

All For kids

05

MAGAZINE



- Κέντρα Ειδικών Θεραπειών

- Κέντρα Εκπαίδευσης

- Δραστηριότητες για παιδιά

- Φύση & Παιδί

- Παιδικό πάρτι



ΔΙΑΤΙΘΕΤΑΙ
ΔΩΡΕΑΝ



ROYAL ACADEMY OF
DANCE

VAGANOVA
education system

- Προετοιμασία για Καλλιτεχνικό σχολείο
- Ανώτερες Επαγγελματικές Σχολές ΚΣΟΤ και Ε.Λ.Σ
- Συμμετοχή & Προετοιμασία σε διαγωνισμούς χορού

Τμήματα:

- Από 3 ετών
- Παιδικά
- Ενηλίκων



ΝΕΟΣ ΧΩΡΟΣ ΣΤΟΝ ΠΕΙΡΑΙΑ

25ης Μαρτίου 47 & Καρύστου 10, Πειραιάς



Δύο σύγχρονοι χώροι γεμάτοι ρυθμό, φαντασία και ενέργεια, όπου από την προσχολική ηλικία μέχρι τους ενήλικες, μπορείς να παρακολουθήσεις μαθήματα σε όλα τα επίπεδα και στυλ.

K-pop,
Commercial
Acrodance

Μπαλέτο
Σύγχρονο
Acrodance

Latin
Salsa
Oriental

Παιδικά ρινε πάρτι γενεδλίων

- ★ Αναλαμβάνουμε τη διασκέδαση και τη διοργάνωση για παιδιά 3-12 ετών
- ★ Χορός, θεματικά παιχνίδια, μουσική
- ★ Με έμπειρους εμπυχωτές, χορογραφίες, μουσική, θεματικά παιχνίδια και ατέλειωτο κέφι.
- ★ Σχεδιάζουμε μαζί τη γιορτή στον χώρο μας



📍 Αθηνάς και Μαλαγαρή 51, Κορυδαλλός, 18120 📍 25ης Μαρτίου 47 & Καρύστου 10, Πειραιάς

☎ 210 4975003 ☎ 210 420 2946 ✉ pennydanceschool@yahoo.gr ✉ pdspiraeus@yahoo.com

📷 pennydanceschool 📘 Penny dance school 🌐 www.pennydanceschool.gr



Θα γίνεις νονός ή νονά;

Τότε, στα καταστήματα Teddy και στο **e-shop μας www.teddykids.gr**, θα βρεις ό,τι χρειάζεσαι για να εντυπωσιάσεις αυτή τη σημαντική μέρα! Από υπέροχα ρούχα για αγόρια και κορίτσια από 0-16 ετών, μέχρι ολοκληρωμένα βαπτιστικά πακέτα που θα κάνουν τη βάπτιση αξέχαστη.

Η συλλογή μας περιλαμβάνει επώνυμες μάρκες όπως Εβίτα, Mayoral, Trax, Joyce και Hashtag, ενώ για τη βάπτιση, διαθέτουμε μοναδικά πακέτα από Makis Tselios, New Life, Guy Laroche και Carousel.

Όλα τα πακέτα είναι εμπνευσμένα από ξεχωριστές θεματικές και περιλαμβάνουν ό,τι χρειάζεται για τη μεγάλη μέρα!

Ανακάλυψε τις καλύτερες τιμές και και κάντε το καλύτερο δώρο!



ΠΑΙΔΙΚΑ - ΒΑΠΤΙΣΤΙΚΑ



Μαθησιακές δυσκολίες

Συμπτώματα – Είδη

Οι μαθησιακές δυσκολίες είναι μια νευρολογική διαταραχή, η οποία προϋπάρχει, αλλά εμφανίζεται προς το τέλος της Α΄ δημοτικού, καθώς το σχολικό περιβάλλον λειτουργεί σαν χώρος μέσα στον οποίο εκφράζονται οι δυσκολίες των παιδιών και χαρακτηρίζεται από διαταραχές στη χρήση της γλώσσας, όπως... προφορική, η γραπτή και στους μαθηματικούς υπολογισμούς.

Συμπτώματα μαθησιακών δυσκολιών

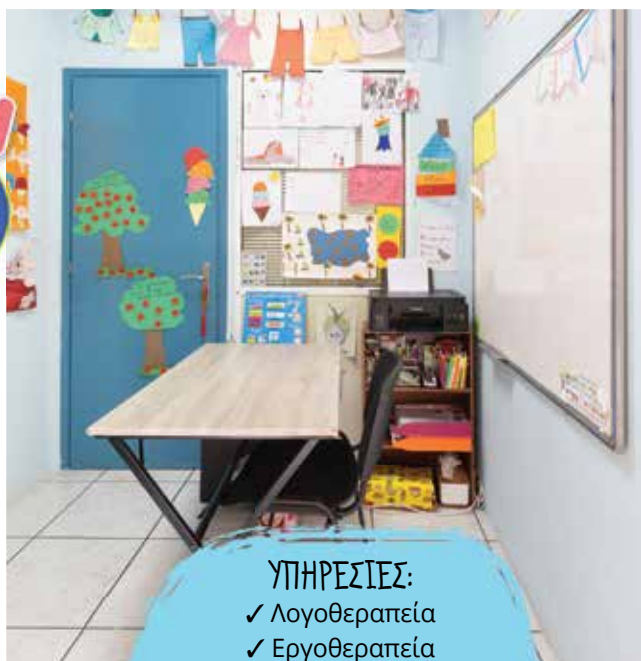
Τα άτομα με μαθησιακές δυσκολίες εμφανίζουν μια σειρά από συμπτώματα τα οποία συνοδεύουν το παιδί σε όλη την πορεία της ζωής του και δεν εξαφανίζονται με το πέρασμα του χρόνου. Τα πιο συχνά είναι:

- Δυσκολία στην αντίληψη – δεξιάς και αριστερής πλευράς – τόσο στον εαυτό του, όσο και στους άλλους.
- Υπερκινητικότητα – με αποτέλεσμα – να μη μπορεί να συγκεντρωθεί σε κάτι για πολλή ώρα
- Δε θυμάται ακριβώς κάτι που του έχουμε πει γιατί ξεχνάει εύκολα
- Δυσκολία στην αλληλουχία γεγονότων και στον προσανατολισμό
- Αντιστροφή γραμμάτων και τοποθέτηση σε λάθος θέση
- Δυσκολία στην ανάγνωση
- Καθυστερημένη γλωσσική ανάπτυξη
- Δυσκολία αντίληψης χρονικών εννοιών
- Δυσκολία στην επεξεργασία πληροφοριών
- Μειωμένη οπτική αντίληψη, η οποία δυσχεραίνει την αντίληψη και διάκριση μορφών, συμβόλων και σχημάτων.
- Δυσκολίες στην αντίληψη, την προσοχή, την κωδικοποίηση και τη συγκράτηση των πληροφοριακών ερεθισμάτων.





Παιχνίδια λόγου & γραφής



Τα **παιχνίδια λόγου και γραφής** έχοντας δέκα χρόνια εμπειρίας στοχεύοντας στην ευτυχία και αρμονία της οικογένειας, δυναμώνοντας την προσωπικότητα και την αυτοπεποίθηση των παιδιών, συμβάλλοντας στην δημιουργία ευτυχισμένων και ανεξάρτητων παιδιών, με κοινωνικές και επικοινωνιακές δεξιότητες.

ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ:

- ✓ Λογοθεραπεία
- ✓ Εργοθεραπεία
- ✓ Ψυχοθεραπεία Παιδιών
- ✓ Μαθησιακές Δυσκολίες
- ✓ Συμβουλευτική Γονέων
- ✓ Παιγνιοθεραπεία
- ✓ Ψυχοθεραπεία Ενηλίκων
- ✓ Παιδοψυχιατρική Εκτίμηση
- ✓ Ψυχομετρικά Τεστ



📍 **Σεπόλια: Δυρραχίου 70**

☎ 210 5140052

✉ sepolia@paixnidialogou.gr

📍 **Περιστερί: Λ. Κωνσταντινουπόλεως 228**

☎ 210- 5785008

✉ info@paixnidialogou.gr

🌐 paixnidialogou.gr

📘 **ΤΑ Παιχνίδια ΤΟΥ ΛΟΓΟΥ**



Στο Κεντρο Πρόληψης και Θεραπείας Παιδιών και Εφήβων «Λόγος και Κίνηση» στον Πειραιά, προσφέρουμε εξειδικευμένες υπηρεσίες για παιδιά και εφήβους, με στόχο την ολιστική υποστήριξη της γλωσσικής, γνωστικής και ψυχολογικής ανάπτυξης. Με αγάπη, εμπειρία και επιστημονική γνώση, βοηθάμε κάθε παιδί να αναπτύξει τις δεξιότητές του, να ξεπεράσει δυσκολίες και να βρει τον δικό του μοναδικό δρόμο εξέλιξης. Έχουμε δημιουργήσει ένα ζεστό και υποστηρικτικό περιβάλλον, όπου τα παιδιά και οι έφηβοι μπορούν να αναδείξουν τις ικανότητές τους και οι γονείς να βρουν την υποστήριξη που αποζητούν.

