



13ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΚΑΒΑΛΑΣ  
" ΚΟΥΚΟΥΒΑΓΙΑΣ ΓΝΩΣΗ "

Σχολική Εφημερίδα από την συντακτική ομάδα της Στ ' τάξης

Αρ.Φύλλου :1

Δασκάλα : Παπαδημητρίου - Δοδουτζή Ελευθερία

Τμή : 0 €

### ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

Ρεπορτάζ	σελ.2
Έρευνα	σελ.4
Συνεντεύξεις	σελ.5
Βιβλιοπαρουσιάσεις	σελ.7
Ταξιδεύοντας	σελ. 9
Αθλητικά	σελ. 11
English Corner	σελ.13
Μουσική	σελ.16
Ζωγραφική	σελ. 20
Κατασκευές	σελ.21
Συνταγές	σελ.22
Ψυχαγωγία	σελ.24
Internet	σελ.25

### ΕΡΕΥΝΑ : Η ΣