



LET'S DO IT GREECE

ΛΟΥΛΟΥΔΙΑ ΓΙΑ ΜΟΛΥΒΙΑ

Η εφημερίδα του Ε2 για το περιβάλλον
1ο Δημοτικό Σχολείο Πεύκης

Μάιος 2019

ΟΜΟΡΦΑΙΝΟΥΜΕ ΤΟ ΆΛΣΟΣ ΒΑΡΒΑΡΕΣΟΥ!



Let's do it GREECE
Γίνε η αλλαγή που περιμένεις!

Κάθε χρόνο, υπάρχει μια μέρα που απ' άκρη σ' άκρη σε όλη την Ελλάδα, ο κόσμος βγαίνει έξω για να φροντίσει το περιβάλλον και να δείξει πως με μία απλή θετική κίνηση μπορεί ο καθένας μας να κάνει την αλλαγή. Η εκστρατεία αυτή είναι η μεγαλύτερη ταυτόχρονη εθελοντική δράση της χώρας μας, ονομάζεται LET'S DO IT GREECE και προσπαθεί να ενώσει όλη την Ελλάδα για ένα κοινό σκοπό: **ένα καλύτερο περιβάλλον**. Φέτος πραγματοποιήθηκε σε διάφορα μέρη της χώρας στις 7 Απριλίου με το σύνθημα «ΓΙΝΕ Η ΑΛΛΑΓΗ ΠΟΥ ΠΕΡΙΜΕΝΕΙΣ».

Στις αρχές του Απριλίου ξεκινήσαμε να φτιάχνουμε ενημερωτικά φυλλάδια και προσκλήσεις τα οποία, στις 5 Απριλίου, βγήκαμε και τα μοιράσαμε στην Πεύκη ώστε ο κόσμος να ενημερωθεί και να έρθει να βοηθήσει στην περιβαλλοντική μας δράση. Καλούσαμε λοιπόν μικρούς και μεγάλους στο Άλσος Βαρβαρέσου της Πεύκης, την Κυριακή 7 Απριλίου και ώρα 09:30. Εκείνη την ημέρα μαζευτήκαμε τα παιδιά της τάξης με γονείς, αδέρφια και τη δασκάλα μας, βάψαμε τα παγκάκια του άλσους και ένα μέρος του φράχτη, φυτέψαμε λουλούδια και μαζέψαμε τα σκουπίδια. Όπως και τις προηγούμενες χρονιές, έτσι και φέτος οι Εθνικοί Υποστηρικτές ήταν δίπλα μας με τον αναγκαίο εξοπλισμό (π.χ. γάντια, χρώματα, φυτά). Το αποτέλεσμα της ομαδικής μας δουλειάς ήταν υπέροχο και πραγματικά το άλσος ομόρφυνε. Ήταν μία πολύ ευχάριστη, όμορφη και χρήσιμη εμπειρία για όλους μας.

Δεν σταματάμε όμως σε αυτή την μέρα η οποία είναι μόνο η αρχή. Μέσα στη χρονιά διοργανώνονται πολλές δράσεις στις οποίες ο καθένας μπορεί να συμμετέχει και να γνωρίσει ανθρώπους με τους οποίους μοιράζεται το ίδιο πάθος για ένα καλύτερο περιβάλλον. Μπορείς κι εσύ να πάρεις μέρος και να γίνεις κομμάτι αυτής της μεγάλης εθελοντικής οικογένειας του Let's do it Greece. Η διαδικασία είναι απλή: πρώτα δηλώνεις συμμετοχή στην ιστοσελίδα της εθελοντικής εκστρατείας (<https://letsdoitgreece.org/>) και μετά συμμετέχεις σε μία από τις οργανωμένες δράσεις ή οργανώνεις τη δική σου δράση. Στην ιστοσελίδα επίσης υπάρχουν χρήσιμες πληροφορίες. Ο μεγάλος στόχος είναι μέχρι το 2021 να ευαισθητοποιηθεί το 5% των Ελλήνων με δράσεις σε 3.000 σημεία σε όλη την Ελλάδα.

Ελπίζουμε την επόμενη χρονιά, στη δράση που σίγουρα θα οργανώσουμε, να συμμετέχουμε πάλι όλα τα παιδιά και ακόμη περισσότεροι εθελοντές γιατί πραγματικά **θέλουμε να γίνουμε η αλλαγή που περιμένουμε!**



Ομαδική δουλειά από τα παιδιά του Ε2

Ζέτα Ανδρικοπούλου, Φλωριάννα Μητροπούλου, Χρήστος Τετράδης

Η ΠΡΟΣΤΑΣΙΑ ΤΩΝ ΑΔΕΣΠΟΤΩΝ ΖΩΩΝ

Για να προστατέψουμε τα αδέσποτα ζώα μπορούμε να κάνουμε τα εξής:

- Εάν δούμε ένα αδέσποτο ζώο στον δρόμο, μπορούμε να το πάμε στη φιλοζωική του δήμου μας. Εκεί θα του δώσουν στέγη, φαγητό, νερό και ίσως μία οικογένεια.
- Μπορούμε, εάν έχουμε ελεύθερο χρόνο, να πάμε ως εθελοντές στη φιλοζωική της περιοχής μας. Εκεί μπορούμε να φροντίσουμε τα αδέσποτα ζώα της περιοχής μας και να τα έχουμε σαν δικά μας.
- Εάν δούμε ένα τραυματισμένο αδέσποτο ζώο, το πηγαίνουμε κατευθείαν στο πιο κοντινό κτηνιατρείο.
- Έξω από το σπίτι μας βάζουμε νεράκι σε μπολάκια, ιδιαίτερα όταν έχει πολλή ζέστη, για να δροσίσουμε τους μικρούς μας φίλους. Βάζουμε και τροφή για να μην κινδυνεύουν στο δρόμο ψάχνοντας.
- Καταγγέλλουμε όποιον κακοποιεί ζώο.
- Αν κυκλοφορεί ένα αδέσποτο ζώο στην περιοχή μας, το καλύτερο που μπορούμε να κάνουμε είναι να το πάμε για στείρωση.



ΔΕΝ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΑΥΞΗΘΕΙ Ο ΠΛΗΘΥΣΜΟΣ ΤΩΝ ΑΔΕΣΠΟΤΩΝ ΖΩΩΝ!

Αν ευαισθητοποιηθούμε όλοι μας, θα μπορέσουμε να φτιάξουμε ένα καλύτερο κόσμο για τα ζώα γύρω μας!

Γιώργος Σιόμπολος Βάλια Πουλημένου

ΟΙ ΦΙΛΟΙ ΜΑΣ ΤΑ ΖΩΑ

«Φιλόζωος είναι αυτός που αγαπά τα ζώα ως ελεύθερα πλάσματα και όχι σαν υλικά αγαθά»

Η φιλοζωία σημαίνει την αγάπη του ανθρώπου για τα ζώα. Σε όλους αρέσουν τα σκυλάκια, οι γατούλες και πολλοί έχουμε ένα κατοικίδιο. Για παράδειγμα, έχω ένα καναρίνι. Στα αλήθεια όμως το να είσαι φιλόζωος σημαίνει ότι αγαπάς τα ζώα; Λυπάμαι τα αδέσποτα γατάκια και τους βάζω νερό να πιούν στο δρόμο, αγαπώ το καναρίνι μου και του βάζω κάθε μέρα τροφή στο κλουβί του. Μήπως αυτή η αγάπη είναι όμως εγωιστική;



Τα ζώα χρειάζονται ελευθερία και σεβασμό για αυτό που είναι και νομίζω ότι η αγάπη που δείχνουμε δεν αγκαλιάζει όλα τα ζώα: αγαπάμε το ίδιο τον λύκο και το σκύλο, την αλεπού και την γάτα; Αγάπη σημαίνει να εκτιμάς την ζωή και την ελευθερία των άλλων, άρα για μένα φιλόζωος είναι αυτός που αγαπά τα ζώα ως ελεύθερα πλάσματα και όχι σαν υλικά αγαθά. Πολλές φορές σκέφτομαι αν είναι σωστό που κρατώ το καναρίνι στο κλουβί!

Σγάντζος Ηλίας

ΜΕΡΑ ΑΓΑΠΗΣ ΓΙΑ ΤΑ ΑΔΕΣΠΟΤΑ ΤΗΣ ΠΟΛΗΣ ΜΑΣ

Η **ΦΕ.ΛΥ.ΠΕ** (Φιλοζωική Ένωση Λυκόβρυσης-Πεύκης) διοργάνωσε την Κυριακή 14.04.2019 μία Ημέρα Υιοθεσίας ζώων στην περιοχή μας. Εκεί συναντήσαμε την πρόεδρο της Φιλοζωικής κα. Δέσποινα Αναστασιάδου και δέχτηκε με χαρά να μας μιλήσει για τη δράση της:



κα.
Αναστασιάδου θα θέλαμε να μας πείτε λίγα λόγια για τη σημερινή

δράση της Φιλοζωικής.

