



# ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ...από το 2006

## Διοργάνωση Αθλητικών Εκδρομών

Πρωταρχικός μας σκοπός είναι η ασφάλεια και η ψυχαγωγία των παιδιών.

Το προσωπικό μας απαρτίζεται από εξειδικευμένους καθηγητές Φυσικής Αγωγής με πολυετή εμπειρία και νηπιαγωγούς που είναι υπεύθυνοι για την ψυχαγωγία των μικρών μας φίλων.

Από δραστηριότητες, ένα σωρό!

Τα παιδιά θα αθληθούν μέσα από ομαδικά αθλήματα που θα κάνουν την εκδρομή τους αξέχαστη. Ποδοσφαίρο, Βόλεϊ, Χόκεϊ, Χαρός, Ρυθμική, baseball και πολλά μα πολλά ακόμη παιχνίδια! Καθ' όλη την διάρκεια της εκδρομής υπάρχει γιατρός για την ιατρική κάλυψη των παιδιών.

## Εποχικά προγράμματα

Ειδικά διαμορφωμένα προγράμματα για την περίοδο των εορτών. Τα παιδιά θα φτιάξουν Χριστόψωμο και Χριστουγεννιάτικα μπισκότα για τα Χριστούγεννα, θα ζυμώσουν ψαγάνες και θα κατασκευάσουν καρτασέτο για την Καθαρά Δευτέρα, ενώ για το Πάσχα θα ψήσουν Λαζαράκια και θα στολίσουν την λαμπάδα τους! Ένα πρόγραμμα που διατηρεί τις Ελληνικές παραδόσεις και τις μαθαίνει στο παιδί.

\*Τα προγράμματά μας, γίνονται σε ειδικά επιλεγμένους χώρους, διαθέτουν άδεια λειτουργίας και πληρούν όλες τις προϋποθέσεις ασφαλείας.

\*Ρωτήστε μας, ποια από τα παραπάνω προγράμματα μπορούν να γίνουν στο χώρο του σχολείου σας

## Επικοινωνήστε μαζί μας!

**ΑΛΕΞΙΟΥ ΒΑΣΙΛ**  
Καθηγήτρια Φυσικής Αγωγής  
210 93 54 337 / 6972 81 74 95  
vasilia\_alexiou@yahoo.gr

**ΤΡΟΥΓΚΑΚΟΥ ΑΣΠΑΣΙΑ**  
Καθηγήτρια Φυσικής Αγωγής  
210 99 59 056 / 6974 30 26 44  
paio\_rama@yahoo.gr

Εκπαιδευτικά-αθλητικά  
προγράμματα  
ΠΑΙΔΟΡΑΜΑ

[www.paidorama.edu.gr](http://www.paidorama.edu.gr)



★  
παιζω  
ανακαλύπτω  
δημιουργώ





## ΠΟΙΟΙ ΕΙΜΑΣΤΕ

Εδώ και 10 χρόνια, το ΠΑΙΔΟΡΑΜΑ υλοποιεί εκπαιδευτικά, αθλητικά και καλλιτεχνικά προγράμματα καθ' όλη την διάρκεια της χρονιάς.

Ήδη μας έχουν εμπιστευτεί περίπου 400 σχολεία της Αττικής και από το 2010 συνεργαζόμαστε με τους δημοτικούς παιδικούς σταθμούς του Δήμου Παλαιού Φαλήρου σε προγράμματα γυμναστικής προσχολικής ηλικίας. Κάθε καλοκαίρι, διοργανώνουμε καλοκαιρινά camp δημιουργικής απασχόλησης που απευθύνονται σε παιδιά ηλικίας 5-14 ετών. Η Τρουγκάκου Ασπασία και η Άλεξίου Βασίλεια, είναι η πηγή αυτών των προγραμμάτων. Και οι δύο καθηγήτριες Φυσικής Αγωγής, έχουν ξεκινήσει να εργάζονται πάνω σε προγράμματα δημιουργικής απασχόλησης για παιδιά, από το 1998. Με την πολυετή εμπειρία τους και σε συνεργασία με έμπειρους καθηγητές Φυσικής Αγωγής, νηπιαγωγούς, θεατρολόγους, καθηγητές εικαστικών, καθηγητές μουσικής και γατρούς, ετοιμάζουν κάθε χρόνο υπέροχες δραστηριότητες, που απασχολούν τους μικρούς μας φίλους ευχάριστα!

## ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ

ΔΙΑΡΚΕΙΑΣ 3 ΩΡΩΝ

### Ζυμωτό ψωμί σε ξυλόφουρνο

Ένα ταξίδι των παιδιών στο χρόνο και την παράδοση, για να μμηθούν τον τρόπο με τον οποίο η γιαγιά ζύμωνε, φούρνιζε και έψηνε το ψωμί! Τα παιδιά μέσα από αυτό το πρόγραμμα θα μάθουν την ιστορία του ψωμιού από τη σπορά μέχρι και το ψήσιμο. Θα ανάψουν ξύλα στο φούρνο, θα ζυμώσουν, θα φουρνίσουν και θα ψήσουν το δικό τους καρβελάκι.