Η διεπιστημονική ομάδα μας, αποτελούμενη από λογοθεραπευτές, ψυχολόγους, εργοθεραπευτές και ειδικούς παιδαγωγούς, συνεργάζεται στενά με γονείς, παιδαγωγούς και παιδίατρους με στόχο:

- **πρώιμη διάγνωση και πρόληψη**
- **εξατομικευμένα θεραπευτικά προγράμματα**
- **υποστήριξη σε διαταραχές όπως:**
- **δυσλεξία, δυσγραφία, δυσαρθρία, διαταραχές λόγου**
- **διαταραχές προσοχής / υπερκινητικότητα (ADHD)**
- **αισθητηριακές / κινητικές δυσκολίες**
- **ψυχολογική υποστήριξη**



Στο «Λόγος και Κίνηση», η φροντίδα ξεκινά από την πρώτη στιγμή, με σεβασμό στην ξεχωριστή προσωπικότητα κάθε παιδιού, γιατί πιστεύουμε ότι **ΚΑΘΕ ΜΙΚΡΟ ΒΗΜΑ ΕΙΝΑΙ ΜΙΑ ΜΕΓΑΛΗ ΝΙΚΗ**

Μαζί μπορούμε να ανοίξουμε τον δρόμο για ένα φωτεινό μέλλον. Επενδύουμε στο χαμόγελο του παιδιού, γιατί μόνο αυτό μετράει.

Ώρες λειτουργίας: 09:00-21:00, Δευτέρα - Παρασκευή

📍 Ακτή Τρυφωнос Μουτσοπούλου 4, Πασαλιμάνι, Πειραιάς 📞 210-4130142 🌐 logoskinisi.gr



Είδη μαθησιακών δυσκολιών

Δυσλεξία

Η δυσλεξία αναφέρεται ως δυσκολία στην επεξεργασία του γραπτού λόγου με αποτέλεσμα να υπάρχει δυσκολία στην ανάγνωση και στην εκμάθηση της ορθογραφίας των λέξεων. Σε αντίθεση με άλλες διαταραχές, η δυσλεξία είναι πολύ πιθανό να είναι κληρονομική.

Χρειάζεται ιδιαίτερο τρόπο διδασκαλίας, αλλά τα άτομα αυτά είναι πολύ χαρισματικά και επομένως τα παιδιά με δυσλεξία:

- Δυσκολεύονται στην ανάγνωση, η οποία είναι συλλαβιστή
- Προσθέτουν φωνήματα συλλαβές ή λέξεις κατά την ανάγνωση
- Συγχέουν γράμματα ή λέξεις, όταν μοιάζουν ακουστικά ή οπτικά μεταξύ τους (α→ο, β→Δ, μόνος→νόμος κλπ)

- Χάνουν τη σειρά καθώς διαβάζουν
- Αδυνατούν να κατανοήσουν και να αφηγηθούν αυτό που διαβάζουν
- Εμφανίζουν «καθρεφτική ανάγνωση» (φως/σώφ, Αχ, χα)
- Κάνουν πολλά ορθογραφικά λάθη

Δυσαριθμσία

Είναι δυσκολία στην εκμάθηση μαθηματικών εννοιών και δεξιοτήτων. Η δυσαριθμσία μπορεί να είναι:

Αναπτυξιακή-εξελικτική, όταν εμφανίζεται στο αρχικό στάδιο εκμάθησης μαθηματικών εννοιών του παιδιού

Επίκτητη, όπου το άτομο έχει έρθει για κάποιο διάστημα σε επαφή με τις μαθηματικές έννοιες, αλλά με το πέρασμα του χρόνου χάνει αυτή τη δεξιότητα.

Τα παιδιά με δυσαριθμσία εμφανίζουν:

- Δυσκολία στην τέλεση μαθηματικών πράξεων και στην αντίληψη ποσοτικών εννοιών και μεγεθών.
- Σύγχυση των εννοιών δεξιά και αριστερά





Το "Little Dots" είναι ένας χώρος αγάπης, αποδοχής και ανάπτυξης για όλα τα παιδιά. Με επιστημονική εποπτεία και ασφαλιστική κάλυψη, προσφέρουμε ολοκληρωμένη υποστήριξη σε παιδιά και οικογένειες.

Υπηρεσίες μας:

- ★ Πρωινό Πρόγραμμα Πρώιμης Παρέμβασης
- ★ Λογοθεραπεία & Θεραπεία Σίτισης
- ★ Εργοθεραπεία
- ★ Ψυχοθεραπεία
- ★ Ειδικό Παιδαγωγικό
- ★ Πρόγραμμα Δεξιότητες Ζωής (αυτονομία & κοινωνικές δεξιότητες σε πραγματικές συνθήκες)
- ★ Ομάδες Θεατρικής Αγωγής, Αισθητηριακού Παιχνιδιού & Συναισθηματικής Αγωγής
- ★ Συμβουλευτική & Εκπαίδευση Γονέων
- ★ Ομάδες Γονέων

Το "Little Dots" είναι δίπλα σε κάθε παιδί, ενισχύοντας την αυτοπεποίθηση, την ανεξαρτησία και τη χαρά της μάθησης.

📍 **Γρηγορίου Λαμπράκη 31, Ασπρόπυργος** ☎ 210 5574857
 ✉ hello@littledots.gr
 📷 [paidagogiko_littledots](https://www.instagram.com/paidagogiko_littledots)
 🌐 www.littledots.gr



Απο-ΨΥ

ΧΩΡΟΣ ΕΚΦΡΑΣΗΣ ΠΑΙΔΙΩΝ-ΕΦΗΒΩΝ-ΕΝΗΛΙΚΩΝ

Στο γραφείο μας, με σεβασμό και φροντίδα για κάθε άνθρωπο, προσφέρουμε ολοκληρωμένες υπηρεσίες που καλύπτουν τις ανάγκες παιδιών, εφήβων και ενηλίκων:

- * **Ατομική & Ομαδική Ψυχοθεραπεία Ενηλίκων**
- * **Συμβουλευτική Υποστήριξη σε γονείς**
- * **Ψυχοθεραπεία Παιδιών & Εφήβων (ατομική & ομαδική)**
- * **Λογοθεραπεία**
- * **Εργοθεραπεία**
- * **Ειδική Διαπαιδαγώγηση**
- * **Σχολική Μελέτη**

Με επαγγελματισμό, επιστημονική γνώση και ανθρωπιά, δημιουργούμε ένα ασφαλές περιβάλλον όπου κάθε άτομο μπορεί να αναπτυχθεί, να ενδυναμωθεί και να προχωρήσει με αυτοπεποίθηση.

Γέλωνος 11, Λυκαβηττός, Αθήνα

☎ 2114141521 ✉ apo-psy@outlook.com

🌐 www.apo-psy.gr 📷 apo_psy 📘 Apo-psy



– Εμμονή στο μέτρημα με δάχτυλα

Δυσγραφία

Είναι διαταραχή η οποία χαρακτηρίζεται από δυσκολίες στη γραφή. Τα παιδιά με αυτή τη διαταραχή σχηματίζουν γράμματα με λάθος μέγεθος ή κατεύθυνση, ενώ οι λέξεις τους έχουν σχεδόν πάντα ορθογραφικά λάθη.

Τα παιδιά με δυσγραφία:

- Δεν τοποθετούν τα γράμματα επάνω στη γραμμή.
- Τα γράμματα τους είναι δυσανάγνωστα, καθώς ασκούν μεγάλη πίεση στο μολύβι.
- Το γράψιμο τους είναι πολύ αργό
- Δεν αφήνουν κενά ανάμεσα στις λέξεις με αποτέλεσμα να μην έχουν νόημα αυτά που γράφουν.

Δυσαναγνώσια

Στη διαταραχή αυτή μεγάλο ρόλο παίζει η επεξεργασία ανάμεσα σε αυτό που διαβάζουμε και σε αυτό που γράφουμε. Συνήθως οφείλεται σε

ανικανότητα του εγκεφάλου να επεξεργαστεί τα οπτικά ερεθίσματα ενός κειμένου. Υπάρχει όμως και η πιθανότητα να οφείλεται σε κάποια φωνολογική διαταραχή του παιδιού, όπου αδυνατεί να αποκωδικοποιήσει τους ήχους. Πολύ σημαντική στο στάδιο αυτό είναι η παρέμβαση του λογοθεραπευτή.

Δυσορθογραφία

Είναι διαταραχή της ορθογραφίας και των κανόνων που τη διέπουν η οποία συχνά συνοδεύει τη δυσλεξία αλλά μπορεί να υπάρχει κ μόνη της. Αφορά τη δυσκολία της γραφής στο επίπεδο λέξης, πρότασης και σύνταξης παραγράφου.

Τα παιδιά με δυσορθογραφία:

- Προσθέτουν η παραλείπουν γράμματα.
- Αντιστρέφουν φωνήεντα, σύμφωνα, ή και ολόκληρη τη λέξη.
- Κάνουν ορθογραφικά λάθη και στη θεματική και στην καταληκτική ορθογραφία
- Δυσκολεύονται να αντιληφθούν ομόηχες λέξεις
- Η χρήση γραμμάτων σε λέξεις ίδιου ήχου είναι λανθασμένη (αυτί,αφτι)



**Τα Κέντρα Παθολογίας
Λόγου και Ομιλίας
«ΕΥΜΑΘΕΙΑ»** λειτουργούν
από το 1997.

Το επιστημονικό τους προσωπικό αποτελείται από
εξειδικευμένους επαγγελματίες, αποφοίτους ανώτερων
και ανώτατων εκπαιδευτικών ιδρυμάτων.

