTs-COOH and CNTs@SiO₂, wherein the activation of cellular adaptive mechanisms effectively mitigated molecular damage.

Link: <https://eventclass.it/eurotox2025/scientific/external-program/search?search=Tekos+>

- [03/08/2025] **Εκδήλωση με θέμα: Αύξηση της προστιθέμενης αξίας ΠΟΠ-ΠΓΕ και παραδοσιακών προϊόντων μέσω των ισχυρισμών υγείας.**
Μονεμβασιά, Λακωνία
Παρουσίαση στο 2ο Φεστιβάλ Λακωνικών Προϊόντων
- [28/07/2025] **Εκπαιδευτική Δράση για τη Διασύνδεση Γνώσης και Παραγωγής με σημείο αναφοράς το Μέλι Κυθήρων**
Κύθηρα
Παρουσίαση με θέμα: Καινοτομία και τεχνογνωσία στον αγροδιατροφικό τομέα: Η δράση, η ποιότητα και η σημασία της τεκμηρίωσης της αξίας και των αποτελεσμάτων έρευνας στο μέλι Κυθήρων.
- [21/07/2025] **Καινοτομία και τεχνογνωσία στον αγροδιατροφικό τομέα** Τυχερό, Έβρος
Ομιλία στην εκδήλωση: ΤΟΠΙΚΑ ΠΡΟΪΟΝΤΑ ΜΕ ΤΕΚΜΗΡΙΩΜΕΝΟΥΣ ΙΣΧΥΡΙΣΜΟΥΣ ΥΓΕΙΑΣ: ΑΠΟ ΤΗ ΓΗ ΣΤΟ ΠΙΑΤΟ
- [10/07/2025] **Η σύνδεση της γεύσης και της παράδοσης, με ισχυρισμούς υγείας και πιστοποίηση ποιότητας στα τοπικά προϊόντα (ΟΜΙΛΙΑ)**
Λαγκαδάς Θεσσαλονίκης
Στα μονοπάτια της Γεύσης και της Παράδοσης της ευρύτερης περιοχής του Νομού Θεσσαλονίκης
Εργαστήριο στο πλαίσιο Ενέργειας Β.3: Θεματικά εργαστήρια, του Σχεδίου Διακρατικής Συνεργασίας « LOCAL TOUR» Μέτρο19, Υπομέτρο19.3ΠΑΑ2014-2020

- [30/06/2025] **ΨΗΦΙΑΚΗ ΕΓΓΡΑΜΜΑΤΟΣΥΝΗ ΤΩΝ ΑΣΘΕΝΩΝ με καρδιαγγειακές παθήσεις και των φροντιστών τους II (Ομιλητής)**
Joist Ιωάννινα
Κύριος στόχος της διοργάνωσης είναι να δώσει την ευκαιρία στους ασθενείς με καρδιαγγειακά νοσήματα να γνωρίσουν τις δυνατότητες που προσφέρουν οι νέες τεχνολογίες και τους τρόπους πιθανής αξιοποίησης αυτών, προς διευκόλυνση της καθημερινότητάς τους.
- [21/06/2025] **Καινοτομία και τεχνογνωσία στον αγροδιατροφικό τομέα: Η δράση, η σημασία της τεκμηρίωσης ισχυρισμών υγείας και τα αποτελέσματα έρευνας (ΟΜΙΛΙΑ)**
Αίγινα
Εκπαιδευτική Δράση για τη Διασύνδεση Γνώσης και Παραγωγής με σημείο αναφοράς το Φιστίκι Αίγινας
- [19/06/2025] **Παρουσίαση ισχυρισμών υγείας για το κασικίσιο τυρί Χαλκιδικής (ΟΜΙΛΙΑ)**
Πολύγυρος
Διασύνδεση γνώσης και παραγωγής, εκπαίδευση και μεταφορά γνώσης
- [16/06/2025] **Οι ισχυρισμοί υγείας στα ελληνικά προϊόντα ως εργαλείο προώθησής τους στην αγορά**
Καλαμάτα
ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ
Αντιμετώπιση προκλήσεων στον αγροδιατροφικό τομέα στο πλαίσιο του σχεδίου Ενέργειας Εμφύχωσης του Τοπικού Προγράμματος CLLD/LEADER της Αναπτυξιακής Μεσσηνίας
- [04/06/2025] **Comparative effects of perinatal exposure to a low dose of glyphosate and a glyphosate mixture with dicamba and 2,4-D on offsprings plasma and heart redox state (POSTER)**
22nd SFRR Biennial Meeting, Galway, Ireland
Paraskevi Maria Nechalioti, Zoi Skaperda, Fotios Tekos, Periklis Vardakas, Demetrios Kouretas,
Comparative effects of perinatal exposure to a low dose of glyphosate and a glyphosate mixture with dicamba and 2,4-D on offsprings plasma and heart redox state,
Free Radical Biology and Medicine,
Volume 233, Supplement 1, 2025, Page S46, ISSN 0891-5849,
<https://doi.org/10.1016/j.freeradbiomed.2025.05.163>.
- [04/06/2025] **Olive oil side-stream products as natural antioxidants: Potential for a circular bioeconomy (POSTER)**
22nd SFRR Biennial Meeting, Galway, Ireland
Zoi Skaperda, Fotios Tekos, Paraskevi-Maria Nechalioti, Periklis Vardakas, Thomas Karampatzakis, Maria Gkasdrogka, Clémence Messant, Christos Gougoulas, Demetrios Kouretas,
Olive oil side-stream products as natural antioxidants: Potential for a circular bioeconomy,
Free Radical Biology and Medicine,

