

ΚΥΝΗΓΟΙ ΕΙΔΗΣΕΩΝ!!!

3^ο Δημοτικό Σχολείο
Βριλησσιών

Τεύχος: Ιανουάριος-
Φεβρουάριος 2023

Αγαπητέ/Αγαπητή αναγνώστη /αναγνώστρια,

Η εφημερίδα: «Κυνηγοί ειδήσεων» αποτελεί δημιούργημα των μαθητών, των μαθητριών και της δασκάλας του Ε1! Με έναυσμα τις διάφορες ενότητες των βιβλίων μας, αλλά και τα διάφορα θέματα που άπτονταν των ενδιαφερόντων μας, συγκεντρώσαμε υλικό και το μετατρέψαμε σε εφημερίδα! Το παρόν υλικό αποτελεί αποτέλεσμα πολλής δουλειάς, αλλά ακόμα μεγαλύτερης διάθεσης και αγάπης. Ελπίζουμε να το απολαύσεις!

Βριλήσσια: Από πού προέρχεται η ονομασία της περιοχής

Τα Βριλήσσια είναι ένα σύγχρονο προάστιο της βορειοανατολικής Αττικής, που άρχισε να δημιουργείται πριν από το 1930 ως συνοικισμός υπαγόμενος διοικητικά στον Δήμο Χαλανδρίου. Λόγω της θέσης τους στους νοτιοανατολικούς πρόποδες της Πεντέλης, τα Βριλήσσια πήραν την ονομασία τους από το βουνό, που στους αρχαίους χρόνους ονομαζόταν Βριλησσός. Η ονομασία «Βριληττός» συναντάται σε κείμενα του Θουκυδίδη, του Ηροδότου και του Στράβωνος. Πρόκειται για προελληνικό τοπωνύμιο. Το βουνό χαρακτηριζόταν από λευκά πετρώματα και καλαίσθητα μάρμαρα που εξορύσσονταν από αυτό και που χρησιμοποιήθηκαν στην κλασική εποχή για τα μνημεία της Ακροπόλεως. Από το βουνό πηγάζει μεγάλος χείμαρρος που διατρέχει την πόλη, τον οποίο αποκαλούσαν οι Χαλανδραίοι «Βριλησσό Πτοταμό», το σημερινό Ρέμα Χαλανδρίου.

Βριλησσός σημαίνει «Ισχυρός Λίθος» από τα συνθετικά βριάω-βριώ: έχω ισχύ + λάας: πέτρα, λατομείο + κατάληξη που δηλώνει τον τόπο, δηλαδή : η περιοχή ή ο τόπος με τη σκληρή πέτρα.

[Πληροφορίες από Academia.edu: "Η περιοχή των Βριλησσιών κατά την αρχαιότητα και τους χριστιανικούς χρόνους (5^{ος} π.Χ. -14^{ος} μ.Χ. αι.), στο Ν. Λερίου (επιμ.), 70 ΧΡΟΝΙΑ ΒΡΙΛΗΣΣΙΑ , Δήμος Βριλησσιών 2021]



Σημαντικές ημερομηνίες

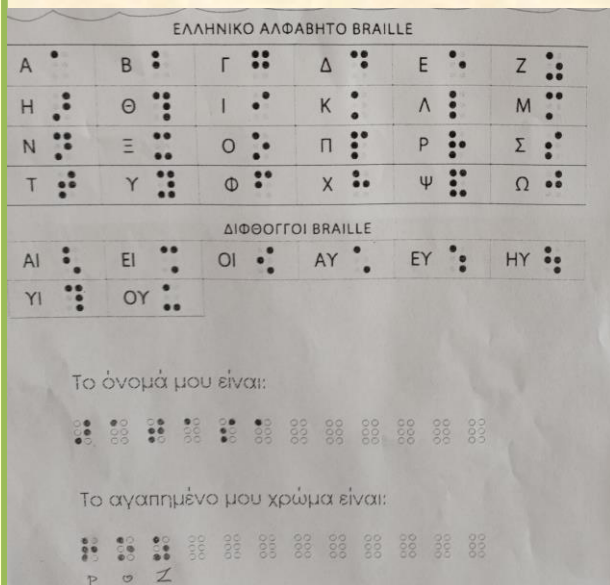


Ημέρα Ασφαλούς Διαδικτύου

Για ασφάλεια στο Διαδίκτυο :

4 Ιανουαρίου

Παγκόσμια Ημέρα Γραφής Μπράιγ



Κώδικας Μπράιγ ονομάζεται το σύστημα γραφής και ανάγνωσης των τυφλών. Το όνομά του οφείλεται στον εφευρέτη του, Λουδοβίκο Μπράιγ.

Ο Λουδοβίκος είχε τυφλωθεί μικρός και δεν ήταν ευχαριστημένος από το σύστημα ανάγνωσης που χρησιμοποιούσαν οι τυφλοί. Έτσι αποφάσισε να φτιάξει ένα καινούριο αλφάβητο για τυφλούς. Του πήρε πέντε χρόνια, αλλά τελικά τα κατάφερε.

Ο τυφλός μπορεί μ' αυτό το σύστημα να διαβάζει ακουμπώντας με το δάχτυλό του ένα βιβλίο, δηλαδή να κάνει ανάγνωση με αφή.

Η επίσημη καθιέρωση της γραφής Μπράιγ ήρθε στην Ελλάδα το 1948.

(Πληροφορίες από Βικιπαίδεια)

- Ρωτάμε τους γονείς μας πριν ανοίξουμε το Διαδίκτυο.
- Δε μιλάμε σε αγνώστους.
- Δε στέλνουμε φωτογραφίες μας.
- Δε δίνουμε τους κωδικούς μας.
- Δε δίνουμε το τηλέφωνό μας.
- Δε δίνουμε προσωπικά μας στοιχεία.
- Δεν αλληλογραφούμε ποτέ με άτομα που δεν ξέρουμε.
- Δε στέλνουμε τη διεύθυνσή μας.
- Δε λέμε την ηλικία μας.
- Δε λέμε πού συχνάζουμε.

21 Ιανουαρίου

Παγκόσμια Ημέρα Αγκαλιάς

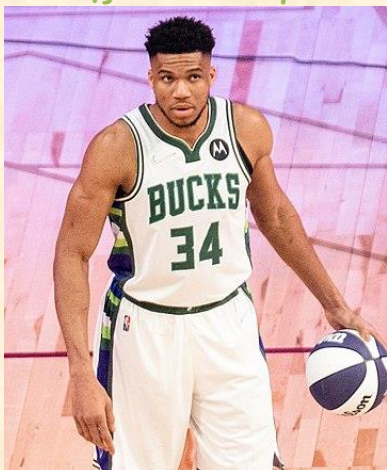
Η αγκαλιά είναι πολύτιμη και αξίζει να την γιορτάζουμε όχι μόνο στις 21 Ιανουαρίου, αλλά κάθε μέρα! Έχει πολλά οφέλη για τη σωματική και πνευματική μας υγεία. Συμβάλλει στην ευτυχία μας, ενισχύει την αυτοεκτίμηση και τις σχέσεις μας και μας παρέχει ένα αίσθημα ασφάλειας και οικειότητας. Με αφορμή την ημέρα της λοιπόν, μοιραστήκαμε δωρεάν αγκαλιές και διαβάσαμε το βιβλίο του Μάριου Μάζαρη «Η αγκαλιά που ψήλωνε», γιατί η αγκαλιά αποτελεί την καλύτερη απάντηση σε όλα!

Εμείς ανταλλάσσουμε αγκαλιές κάθε μέρα! Εσύ;



Αφιέρωματα

Γιάννης Αντετοκούνμπο



Ο Γιάννης Αντετοκούνμπο (κανονικό όνομα Γιάννης Σίνα-Ούγκο Αντετοκούνμπο) είναι Έλληνας - Νιγηριανός διεθνής μπασκετμπολίστας. Έχει ύψος 2,11 μέτρα και αγωνίζεται ως φόργουορντ για τους Μιλγουόκι Μπακς του NBA και την Εθνική Ελλάδας. Έγινε ντράφτ στο NBA το 2013 και ήταν στο νούμερο 15. Από τότε μέχρι και σήμερα αγωνίζεται στους Μιλγουόκι Μπακς. Ακόμα, έχει βγει μια χρονιά καλύτερος αμυντικός σε όλο το NBA (2020), ενώ 4 φορές ήταν στην καλύτερη πεντάδα του NBA (2019, 2020, 2021, 2022). Έχοντας κερδίσει ,μεταξύ άλλων, δύο φορές τον τίτλο του MVP του NBA και μία φορά το βραβείο του πολυτιμότερου παίκτη των τελικών, τον Οκτώβριο του 2021 συμπεριλήφθηκε στη επετειακή επιλογή των 75 καλύτερων παικτών της ιστορίας του NBA.

Παιδική ηλικία

Γεννήθηκε στον δήμο Ζωγράφου Αττικής στις 6 Δεκεμβρίου 1994 και είναι παιδί μεταναστών από το Λάγος της Νιγηρίας, του Τσαρλς και της Βερόνικα Αντετοκούνμπο, οι οποίοι εγκαταστάθηκαν στην Ελλάδα το 1991. Ο μεγαλύτερος αδερφός του, Φράνσις, παρέμεινε πίσω στο Λάγος με τον παππού και τη γιαγιά τους. Ο Γιάννης, εκτός από τον Φράνσις, είχε άλλα 3 αδέρφια. Οι γονείς του Γιάννη ήταν αθλητές. Όλα τα παιδιά της οικογένειας, που γεννήθηκαν στην Ελλάδα, πήραν ένα ελληνικό κι ένα νιγηριανό όνομα. Το νιγηριανό όνομα του Γιάννη είναι «Ούγκο». Μετά την εδραίωσή του στο NBA, η οικογένεια μετακινήθηκε από την Αθήνα στο Μιλγουόκι. Ο αδερφός του, ο Θανάσης, επιλέχθηκε επίσης στο NBA Ντράφτ του 2014 από τους Νιου Γιορκ Νικς στο νούμερο 51, ενώ ο Κώστας, ο οποίος είναι ο αμέσως νεότερος αδερφός τους, παίζει κολεγιακό μπάσκετ στις ΗΠΑ στο πανεπιστήμιο του Ντέιτον και ο μικρότερος αδερφός, Αλέξης, είναι αθλητής της καλαθοσφαίρισης στα σχολικά πρωταθλήματα των ΗΠΑ. Τον Ιούλιο του 2016, ο Θανάσης και ο Γιάννης, ξεκίνησαν τη στρατιωτική τους θητεία στον Ελληνικό Στρατό. Εκεί υπηρέτησαν για τρεις μήνες. Παρότι εκείνος με τα τρία αδέρφια του γεννήθηκαν και μεγάλωσαν στην Ελλάδα, δεν απέκτησαν αυτόματα το δικαίωμα της ελληνικής ιθαγένειας. Έως την ηλικία των 18 ετών, ο Γιάννης δεν είχε επίσημα έγγραφα και δεν ήταν πολίτης ούτε της Ελλάδας ούτε της Νιγηρίας. Μεγάλωσε στη συνοικία των Σεπολίων. Οι συνθήκες διαβίωσης της οικογένειας ήταν δύσκολες, καθώς οι γονείς του δυσκολεύονταν να βρουν δουλειά και έτσι εκείνος μαζί με τον μεγαλύτερο αδερφό του, Θανάση, έβγαζαν χρήματα πουλώντας γυαλιά ηλίου, τσάντες και ρολόγια στις υπαίθριες αγορές.

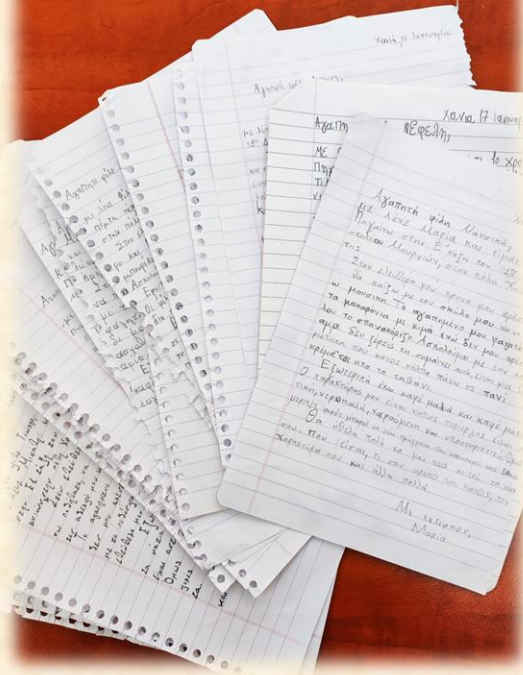
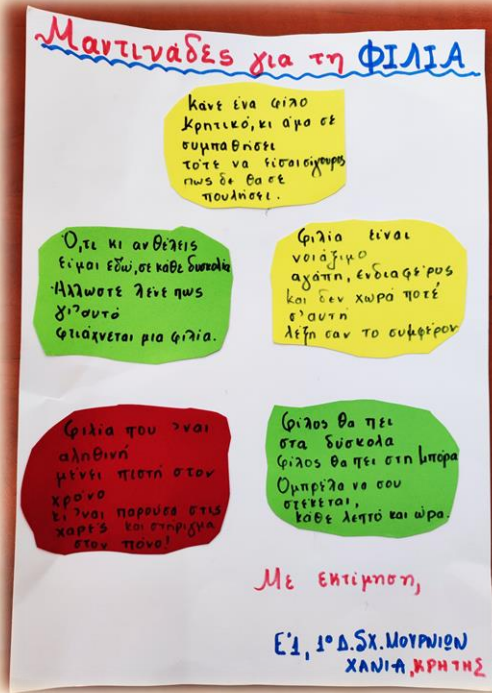
Ξεκίνησε να ασχολείται με το μπάσκετ το 2007 και έως το 2009 έπαιζε πλέον επαγγελματικά για την ομάδα εφήβων του Φιλαθλητικού, όπου ο Θανάσης και ο Κώστας ξεκίνησαν επίσης να παίζουν αργότερα, ενώ ο αδερφός τους, Φράνσις, πίσω στη Νιγηρία, έγινε επαγγελματίας ποδοσφαιριστής.

(Πληροφορίες από Βικιπαίδεια)

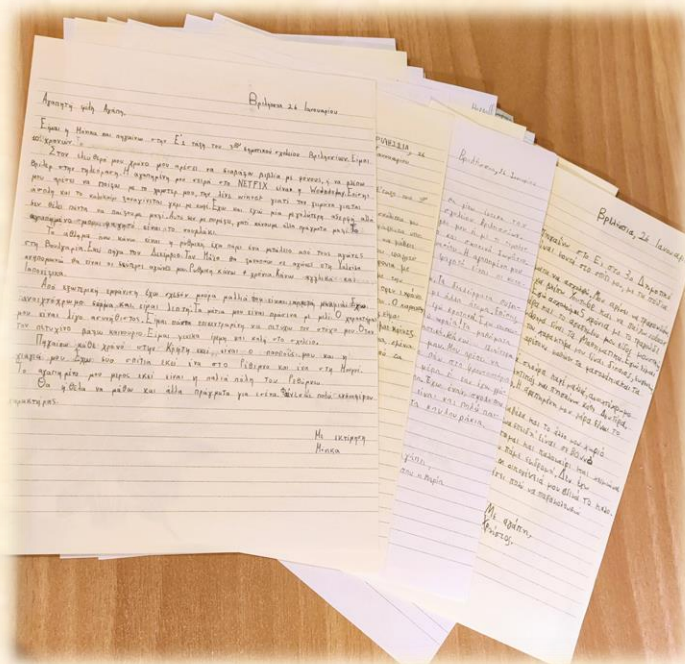
Οι δράσεις του Ε1

Αλληλογραφία

Στα πλαίσια του μαθήματος της γλώσσας, ανταλλάξαμε επιστολές με το 1ο Δημοτικό Σχολείο Μουρνιών Χανίων. Στις επιστολές αυτές, περιγράψαμε τον εαυτό μας, την καθημερινότητά μας και τα ενδιαφέροντά μας. Είπαμε τα νέα μας, θέσαμε ερωτήσεις και απαντήσαμε στις ερωτήσεις των άλλων παιδιών.