Η αποστολή μας είναι να παρέχουμε υψηλής
ποιότητας υπηρεσίες σε παιδιά και ενήλικες που
αντιμετωπίζουν:

- ✧ Διαταραχές λόγου, ομιλίας και φωνής
- ✧ Δυσλεξία και μαθησιακές δυσκολίες
- ✧ Αισθητηριακές δυσκολίες
- ✧ Νευρολογικές παθήσεις
- ✧ Αναπτυξιακές διαταραχές
- ✧ Διάχυτες αναπτυξιακές διαταραχές
- ✧ Διαταραχές σίτισης και κατάποσης
- ✧ Κώφωση
- ✧ Ενισχυτική μελέτη



📍 Δοϊράνης 87 & Δαβάκη - Καλλιθέα

☎ 2109599439

🌐 www.eumatheia.gr

📘 Ευμάθεια Κέντρο Λογοθεραπείας

✉ eumatheia@hotmail.com

Πώς να κάνετε το διάβασμα. παιχνίδι!

Ας
είμαστε ειλικρινείς. Τα περισσότερα παιδιά δεν βλέπουν το διάβασμα ως την πιο συναρπαστική δραστηριότητα της ημέρας. Για τα μάτια τους, είναι κάτι που στέκεται «εμπόδιο» στο παιχνίδι, στις βόλτες, στις αγαπημένες σειρές ή στο τάμπλετ. Το αποτέλεσμα; Άρνηση, βαρεμάρα και πολλές φορές μικρές μάχες στο σπίτι. Κι όμως, το διάβασμα δεν χρειάζεται να είναι ένας γολγοθάς. Με λίγη φαντασία, μπορεί να μετατραπεί σε κάτι ευχάριστο, σε μια περιπέτεια που θυμίζει παιχνίδι. Το κλειδί είναι να αλλάξει ο τρόπος που το παιδί το βιώνει και να το συνδέσει με θετικά συναισθήματα.



Το παιχνίδι μπαίνει στο μάθημα

Κανένα παιδί δεν αντιστέκεται στο παιχνίδι. Αν το διάβασμα μπορεί να πάρει έστω λίγα στοιχεία παιχνιδιού, το ενδιαφέρον αλλάζει. Ένας τρόπος είναι τα ερωτηματολόγια σε στυλ τηλεπαιχνιδιού. Ένας άλλος, οι κάρτες μνήμης όπου οι απαντήσεις βρίσκονται στο πίσω μέρος. Ακόμα και το να γυρίσεις τον ρόλο και να αφήσεις το παιδί να σε «διδάξει» σαν να ήταν δάσκαλος, είναι ένας διασκεδαστικός τρόπος να εμπεδώσει τη γνώση. Όταν γελάει και νιώθει ενεργό μέσα στη διαδικασία, η μάθηση γίνεται αβίαστα.

Οι μικρές νίκες αξίζουν αναγνώριση

Για να αποκτήσει ένα παιδί διάθεση να συνεχίσει, χρειάζεται να νιώσει ότι προχωρά. Αν περιμένει να δει αποτέλεσμα μόνο στο τέλος της χρονιάς ή στις εξετάσεις, θα χάσει το κίνητρο. Η επιβράβευση των μικρών βημάτων είναι το μυστικό. Μπορεί να είναι ένα «μπράβο» για τις σωστές ασκήσεις, ένα «τα κατάφερες» για τις λέξεις που έμαθε ή ακόμα και μια μικρή αγκαλιά όταν τελειώνει κάτι δύσκολο. Η αυτοπεποίθηση χτίζεται κομμάτι-κομ-

μάτι και κάθε μικρή νίκη έχει τη σημασία της.

Φαντασία πάνω από αποστήθιση

Η φαντασία είναι το δυνατότερο εργαλείο ενός παιδιού και μπορεί να χρησιμοποιηθεί στη μάθηση. Στην ιστορία, οι ήρωες μπορούν να γίνουν χαρακτήρες ενός θεατρικού παιχνιδιού. Στη γεωγραφία, κάθε χώρα μπορεί να συνδέεται με ένα φανταστικό ταξίδι. Στα μαθηματικά, οι αριθμοί μπορούν να γίνουν φιγούρες που μιλούν και λύνουν γρίφους. Όταν το παιδί βάζει εικόνες, σενάρια και συναισθήματα στη γνώση, αυτή παύει να είναι κάτι άψυχο και αποκτά ζωή.

Τεχνολογία με ισορροπία

Δεν υπάρχει λόγος να δαιμονοποιούμε την τεχνολογία. Αντίθετα, μπορεί να γίνει πολύτιμο εργαλείο. Υπάρχουν εφαρμογές και παιχνίδια που κάνουν τη γραμματική, τη γεωγραφία ή τα μαθηματικά διασκεδαστικά. Υπάρχουν βίντεο που εξηγούν δύσκολες έννοιες με τρόπο πιο απλό και φιλικό. Το μυστικό όμως είναι το μέτρο. Όταν η οθόνη χρησιμοποιείται με σαφή όρια και σκοπό, τότε βοηθά. Όταν γίνεται ανεξέλεγκτη, χάνεται η ισορροπία.

ΞΕΝΕΣ ΓΛΩΣΣΕΣ



A Great Place to Learn



Με την Hello
Education,
το όνειρό σου
γίνεται γνώση!

* Εξειδικευμένα
προγράμματα
επουδών

* Ευέλικτες
επιλογές
παρακολούθησης

* Υποστήριξη
που εμπνέει

Μην αφήνεις τίποτα στην τύχη — επένδυσε στο μέλλον σου σήμερα!

helloeducation.gr



Στον ονειρεμένο χώρο του κέντρου, τα παιδιά συνδυάζουν την ψυχαγωγία με την εκπαίδευση και το ελεύθερο παιχνίδι.

Μέσα από διαφορετικά ερεθίσματα από το χώρο της Τέχνης, της Μουσικής, του Αισθητηριακού Παιχνιδιού, της Μαγειρικής, της Φύσης, να αποκτήσουν σφαιρικές γνώσεις, κριτική άποψη, να μάθουν, να προβληματιστούν αλλά και να κοινωνικοποιηθούν.



Τζων Κέννεντυ 32-34, Καισαριανή

+30 211 4110109 +30 6970678566

irida.kids@gmail.com www.xromatatisiridas.gr

Τα Χρώματα της Ίριδας ta_xrwmata_tis_iridas



Φροντιστήριο Ξένων Γλωσσών

Στο Φροντιστήριο Ξένων Γλωσσών «TOMH στη γνώση», η μάθηση γίνεται διασκέδαση!

Τα παιδιά σας μπορούν να επιλέξουν ανάμεσα σε Αγγλικά, Γαλλικά, Κινέζικα, Γερμανικά, Ισπανικά και Αραβικά, αποκτώντας πολύτιμες γνώσεις για το μέλλον τους.

Παρέχουμε επίσης Κέντρο Μελέτης και Ανάγνωσης για τους μαθητές των ξένων γλωσσών του φροντιστηρίου μας για τις τάξεις του Δημοτικού. Επίσης, στα μαθήματα Ρομποτικής δημιουργούμε ρομποτάκια και τους δίνουμε ζωή.

Ειρήνης 26, Ηλιούπολη, 694 558 5811

tomi.sti.gnosi@gmail.com

TOMH στη γνώση tomi_sti_gnws

GO LAB ACADEMY
EDUCATION ONLINE

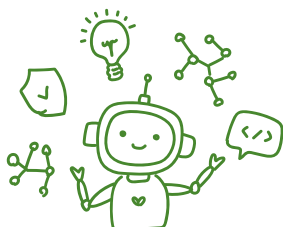
ΤΟ E-SHOP ΤΗΣ ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΚΗΣ ΜΑΘΗΣΗΣ!

- Μαθήματα σε βίντεο για σερ ρομποτικής
- Εκπαιδευτικά ρομπότ & παιχνίδια
- Σούπερ προϊόντα - Σούπερ τιμές!

ΧΤΙΣΕ

ΠΑΙΞΕ

ΜΑΘΕ



golabacademy.gr@gmail.com

6977421398 | 6944140426

golabacademy.com

Go Lab Academy

golabacademy



GO LAB ACADEMY
EDUCATION ONLINE

Απόκτησε το αγαπημένο σου

ΚΙΤ ΡΟΜΠΟΤΙΚΗΣ

+ Μάθημα σε βίντεο ΔΡΟΠ!



WEDO 2.0
ΜΑΘΗΜΑΤΑ
ΡΟΜΠΟΤΙΚΗΣ
ONLINE

FREE





Πρότυπο – Φροντιστήριο

Με εφόδια το άριστο εκπαιδευτικό προσωπικό, το σύγχρονο και άρτιο εκπαιδευτικό υλικό, τον λειτουργικό, ασφαλή και αισθητικά προσεγμένο χώρο, την εμπειρία και την αγάπη για τα παιδιά, το φροντιστήριο μέσης εκπαίδευσης «Πρότυπο» στηρίζει με κάθε τρόπο τους μαθητές και τους γονείς τους με συνέπεια, υπευθυνότητα και ειλικρίνεια.

- Καθημερινή Μελέτη δημοτικού και γυμνασίου • Γυμνάσιο
- Λύκειο (όλες οι κατευθύνσεις) • ΕΠΑ.Λ. • Εκμάθηση - Πιστοποίηση ψηφιακών δεξιοτήτων (πιστοποίηση υπολογιστών).



Με ιδιαίτερη χαρά, ανακοινώνουμε την ίδρυση του νέου μας εκπαιδευτηρίου «Πρότυπο», στην περιοχή των Σπάτων. Επιδίωξη μας είναι να παρέχουμε και στους μαθητές της πόλης των Σπάτων ολοκληρωμένες και υψηλού επιπέδου εκπαιδευτικές υπηρεσίες.