- [30/05/2025 – 31/05/2025] **Καινοτόμες προσεγγίσεις στη διατροφική αξιολόγηση: Ενισχύοντας τους ισχυρισμούς υγείας των ελληνικών προϊόντων**
Αθήνα
ΣΥΝΕΔΡΙΟ ΕΛΛΗΝΙΚΟΥ ΓΑΣΤΡΟΝΟΜΙΚΟΥ ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ. Προσκεκλημένος ομιλητής
- [26/05/2025] **Καινοτομία και τεχνογνωσία στον αγροδιατροφικό τομέα: Η δράση, η σημασία της τεκμηρίωσης ισχυρισμών υγείας και τα αποτελέσματα έρευνας**
Χίος
Εκπαιδευτική Δράση για τη Διασύνδεση Γνώσης και Παραγωγής με σημείο αναφοράς το Μανταρίνι Χίου. Προσκεκλημένος ομιλητής
- [17/05/2025] **Ψωμοτύρι! Επι(σ)τροφή στο μέλλον!** Λάρισα
Ανοιχτή Συζήτηση στο πλαίσιο εορτασμού της Διεθνούς Ημέρας Μουσείων
Προσκεκλημένος ομιλητής
- [13/05/2025] **Bridging the Gap: Turning European Scientific Research into Startups** Λάρισα
Startup Europe Week 2025 – Connecting the Dots of the Startup World
Panel Discussion: Researchers and startup founders share challenges and success stories on transforming scientific research into viable business ventures. Real-life startup case examples included.
- [09/05/2025] **Διατροφή και Νοσοκομείο στην Ψηφιακή Εποχή: Η λύση της FoodOxys για τον ασθενή, το προσωπικό και τη διοίκηση.**
Λάρισα
Εκδήλωση με θέμα: Από το κλασικό στο ψηφιακό: Η νέα εποχή στην υγεία και το φάρμακο. Προσκεκλημένος ομιλητής
- [06/05/2025] **Η συμβολή της Foodoxys στο Σχέδιο Ανοικοδόμησης της Γεωργίας του Τροόδους**
Λευκωσία
Ημερίδα: «Σχέδιο για τη μετάβαση σε μια ανθεκτική ορεινή οικονομία Τροόδους», διοργάνωση Ινστιτούτο Έρευνας και Ανάπτυξης Μεσογειακών Νησιωτικών Περιοχών.
- [03/05/2025] **Δρ. Φώτης Τέκος – Ισχυρισμοί Υγείας στα Πορτοκάλια Αργολίδας** Αθήνα
Έκθεση «Η Άνοιξη των Τοπικών Προϊόντων και Γεύσεων». PLATO'S PLATE: μια νέα εμπειρία ελληνικής γαστρονομίας και πολιτισμού. Προσκεκλημένος ομιλητής
- [09/04/2025 – 11/04/2025] **Καινοτόμος μέθοδος αξιοποίησης των παραπροϊόντων παραγωγής από ελαιολιβία και οινοποιεία, με στόχο την παραγωγή ζωοτροφών**
Λάρισα
Ευρωπαϊκό Έργο LIFE-IP CEI-Greece – LIFE18 IPE/GR/000013 «Εφαρμογή της Κυκλικής Οικονομίας στην Ελλάδα». Προσκεκλημένος ομιλητής
- [29/03/2025] **Βιολογία et al:διερευνώντας & διευρύνοντας τη διεπιστημονικότητα**
Αλεξανδρούπολη
3^ο ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΦΟΙΤΗΤΙΚΟ ΣΥΝΕΔΡΙΟ ΒΙΟΕΠΙΣΤΗΜΟΝΩΝ
Στρογγυλή Τράπεζα 3: Βιοεπιχειρείν & Καινοτομείν