Δ. Αναστασιάδου: Η σημερινή ημέρα είναι αφιερωμένη στα αδέσποτα ζώα που δυστυχώς υπάρχουν πολλά στη χώρα μας και γίνεται μια προσπάθεια για να σταματήσουν να ζουν στους δρόμους και να τους βρούμε μία οικογένεια. Εδώ μπορεί να έρθει ο κόσμος που θέλει να υιοθετήσει ένα ζωάκι, να τα δει, αλλά και κάποιοι άλλοι άνθρωποι που ίσως δεν το είχαν σκεφτεί πριν, βλέποντας τα ζωάκια μας εδώ μαζεμένα, να μας πλησιάσουν και να ενδιαφερθούν να υιοθετήσουν ένα ζωάκι.

Γιατί δεν είναι απλό το θέμα, δεν είναι ένα κουτάκι που το παίρνουμε, το αφήνουμε σε μια γωνιά και ξεμπερδέψαμε. Είναι μια ζούλα και θέλει τη φροντίδα του, το τάισμά του, το γιατρό του και τη βόλτα του.



Τι γίνεται με τα ζωάκια που βρίσκονται στο δρόμο;

Δ. Αναστασιάδου: Όταν βρίσκουμε ζωάκια στο δρόμο, τα μαζεύουμε, τα πηγαίνουμε στον κτηνίατρο όπου εκεί γίνονται οι απαραίτητες εξετάσεις. Αν το ζωάκι δεν είναι στερημένο τότε το στερώνουμε και του βάζουμε ένα microchip (ηλεκτρονική ταυτότητα). Έπειτα ψάχνουμε να του βρούμε τους κατάλληλους κηδεμόνες με κοινοποιήσεις στο facebook και μέσα από δράσεις όπως η σημερινή.

Έλενα Σουγιούλ

ΥΙΟΘΕΤΗΣΕ ΖΩΑΚΙ, ΜΠΟΡΕΙΣ!

Μιλώντας με φίλη που αποφάσισε πριν λίγα χρόνια να υιοθετήσει ζωάκια, μαθαίνουμε πώς είναι η ζωή μ'έναν τετράποδο φίλο.

-Πότε υιοθέτησες τα δύο σκυλάκια;

-Υιοθέτησα τα δύο σκυλάκια το 2016.

-Από πού τα υιοθέτησες;

-Από τη φιλοζωική Αλίμου.

-Τι φροντίδα χρειάζονται;

-Χρειάζονται καθημερινό τάισμα, βόλτα, αγάπη, μπάνιο 1 φορά την εβδομάδα και να περνάς χρόνο μαζί τους για να μην μένουν πολλή ώρα μόνα τους στο σπίτι.

-Ποια είναι η διαδικασία για να ολοκληρώσει κάποιος την υιοθεσία ενός αδέσποτου ζώου;

-Πρέπει κάποιος να πάει στην υπεύθυνη να της δείξει το ζωάκι που διάλεξε. Μετά πρέπει να συμπληρώσει μία φόρμα με τα στοιχεία του και τέλος πρέπει να πάει στο αστυνομικό τμήμα και να υπογράψει ένα χαρτί που να δηλώνει ότι υιοθετεί το ζωάκι.

Χριστίνα Σέμπου

ΚΙΝΔΥΝΟΙ ΑΠΕΙΛΗΣ ΔΙΑΦΟΡΩΝ ΖΩΩΝ

Απειλούμενο ονομάζεται κάθε είδος ζωντανού οργανισμού το οποίο απειλείται με εξαφάνιση στο άμεσο μέλλον. Η διεθνής οργάνωση που δραστηριοποιείται για την προστασία των απειλούμενων ειδών είναι η Παγκόσμια Ένωση Προστασίας της Φύσης (IUCN), (World Conservation Union ή International Union for Conservation of Nature and Natural Resources) που ιδρύθηκε το 1948 στο Γκλαντ (Gland) της Ελβετίας. Η IUCN χωρίζει τα απειλούμενα είδη σε τρεις κατηγορίες. Στα είδη που βρίσκονται σε κρίσιμη απειλή (critically endangered), στα είδη που είναι απλώς απειλούμενα (endangered) και τα είδη που είναι εκτεθειμένα (vulnerable).