ΠΡΟΤΥΠΟ ΑΡΤΕΜΙΔΑΣ: 📍 Λ. Αρτέμιδος & Αύρας 17 📞 2294084874
ΠΡΟΤΥΠΟ ΣΠΑΤΩΝ: 📍 Βασιλέως Παύλου 49 📞 2106633590



Δραστηριότητες για παιδιά:

Μάθηση, ψυχαγωγία & δημιουργικότητα

Η παιδική ηλικία είναι η πιο γόνιμη περίοδος για εξερεύνηση, παιχνίδι και μάθηση. Είναι η φάση όπου η περιέργεια βρίσκεται στο αποκορύφωμά της και κάθε εμπειρία μετατρέπεται σε γνώση. Σήμερα, οι επιλογές για δραστηριότητες που μπορούν να γεμίσουν δημιουργικά τον χρόνο των παιδιών είναι πολλές και ποικίλες, συνδυάζοντας διασκέδαση με εκπαίδευση, ανάπτυξη δεξιοτήτων με χαρά, και φαντασία με συνεργασία.

Παιδότοποι

Οι παιδότοποι αποτελούν έναν από τους πιο αγαπημένους προορισμούς για τα μικρά παιδιά. Εκεί έχουν την ευκαιρία να παίξουν ελεύθερα, να τρέξουν, να σκαρφαλώσουν, να πειραματιστούν με το σώμα τους και να γνωρίσουν νέους φίλους. Οι ασφαλείς κατασκευές, οι τσουλήθρες, οι τραμπάλες και τα δημιουργικά παιχνίδια ενισχύουν όχι μόνο την κίνηση, αλλά και τη φαντασία.

Κατασκήνωση

Η ζωή σε κατασκήνωση μαθαίνει στα παιδιά αξίες όπως η υπευθυνότητα, η αυτάρκεια και η ομαδικότητα, ενώ ταυτόχρονα τους δίνει την ευκαιρία να ξεφύγουν από την καθημερινή ρουτίνα. Η επαφή με το φυσικό περιβάλλον καλλιεργεί την αγάπη για τη φύση, την προστασία του περιβάλλοντος και την αίσθηση της ελευθερίας.

Λέσχες ρομποτικής

Η ρομποτική έχει γίνει πλέον προσιτή και συναρπαστική ακόμα και για παιδιά μικρής ηλικίας. Μέσα από ειδικές λέσχες και εκπαιδευτικά εργαστήρια, τα παιδιά γνωρίζουν τον κόσμο της τεχνολογίας και της μηχανικής. Δημιουργούν τα δικά τους ρομπότ, μαθαίνουν να τα προγραμματίζουν και βλέπουν στην πράξη πώς λειτουργούν οι μηχανισμοί.

Μαθήματα αστρονομίας

Ο ουρανός πάντα γοήτευε τους ανθρώπους, και

σήμερα πολλά εκπαιδευτικά κέντρα προσφέρουν μαθήματα αστρονομίας ειδικά για παιδιά. Μέσα από τηλεσκόπια, διαδραστικά σεμινάρια, παιχνίδια γνώσεων και βραδινές παρατηρήσεις, οι μικροί εξερευνητές μαθαίνουν για τα άστρα, τους πλανήτες, τους γαλαξίες και τα μυστήρια του σύμπαντος.

Η αστρονομία καλλιεργεί την επιστημονική περιέργεια, την ικανότητα παρατήρησης και την αγάπη για την έρευνα. Τα παιδιά μαθαίνουν να θέτουν ερωτήματα για τον κόσμο γύρω τους και να αναζητούν απαντήσεις, κάτι που αποτελεί θεμέλιο για κάθε επιστημονική σκέψη. Παράλληλα, η επαφή με το μέγεθος και την ομορφιά του σύμπαντος τα βοηθά να αναπτύξουν μια αίσθηση θαυμασμού και ταπεινότητας.

Κέντρα ψυχαγωγίας

Οι πολυχώροι ψυχαγωγίας προσφέρουν δραστηριότητες για όλες τις ηλικίες, συνδυάζοντας δημιουργικά εργαστήρια, αθλητικά παιχνίδια, μουσική, χορό και θεατρικές παραστάσεις. Εκεί, τα παιδιά μπορούν να απασχοληθούν με ασφάλεια και χαρά, ενώ οι γονείς έχουν την ευκαιρία να απολαύσουν τον χρόνο τους γνωρίζοντας ότι τα παιδιά βρίσκονται σε έναν ελεγχόμενο χώρο.

Escape Rooms

Τα escape rooms για παιδιά αποτελούν μια συναρπαστική εμπειρία γεμάτη μυστήριο και συνεργασία. Μέσα από γρίφους, σενάρια μυστηρίου και





**ΣΧΟΛΕΙΟ
ΑΣΤΡΟΝΟΜΙΑΣ**
ΕΝΑΣΤΡΟΝ ΚοινΣΕπ



Σχολείο Αστρονομίας ΕΝΑΣΤΡΟΝ

Στο **ΕΝΑΣΤΡΟΝ** τα παιδιά και οι έφηβοι ανακαλύπτουν τον κόσμο της Αστρονομίας, της Αστροφυσικής, της Κοσμολογίας και της Διαστημικής μέσα από μαθήματα γεμάτα φαντασία και γνώση.

Με παρατηρήσεις τηλεσκοπίου, δράσεις στον «Κήπο των Αστεριών» και πρόσβαση σε πλούσιο υλικό, οι μαθητές μαθαίνουν να αναγνωρίζουν τον ουρανό, να παρακολουθούν τις επιστημονικές εξελίξεις και να ονειρεύονται το μέλλον ανάμεσα στα άστρα.

Δια ζώσης στη Λάρισα ή online, το ταξίδι ξεκινά εδώ!



 **Πάρκο Καινοτομίας JOIST, Τριπόλεως & Βαλτετσίου, Λάρισα**
 698 3512219  info@enastron.org  www.enastron.org

MASTERMIND

— ENTER THE GAME —

ESCAPE ROOMS

Δωμάτια απόδρασης, παιχνίδια μυστηρίου, γρίφοι που... ταξιδεύουν (και σε ταξιδεύουν), πάρτυ, εκδηλώσεις (για παιδιά και μεγάλους) και άλλα πολλά, περιμένουν εσένα και την παρέα σου. Χρησιμοποίησε λογική και παρατηρητικότητα, λειτούργησε ομαδικά, σκέψου γρήγορα και φέρε εις πέρας την ...αποστολή!

Το Mastermind έχει δημιουργηθεί για να φιλοξενήσει δωμάτια απόδρασης και φορητά παιχνίδια(ψυχαγωγικού και εκπαιδευτικού χαρακτήρα),εκδηλώσεις, σεμινάρια και παρουσιάσεις, με κύριο άξονα το...μυστήριο.



📍 Καρόρη 6, Αθήνα 📞 2130344986

📍 Εθνάρχου Μακαρίου 28, Περιστέρι

📞 2130482219

📱 themastermind.gr 🌐 Mastermind

🌐 www.themastermind.gr



Στο Lionkids.gr τα παιδιά βρίσκουν το ιδανικό τους στυλ με άνεση, χρώμα και διασκέδαση.

Για τα κορίτσια, τα Lelli Kelly φέρνουν λάμψη, ενώ οι μικρές fashionistas θα λατρεύουν τις επιλογές από Disney.

Για τα αγόρια, τα Bull Boys με φωτάκια και δεινόσαυρους προσφέρουν διασκέδαση, ενώ τα Puma αθλητικά συνδυάζουν άνεση και μοντέρνο design. Τα Skechers με φωτάκια ενθουσιάζουν με μονόκερους, γοργόνες και οχήματα, ενώ τα Fila είναι ιδανικά για το σχολείο με ανατομικούς memory foam πάτους.



📍 Ασπροποτάμου 27, Άγιος Δημήτριος 📞 +30 698 975 2763

✉ info@lionkids.gr 🌐 www.lionkids.gr

📱 @lionkids.gr 📷 lionkids.gr 📺 @lionkidsgr



Μουσείο Πειραμάτων Η επιστήμη ζωντανεύει

Στο Μουσείο Πειραμάτων, τα παιδιά γίνονται πρωταγωνιστές της επιστήμης! Μέσα από διαδραστικά πειράματα και δημιουργικές δραστηριότητες, ανακαλύπτουν τη φυσική, τη χημεία και τη βιολογία με διασκεδαστικό και βιωματικό τρόπο.

Τι προσφέρουμε:

- ✓ Διαδραστικά πειράματα και εργαστήρια για όλες τις ηλικίες.
- ✓ Εκπαιδευτικά προγράμματα STEM που υποστηρίζουν το σχολικό πρόγραμμα και καλλιεργούν τη δημιουργικότητα και τη συνεργασία.
- ✓ Θεματικά εργαστήρια και επιστημονικά πάρτι, για ψυχαγωγία και μάθηση ταυτόχρονα.
- ✓ Συνεργασία με σχολεία και εκπαιδευτικούς, με προσαρμοσμένες επισκέψεις.

Εδώ, τα παιδιά πειραματίζονται, ανακαλύπτουν και μαθαίνουν μέσα από τη δράση, ενώ γονείς και εκπαιδευτικοί βλέπουν την επιστήμη να ζωντανεύει μπροστά στα μάτια τους.

📍 Συμβρισαρίου 6 Καισαριανή 📍 Θάλας 3 Άγιος Δημήτριος

☎ 2107210105, 2107610038, 2109761030

✉ info@mouseiopeiramaton.gr 🌐 www.mouseiopeiramaton.gr

μουσείο
πειραμάτων





**Καθημερινά
ένα πάρτι σάς
περιμένει στον
παιδότοπο**

**«Μαγεμένος
βυθός» στη Θεσσαλονίκη!**

**Ένας χώρος διασκέδασης, χαλάρωσης και χαρά για
μικρούς και μεγάλους.**

Ο πολύ ξεχωριστός παιδότοπος με την στριφογυριστή τσουλήθρα, το φουσκωτό και τις υπόλοιπες κατασκευές, ξετρελαίνει όλους τους μικρούς μας φίλους. Διαθέτει ξεχωριστό χώρο junior για μικρότερες ηλικίες και δωρεάν ασύρματο Internet. Το προσωπικό είναι άρτια εκπαιδευμένο και οι χώροι τηρούν όλους τους κανονισμούς υγιεινής.

Ο όμορφος παιδότοπος είναι ιδανικός για παιδικά πάρτι και εκδηλώσεις, προσφέροντας μεγάλη ποικιλία μενού σε πολύ προσιτές τιμές. Επίσης παρέχει δωρεάν προσκλήσεις, facepainting και κουκλοθέατρο.

📍 Βούλγαρη & Δημ. Γληνού 32, Θεσσαλονίκη 📞 2311 24 2204, 6931 186674, 6934 135486

✉️ magemenosvythos2018@outlook.com 🌐 Παιδοτοπος Μαγεμένος Βυθός



αποστολές, τα παιδιά αναπτύσσουν κριτική σκέψη, φαντασία και ομαδικό πνεύμα. Η δραστηριότητα αυτή καλλιεργεί τη δημιουργική επίλυση προβλημάτων και ενισχύει τη συνεργασία, αφού η επιτυχία εξαρτάται από την αλληλεπίδραση της ομάδας.

Μουσεία

Τα μουσεία έχουν εξελιχθεί σε ζωντανά κέντρα μάθησης. Σήμερα, πολλά μουσεία προσφέρουν ειδικά παιδικά προγράμματα, διαδραστικές εκθέσεις και εργαστήρια που ενθαρρύνουν τη συμμετοχή. Μέσα από παιχνίδια ρόλων, πειράματα,

ξεναγήσεις και δημιουργικές δραστηριότητες, τα παιδιά ανακαλύπτουν την ιστορία, την τέχνη, την επιστήμη και τον πολιτισμό με τρόπο βιωματικό.

Χορός

Ο χορός είναι μια δραστηριότητα που χαρίζει χαρά, αυτοπεποίθηση και ευεξία. Τα παιδιά μέσα από τον χορό εκφράζονται δημιουργικά, μαθαίνουν να ακολουθούν ρυθμούς, να συνεργάζονται και να αποκτούν σωματική αρμονία.

Είτε πρόκειται για μπαλέτο, μοντέρνο χορό, παραδοσιακούς ή street dance, κάθε είδος δίνει την ευκαιρία στα παιδιά να ανακαλύψουν διαφορετικές πτυχές του εαυτού τους. Παράλληλα, καλλιεργούν πειθαρχία, υπομονή και καλλιτεχνική φαντασία.



DreamHouse:
Ένα δεύτερο
σπίτι για όλη την
οικογένεια



Πρωινή φροντίδα

Καθημερινά ανοιχτά με παιδαγωγό, για να παίζουν τα παιδιά με ασφάλεια και οι γονείς να αξιοποιούν τον χώρο μας το πρωί, δουλεύοντας ή χαλαρώνοντας, ενώ τα παιδιά περνούν όμορφα τον χρόνο τους.

Δημιουργικά απογεύματα

Κάθε εβδομάδα νέες δραστηριότητες δημιουργικής απασχόλησης : εργαστήρια, κατασκευές, παιχνίδια και θεματικές εμπειρίες που ενθουσιάζουν τους μικρούς μας φίλους.

Τιροτές & εκδηλώσεις

Από γενέθλια και βαφτίσεις μέχρι εταιρικά events, στον χώρο μας ή εκτός, σχεδιάζουμε κάθε στιγμή με φαντασία και προσοχή στη λεπτομέρεια.

Στο DreamHouse δεν ερχόμαστε απλώς για παιχνίδι. Ερχόμαστε για εμπειρίες που γεμίζουν την οικογένεια χαρά και εμπιστοσύνη.



📍 Νικ. Πλαστήρα 48, Νέα Σμύρνη 171 21

☎️ +30 2109335013, 6944 986756

🌐 thedreamhouse.gr

✉️ dreamhouse.gr@gmail.com

📱 DreamHouse 📷 dreamhouse_48



Φύση και παιδιά: Το μυστικό για υγιή σώματα και δημιουργικά.. μυαλά!



Στην καθημερινότητα του σύγχρονου παιδιού, κυριαρχούν οι οθόνες, τα μαθήματα, οι δραστηριότητες σε κλειστούς χώρους και το άγχος που συχνά μεταφέρεται από τον ρυθμό της οικογένειας.

Ωστόσο, υπάρχει ένας απλός αλλά καθοριστικός παράγοντας που μπορεί να λειτουργήσει ως αντίβαρο: η επαφή με τη φύση. Τα δέντρα, ο ήλιος, τα πουλιά και οι ανοιχτοί χώροι δεν είναι απλώς σκηνικό για παιχνίδι, αποτελούν ζωτικό πεδίο ανάπτυξης, ευεξίας και ψυχικής ισορροπίας για κάθε παιδί.

Η χαρά του έξω

Όταν τα παιδιά περνούν χρόνο σε εξωτερικούς χώρους, η διάθεσή τους αλλάζει αισθητά. Το φυσικό φως ενισχύει την παραγωγή σεροτονίνης, ενώ οι ήχοι και οι εικόνες του περιβάλλοντος φέρνουν ένα αίσθημα χαράς που δύσκολα αναπαράγεται σε κλειστούς χώρους. Ένα απλό απόγευμα σε ένα πάρκο μπορεί να γεμίσει το παιδί με ενέργεια, να του δώσει ερεθίσματα για παιχνίδι και να μειώσει τυχόν συναισθήματα θλίψης ή ανίας.

Ψυχική και συναισθηματική ισορροπία

Η φύση λειτουργεί σαν φυσικό «αντίδοτο» στο στρες. Τα παιδιά που εκτίθενται σε φυσικά τοπία, ακόμα και σε μικρές δόσεις, παρουσιάζουν χαμηλότερα επίπεδα ανησυχίας και έντασης. Το κελάδημα των πουλιών, ο ήχος του αέρα, η αίσθηση του γρασιδιού κάτω από τα πόδια προσφέρουν μια βαθιά αίσθηση γαλήνης. Για παιδιά που δυσκολεύονται να συγκεντρωθούν ή εμφανίζουν υπερκινητικότητα, η φύση μπορεί να αποτελέσει χώρο αποφόρτισης και καλύτερης εστίασης.

Σωματική ανάπτυξη και υγεία

Η φυσική δραστηριότητα που συνοδεύει το παιχνίδι στη φύση είναι ανεκτίμητη. Το τρέξιμο,

το σκαρφάλωμα, η ποδηλασία και οι βόλτες στο πάρκο συμβάλλουν στην ανάπτυξη της αντοχής, της ευλυγισίας και της μυϊκής δύναμης. Επιπλέον, η έκθεση στον ήλιο βοηθά στη σύνθεση βιταμίνης D, απαραίτητης για γερά οστά και δυνατό ανοσοποιητικό σύστημα.

Δημιουργικότητα και φαντασία

Η φύση αποτελεί έναν ανεξάντλητο «καμβά» για τη φαντασία. Χωρίς αυστηρά δομημένους κανόνες, τα παιδιά μπορούν να εφεύρουν δικά τους παιχνίδια χρησιμοποιώντας ό,τι έχουν γύρω τους: ξύλα, πέτρες, φύλλα, νερό. Μέσα από τέτοιες δραστηριότητες καλλιεργούν τη φαντασία, την ικανότητα επίλυσης προβλημάτων και την πρωτοβουλία. Ένα κλαδί μπορεί να γίνει σπαθί, μια πέτρα θησαυρός και ένα δέντρο ένας μυστικός καταφύγιο. Αυτή η δημιουργικότητα είναι πολύτιμη, καθώς ενισχύει και άλλες δεξιότητες όπως η καινοτομία και η αυτοπεποίθηση.

Μαθαίνουν να αγαπούν τον πλανήτη

Όταν ένα παιδί φυτεύει ένα λουλούδι και το βλέπει να μεγαλώνει, καταλαβαίνει τη σημασία της φροντίδας. Όταν παρατηρεί τα πουλιά ή μαζεύει σκουπίδια από μια παραλία, συνειδητοποιεί ότι ο κόσμος γύρω του αξίζει σεβασμό.

Έτσι, η επαφή με τη φύση δεν φτιάχνει μόνο πιο χαρούμενα παιδιά· φτιάχνει και αυριανούς ενήλικες με οικολογική συνείδηση.



Sports Village Athitaki

Η κατασκήνωση που γίνεται το δεύτερο σπίτι των παιδιών σας! Μέσα σε ένα ασφαλές και φιλόξενο περιβάλλον, τα παιδιά ζουν αξέχαστες εμπειρίες που συνδυάζουν αθλητισμό, ψυχαγωγία και δημιουργικές δραστηριότητες. Από ομαδικά παιχνίδια και aqua aerobics μέχρι χορό, μουσική, θέατρο και καλλιτεχνικές

δημιουργίες, κάθε μέρα είναι μια νέα περιπέτεια γεμάτη χαρά. Οι άρτιες εγκαταστάσεις στο Γραμματικό, η ζεστή φιλοξενία, αλλά και η έμπειρη παιδαγωγική ομάδα, προσφέρουν στα παιδιά την ευκαιρία να αναπτυχθούν, να κάνουν νέες φιλίες και να ανακαλύψουν τα ταλέντα τους. Με διεθνείς πιστοποιήσεις και την εγγύηση πολυετούς εμπειρίας, το Sports Village Athitaki αποτελεί την ιδανική επιλογή.