FoodOxys PC Spin-off: από το εργαστήριο στην αγορά

The perinatal exposure to a low dose of glyphosate and a mixture of glyphosate, dicamba and 2,4-D induces oxidative stress in offsprings' liver and kidney:

[20/03/2025] **Implications for long-term health risks (POSTER)**

Ορλάντο, Φλόριντα, ΗΠΑ

Συμμετοχή στο 64ο Παγκόσμιο Συνέδριο Τοξικολογίας (SOT)

[15/03/2025] **Αναπτυξιακό Περιφερειακό Συνέδριο ΘΕΣΣΑΛΙΑ 2025** Τρίκαλα

Ομιλητής στο πάνελ της Θεματικής Ενότητας 4: «Προκλήσεις της Έξυπνης και Βιώσιμης Γεωργίας - Κτηνοτροφίας».

[13/02/2025] **Η σημασία του αντιοξειδωτικού προφίλ στην εμφάνιση νευροεκφυλιστικών ασθενειών**

Grand Hotel, Θεσσαλονίκη

14^ο Πανελλήνιο Συνέδριο Νόσου Alzheimer & 6^ο Μεσογειακό συνέδριο νευροεκφυλιστικών νοσημάτων.

[23/01/2025] **Στρογγυλή Τράπεζα** Domotel Xenia (Ξενία), Βόλος

Διαβούλευση: "Αγροτική Παραγωγή και Ανθεκτικότητα Κοινοτήτων στη Μαγνησία"

[21/12/2024] **Από της Σπουδές στην... καταξίωση: Η πορεία ενός βιολόγου** Ίδρυμα Ευγενίδου

14^ο Πανελλήνιο Συνέδριο Π.Ε.Β.

[14/12/2024] **Ποιοτική αξία των προϊόντων της ελιάς.** Γόννοι, Δήμος Τεμπών

ΓΙΟΡΤΗ ΕΛΙΑΣ ΔΗΜΟΥ ΤΕΜΠΩΝ

[12/12/2024] **Προτάσεις και διάλογος για την αντιμετώπιση των προκλήσεων** Ξενοδοχείο Imperial, Λάρισα

«Γέφυρες καινοτομίας: Συνεργασίαεκπαίδευσης, έρευνας και επιχειρήσεωνγια το μέλλον της επαγγελματικήςκατάρτισης» | Διοργάνωση του ΣΘΕΒ - Συνέδριο

[02/11/2024] **Ισχυρισμοί υγείας στο κάστανο Αμπελακίων** Αμπελάκια, Δήμος Τεμπών

6η γιορτή καστανού.

[25/10/2024 – 27/10/2024] **Ισχυρισμοί υγείας στο κάστανο Μελιβοίας** Μελιβοία, Δήμος Αγιάς

Γιορτή καστανού, Καρποί της Μελίβοιας γης.