Η αλληλογραφία μεταξύ συνομηθίκων έχει στόχο να προωθήσει την επικοινωνία, τον διάλογο και τη συνεργασία ανάμεσα σε μαθητές και να καλλιεργήσει αξίες όπως η φιλία και η αλληλεγγύη.



«Μικροί πειραματιστές»

Φτιάξε τεχνητό χιόνι με 2 μόνο υλικά!!!

Υλικά που θα χρειαστείς:

- μαγειρική σόδα
- αφρός ξυρίσματος

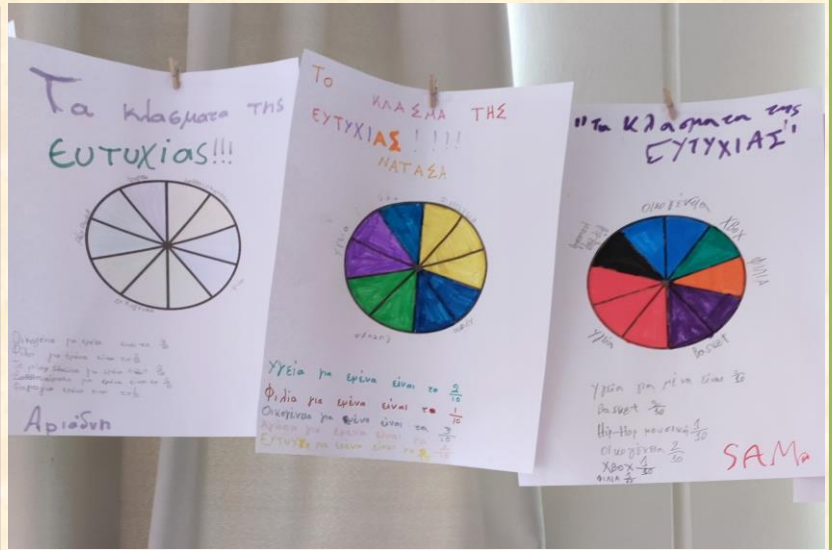
Εκτέλεση:

Σε ένα μπολ αναμιγνύουμε τη σόδα με τον αφρό ξυρίσματος, προσθέτοντας κάθε φορά λίγο από το καθένα μέχρι να πετύχουμε τη γνώριμη υφή του χιονιού. Οι ποσότητες εξαρτώνται από το πόσο πολύ χιόνι θέλουμε να φτιάξουμε. Και το χιόνι είναι έτοιμο!



Φυσικά φτιάξαμε και χιονάνθρωπο που δε λιώνει!

Τα κλάσματα της ευτυχίας...

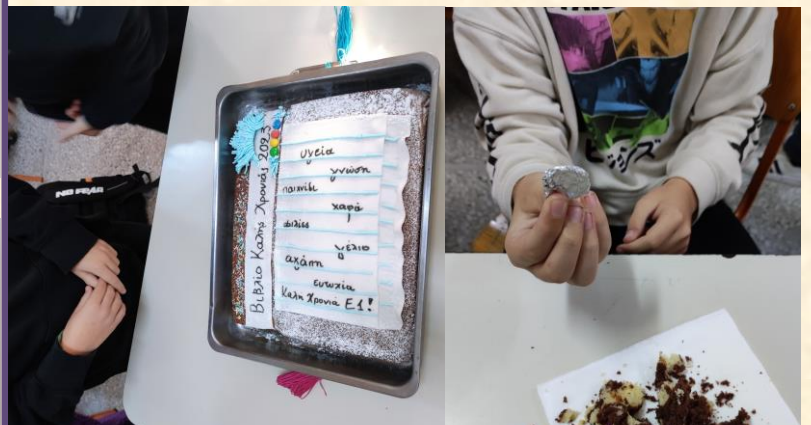


Μιας και μαθαίνουμε τα κλάσματα στα μαθηματικά αυτόν τον καιρό, σκεφτήκαμε να φτιάξουμε τα κλάσματα της ευτυχίας και να σημειώσουμε από τι αποτελείται η δική μας ευτυχία... Από πόσα μέρη φίλων, πόσα μέρη υγείας, αγάπης, χαράς, δημιουργίας, παιχνιδιού; Συζητήσαμε για όλα εκείνα τα στοιχεία, που ορίζουν την ευτυχία του καθενός και κάθε παιδί επέλεξε τα δικά του μερίδια. Κάθε κύκλος είναι ξεχωριστός! Κάποιοι κύκλοι διαφέρουν σε κάτι, ενώ κάποιοι άλλοι μοιάζουν σε κάτι! Η ευτυχία ορίζεται διαφορετικά για τον καθένα, αλλά εντοπίζονται ταυτόχρονα πολλά κοινά στοιχεία!

Ο τυχερός της χρονιάς 2023!

Την Παρασκευή 3 Φεβρουαρίου κόψαμε την βασιλόπιτα, που ευγενικά μας προσέφερε η μητέρα ενός μαθητή της τάξης μας και το φλουρί έτυχε στον Αντώνη! Το δωράκι ήταν μια δωροεπιταγή από βιβλιοπωλείο της περιοχής και ήταν προσφορά του Συλλόγου Γονέων και Κηδεμόνων του σχολείου μας.

Αντώνη, σου ευχόμαστε να είσαι πάντα τυχερός στη ζωή σου!



Χρήσιμα και Ενδιαφέροντα

Άσκηση και διατροφή

Ο ρόλος της διατροφής είναι πολύ σημαντικός και για τους αθλητές αλλά και για τους αθλούμενους γενικά. Αφενός οι θερμιδικές ανάγκες ενός αθλούμενου είναι περισσότερες και αφετέρου η ποιότητα της διατροφής του αυξάνει την απόδοσή του. Είναι πολύ σημαντικό λοιπόν για κάποιον που αθλείται να διατηρεί ένα φυσιολογικό βάρος και να τρώει σωστά χωρίς υπερβολές.

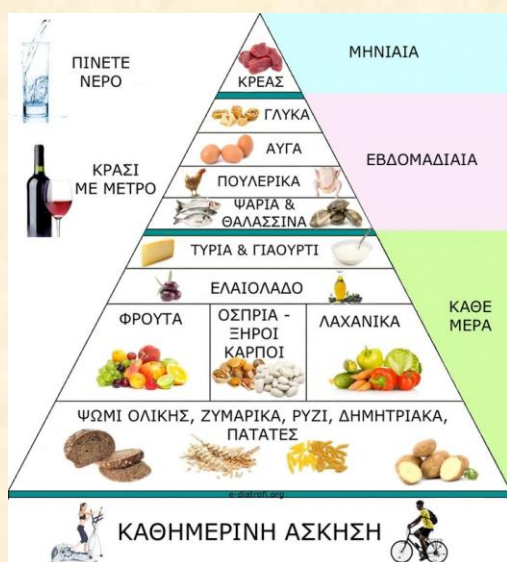
Οι υδατάνθρακες είναι πηγή ενέργειας που χρειαζόμαστε κατά την άσκηση ώστε να έχουμε μεγαλύτερη ενέργεια και αντοχή (καλό σνακ για πριν την προπόνηση είναι η μπανάνα, οι ανάλατοι ξηροί καρποί ή οι μπάρες δημητριακών).

Οι πρωτεΐνες χρειάζονται, γιατί είναι δομικά συστατικά που φτιάχνουν και επιδιορθώνουν τους μύες και βρίσκονται σε τρόφιμα όπως κρέας, ψάρι, γαλακτοκομικά, ξηροί καρποί, αβγά κ.α.

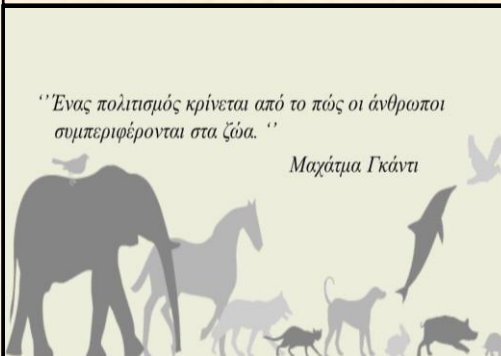
Στους αθλητές συστήνεται να καταναλώνουν λιπαρά με μέτρο και να προτιμώνται αυτά που περιέχονται σε ελιές, ξηρούς καρπούς, αβοκάντο κ.α.