ΧΕΛΩΝΑ ΚΑΡΕΤΑ ΚΑΡΕΤΑ Η χελώνα καρέτα είναι ένα από τα επτά είδη θαλάσσιων χελωνών που υπάρχουν στον πλανήτη. Ζουν περίπου 100 χρόνια. Οι κυριότερες απειλές που αντιμετωπίζει είναι η οικολογική υποβάθμιση των οικοσυστημάτων που τη φιλοξενούν, η παγίδευση σε αλιευτικά εργαλεία, οι τραυματισμοί από ταχύπλοα, η ηθελημένη θανάτωση από ορισμένους ψαράδες και τα σκουπίδια στη θάλασσα.



ΓΑΛΑΖΙΑ ΦΑΛΑΙΝΑ Αφθονούσαν σχεδόν σε όλους τους ωκεανούς της Γης μέχρι τις αρχές του 20ού αιώνα. Για πάνω από έναν αιώνα, κυνηγήθηκαν σχεδόν μέχρι τον αφανισμό τους από φαλινοθήρες μέχρι που προστατεύθηκαν από τη διεθνή κοινότητα το 1966.



ΚΟΚΚΙΝΟ ΕΛΑΦΙ Είναι το μεγαλύτερο φυτοφάγο ζώο της Ελλάδας. Κάποτε ζούσε σε ολόκληρη σχεδόν την ηπειρωτική Ελλάδα. Μέσα σε λίγες δεκαετίες όμως, οι πληθυσμοί του συρρικνώθηκαν σε τέτοιο βαθμό ώστε το είδος να θεωρείται πλέον «κρίσιμωσ κινδυνεύουν». Στα τέλη του 20ου αιώνα τα ελάφια είχαν περιοριστεί στη χερσόνησο της Σιθωνίας, στην ορεινή περιοχή της Ροδόπης και στην Πάρνηθα. Η κυριότερη απειλή για το ελάφι είναι το λαθραίο κυνήγι καθώς και η απουσία κατάλληλων βιοτόπων..



ΤΟ ΑΛΟΓΟ ΤΟΥ ΠΡΖΕΒΑΛΣΚΙ Πρόκειται για είδος άγριου αλόγου το οποίο ζούσε στη Μογγολία και την Κίνα. Η αιχμαλωσία τους από τους ανθρώπους και η διασταύρωσή τους με άλλα είδη αλόγων μείωσε ραγδαία τον αριθμό τους. Σήμερα μόλις 250 από τα 1.500 εναπομείναντα άλογα Πρζεβάλσκι ζουν ελεύθερα στη φύση.



ΠΟΛΙΚΗ ΑΡΚΟΥΔΑ Η επιστημονική κοινότητα παρατηρεί πως ο ρυθμός εξαφάνισης των ζώων είναι ταχύτερος του αναμενόμενου καθώς δεν βρίσκουν τροφή για να επιβιώσουν. Η Αρκτική υπερθερμαίνεται δύο φορές ταχύτερα από οποιαδήποτε περιοχή στον κόσμο και οι πάγοι, πάνω στους οποίους οι πολικές αρκούδες βρίσκουν την τροφή τους, λιώνουν.



ΛΕΟΠΑΡΔΑΛΗ ΤΟΥ ΧΙΟΝΙΟΥ Ανήκει στα μεγάλα μεγέθους αιλουροειδή, τους πάνθηρες. Είναι από τα ομορφότερα αιλουροειδή και από τους σπανιότερους πάνθηρες, με πληθυσμούς που δεν ξεπερνούν τα 7.000 άτομα παγκοσμίως και, με συνεχή καθοδική τάση. Το είδος κατατάσσεται στα Κινδυνεύοντα σύμφωνα με την λίστα της IUCN.



ΠΑΝΤΑ Μόλις 1.864 γιγάντια πάντα απομένουν ελεύθερα στη φύση σήμερα. Ο πληθυσμός τους είναι πολύ μικρός, όμως το θετικό είναι ότι δείχνει ανοδική πορεία μιας και σήμερα υπάρχουν 40% περισσότερα Γιγάντια πάντα από όσα υπήρχαν το 1980, όταν το WWF ξεκίνησε το πρόγραμμα προστασίας του στην Κίνα. Τα Γιγάντια πάντα μεταναστεύουν συχνά, ακολουθώντας τα μπαμπού. Κάθε 10 με 100 χρόνια, το δάσος μπαμπού μαραίνεται. Τότε, τα Γιγάντια πάντα αναγκάζονται να μετακινηθούν μες στο δάσος. Τα τελευταία χρόνια η διάνοιξη δρόμων και η αποψίλωση των δασών τους για ξυλεία ή για καλλιέργειες, σημαίνει πως η δυνατότητα τους για προσαρμογή έχει περιοριστεί



ΤΣΑΚΑΛΙ Ντροπαλός κάτοικος της ελληνικής υπαίθρου, παρεξηγημένο και κυνηγημένο, το τσακάλι είναι ένα μοναδικό είδος της χώρας μας που απειλείται με εξαφάνιση. Στην Ελλάδα βρίσκεται κυρίως σε Έβρο, Βιστωνίδα-Νέστο, Κερκίνη και κεντρική Μακεδονία, Χαλκιδική, Φωκίδα, Πελοπόννησο και Σάμο



ΦΡΕΝΙΤΙΔΑ...FORTNITE

Το Fortnite είναι ένα ηλεκτρονικό πεδίο μάχης που παίζεται στο διαδίκτυο. Ως παίκτες του, έχουμε την ευκαιρία να γνωρίζουμε τα θετικά και τα αρνητικά του παιχνιδιού.

ΘΕΤΙΚΑ

1. Περνάμε όμορφα με τους φίλους μας και μπορούμε να ερχόμαστε σε επαφή ακόμα και τις καθημερινές και τις ώρες που δεν είμαστε στο σχολείο.
2. Επικοινωνούμε με παιδιά από ξένες χώρες και μιλώντας μαζί τους εξασκούμε τα αγγλικά μας.
3. Είναι ένα παιχνίδι στρατηγικής, μέσω του οποίου σκεφτόμαστε, αποφασίζουμε και συνεργαζόμαστε. Πολλές φορές πρέπει να πάρουμε αποφάσεις πάρα πολύ γρήγορα και να κινηθούμε ταχύτατα.
4. Μας δίνεται η ευκαιρία να δημιουργήσουμε τις δικές μας πίστες και προσκαλούμε τους φίλους μας να περάσουν τις δοκιμασίες της πίστας.
5. Μπορούμε να συνδεθούμε στην πλατφόρμα και να παίξουμε χωρίς να χρειάζεται να ξοδέψουμε χρήματα.
6. Το παιχνίδι έχει πολλά αστεία κοστούμια και μουσικές που μας αρέσουν.



ΑΡΝΗΤΙΚΑ

1. Κάποιες φορές περνούμε υπερβολικά πολύ χρόνο παίζοντας χωρίς να το καταλαβαίνουμε. Έτσι δεν περνούμε τον χρόνο μας δημιουργικά με την οικογένειά μας.
2. Το Fortnite μας κρατάει μέσα στο σπίτι, αντί να συναντιόμαστε με τους φίλους μας στην πλατεία και γενικά σε εξωτερικούς χώρους.
3. Μερικές φορές το παιχνίδι μάς κάνει να θυμώνουμε εύκολα και να μιλάμε άσχημα στους φίλους μας. Υπάρχουν παιδιά που αποξενώνονται.
4. Κάποια παιδιά ξοδεύουν χρήματα για να αγοράσουν κοστούμια και εργαλεία ώστε να τα καταφέρουν καλύτερα.

Σε γενικές γραμμές το Fortnite είναι ένα πολύ διασκεδαστικό παιχνίδι που μοιραζόμαστε με τους φίλους μας, όμως θα πρέπει να παίζουμε με μέτρο.

Χάρης Βλασσόπουλος, Γιώργος Καποδίστριας, Γιώργος Κουκουσάς

Κινητό τηλέφωνο: Φίλος ή Εχθρός

Αποτελεί αναπόσπαστο κομμάτι της καθημερινότητας του σημερινού ανθρώπου, ιδιαίτερα των νέων. Ως τεχνολογικό προϊόν, έχει κερδίσει την εμπιστοσύνη των χρηστών του, "διδεισδύοντας" ακόμη και στα προσωπικά τους δεδομένα. Η κινητή τηλεφωνία φέρνει απίστευτα "κοντά" όσο μακριά και αν είναι τα πρόσωπα. Υπάρχουν ωστόσο **αρνητικές επιδράσεις** από τη χρήση του κινητού τηλεφώνου, οι οποίες είναι:



- Βλάπτει τις κοινωνικές σχέσεις. Πολλοί από εμάς έχουν αντικρίσει μια οικογένεια να τρώει σιωπηλή σε ένα εστιατόριο, πληκτρολογώντας, ψάχνοντας και διασκεδάζοντας με το κινητό τους ο καθένας, χωρίς να ανταλλάσσουν κουβέντα ή βλέμμα. Τα κινητά τηλέφωνα προκαλούν την απουσία τόσων υπέροχων στιγμών, όπως την προσωπική αλληλεπίδραση με έναν άλλο άνθρωπο.
- Με την υπερβολική χρήση, οι ανήλικοι εθίζονται σε μια «τεχνητή» επαφή με τους συνομηλίκους τους, που οδηγεί σε όλο και μεγαλύτερη αίσθηση μοναξιάς.
- Πολλές φορές, η κατάχρηση του κινητού τηλεφώνου οδηγεί σε εξάρτηση τον χρήστη. Το πρόβλημα εντείνεται όταν το άτομο επικεντρώνει και κατευθύνει μεγάλο μέρος της συνολικής του ενέργειας, προσοχής και σκέψης στο κινητό.
- Επιβαρύνεται η σωματική υγεία, κυρίως των ατόμων νεαρής ηλικίας, εξαιτίας της έκθεσής τους στην ακτινοβολία.
- Τυποποιείται η ελληνική γλώσσα, καθώς με τη χρήση συνθηματικών εκφράσεων και συντμήσεων καταργούνται οι κανόνες της γραμματικής και του συντακτικού.
- Η κυριαρχία του κινητού τηλεφώνου στις μέρες μας είναι αναμφισβήτητο γεγονός. Παρ' όλες τις αρνητικές επιδράσεις δεν θα πρέπει να την καταδικάζουμε, απαιτείται να επαναπροσδιορίσουμε τη σχέση μας με αυτή. Η ορθή και λογική χρήση του κινητού τηλεφώνου σίγουρα μπορεί να διευκολύνει τη ζωή του σύγχρονου ανθρώπου.

Αργυρός Νικόλας, Γράος Αβρααμ, Λογοθέτης Κυριάκος

ΣΧΟΛΙΚΟΣ ΕΚΦΟΒΙΣΜΟΣ:

Είδη, αιτίες, συνέπειες και τρόποι αντιμετώπισης

Τα είδη του σχολικού εκφοβισμού

- Σωματική βία
- Ψυχολογική βία
- Σεξουαλική βία
- Λεκτική βία

Γιατί κάποιος μπορεί να ασκεί εκφοβισμό σε κάποιον άλλο;

- Γιατί μπορεί να το έχει βιώσει ο ίδιος από κάποιον/α άλλο/η
- Γιατί μπορεί ο ίδιος/α να δέχεται βία από την οικογένειά του και για αυτό το λόγο να ξεσπάει στους συμμαθητές του/της
- Γιατί μπορεί να αντιγράφει συμπεριφορές των γονέων του

Συνέπειες του εκφοβισμού

- Απομόνωση – Αποξένωση: όταν κάποιος/α κλείνεται στον εαυτό του/της και δεν λέει τα συναισθήματά του σε κανένα, απομακρύνεται από τους άλλους και σιγά σιγά σταματά να κάνει φίλους
- Κατάθλιψη: όταν κάποιος/α νιώθει πάντα στεναχωρημένος/η και δε θέλει να κάνει τίποτα
- Επιθετικότητα: όταν κάποιος/α έχει πάντα νεύρα και θυμώνει με το παραμικρό
- Υποβάθμιση: όταν κάποιος/α νιώθει άσχημα για τον εαυτό του

Τρόποι αντιμετώπισης

Αντί να κάνουμε το ίδιο πράγμα, καλύτερο είναι να το πούμε σε κάποιον ενήλικα που εμπιστευόμαστε. Μπορούμε να το πούμε στους γονείς μας, σε ένα δάσκαλο ή σε ένα φίλο.