[26/10/2024] **Ισχυρισμοί υγείας στο ακτινίδιο Πυργετού** Αιγάνη, Δήμος Τεμπών

18η γιορτή ακτινιδίου Πυργετού - Αιγάνης

[18/10/2024 – 20/10/2024] **Περί ισχυρισμού υγείας της μαύρης σταφίδας** Ζάκυνθος

2^ο Συνέδριο για την μαύρη σταφίδα - «Οι κόσμοι της μαύρης σταφίδας» - ΠΡΙΜΑΡΟΛΙΑ

[18/10/2024 – 20/10/2024] **Η διατροφική αξία προϊόντων της Ζακύνθου: σταφίδα, ελαιόλαδο, λαδοτύρι, μαντολάτο.**

Ζάκυνθος

UVA PASSA - ΠΡΙΜΑΡΟΛΙΑ

- [26/09/2024] **Εμπειρία και βέλτιστες πρακτικές για την άμεση ευρωπαϊκή χρηματοδότηση**
Ξενοδοχείο Imperial, Λάρισα
Ευρωπαϊκές χρηματοδοτικές ευκαιρίες για τον ιδιωτικό τομέα: Εμπειρίες & βέλτιστες πρακτικές.
Εκδήλωση ΣΕΒ.
- [30/08/2024 – 31/08/2024] **Γεύσεις Ελλήνων εκλεκτές II, Ελληνικός γαστρονομικός πολιτισμός** Καλάβρυτα
Ομιλία με τίτλο: «Ισχυρισμοί υγείας, κλινικές μελέτες και ανάδειξη της ποιότητας των τροφίμων»
- [24/11/2023] **Προφορική Ανακοίνωση** Πάρκο καινοτομίας Joist, Λάρισα
ΤΤΟ/Uth BROKERAGE EVENT
Παρουσίαση Δράσεων Γραφείου Μεταφοράς Τεχνολογίας
FoodOxys
Link: <https://www.ttoevents.gr>
- [09/11/2023] **Προσκεκλημένος ομιλητής** Λάρισα
Αποτιμώντας, Οργανώνοντας, Σχεδιάζοντας Προγράμματα, Δράσεις και Συνεργασίες Σχολικών Δραστηριοτήτων για το Σχολικό Έτος 2023-24. Δ/νση Α/θμιας Εκπαίδευσης Λάρισας
- [16/05/2023] **Προσκεκλημένος ομιλητής** Αμφιθέατρο του Μουσείου Γουλανδρή - Φυσικής Ιστορίας στην Κηφισιά
Ετήσιος απολογισμός για το 2022 της Elevate Greece ΑΕ. Συζήτηση με εκπροσώπους νεοφυών επιχειρήσεων (startups).
- [10/02/2023] **Προσκεκλημένος ομιλητής** Innovent forum 2023, Joist Innovation Park, Larissa
FoodOxys: Η Spin off του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας - Δράσεις και Δυνατότητες στον Τομέα της Αγροδιατροφής
Link: <https://innoventforum.joistpark.eu>
- [04/12/2022] **Προσκεκλημένος ομιλητής** 3rd Thessaly Wine Festival, Volos
Πιστοποίηση Ποιότητας Κρασιών και έλεγχος Αντιοξειδωτικών.
- [05/04/2019] **Προφορική Ανακοίνωση** 14ο ΠΟΛΥΣΥΝΕΔΡΙΟ ΚΑΙΝΟΤΟΜΙΑ & ΑΝΑΠΤΥΞΗ. The Met Hotel, Θεσσαλονίκη
ΑΝΘΡΩΠΟΙ που ΚΑΙΝΟΤΟΜΟΥΝ και ΕΠΙΧΕΙΡΟΥΝ ΣΗΜΕΡΑ.
Συντονισμός: Στέφανος Διαμαντόπουλος , Δημοσιογράφος, Ράδιο Θεσσαλονίκη - THESSNEWS.
ΔΙΟΡΓΑΝΩΣΗ www.ka-business.gr
- [01/02/2019 – 02/02/2019] **Προφορική Ανακοίνωση** ΤΜΗΜΑ ΒΙΟΧΗΜΕΙΑΣ ΚΑΙ ΒΙΟΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑΣ ΛΑΡΙΣΑ
Εκτίμηση αντιοξειδωτικής & αντιμεταλλαξιγόνου δράσης εκχυλισμάτων ανθών ελιάς και αγριελιάς.

[2018] **Προσκεκλημένος ομιλητής** Pint of Science Athens 2019

Should I (brain) stay... or should I go? Πανεπιστήμιο και Επιχειρηματικότητα. Το παράδειγμα της FoodOxys.

Link: <https://pintofsciencegr.wixsite.com/2018/copy-of-may-20-t-a-f>

[25/11/2018] **Poster** 30th International Symposium on the Chemistry of Natural Products.

Assessment of the antioxidant and antimutagenic profile from a total polyphenolic olive oil extract and its polyphenols separately.

Paraskevi Kouka, **Fotios Tekos**, Alexios-Leandros Skaltsounis, Demetrios Kouretas.

[25/11/2018] **Poster** 30th International Symposium on the Chemistry of Natural Products.

Coffee improves rat redox status by increasing GSH biosynthesis.

Alexandros Alexandros, Vasiliki Soursou, Anthi-Styliani Makiou, **Fotios Tekos**, Ioannis Taitzoglou, Dimitrios Kouretas

ΔΙΚΤΥΑ ΚΑΙ ΣΥΝΔΡΟΜΕΣ ΜΕΛΟΥΣ

[01/2025 – Τρέχουσα] **Μέλος Ένωσης Ραδιοερασιτεχνών Θεσσαλίας (Ε.Ρ.ΘΕ) - SZ4THE**

Μέλος στο Πανελλαδικό Σωματείο Εργαζομένων στην Έρευνα και την Τριτοβάθμια Εκπαίδευση

[2024 – Τρέχουσα]

[09/2021 – Τρέχουσα] **Μέλος Σκοπευτικού Ομίλου Πυργετού «Ωρίων»**

[2020 – Τρέχουσα]

Ιδρυτικό Μέλος Ελληνικής Εταιρείας Τοξικολογίας

[2018 – Τρέχουσα]

Μέλος Επιστημονικής Ένωσης για την Προώθηση της Εκπαιδευτικής Καινοτομίας

[2017 – Τρέχουσα]

Μέλος Πανελλήνιας Ένωσης Βιοεπιστημών

[06/2025 – Τρέχουσα]

Μέλος του Συμβουλίου του Συνδέσμου Βιομηχανιών Θεσσαλίας και Στερεάς Ελλάδας

Link: <https://www.sbtse.gr/dioikitiko-symvouliao-w-4224.html>

[07/2025 – Τρέχουσα]

Μέλος του Society for Free Radical Research - Europe

Link: <https://www.sfrr-europe.org>

ΕΘΕΛΟΝΤΙΣΜΟΣ

[2018 – Τρέχουσα]

100mentors

Mentor in "100mentors"

Link: <https://www.100mentors.com>

[2018 – Τρέχουσα]

ALLILONnet

Young Mentor ALLILONnet

Link: <https://allilonnet.gr/index.php/el/tag/2272-allilonnet-young-mentor-fotios-tekos-offers-free-mentoring-in-toxicology-biochemistry-biotechnology-studies>

[10/10/2018 – 12/10/2018]

**Μέλος οργανωτικής επιτροπής στο 1ο Φεστιβάλ Επιστήμης και Καινοτομίας
Θεσσαλίας**

1st Thessaly Science Festival

Link: https://www.thessaly-science-festival.gr/team_category/organotiki-epitropi/

[06/11/2024]

Σχολικός Επαγγελματικός Προσανατολισμός (ΣΕΠ) - Επιστήμες Υγείας - Βιοχημικός

Στο πλαίσιο του προγράμματος ΣΕΠ τα Εκπαιδευτήρια Ε. Μαντουλίδη διοργανώνουν το «Τριήμερο Επαγγελματικού Προσανατολισμού», την Παρασκευή, 1 Νοεμβρίου, την Τετάρτη, 6 και την Πέμπτη, 7 Νοεμβρίου 2024, με σκοπό να βοηθήσουν τους/τις μαθητές/ριες στη διαδικασία επιλογής των σπουδών τους, να τους δώσουν μία σαφή εικόνα για ποικίλα επαγγέλματα και να τους διευκολύνουν στη μελλοντική τους επιλογή.