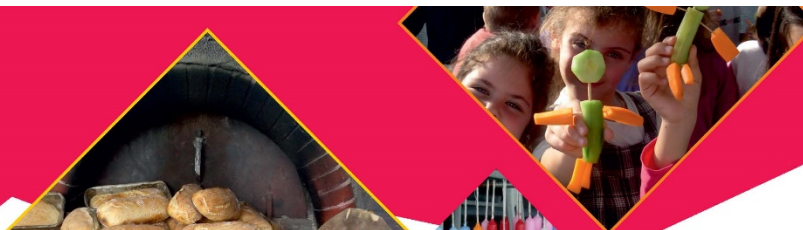
Κατά την διάρκεια των εορτών το πρόγραμμα διαμορφώνεται ανάλογα. Τα Χριστούγεννα με τα Χριστόψωμα, το Πάσχα με τα Παζαράκια και την Καθαρά Δευτέρα με τις λαγάνες.

### Γλυκομαζεψιέματα ζεμάτα φαντασία

Η σοκολάτα είναι γνωστή ως η τροφή των θεών! Οι μικροί μας φίλοι στο πρόγραμμα αυτό, θα γνωρίσουν την προέλευση, την ποιότητα, τα συστατικά και τα είδη της σοκολάτας. Θα πιάσουν την κουβερτούρα, θα φτιάξουν παλλήλα και διαφορετικά σοκολατάκια και θα μάθουν την ευεργετική επίδραση στην υγεία του ανθρώπου. Το παιχνίδι δεν σταματά όμως εδώ! Θα ανακατέψουν καραμέλα και θα δημιουργήσουν χειροποίητα γλιφτζουράκια, για να κάνουμε το χαμόγελό τους μεγαλύτερο.

### Μαθαίνω να τρώω υγιεινά!

Τα παιδιά για να αντιμετωπίσουν τις απαιτήσεις της σύγχρονης καθημερινότητας χρειάζονται να τρέφονται υγιεινά και ισορροπημένα. Μέσα από αυτό το πρόγραμμα τα παιδιά θα μάθουν για την αξία της Μεσογειακής διατροφής, για τις πλούσιες βιταμίνες που μας παρέχουν τα φρούτα και τα λαχανικά καθώς και τα θρεπτικά συστατικά από όλες τις ομάδες τροφίμων. Τα παιδιά θα δημιουργήσουν ανθρώπικα από λαχανικά που θα τα πάρουν μαζί τους φεύγοντας!



### Καλλιέργεια κηπευτικών λαχανικών

Ένα πρόγραμμα εντελώς διαφορετικό που θα δώσει στα παιδιά την ευκαιρία να έρθουν σε επαφή με τη φύση. Κατά την διάρκεια του προγράμματος, τα παιδιά θα ενημερωθούν για την σημασία των κηπευτικών-λαχανικών στη διατροφή μας, θα ετοιμάσουν το χωράφι (καθάρισμα και άνοιγμα αυλακίων), θα σκαθίσουν, θα σπείρουν, θα φυτέψουν και θα ποτίσουν.

### Κατασκευές από ηλιό

Τα παιδιά θα ανακαλύψουν τις δυνατότητες του εύπλαστου αυτού υλικού, θα νιώσουν την χαρά της δημιουργίας και θα αναπτύξουν την αυτοπεποίθησή τους. Και τι δεν μπορείς να κάνεις έχοντας στα χέρια σου ένα κομμάτι από ηλιό! Το μόνο που χρειάζεται είναι μεράκι και φαντασία.

### Χειροποίητο σαπούνι από ελαιόλαδο

Ο τρόπος παρασκευής του σαπουνιού αποτελεί μία ευχάριστη απασχόληση για τα παιδιά. Θα μάθουν για την ιστορία του, την χρησιμότητα, το σφέλι, τα συστατικά και την σαπουνόποιηση. Φεύγοντας θα πάρουν μαζί τους το δικό τους χειροποίητο σαπούνάκι!

### Τα παιδιά, παίζουν!

Μία ιστορική αναδρομή στο παρελθόν για να μάθουμε πώς παίζανε οι γονείς μας και οι παππούδες μας. Παραδοσιακά ομαδικά παιχνίδια όπως Βόθλι, Πινακωτή, Κουτσό, Βασιλιά Βασιλιά, Λεπτό κρεμμύδι, Τενεκεδάκια. Με το πρόγραμμα αυτό θα δειξουμε στα νέα παιδιά, παιχνίδια που τους είναι άγνωστα και θα αναβιώσουμε το γέλιο και τη χαρά που γέμιζε τις γειτονίες της Αθήνας.

### Ανακύκλωση! Ένας θησαυρός από σκουπίδια

Ένα βιωματικό πρόγραμμα που θα βοηθήσει τα παιδιά να καταλάβουν την αξία της ανακύκλωσης. Ο πλανήτης μας έχει ανάγκη από ανακύκλωση! Τα παιδιά θα μάθουν να ανακυκλώνουν χαρτί, και να δημιουργούν κατασκευές από άχρηστα αντικείμενα και σκουπίδια.