Ντίνος Αλεξάκος, Λουίζα Καλλιώρα, Εμμανουέλα Σαλπά



Μια βόλτα στη βιβλιοθήκη

Στην βιβλιοθήκη πήγαμε την ημέρα της Παγκόσμιας Ποίησης . Εκεί μάθαμε να φτιάχνουμε ποιήματα Χαϊκού. Μας διάβασαν επίσης ένα βιβλίο σε σχέση με το πώς αντιλαμβάνεται ο καθένας από εμάς ένα ποίημα.

Η πατάτα

Η πατάτα η Γωγώ
κάνει παρέα με ένα αυγό
και κάνανε παιδάκια, πατατοαγουλάκια!
Αχ, αυτή η πατάτα η Γωγώ,
η πατατοαγουλομάννα ,πω, πω πω!

Η Πετούνια

Ένα κορίτσι η Πετούνια
Κάθισε πάνω σε μια κούνια
Και έκανε κούνια μπέλα
Σαν να ήταν μια μικρή κοπέλα
Αχ αυτή η παιχνιδόχαρη Πετούνια!

Τα κλούβια αυγά

Ένα κορίτσι που ζούσε μακριά
Ήταν μόνο του μέσα στην ερημιά
Έτρωγε μόνο κλούβια αυγά
Και έπαθε ιλαρά
Αχ αυτό το αρρωσιάρικο κορίτσι από την ερημιά

Η μικρή σπάτουλα

Μια σπάτουλα απ' το συρτάρι
Πήγε βόλτα στο φεγγάρι
Και βρήκε τη θεία της τη Λίτσα
Και φάγανε μαζί σουπίτσα
Αχ αυτή η μικρή σπάτουλα από το συρτάρι.

Μελίνα Καραμήτρου, Θεοδόξα Μοτάκη, Αργυρώ Ουγιαρίδη, Άννα Χάλαρη

11^ο Φεστιβάλ Φιλαρμονικών Χορωδιών και Ορχηστρών Ελλάδος

Το Φεστιβάλ Φιλαρμονικών Χορωδιών και Ορχηστρών Ελλάδος πραγματοποιήθηκε στις 3-4-5 Μαΐου στο ΜΕΓΑΡΟ ΜΟΥΣΙΚΗΣ ΑΘΗΝΩΝ. Στο Φεστιβάλ αυτό συμμετείχαν περισσότερες από 50 χορωδίες και ορχήστρες, οι οποίες τραγούδησαν ελληνικά, αγγλικά και αφρικάνικα τραγούδια. Οι πιο πολλές ήταν παιδικές. Όλα τα μέλη του Φεστιβάλ είχαν τη δυνατότητα να βρεθούν στα παρασκήνια του ΜΕΓΑΡΟΥ. Οι χορωδίες έφτασαν στο ΜΕΓΑΡΟ με πούλμαν. Μεταξύ των χορωδιών που συμμετείχαν ήταν και η χορωδία του Π.Ε.Α.Π. Πεύκης - Λυκόβρυσης, της οποίας η μαέστρος είναι η κ. Ελευθερία Βούλγαρη. Η χορωδία αποτελείται από 40 παιδιά περίπου, ηλικίας 6-20 ετών.

Λουίζα Καλλιώρα

Η ΜΗΛΟΠΙΤΑ ΤΗΣ ΓΙΑΓΙΑΣ

Υλικά

½ πακέτο βιτάμ
1 φλυτζάνι ζάχαρη
½ κουτ. της σούπας κανέλα
4 αυγά
4-5 μήλα
Καρύδια
1 ½ φλυτζάνι αλεύρι μαλακό κοσκινισμένο
2 κουταλάκια baking powder
Λίγο αλάτι
½ ποτηράκι κονιάκ



Εκτέλεση

Λιώνουμε το βιτάμ στο ταψί. Πασπαλίζουμε τα μήλα με τη ζάχαρη και την κανέλα και τα στρώνουμε στο ταψί βάζοντας καρύδια στο κενό.

Χτυπάμε τα ασπράδια σε μαρέγκα χρησιμοποιώντας το αλάτι. Χτυπάμε τους κρόκους με τη ζάχαρη και ρίχνουμε σιγά σιγά το κονιάκ και στη συνέχεια το αλεύρι. Αναμιγνύουμε τη μαρέγκα στο χυλό και ρίχνουμε το μείγμα επάνω στα μήλα.

Ψήνουμε στους 180° - 200°.

Λουίζα Καλλιώρα