Οι βιταμίνες που λαμβάνουμε από φρούτα και φρέσκα λαχανικά είναι πολύ σημαντικές σε αθλητές και μη για όλες τις λειτουργίες του οργανισμού.

Τέλος, το νερό παίζει πολύ σπουδαίο ρόλο σε κάθε άνθρωπο και ειδικά στους αθλητές που έχουν αυξημένες ανάγκες και θα πρέπει να πίνουν επαρκή ποσότητα και πριν αλλά και μετά από την άσκηση.

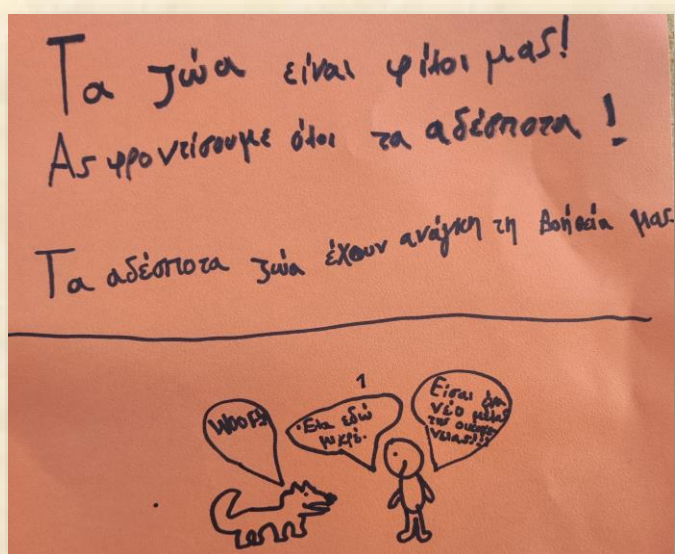


Πώς μπορούμε να βοηθήσουμε τα αδέσποτα ζώα!



Μπορούμε όλοι να συνεισφέρουμε στην φροντίδα των αδέσποτων ζώων. Εκτός από βοήθεια που μπορεί να προσφέρει ένας ενήλικας, όπως χρήματα, προσφορά τροφίμων και ειδών πρώτης ανάγκης για τα ζώα, στείρωση, φιλοξενία και υιοθέτηση ζώων, υπάρχουν και πράγματα που μπορεί το κάθε παιδί να κάνει για να βοηθήσει. Μερικά από αυτά είναι τα ακόλουθα:

- Βγάζουμε ένα πιατάκι με νερό καθημερινά έξω από το σπίτι μας και βάζουμε στα αδέσποτα φαγητό που μπορεί να μας περισσεύει (όχι γλυκά και κόκαλα).
- Φτιάχνουμε αυτοσχέδια σπιτάκια από χαρτόνια και κουτιά για τις κρύες μέρες.
- Ενημερώνουμε έναν ενήλικα, όταν βλέπουμε κάποιο τραυματισμένο ζώο ή κάποιον να κακοποιεί ένα ζώο.
- Διοργανώνουμε ένα bazaar στο σχολείο μας με πράγματα που φτιάχνουμε ή πράγματα που δεν χρησιμοποιούμε και δίνουμε τα χρήματα σε μια φιλοζωική εταιρεία.





Όλοι διαφορετικοί, όλοι ίσοι!

Πραγματικά δεν ξέρω τι περνάει από το μυαλό σας, όταν σκέφτεστε ή ακούτε για ένα παιδί με ειδικές ανάγκες.

Βλέπω συνέχεια κείμενα και άρθρα που αφορούν τα συγκεκριμένα παιδιά. Τα περισσότερα μού προκαλούν μεγάλη στενοχώρια. Ας τα βάλουμε σε μια σειρά λοιπόν:

1. Τα παιδιά με ειδικές ανάγκες είναι σαν όλους εμάς. Θυμώνουν , στενοχωριούνται, γελούν , αγαπούν , διασκεδάζουν σαν όλους εμάς. Είναι πιο τυχεροί άνθρωποι από εμάς, καθώς όλα αυτά τα συναισθήματα τα έχουν διπλά σε σχέση με εμάς. Γιατί άραγε; Γιατί δε λειτουργεί η λογική τους πιο πολύ από το συναίσθημα. Αυτό τους κάνει να ευχαριστιούνται περισσότερο τη ζωή!!! Δε βάζουν φραγμούς. Κάνουν αυτό που αισθάνονται και λένε αυτό που πιστεύουν!
2. Τα παιδιά με ειδικές ανάγκες δεν περιμένουν να πάρουν ποτέ πίσω από αυτά που δίνουν. Και αυτό γιατί είναι ελεύθερα. Όλοι εμείς τα μετράμε όλα και ζητάμε πιο πολλά από αυτά που δίνουμε.
3. Τα παιδιά με ειδικές ανάγκες είναι ευτυχισμένα με λίγα πράγματα όπως μια βόλτα, μια αγκαλιά , ένα φιλί, τη θάλασσα, τον ήλιο , τα βουνά.
4. Τα παιδιά με ειδικές ανάγκες πράττουν χωρίς συμβιβασμούς. Κάνουν ό,τι τους έρχεται στο μυαλό, χωρίς δεύτερη ή τρίτη σκέψη. Αν θέλουν ένα γλυκό, θα απλώσουν το χέρι τους. Αν θέλουν να γελάσουν, θα το κάνουν! Δεν σκέφτονται τι θα πουν οι άλλοι!

Για εμένα, τα παιδιά με ειδικές ανάγκες είναι σοφοί άνθρωποι , ευτυχισμένοι άνθρωποι , ασυμβίβαστοι νέοι μέχρι να γεράσουν, πανέξυπνοι και ιδιαίτερα χαρισματικοί άνθρωποι.

Την επόμενη φορά που κάπου κάποτε πέσει στα χέρια σας ένα κείμενο, που θα αναφέρει πόσο αδύναμα και άτονα πλάσματα είναι αυτά, απλά προσπεράστε το!

Ήξερες ότι... μνημεία/γλυπτά

Ο Δρομέας



Ο Δρομέας είναι γλυπτό του Κώστα Βαρώτσου, το οποίο βρίσκεται απέναντι από το ξενοδοχείο Χίλτον στην Αθήνα. Κατασκευασμένο από γυαλί και με σιδερένιο σκελετό, φιλοτεχνήθηκε αρχικά τον Αύγουστο του 1988 στην πλατεία Ομόνοιας. Η αρχική του ονομασία ήταν Ξένος, ένας περαστικός δηλαδή του σύγχρονου αστικού τοπίου, που έρχεται και φεύγει γοργά, σχεδόν σαν φάντασμα. Πηγή έμπνευσης του Βαρώτσου για το γλυπτό, ήταν οι χιλιάδες άνθρωποι, που έρχονται και φεύγουν από την πλατεία Ομόνοιας. Λόγω των εργασιών για την κατασκευή του σταθμού του μετρό, το άγαλμα καταστράφηκε το 1993 και δημιουργήθηκε εκ νέου τον Μάιο του 1994 στην πλατεία Μεγάλης του Γένους Σχολής απέναντι από το Χίλτον, στη συμβολή δηλαδή της Λεωφόρου Βασιλίσσης Σοφίας με τη Λεωφόρο Βασιλέως Κωνσταντίνου, όπου βρίσκεται μέχρι και σήμερα.

(Πληροφορίες από Βικιπαίδεια)

Το μικρό Παρίσι



Ο Πύργος του Άιφελ της Ελλάδας βρίσκεται στα Φιλιατρά Μεσσηνίας και έχει απόσταση 14 χλμ. από την πόλη της Κυπαρισσίας. Ανήκει στον δήμο Τριφυλίας. Είναι 26 μέτρα και κατασκευάστηκε το 1960 με δωρεά του Ελληνοαμερικανού Χαράλαμπου Φουρναράκη, που ήταν σπουδαίος γιατρός και μεγάλος ευεργέτης. Ο Πύργος ανακατασκευάστηκε από τον δήμο το 2007. Είναι κατασκευασμένος από μέταλλο και έχει γκρι χρώμα. Επίσης, απέχει 74 χλμ. από την πόλη της Καλαμάτας και 259 χλμ. από την Αθήνα.



Περιβάλλον/Οικολογία

Τα αζολότλ

Τα αζολότλ είναι ιδιαίτερα ζώα, τα οποία τρέφονται με γαρίδες και άλλα μικρότερα ψάρια. Τα αζολότλ κατάγονται από τα γλυκά νερά του Μεξικού. Είναι φιλικά ζώακια που μπορείς να έχεις και για κατοικίδια. Τα αζολότλ δεν είναι ψάρια, αλλά αμφίβια. Είναι συνήθως ροζ με κίτρινο. Κάποια είδη των αζολότλ είναι πιο σπάνια από τα άλλα, όπως το είδος chimera, που απεικονίζεται στην παρακάτω φωτογραφία.



Στο παρακάτω κρυπτόλεξο είναι κρυμμένες 6 λέξεις είναι ηπειρωτικό, αλλά με μεγάλες χιονοπτώσεις τον που σχετίζονται με τα αζολότλ. Μπορείς να τις βρεις; χειμώνα. Σε αυτό το βουνό θα συναντήσεις αλεπούδες,

Γ	Α	Ρ	Ι	Δ	Ε	Σ	Χ
Ο	Π	Ρ	Δ	Υ	Ι	Π	Ε
Ω	Η	Κ	Ι	Λ	Τ	Α	Π
Ρ	Β	Ν	Α	Υ	Μ	Ν	Ι
Τ	Ε	Ρ	Ι	Κ	Ε	Ι	Ψ
Ο	Π	Υ	Τ	Ρ	Ξ	Α	Φ
Λ	Η	Υ	Ε	Λ	Ι	Ο	Ι
Ρ	Β	Ν	Ρ	Μ	Κ	Α	Λ
Τ	Ι	Λ	Α	Φ	Ο	Κ	Ι
Ω	Ν	Ε	Γ	Θ	Δ	Α	Κ
Δ	Α	Μ	Φ	Ι	Β	Ι	Α

Ταΰγετος: το επιβλητικό βουνό!



Ένα από τα πιο όμορφα βουνά της Ελλάδας είναι ο Ταΰγετος. Ο Ταΰγετος είναι το πιο ψηλό βουνό της Πελοποννήσου. Έχει ύψος 2.405 μέτρα και πλάτος 30 χιλιόμετρα. Στη δυτική πλευρά του βρίσκεται η Καλαμάτα, ενώ στην ανατολική ο Μυστράς και η Σπάρτη. Επίσης, ο Ταΰγετος καταλαμβάνει εκτάσεις των νομών Λακωνίας, Μεσσηνίας και Αρκαδίας. Η ψηλότερη κορυφή του, αλλά και της Πελοποννήσου είναι ο Προφήτης Ηλίας, ενώ η κοντύτερη είναι το Χαλασμένο βουνό, που φτάνει τα 2.204 μέτρα. Το κλίμα του Ταΰγету ορειβάσια και πεζοπορία.



Αυτοκίνητα και Περιβάλλον: Πώς μπορούμε να μειώσουμε τους ρύπους



Το ζήτημα της κλιματικής αλλαγής απασχολεί τα τελευταία χρόνια πολύ κόσμο. Η κλιματική αλλαγή συνδέεται άμεσα με τα αυτοκίνητα. Τα αυτοκίνητα που κινούνται με βενζίνη ή πετρέλαιο(ντίζελ), προσθέτουν διοξείδιο του άνθρακα στην ατμόσφαιρα.

Οι κατασκευαστές αυτοκινήτων προσπαθούν να μειώσουν τις εκπομπές άνθρακα, αλλάζοντας τον τρόπο που ταξιδεύουμε και τα οχήματα που οδηγούμε. Ο στόχος είναι να αποσυρθούν τα αυτοκίνητα που λειτουργούν με ορυκτά καύσιμα μέχρι το 2050, όταν θα αντικατασταθούν από ηλεκτρικά αυτοκίνητα.

Ως τότε όμως, θα πρέπει όλοι μας να συμβάλλουμε στην προσπάθεια μείωσης των εκπομπών διοξειδίου του άνθρακα και ευτυχώς υπάρχουν τρόποι για αυτό.:

- Η αντικατάσταση ενός βενζινοκίνητου ή πετρελαιοκίνητου αυτοκινήτου με ένα υβριδικό ή ηλεκτρικό όχημα μπορεί να προσφέρει τη μεγαλύτερη μείωση εκπομπών CO₂.
- Όλοι, όμως, μπορούμε να μειώσουμε το ατομικό αποτύπωμα άνθρακα αλλάζοντας τον τρόπο που οδηγούμε, όποιο αυτοκίνητο κι αν έχουμε, υιοθετώντας την οικολογική οδήγηση (ECO driving):
 - Όσο πιο ελαφρύ είναι το όχημα, τόσο πιο οικονομικά κινείται. Αφαιρούμε κάθε περιττό βάρος(π.χ. μαπαζιέρες και μπάρες οροφής που δεν χρειαζόμαστε) πριν από κάθε ταξίδι.
 - Επίσης, προγραμματίζουμε από νωρίς το ταξίδι και βλέπουμε τις συνθήκες και τον καιρό, ώστε να αποφύγουμε την κυκλοφοριακή συμφόρηση και τις δυσάρεστες εκπλήξεις.
 - Οικονομία καυσίμου μπορούμε επίσης να επιτύχουμε αποφεύγοντας το αχρείαστο φρενάρισμα και οδηγώντας με μικρότερη ταχύτητα. Η οδήγηση με 110 km/h καταναλώνει 9% περισσότερο καύσιμο από την οδήγηση με 95km/h και 15% περισσότερο από την οδήγηση με 80km/h. Αν οδηγούμε με 130km/h καίμε 25% περισσότερο καύσιμο σε σύγκριση με τα 110km/h .
 - Επίσης, η λειτουργία του κινητήρα στις χαμηλότερες δυνατές στροφές εξοικονομεί καύσιμα και μειώνει τους ρύπους.
 - Η οδήγηση σε σταθερή ταχύτητα, χωρίς απότομες επιβραδύνσεις και επιταχύνσεις συμβάλλει στον στόχο μας.
 - Άλλος ένας τρόπος είναι το σβήσιμο του κινητήρα, όταν το αυτοκίνητο είναι ακινητοποιημένο(π.χ. στα φανάρια ή σε συνθήκες μποτιλιαρίσματος).
 - Ο έλεγχος της πίεσης των ελαστικών τουλάχιστον μια φορά τον μήνα καθώς και η σωστή και τακτική συντήρηση του οχήματος συνεισφέρουν στην οικονομική οδήγηση.
 - Τέλος, η συνετή χρήση του κλιματισμού, θέτοντας θερμοκρασίες- στόχους, που να μην απέχουν δραματικά από τις εξωτερικές συνθήκες, συμβάλλει στην εξοικονόμηση καυσίμου.

Των ημερών...

Αποκριά

Αποκριά σημαίνει αποχή από το κρέας. Προετοιμάζει τον άνθρωπο ψυχικά και σωματικά για την περίοδο του Πάσχα και την Ανάσταση. Στα λατινικά ταυτίζεται με το **καρναβάλι**, καθώς αυτή η λέξη προέρχεται από το "**carne**" και το ρήμα "**vale**", που σημαίνει «αποχαιρέτα το κρέας».

Η περίοδος της Αποκριάς θεωρείται κατεξοχήν περίοδος εκτόνωσης, καθώς ο άνθρωπος ξεφεύγει από την καθημερινότητά του και εξωτερικεύει τα πάθη του με τη βοήθεια της μεταμφίεσης.

Το καρναβάλι περιλαμβάνει χορούς, ξεφάντωμα, σάτιρα και χίλια δυο πειράγματα. Σαν έθιμο θεωρείται από τα αρχαιότερα και αφετηρία του έχει τις αρχαίες Διονυσιακές Τελετές. Στην αρχαία Ελλάδα, ο θεός Διόνυσος ήταν ο θεός του κρασιού και του γλεντιού. Οι ακόλουθοί του, οι Σάτυροι, τον τιμούσαν δημιουργώντας μεγάλες πομπές μεταμφιεσμένοι, πίνοντας και χορεύοντας.

Με το πέρασμα των αιώνων και την επίδραση της κουλτούρας και της παράδοσης του κάθε τόπου, δημιουργήθηκαν οι σημερινές εκδηλώσεις της Αποκριάς σε κάθε γωνιά της χώρας.

Ένα από τα μεγαλύτερα κέντρα του αποκριάτικου ξεφαντώματος στη χώρα μας είναι η Πάτρα με το περιβόητο πατρινό καρναβάλι, που έχει τις ρίζες του στις αρχές του 19ου αιώνα.



Τα καρναβάλια του κόσμου

Σε ποιον δεν αρέσουν τα καρναβάλια; Τα καρναβάλια είναι ένα έθιμο, το οποίο έχει κάθε χώρα για έναν διαφορετικό σκοπό.

Στο **Rio De Janeiro** είναι το πιο διάσημο καρναβάλι του κόσμου. Κάθε χρόνο 5.000.000 άνθρωποι πάνε εκεί μόνο και μόνο για να δουν αυτό το θέαμα, το οποίο περιλαμβάνει φαντασμαγορικές παρελάσεις, γυαλιστερά κοστούμια και πολλή μουσική!

Στη **Βενετία** γίνεται το πιο πολυτελές καρναβάλι του κόσμου. Οι άνθρωποι ντύνονται με στολές του 18^{ου} αιώνα και κάνουν πάρτι σε όλη την πόλη.

Όμως και στην Ελλάδα έχουμε μεγάλα πανηγύρια όπως το Πατρινό Καρναβάλι στην **Πάτρα**. Οι εκδηλώσεις φέτος αρχίζουν από τις 17 Ιανουαρίου. Είναι το πιο γνωστό σε όλη την Ελλάδα. Έχει μουσική, χορό και πολλές άλλες εκδηλώσεις.

Άλλα γνωστά καρναβάλια γίνονται στο **Notting Hill** στην Αγγλία και στη **Νέα Ορλεάνη** στην Αμερική.

Φτιάξε τη μεσοστιχίδα της Αποκριάς.

1		A								
		Π								2
3		O								
	4	K								
5		P								
6		I								
7		A								

1. Η λέξη Αποκριά στα λατινικά.
2. Χάρτινη ταινία διπλωμένη σε καρούλι.
3. Μικρά στρογγυλά κομμάτια χαρτιού.
4. Ονομάζεται η δεύτερη εβδομάδα όπου καταναλώνουμε κρέας.
5. Το μεγαλύτερο καρναβάλι στον κόσμο.
6. Στις «Διονυσιακές τελετές» οι άνθρωποι γλεντούσαν προς τιμήν του ____.
7. Οι πιο γνωστές είναι οι βενετσιάνικες _____.

Πώς φτιάχνουμε έναν χαρταετό

ΥΛΙΚΑ:

- 1 ξύλινο πηχάκι (ξυλαράκι) μήκους 45 εκατοστά
- 1 ξύλινο πηχάκι μήκους 60 εκατοστά
- *Τα πηχάκια πρέπει να έχουν το ίδιο πάχος
- Ρυζόχαρτο
- Νήμα (για την καλούμπα)
- Κλωστή
- Χάρακα
- Κόλλα υγρή
- Μολύβι
- Ψαλίδι
- Κοπίδι
- Κοντόχοντρο κομμάτι ξύλου(καλούμπα) που θα τυλίξουμε το νήμα

1ο Βήμα

Παίρνουμε το πηχάκι που είναι 60 εκατοστά, μετράμε και σημειώνουμε 20 εκ. από το ένα άκρο του. Παίρνουμε το πηχάκι των 45 εκατοστών, βρίσκουμε το μέσο του και το σημειώνουμε στο κέντρο του. Βάζουμε το πηχάκι των 45 εκατοστών κάθετα στο πηχάκι των 60 εκ. ακριβώς εκεί που έχουμε σημειώσει. Δένουμε με το νήμα το σημείο της ένωσης απ' όλες τις πλευρές. Αν θέλουμε, βάζουμε και λίγη κόλλα.

2ο Βήμα

Αφού φτιάχνουμε τον σταυρό, πρέπει να φτιάξουμε τον σκελετό του χαρταετού. Με το κοπίδι κάνουμε ένα μικρό κόψιμο, για να μπορέσει να στερεωθεί η κλωστή. Δένουμε την κλωστή στη μια άκρη και την πηγαίνουμε και στις άλλες, για να δημιουργηθεί ο σκελετός. Στις άκρες επάνω στην κλωστή βάζουμε κόλλα.

3ο Βήμα

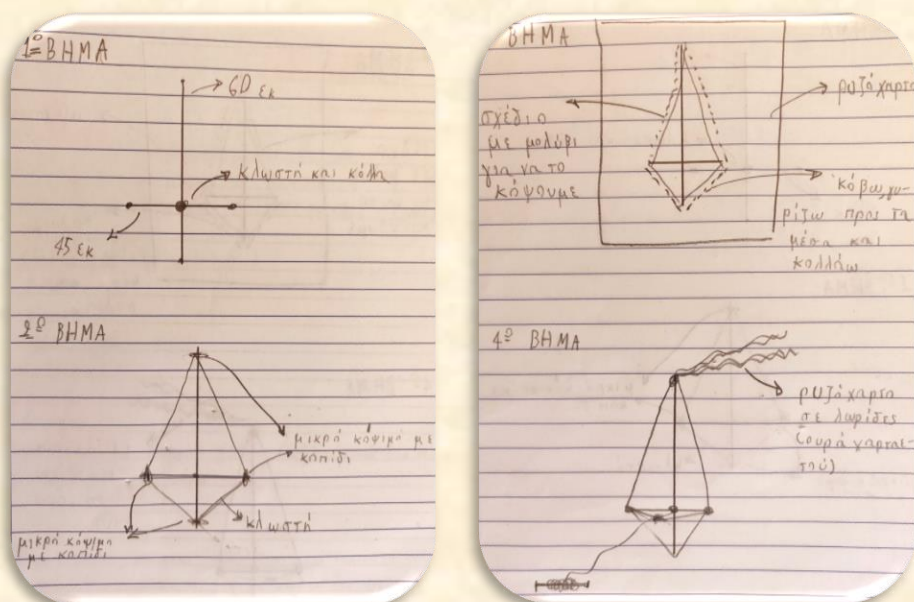
Ξεδιπλώνουμε το ρυζόχαρτο, βάζουμε επάνω τον σκελετό του χαρταετού και με ένα μολύβι σχεδιάζουμε το σχήμα του χαρταετού. Κόβουμε με το κοπίδι αφήνοντας λίγο ρυζόχαρτο σε όλες τις πλευρές, για να το διπλώσουμε. Κόβουμε το ρυζόχαρτο και βάζουμε επάνω του τον σκελετό του χαρταετού. Κολλάμε το ρυζόχαρτο στις πλευρές του χαρταετού, γυρίζοντας το ρυζόχαρτο προς τα μέσα.

4ο Βήμα

Παίρνουμε το νήμα για την καλούμπα και δένουμε την άκρη του στον σταυρό του χαρταετού. Τυλίγουμε την άλλη άκρη του νήματος στην καλούμπα, κάνοντας έναν κόμπο στην καλούμπα. Παίρνουμε δύο ίδια κομμάτια νήματος και τα δένουμε πάνω στο κεντρικό νήμα που έχει την καλούμπα. Κόβουμε το ρυζόχαρτο σε λωρίδες και το κολλάμε για ουρά. Όταν θα σηκώσουμε τον χαρταετό από την ουρά της καλούμπας, πρέπει να μη γέρνει.

Καλά Κούλουμα!

Δες το παρακάτω σχεδιάγραμμα:



Μουσική/Ταινίες/Σειρές

Γεια σας! Μαζί θα δούμε τα **TOP 20 HITS** γι' αυτή την εβδομάδα!

- Στο νούμερο **20** έχουμε το 10:35 από τον Tiesto & Tate Mcrae. Ο Tiesto είναι ένας διάσημος DJ από την Ολλανδία με πάνω από 45 εκατομμύρια ακολούθους στο Spotify!
- Στο νούμερο **19** έχουμε το Players από Coi Leray. Η Coi Leray είναι μια Βραζιλιάνα τραγουδίστρια με 18+ ακολούθους σε όλες τις πλατφόρμες!
- **18.** Here with Me από d4vd. Ο d4vd είναι ένας Νιγηριανός τραγουδιστής με πάνω από 31 ακολούθους στο Spotify & Deezer.
- **17.** Snooze από SZA. Η SZA είναι μια τραγουδίστρια που έκανε κάτι απρόβλεπτο! Εγγράφηκε στο Youtube στις 3 Μαΐου του 2019 με το πρώτο της τραγούδι το Ur που το ανέβασε την ίδια ημέρα που έκανε και το κανάλι της στο Youtube. Λίγες ημέρες αργότερα, το τραγούδι έγινε TOP HIT μαζί με το άλμπουμ της Z.
- **16.** Just Wanna Rock από Lil Uzi Vert. Ο συγκεκριμένος τραγουδιστής μπήκε φυλακή 2 φορές λόγω Hacking σε διάσημο παιδικό παιχνίδι και λέγοντας στο κοινό σε συναυλίες να φέρνει τις κάμερές του σε αυτόν και απλά να τις σπάει.
- **15.** I'm Good [Blue] από David Guetta & Bebe Rexha. Όπως είχαμε πει και στο προηγούμενο άρθρο μου με τα TOP 10 HITS τον Δεκέμβριο, είναι μια παρωδία του τραγουδιού I'm Blue του 1999.
- **14.** LET GO από Central Cee. Ο Central Cee είναι ένας 21 χρονών ράπερ με το τραγούδι Doja, που μίλαγε σχεδόν για την Doja Cat, μια άλλη ράπερ. Μαζί με τη βοήθεια του Lyrical Lemonade [Παραγωγή μουσικών βίντεο κλιπ του Cole Bennet] έγινε ένας πετυχημένος ράπερ. Το LET GO κυκλοφόρησε στις 31 Δεκεμβρίου του 2022 και από τότε έως τώρα είναι ένα διάσημο τραγούδι.
- **13.** Anti-Hero από Taylor Swift. Δεν υπάρχει περίπτωση να μην έχεις ακούσει ποτέ στην ζωή σου Taylor Swift! Το νέο της τραγούδι με το άλμπουμ midnight's έχει γίνει επιτυχία!
- **12.** Golden hour από JVKE. Στην πραγματικότητα δεν τον λένε JVKE αλλά JAKE. Ο πιανίστας που μέσα από τα τραγούδια του μάς μιλάει για το πώς είναι να έχεις αγαπήσει κάποιον και να έχεις χωρίσει με κάποιον. Αυτή τη στιγμή, μάς μιλάει για το νέο του κορίτσι, την Τζώρτζια. Είναι μόλις 19 και έχει μπει στην Time Square της Νέας Υόρκης και σε πάνω από 15 ταινίες. Το beat το κάνει η 58 ετών μητέρα του και έγινε διάσημος μέσα από το TikTok που μίλαγε για "Δεν ήξερες πως τραγουδάω" και την σειρά στο TikTok που έφτιαξε και την ονόμασε "When a Soundcloud artist comes into the studio".
- **11.** CUFF IT από Beyonce. Αγαπημένο μου τραγούδι και νέο από την Beyonce, που το beat είναι από άλλον γαλαξία!
- **10.** Unholy από Sam Smith & Kim Petras. Μερικοί Έλληνες Tiktokers κοροϊδεύουν το επώνυμο της Kim, γιατί είναι λες και είναι ελληνικές πέτρες! Η ίδια δεν το έχει καταλάβει, αλλά σύντομα σίγουρα θα το καταλάβει!
- **9.** As It Was από Harry Styles. Το τραγούδι του 2021 που έχει κάνει πάταγο στο TikTok-Youtube Shorts!
- **8.** Calm Down από Rena & Selena Gomez. Ακόμη στο νούμερο 8 από τον Οκτώβριο, το τραγούδι αυτό! Η Rena, μια μικρή τραγουδίστρια, μετά από το featuring με Selena Gomez, έχει πάνω από 16 εκατομμύρια ακολούθους σε όλες τις πλατφόρμες!
- **7.** Shakira & Bzrp DJ [vol.4]. Αυτό είναι το τραγούδι που η Shakira κάνει roast τον Pique μετά από τον χωρισμό της!
- **6.** Creepin' από Metro Booming και The Weeknd. Οι Metro Booming, ένα Αμερικανικό συγκρότημα, κάνουν πάταγο με τον The Weeknd στο πλευρό τους.
- **5.** Love Again από Kid LAROI. Ο Kid LAROI μιλάει για τη νέα του κοπέλα, την Mary, που την γνώρισε τον Ιανουάριο.
- **4.** Escapimg από 070 Shake και RAYE. Δύο όχι και τόσο διάσημες τραγουδίστριες, αλλά έφεραν μαζί τους μια νέα επιτυχία!
- **3.** Boy's a liar vol.2 από PinkPantheress & Ice Spice. Ούτε η PinkPantheress είναι μια διάσημη τραγουδίστρια. Βέβαια η Ice Spice είναι γνωστή και συγκεκριμένα έχει κάνει και το τραγούδι Munch [Feelin' It].
- **2.** Kill Bill από SZA. Ξαναβρεθήκαμε στην SZA και αυτό το τραγούδι είναι από το ίδιο άλμπουμ!
- **1.** Flowers από Miley Cyrus. Φτάσαμε και στο νούμερο 1 από τα 20 HITS που είχαμε σήμερα στο άρθρο μας! Το Flowers είναι το νέο τραγούδι της Miley Cyrus που βγήκε προχθές!

Ευχαριστώ που μείνατε μαζί μου και θα τα πούμε στο Vol.3 της εφημερίδας μας! Καλή συνέχεια!

Κρυπτόλεξο WEDNESDAY



Βρες 7 χαρακτήρες από τη Wednesday.

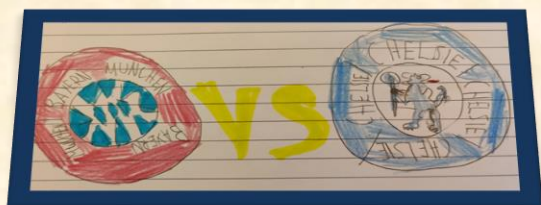
Λ	Μ	Ξ	Φ	Π	Ο	Ρ	Σ	Τ	Β	Γ	Ε
Δ	Ε	Χ	Ο	Χ	Χ	Ο	Ι	Σ	Σ	Τ	Υ
Ν	Γ	Ο	Υ	Ε	Ν	Σ	Ν	Τ	Ε	Ϊ	Τ
Κ	Κ	Κ	Φ	Φ	Ι	Κ	Ι	Α	Γ	Ε	Ι
Ι	Ο	Μ	Α	Ε	Σ	Τ	Ν	Ϊ	Ε	Χ	Ξ
Μ	Μ	Ω	Σ	Σ	Τ	Ι	Τ	Λ	Α	Ν	Τ
Μ	Ε	Ω	Ζ	Τ	Ο	Χ	Ε	Ε	Λ	Ι	Λ
Α	Ζ	Υ	Β	Ε	Ρ	Λ	Ε	Ρ	Τ	Α	Ρ
Κ	Α	Μ	Ο	Ρ	Τ	Ι	Σ	Ι	Α	Σ	Σ
Ρ	Ρ	Ο	Υ	Ι	Τ	Υ	Ο	Ε	Β	Τ	Γ
Π	Ρ	Ο	Υ	Θ	Θ	Γ	Γ	Ο	Θ	Γ	Κ
Κ	Ο	Π	Ρ	Α	Γ	Μ	Α	Κ	Θ	Ι	Ο

Αθλητικά/ Games

Αυτή την εβδομάδα, η Λίβερπουλ είναι αντιμέτωπη με την Ρεάλ Μαδρίτη στις 21/2 την Τρίτη στις 10:00 μ.μ. και η Άιντραχτ παίζει εναντίον της Νάπολης την ίδια μέρα και ώρα. Η ΡΜ Λειψίας δίνει μάχη με τη Μάντσεστερ Σίτι την Τετάρτη 22/2 στις 10μ.μ. και η Ίντερ με την Πόρτο την ίδια μέρα. Τα φαβορί μέχρι στιγμής είναι η Ρεάλ Μαδρίτη και η Μάντσεστερ Σίτι. Ποιος άραγε θα πάρει το Τσάμπιονς Λιγκ;

«Η μάχη των 16»

Μετά από πολλούς μήνες έχουμε φτάσει στη φάση των 16. Μεγάλες ευρωπαϊκές ομάδες διεκδικούν το τρόπαιο. Η α' φάση αρχίζει την Τρίτη 14/2 στις 10:00 μ.μ. με το ματς ΠΣΖ-Μπάγερν Μονάχου. Η β' φάση αρχίζει στις 7/3 στις 10:00μ.μ. με το ματς Τσέλσι-Ντορτμουντ. Πρόκειται για πολύ δυνατές ομάδες με πολύ καλούς παίκτες, οπότε τα προγνωστικά είναι δύσκολα. Αναμφίβολα όμως, τα μεγάλα φαβορί είναι η Τσέλσι και η Μπάγερν Μονάχου που είναι αήττητες στα τελευταία 5 ματς.



FIFA 23

Στο FIFA 23, το οποίο είναι ένα παιχνίδι ποδοσφαίρου, μπορείς να κάνεις πολλά πράγματα όπως να παίζεις ultimate team. Πριν ένα μήνα, ανακοινώθηκε η Τ.Ο.Τ.Υ (Team Of The Year). Είναι 11 παίκτες που βγήκαν οι καλύτεροι παίκτες της χρονιάς. Αυτοί οι παίκτες είναι: ο Courtois, ο Van Dijk, ο Militao, ο Hakimi, ο De Bruyne, ο Theo Hernandez, ο Modric, ο Bellingham, ο Mbarpe, ο Benzema και ο Messi.

Τώρα βγήκαν άλλες κάρτες που λέγονται Future Star. Οι Future Star είναι νεαροί παίκτες ή παίκτες που απλώς πήραν μεταγραφή. Επίσης, σε αυτό το παιχνίδι μπορείς να αγοράσεις παίκτες και να δημιουργήσεις τη δικιά σου ομάδα, αλλά μπορείς και να παίζεις εναντίον άλλων παικτών, που έχουν τη δικιά τους ομάδα.

Συνοψίζοντας, το FIFA 23 είναι ένα πολύ ωραίο παιχνίδι και διασκεδαστικό για όλες τις ηλικίες!

Play Station 5



Το **PlayStation 5** (επίσημη συντομογραφία **PS5**) είναι κονσόλα βιντεοπαιχνιδιών που αναπτύχθηκε και κυκλοφόρησε από την Sony Interactive Entertainment. Στις 12 Νοεμβρίου του 2020 στη Βόρεια και Νότια Αμερική, την Αυστραλία και την Ιαπωνία, ενώ στην Ευρώπη κυκλοφόρησε στις 19 Νοεμβρίου του ίδιου έτους. Είναι διάδοχος του PlayStation4. Κάποια από τα χαρακτηριστικά της κονσόλας είναι η εξειδικευμένη μονάδα δίσκου στερεάς κατάστασης και η συμβατότητα με παιχνίδια του PlayStation 4. Το PlayStation 5 διαθέτει μια εντελώς ανανεωμένη διεπαφή χρήστη. Στην Έκθεση Καταναλωτικών Ηλεκτρικών Συσκευών του 2020, η Sony παρουσίασε το επίσημο λογότυπο της κονσόλας, το οποίο ακολουθεί το μινιμαλιστικό στυλ των προηγούμενων κονσολών PlayStation.



Συνταγές

Υγιεινό σνακ στο λεπτό!



Υλικά :

1 αβοκάντο
2 φέτες ψωμί
1 βραστό αβγό
μαρούλι
1 ραπανάκι
λεμόνι
αλάτι & πιπέρι
ελαιόλαδο

Εκτέλεση: Σε ένα μπολ, λιώνουμε το αβοκάντο με ένα πιρούνι, προσθέτουμε λίγο ελαιόλαδο, αλατοπίπερο και λίγο λεμόνι. Στη συνέχεια, φρυγανίζουμε τα ψωμιά και τα αλείφουμε με το αβοκάντο. Έπειτα, τοποθετούμε πάνω σε αυτά, μια φέτα μαρουλιού, το βραστό αβγό κομμένο σε φέτες και το ραπανάκι ψιλοκομμένο. Στο τέλος, προσθέτουμε λίγο αλάτι, πιπέρι και ελαιόλαδο. Έτοιμο!

Καλή σας όρεξη!

Μπασμπούσα: παραδοσιακό αιγυπτιακό γλυκό



Υλικά:

500γρ. σιμιγδάλι ψιλό
250γρ. βούτυρο αγελαδινό
100γρ. γάλα
1 φλιτζάνι ζάχαρη
400γρ. γιαούρτι
1 φακελάκι μπέικιν πάουντερ
1 βανίλια
1 φλιτζάνι καρύδα τριμμένη
αμύγδαλα για στόλισμα

Για το σιρόπι

3 φλιτζάνια ζάχαρη
3,5 φλιτζάνια νερό
μισό λεμόνι
1 φλούδα λεμονιού
1 ξύλο κανέλας

Παρασκευή Μπασμπούσας

Θέλουμε βουτυρωμένο ταψί 40 εκ. Σε ένα μπολ, με μίξερ χειρός χτυπάμε το βούτυρο για 2 λεπτά, προσθέτουμε τη ζάχαρη και συνεχίζουμε το χτύπημα. Μετά, ρίχνουμε το γιαούρτι και τα χτυπάμε όλα μαζί. Συνεχίζουμε με το γάλα και ανακατεύουμε. Έπειτα βάζουμε το μπέικιν, τη βανίλια, την καρύδα και το σιμιγδάλι. Ανακατεύουμε απαλά με μια σπάτουλα. Στη συνέχεια, στρώνουμε στο ταψί το μείγμα και το αφήνουμε για δέκα λεπτά. Ύστερα, χαράζουμε επιφανειακά και στρώνουμε από πάνω τα αμύγδαλα. Ψήνουμε στους 180 βαθμούς στις αντιστάσεις για 35 λεπτά. Σιροπιάζουμε το καυτό γλυκό με κρύο σιρόπι. Έτοιμο!

Παρασκευή σιροπιού

Σε μια κατσαρόλα βράζουμε το νερό, τη ζάχαρη, το λεμόνι και το ξύλο κανέλας για 5 λεπτά.

Καλή απόλαυση!

Συγγραφική Ομάδα:

Βαγγέλη Κωνσταντίνα

Βασιλόπουλος Αντώνης

Γρατσίας Μάνος

Δαουλάρης Χρήστος

Κακλαμάνου Μόνικα

Καταραχιάς Γιώργος

Κεφάλα Νατάσα

Κουτουμάνου Σταυριάνθη

Κρομμύδας Γιώργος

Κυρίτσης Κωνσταντίνος

Κωτσικοπούλου Αναστασία

Μάλλιου Αριάδνη

Μαρινέλη Κανέλογλου Χριστίνα

Μπάρτζος Δημήτρης

Νταγολούδης Μιχάλης

Οικονομίδη Μαΐλλη Νεφέλη

Παπανδρέου Αλέξανδρος

Πετρόπουλος Χρήστος

Προκοπίου Γιάννης

Ριχάνα Ναυσικά

Σαμψών Δημήτρης

Τζιλιβάκη Μαρία

Η δασκάλα της τάξης
Νικολέττα Αθανασοπούλου

Ραντεβού στο επόμενο τεύχος!