## ΝΕΟ!

### Ο θαυμαστός κόσμος της μέλισσας!

Όλοι μας έχουμε απολαύσει μέλι, την μοναδική αυτή θρεπτική τροφή που οι μέλισσες μας προσφέρουν εδώ και χιλιάδες χρόνια. Τα παιδιά θα μάθουν πώς ζουν αυτά τα όμορφα έντομα, πώς εργάζονται για να μας δώσουν το μέλι αλλήλ και τα μυστικά της καθημερινής τους ζωής. Στο τέλος θα φτιάξουμε νόστιμες συνταγές με μέλι!



## Εκπαιδευτικά-αθλητικά προγράμματα ΠΑΙΔΟΡΑΜΑ

Ανασυνένωση • Παιζω • Δημιουργώ



Διάρκεια: 3 ώρες

- Κατασκευές από πηλό
- Ζυμωτό ψωμί σε ξυλόφουρνο
- Χειροποίητο σαπούνι από ελαιόλαδο
- Ο θαυμαστός κόσμος της μέλισσας



Σε ειδικά επιλεγμένους χώρους, που διαθέτουν άδεια λειτουργίας και τηρούν όλες τις προϋποθέσεις ασφαλείας και στο χώρο του σχολείου σας.

210 9354337 & 210 9959056  
6972 817495 & 6974 302644

paido\_rama@yahoo.gr • www.paidorama.edu.gr

## Εκπαιδευτικά-αθλητικά προγράμματα ΠΑΙΔΟΡΑΜΑ

Ανασυνένωση • Παιζω • Δημιουργώ



Διάρκεια: 3 ώρες

- Μαθαίνω να τρώω υγιεινά
- Γλυκομαγειρέματα γεμάτα φαντασία



Σε ειδικά επιλεγμένους χώρους, που διαθέτουν άδεια λειτουργίας και τηρούν όλες τις προϋποθέσεις ασφαλείας και στο χώρο του σχολείου σας.

210 9354337 & 210 9959056  
6972 817495 & 6974 302644

paido\_rama@yahoo.gr • www.paidorama.edu.gr



## Εκπαιδευτικά-αθλητικά προγράμματα ΠΑΙΔΟΡΑΜΑ

Ανααυαλήπτω • Παιζω • Δημιουργώ



από το 2006



Διάρκεια: 3 ώρες

- Καλλιέργεια κηπευτικών λαχανικών
- Ανακύκλωση! Ένας θησαυρός από σκουπίδια

Σε ειδικά επιλεγμένους χώρους, που διαθέτουν άδεια λειτουργίας και τηρούν όλες τις προϋποθέσεις ασφαλείας και στο χώρο του σχολείου σας.

 210 9354337 & 210 9959056  
6972 817495 & 6974 302644

paido\_rama@yahoo.gr • www.paidorama.edu.gr

## Εκπαιδευτικά-αθλητικά προγράμματα ΠΑΙΔΟΡΑΜΑ

Ανααυαλήπτω • Παιζω • Δημιουργώ



από το 2006



**ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΑ** Διάρκεια: 3 ώρες

Λαμπερά Στολίδια, Γλυκομαγειρέματα γεμάτα φαντασία, Χριστόψωμα, Χριστουγεννιάτικα Σαπούνια, Χριστουγεννιάτικες δημιουργίες με πηλό

**ΑΠΟΚΡΙΕΣ** Διάρκεια: 3 ώρες

Κατασκευή αποκριάτικης μάσκας, Κατασκευή αποκριάτικού καπέλου, Κατασκευή μίνι παραδοσιακού χαρταετού, Ένα ψωμί που το λένε... Λαγόνα.

**ΠΑΣΧΑ** Διάρκεια: 3 ώρες

Σαρακοστόυλα με ζυμάρι, Λαζαράκια, Διακόσμηση λαμπάδας, Πασχαλινά φαναράκια, Πασχαλινά καλαθάκια, Βάψιμο των αυγών

Σε ειδικά επιλεγμένους χώρους, που διαθέτουν άδεια λειτουργίας και τηρούν όλες τις προϋποθέσεις ασφαλείας και στο χώρο του σχολείου σας.

 210 9354337 & 210 9959056  
6972 817495 & 6974 302644

paido\_rama@yahoo.gr • www.paidorama.edu.gr

# Εκπαιδευτικά-αθλητικά προγράμματα ΠΑΙΔΟΡΑΜΑ

Ανασuaθήτσω • Παίζω • Δημιουργώ



Διάρκεια: 3 ώρες

- Διοργάνωση Αθλητικών Εκδρομών
- Τα παιδιά, παίζει!



Σε ειδικά επιλεγμένους χώρους, που διαθέτουν άδεια λειτουργίας και τηρούν όλες τις προϋποθέσεις ασφαλείας και στο χώρο του σχολείου σας.

 210 9354337 & 210 9959056  
 6972 817495 & 6974 302644

paido\_rama@yahoo.gr • www.paidorama.edu.gr