Ιππασία

Τα οφέλη της για το παιδί

Σύνδεση με τα ζώα

Και μόνο που τα παιδιά έρχονται σε στενή επαφή με ένα ζώο το όφελος είναι μεγάλο. Τα άλογα είναι υπέροχα ζώα, αγέρωχα και πολύ πιστά! Για να μπορέσει ένα παιδί να ιππεύσει σωστά θα πρέπει να αισθανθεί το άλογό του, να το νιώσει και να συνεργαστεί μαζί του. Σταδιακά “δένεται” με το άλογο που ιππεύει και δημιουργείται μεταξύ τους μια σχέση αγάπης και εμπιστοσύνης.

Ιππαδία και ενίσχυση της αυτοπεποίθησης

Είναι μεγάλο κατόρθωμα να μπορεί ένα παιδί να τιθασει ένα άλογο! Μπορεί στις ταινίες να μοιάζει πολύ εύκολο να ιππεύσεις ένα άλογο, όμως στην πραγματικότητα δεν είναι. Χρειάζεται αρκετές προπονήσεις, συνεργασία αναβάτη και αλόγου, ισορροπία, προσπάθεια και στοχοπροσήλωση.

Ιππαδία και αύξηση της αυτοσυγκέντρωσης

Το παιδί πάνω στο άλογο χρειάζεται να είναι συγκεντρωμένο, καθώς ιππεύει ένα ζώο που είναι ευαίσθητο σε εξωτερικά ερεθίσματα. Π.χ. ένας θόρυβος μπορεί να αναστατώσει το άλογο και το παιδί θα πρέπει να είναι παρακολουθεί 100% αυτό που κάνει (δηλαδή να μην χαζεύει) για να καθυστερήσει το άλογό του, να το συγκρατήσει και να συνεχίσει.

Ολοένα και συχνότερα ακούμε για τα οφέλη της συνύπαρξης του ανθρώπου με τα ζώα, και κυρίως για την επίδραση που έχουν τα κατοικίδια στα παιδιά. Η ιππασία είναι μια από τις πιο ευχάριστες δραστηριότητες για τα παιδιά. Ποια είναι τα οφέλη της;

Άσκηση

Η ιππασία είναι εξαιρετικό άθλημα καθώς εξασκεί πολλές μυϊκές ομάδες του σώματος και βοηθάει στην αύξηση της σωματικής δύναμης του παιδιού. Παράλληλα, απαιτεί βλεμματική επαφή με το άλογο και ταυτόχρονα αυξάνει τον οπτικοκινητικό συντονισμό των παιδιών.

Ιπποκομία

Ίππο + κομώ που σημαίνει φροντίζω. Τα παιδιά, αν θέλουν, μπορούν να φροντίσουν τα άλογα. Συγκεκριμένα, μπορούν να τα ταΐσουν, να τα ποτίσουν ή να βοηθήσουν στην καθαριότητά τους. Έτσι, αναπτύσσουν το αίσθημα της ευθύνης για τη φροντίδα ενός ζώου και γίνονται περισσότερο υπεύθυνα.

Ευεξία

Συχνά κατά τη διάρκεια του μαθήματος τα παιδιά μπορεί να κάνουν μια βόλτα στο δάσος με τα άλογα. Η επαφή με τη φύση είναι βάλαμο για την ψυχή μικρών και μεγάλων.

Πότε είναι η κατάλληλη ηλικία για να ξεκινήσει το παιδί ιππαδία

Σύμφωνα με τους ειδικούς η πιο καλή ηλικία για να ξεκινήσει ένα παιδί ιππαδία ως άθλημα είναι συνήθως μετά τα 5 έτη.

Θεραπευτική ιππαδία και Ιπποθεραπεία

Σύμφωνα με τους ειδικούς η ιππαδία μπορεί να έχει θεραπευτικές ιδιότητες σε παιδιά που αντιμετωπίζουν μαθησιακές, αναπτυξιακές και κινητικές δυσκολίες. Συγκεκριμένα, θεραπευτική ιππαδία είναι η εφαρμογή ιππασίας για άτομα με αναπηρία με βασικό σκοπό την αποκατάσταση (κινητική, κοινωνική, κ.λπ) του ασθενούς, και τη βελτίωση της υγείας και της ζωής του. Το άλογο στην περίπτωση αυτή γίνεται θεραπευτικό μέσο.



Mega Sports

ΙΠΠΙΚΟΣ ΟΜΙΛΟΣ

Σε ένα πολύ φιλόξενο περιβάλλον στους πρόποδες της Πάρνηθας μπορεί κανείς να έρθει σε επαφή με τα άλογα και τα πόνη της σχολής μας!
Όμορφα και με εξαιρετική εκπαίδευση μπορούν να σας δώσουν τα πρώτα σας βήματα στο χώρο της ιππασίας ή κι ακόμα παραπάνω οδηγώντας σας στον δρόμο του αθλητισμού.
Εξειδικευμένοι προπονητές αναλαμβάνουν από 3 ετών ως 103 να σας καθοδηγήσουν σε κάθε σας βήμα!

Ελάτε να μας γνωρίσετε από κοντά!

Η ομάδα του MegaSports riding school σας περιμένει.



📍 Πασχαλιάς 133, Αχαρνές 136 72 📞 6944326358, 6949450092

🌐 www.megasportsponyclub.com 📘 Mega Sports Pony Club



Στις φορτοεκφορτώσεις...



Η εταιρεία MASTORAS LIFT συνδυάζει την 25ετή πείρα με το δυναμισμό της σύγχρονης εποχής. Έχουμε ιδιόκτητο στόλο με δεκάδες οχήματα ειδικών προδιαγραφών και χειριστές με τεράστια πείρα και ειδικές ικανότητες.

Προσαρμοζόμαστε κι ικανοποιούμε τις ειδικές απαιτήσεις στον τομέα των φορτοεκφορτώσεων, πάντα στα καθορισμένα χρονικά πλαίσια.

Όποιες κι αν είναι οι συνθήκες, το χρονικό πλαίσιο, οι χώροι, το είδος φορτίου, πετυχαίνουμε πάντα να προσφέρουμε υψηλού επιπέδου υπηρεσίες στις πιο ανταγωνιστικές τιμές

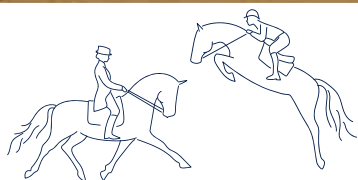
Φορτοεκφορτώσεις. Όπως κι αν τις εννοείτε...

MASTORAS LIFT

Κάνουμε τα δύσκολα.. εύκολα

📍 Ροδοδάφνης 54, Γλυκά Νερά ☎ 210 6655890/2

🌐 www.mastoras-lift.com ✉ info@mastoras-lift.gr



ΙΟΒ

ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΚΗ ΚΑΙ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΗ ΕΜΠΕΙΡΙΑ
ΣΤΟΝ ΙΠΠΙΚΟ ΟΜΙΛΟ ΒΑΡΥΜΠΟΜΠΗΣ



Ο Ιππικός Όμιλος Βαρυμπόμπης προσφέρει στα παιδιά μια μοναδική ευκαιρία να συνδυάσουν τη χαρά της δημιουργίας με τη μαγεία της επαφής με τα άλογα.

Σε έναν χώρο όπου η φύση και η παράδοση της ιππασίας συναντιούνται, οι μικροί μας επισκέπτες έχουν τη δυνατότητα να συμμετέχουν σε δραστηριότητες που καλλιεργούν τη φαντασία, την υπευθυνότητα και τη συνεργατικότητα.



Το πρόγραμμα περιλαμβάνει τρεις βασικούς άξονες δημιουργικής απασχόλησης:
Ιπποκομία: Τα παιδιά γνωρίζουν τα άλογα από κοντά και μαθαίνουν πώς να τα φροντίζουν.

Χειροτεχνίες: Εμπνευσμένα από τον κόσμο του αλόγου, τα παιδιά δημιουργούν με υλικά και φαντασία, δίνοντας μορφή στις ιδέες τους.

Βόλτα με πόνο: Για τους μικρότερους μαθητές, η πρώτη επαφή με την ιππασία γίνεται με έναν τρόπο ασφαλής και διασκεδαστικό.

Πέρα από αυτές τις δραστηριότητες, ο Όμιλος προσφέρει και μαθήματα ιππασίας για παιδιά μεγαλύτερων ηλικιών.

Παιδική διατροφή:

Ιδέες για να τρέφεται υγιεινά το παιδί

Μην ξεχνάτε ότι η παιδική ηλικία αποτελεί την καταλληλότερη περίοδο για τη διαμόρφωση υγιεινών διατροφικών συνθηκών, οι οποίες παραμένουν σταθερές σε όλη τη διάρκεια της ζωής. Επίσης, η υιοθέτηση μιας υγιεινής και ισορροπημένης διατροφής από μικρή ηλικία συμβάλλει σημαντικά στην πρόληψη χρόνιων νοσημάτων κατά την ενήλικη ζωή, όπως είναι τα καρδιαγγειακά νοσήματα και ο σακχαρώδης διαβήτης.

Συμβουλές παιδικής διατροφής

Δώστε αξία στο πρωινό. Τα παιδιά που δεν τρώνε πρωινό εμφανίζουν ελλείψεις σε σημαντικά θρεπτικά συστατικά και έχουν τάση αύξησης σωματικού βάρους.

Γιατί είναι απαραίτητο το πρωινό γεύμα;

- Συμβάλλει στην καλύτερη απόδοση στο σχολείο.

- Μειώνει την κούραση και την υπνηλία στα πρωινά μαθήματα.
- Ενισχύει την αθλητική απόδοση και οδηγεί στην κατανάλωση μικρότερων ποσοτήτων γλυκών αλλά και λιπαρών τροφίμων κατά τη διάρκεια της μέρας.

Ώρα για διάλειμμα, ώρα για ένα υγιεινό σνακ!

Το δεκατιανό είναι απαραίτητο για το παιδί. Το ιδανικό κολατσιό είναι αυτό που συνδυάζει ποιοτικά υλικά και ταυτόχρονα καλύπτει τις γευστικές προτιμήσεις του παιδιού.

Ιδέες για σχολικό κολατσιό:

- Αραβική πίτα ολικής με τυρί, βραστό κοτόπουλο και λαχανικά
- Ρυζογκοφρέτες με κανέλλα και 1 μικρό φρούτο
- Παστέλι με σουσάμι ή ξηρούς καρπούς
- Μία μπάρα δημητριακών ολικής άλεσης
- Αποξηραμένα φρούτα (σταφίδες, berries) με ξηρούς καρπούς

- Τοστ πολύσπορο με μπανάνα και φυτικόβούτυρο ή ταχίνι

- Sandwich με ψωμί ολικής άλεσης, λαχανικά (ντομάτα, μαρούλι) και τυρί χαμηλό σε λιπαρά

Δώστε έμφαση στο μεσημεριανό φαγητό!
Καλό είναι στο μεσημεριανό γεύμα να υπάρχει ποικιλία και πληρότητα. Η ποικιλία στα φαγητά εξασφαλίζει την πρόσληψη όλων των θρεπτικών συστατικών.

Τα πολύτιμα φρούτα

Φτιάξτε φρουτοσαλάτες ή φρουτοκρέμες με φρούτα διαφορετικών χρωμάτων. Κάθε φρούτο ανάλογα με το χρώμα και την ένταση του χρώματος είναι πλούσιο σε διαφορετικά θρεπτικά συστατικά. Extra tip: Δώστε τους φρούτο ως μικρό γεύμα ή κολατσιό στο σχολείο. Επιλέξτε φρούτα εύκολα στη μεταφορά και στο καθάρισμα όπως είναι η μπανάνα και το μανταρίνι.

Μην ξεχνάτε τα λαχανικά

Φροντίστε το παιδί σας να καταναλώνει ποικιλία λαχανικών καθημερινά, ώστε να εξασφαλίσει την πρόσληψη πληθώρας θρεπτικών συστατικών. Είναι σημαντικό επίσης να καταναλώνει ωμά λαχανικά όσο πιο συχνά γίνεται, γιατί με το μαγείρεμα χάνουν θρεπτικά συστατικά.



Κέντρο Δημιουργικής Απασχόλησης Παιδιών & Ατόμων με Αναπηρία

Στις Διαδράσεις το κάθε παιδί βρίσκει το δικό του αγαπημένο μέρος για παιχνίδι, μάθηση και έκφραση. Εδώ το παιχνίδι συνδυάζεται με την ανάπτυξη σημαντικών δεξιοτήτων, ώστε τα παιδιά να ανακαλύπτουν και να καλλιεργούν τα ταλέντα τους.

Οι εγγραφές ξεκίνησαν.

Ενημερώσου για το πρόγραμμά μας.

📍 Στέφανου Σαράφη 33, Αργυρούπολη

☎ 210 9954400 ✉ info@diadrasesis.gr

🌐 www.diadrasesis.gr

📱 Διαδράσεις ΚΔΑΠ 📷 diadrasesis_kdap



ΑΙΤΙΕΣ ΠΑΙΔΙΚΗΣ ΠΑΧΥΣΑΡΚΙΑΣ ΚΑΙ ΠΩΣ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΖΟΝΤΑΙ

Η παιδική παχυσαρκία αποτελεί ένα από τα σοβαρότερα προβλήματα δημόσιας υγείας παγκοσμίως. Τα τελευταία χρόνια παρατηρείται ανησυχητική αύξηση των περιστατικών, με συνέπειες όχι μόνο σωματικές, αλλά και ψυχολογικές. Η κατανόηση των αιτιών είναι το πρώτο βήμα για την αποτελεσματική πρόληψη και αντιμετώπιση.

Κύριες αιτίες της παιδικής παχυσαρκίας

- **Διατροφή:** Η υπερκατανάλωση επεξεργασμένων τροφίμων, fast food, γλυκών και αναψυκτικών, σε συνδυασμό με χαμηλή πρόσληψη φρούτων και λαχανικών, μπορεί να οδηγήσει σε αύξηση βάρους.
- **Έλλειψη φυσικής δραστηριότητας:** Η πολύωρη ενασχόληση με οθόνες (τηλεόραση, tablet, κινητά) μειώνει σημαντικά τον χρόνο που αφιερώνεται σε παιχνίδι ή άσκηση.
- **Περιβαλλοντικοί παράγοντες:** Το περιβάλλον και οι συνθήκες διαβίωσης επηρεάζουν τις διατροφικές συνήθειες των παιδιών. Όταν το οικογενειακό τραπέζι βασίζεται σε ανθυγιεινές επιλογές ή η σωματική δραστηριότητα δεν ενθαρρύνεται, αυξάνεται ο κίνδυνος παχυσαρκίας.
- **Ψυχολογικοί παράγοντες:** Το στρες, η πίεση στο σχολείο ή προβλήματα σχέσεων μπορεί να οδηγήσουν σε υπερκατανάλωση τροφής.
- **Γενετική προδιάθεση:** Αν και δεν καθορίζει απόλυτα το βάρος, οι γενετικοί παράγοντες μπορεί να επηρεάσουν τον τρόπο με τον οποίο το σώμα επεξεργάζεται και αποθηκεύει την ενέργεια από τις τροφές. Ορισμένα παιδιά μπορεί να έχουν μεγαλύτερη προδιάθεση να αναπτύξουν παχυσαρκία.

Πώς αντιμετωπίζεται η παιδική παχυσαρκία

Η αντιμετώπιση δεν βασίζεται σε αυστηρές δίαιτες, αλλά σε σταδιακή υιοθέτηση ισορροπημένων συνηθειών.

- **Ισορροπημένη διατροφή:** Η έμφαση πρέπει να δίνεται στην κατανάλωση φρούτων, λαχανικών, δημητριακών ολικής άλεσης, ψαριών και άπαχων πηγών πρωτεΐνης. Τα



Θεμιστοκλής Δευτεραίος

Διαιτολόγος – Διατροφολόγος

Πτυχιούχος Διατροφής και Διαιτολογίας ΑΤΕΙ Θεσσαλίας, με μεταπτυχιακό δίπλωμα στην Κλινική Διατροφή από την Ιατρική Σχολή του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας.

γεύματα χρειάζεται να είναι ποικίλα και ελκυστικά, ώστε να ενθαρρύνουν το παιδί να τα απολαμβάνει.

- **Μείωση ανθυγιεινών τροφών:** Χωρίς απόλυτες απαγορεύσεις, αλλά με σωστό περιορισμό σε γλυκά, τηγανητά και έτοιμα σνακ.
- **Ενίσχυση της σωματικής δραστηριότητας:** Η άσκηση πρέπει να συνδυάζεται με παιχνίδι και διασκέδαση. Ο χορός, το ποδόσφαιρο ή τα αθλήματα με φίλους είναι εξαιρετικές επιλογές.
- **Διατροφική εκπαίδευση και ο ρόλος της οικογένειας:** Οι γονείς αποτελούν πρότυπο. Όταν όλη η οικογένεια υιοθετεί πιο υγιεινές συνήθειες, το παιδί ακολουθεί με φυσικό τρόπο.
- **Ψυχολογική υποστήριξη:** Η ενίσχυση της αυτοπεποίθησης και η αποφυγή επικριτικών σχολίων είναι καθοριστικά. Σε κάποιες περιπτώσεις μπορεί να χρειαστεί η συμβολή ειδικού ψυχολόγου.

Η παιδική παχυσαρκία δεν είναι απλώς αισθητικό ζήτημα· συνδέεται με αυξημένο κίνδυνο για χρόνιες ασθένειες στην ενήλικη ζωή, όπως ο διαβήτης και τα καρδιαγγειακά νοσήματα. Η πρόληψη και η έγκαιρη παρέμβαση μέσα από σωστή διατροφή, κίνηση και οικογενειακή υποστήριξη είναι το κλειδί για υγιή παιδιά και μελλοντικούς ενήλικες.

📍 Λαρίσης 23, Αμπελόκηποι, Αθήνα

☎ 216 900 87 88

✉ info@thenutripath.gr

🌐 www.thenutripath.gr



Πώς να οργανώσεις το τέλειο παιδικό πάρτι

Η οργάνωση ενός παιδικού πάρτι μπορεί να φαίνεται πρόκληση, αλλά με σωστό σχεδιασμό, δημιουργικότητα και λίγη φαντασία μπορεί να γίνει μια αξέχαστη εμπειρία για τα παιδιά και τους γονείς.

Κάθε λεπτομέρεια μετράει, από τη διακόσμηση και τα παιχνίδια μέχρι το φαγητό και τα αναμνηστικά, ενώ η ροή της ημέρας καθορίζει το πόσο απολαυστικό και ευχάριστο θα είναι το πάρτι. Η προσοχή στις μικρές λεπτομέρειες και η δημιουργία σημείων ενδιαφέροντος για τα παιδιά κάνει τη διαφορά ανάμεσα σε ένα απλό και σε ένα αξέχαστο πάρτι.

Ορισμός του θέματος και προσκλητήρια

Το πρώτο βήμα είναι να αποφασίσεις το θέμα του πάρτι, το οποίο δεν χρειάζεται να είναι πολύπλοκο για να είναι εντυπωσιακό. Μπορεί να είναι κάτι απλό όπως ζωάκια, αυτοκίνητα ή πριγκίπισσες, ή ένα ➔

Where every drink is a vacation



Το μπαρ που έρχεται σε εσένα!

Θέλεις η εκδήλωσή σου να ξεχωρίσει; Το Van Bar Island μετατρέπει κάθε στιγμή σε εμπειρία! Ένα μοναδικό Ford Transit του '85, ανακαινισμένο με στυλ και νοσταλγία, ταξιδεύει σε όλη την Ελλάδα για να σεβρίει cocktails, ποτά και χαμόγελα.

- Επαγγελματίες bartenders
- Πλήρως εξοπλισμένα κινητά bar
- Ιδανικά για γάμους, βαπτίσεις, πάρτι & εταιρικά events
- Έρχονται όπου κι αν βρίσκεσαι

Δώσε στην εκδήλωσή σου το χαρακτήρα που της αξίζει.



📍 Εργατικές κατοικίες
Αγ. Αποστόλων, Αίγιον

📞 698 370 7360 🌐 vanbarisland.gr

✉ info@vanbarisland.gr

📷 [barisland](https://www.instagram.com/barisland) 📘 [Barisland](https://www.facebook.com/Barisland)





DANCE EVOLUTION Dance Art and Sport

**Latin, Ballroom, Freestyle,
Contemporary, Hip hop,
Oriental, High heels, Comercial.**

ΠΑΙΔΙΚΑ τμήματα από 3,5 ετών & άνω: Γιατί θέλω το παιδί μου να είναι χαρούμενο, υγιές, δραστήριο.

ΕΝΗΛΙΚΩΝ, ερασιτεχνικά και επαγγελματικά: Γιατί όσοι αγαπάμε τον χορό κερδίζουμε στη ζωή.

* Η σχολή είναι πιστοποιημένη σε διεθνές επίπεδο (IDTA).

* Έλα στα Ομαδικά τμήματα της σχολής μας ή ξεκίνα ιδιαίτερα μαθήματα τώρα!!!

* Ανοιχτό μάθημα γνωριμίας σε όλα τα είδη.

Συμμετοχή σε φεστιβάλ χορού και πρωταθλήματα

Τώρα και στα Γλυκά Νερά, **Λ. Λαυρίου 61**

Έβρου 36, Γέρακας

2117305170, 6972386609

danceevolution.gr@gmail.com

danceevolution_symeonidou

Dance Evolution Symeonidou



Από το 2013, το κατάστημά μας βρίσκεται δίπλα σας, φροντίζοντας να κάνει την πιο ξεχωριστή μέρα της ζωής σας ακόμα πιο μοναδική! Στο ηλεκτρονικό μας κατάστημα mpomponieres24.gr, θα βρείτε μια μεγάλη ποικιλία προϊόντων για να οργανώσετε τον γάμο ή τη βάφτιση των ονείρων σας. Πρωτότυπες μπομπονιέρες, καλαίσθητα προσκλητήρια, είδη στολισμού και κάθε τι που χρειάζεστε για να δημιουργήσετε την απόλυτη γιορτινή ατμόσφαιρα, όλα σε εξαιρετικά ανταγωνιστικές τιμές! Με ένα μόνο κλικ, ανακαλύψτε ιδέες που θα κάνουν τη στιγμή σας αξέχαστη!



Ασβεστοχωρίου 4, Λάρισα 2411 103075, 2411 103074 e-mail: mpomponieres24.gr@gmail.com

www.mpomponieres24.gr [mpomponieres24.gr](https://www.facebook.com/mpomponieres24.gr) [mpomponieres24.gr](https://www.instagram.com/mpomponieres24.gr)



γενικό παιδικό θέμα με έντονα χρώματα και παιχνίδια. Το θέμα επηρεάζει τη διακόσμηση, τα παιχνίδια και ακόμη και το φαγητό, οπότε είναι καλό να επιλεγεί με βάση τα ενδιαφέροντα των παιδιών. Τα προσκλητήρια είναι η πρώτη επαφή των παιδιών με το πάρτι και πρέπει να είναι χαρούμενα και δημιουργικά.

Ρούχα για το πάρτι

Για να χαρούν το παιχνίδι και τις δραστηριότητες, τα παιδιά χρειάζονται ρούχα άνετα και ευχάριστα, που τους επιτρέπουν να κινούνται ελεύθερα. Ένα όμορφο σετάκι με παπούτσια κατάλληλα για χορό και τρέξιμο θα τους κάνει να νιώσουν ξεχωριστά, ενώ ταυτόχρονα θα απολαμβάνουν το πάρτι χωρίς περιορισμούς.

Διακόσμηση χώρου

Η διακόσμηση δημιουργεί την κατάλληλη ατμόσφαιρα για παιχνίδι και χαρά και μπορεί να δώσει χαρακτήρα σε κάθε γωνιά του πάρτι. Τα μπαλόνια με έντονα χρώματα και τα banners μπορούν να κάνουν το χώρο πιο ζωντανό και παιχνιδιάρικο, ενώ οι σημαίες ή μικρά διακοσμητικά στοιχεία προσθέτουν ενδιαφέρον.

Δραστηριότητες και παιχνίδια

Οι δραστηριότητες αποτελούν τον πυρήνα ενός επιτυχημένου παιδικού πάρτι. Τα παιχνίδια κίνησης, όπως αγώνες ή κυνηγητό, κρατούν τα παιδιά ενεργά και ενθουσιασμένα, ενώ οι χειροτεχνίες και οι κατασκευές δίνουν χώρο στη φαντασία τους και τους επιτρέπουν να δημιουργήσουν κάτι δικό τους. Ομαδικά παιχνίδια μπορούν να ενισχύσουν τη συνεργασία και να βοηθήσουν τα παιδιά να μάθουν να παίζουν μαζί με φίλους και γνωστούς.

Φαγητό και ονακ

Το φαγητό πρέπει να είναι εύκολο, ασφαλές και δια-

σκεαστικό για τα παιδιά. Τα μίνι σάντουιτς, τα φρούτα κομμένα σε διασκεδαστικά σχήματα, τα μπισκότα και τα μικρά κριτσίνια είναι πάντα ευπρόσδεκτα. Τα γλυκά, όπως cupcakes με χρωματιστή διακόσμηση ή μικρά μπισκότα, κάνουν τη στιγμή του φαγητού ακόμα πιο ελκυστική.

Μουσική και ατμόσφαιρα

Η μουσική ζωντανεύει το πάρτι και δίνει ενέργεια σε κάθε δραστηριότητα. Χαρούμενα και ενεργητικά τραγούδια δημιουργούν μια ατμόσφαιρα παιχνιδιού και διασκέδασης, ενώ ήχοι που ταιριάζουν στο θέμα προσθέτουν μια αίσθηση μαγείας.

Αναμνηστικά και δωράκια

Τα αναμνηστικά είναι σημαντικά για να θυμούνται τα παιδιά την εμπειρία του πάρτι. Μικρά παιχνίδια, αυτοκόλλητα, μπρελόκ ή μολύβια με σχέδια που ταιριάζουν στο θέμα αποτελούν υπέροχες εκπλήξεις. Οι φωτογραφίες αποτελούν επίσης πολύτιμα αναμνηστικά που τα παιδιά θα θυμούνται για χρόνια.

Van Bar

Μια ξεχωριστή πρόταση για όσους θέλουν να προσθέσουν κάτι διαφορετικό στο πάρτι είναι η χρήση ενός Van Bar. Ο Van Bar λειτουργεί ως κινητός σταθμός όπου μπορούν να σερβιριστούν ποτά, χυμοί ή μικρά σνακ με ασφάλεια για τα παιδιά. Η παρουσία του δεν απαιτεί αλλαγές στο βασικό πρόγραμμα, αλλά μπορεί να προσφέρει ευκολία στους γονείς, οργανώνοντας την εξυπηρέτηση των παιδιών με κομψό και πρακτικό τρόπο. Ο σταθμός αυτός μπορεί να τοποθετηθεί σε μια διακριτική γωνιά του χώρου, ώστε τα παιδιά να έχουν πρόσβαση όποτε θέλουν.





Chocolate Experience & ICE CREAM

Interactive Learning Park in Athens



Το κορυφαίο πάρκο σοκολάτας στο...



THE ELLINIKON
EXPERIENCE PARK

Scan for
tickets



www.chocolate-experience.gr



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
Υπουργείο Παιδείας, Θρησκευμάτων
και Αθλητισμού

ΧΡΥΣΟΣ ΧΟΡΗΓΟΣ

ΕΠΙΣΗΜΟΙ ΧΟΡΗΓΟΙ



ΧΟΡΗΓΟΙ



ΣΥΝΕΡΓΑΤΕΣ





TOYSWORLD.gr

ΠΑΙΔΙΚΑ ΠΟΛΥΚΑΤΑΣΤΗΜΑΤΑ
KOUMHS

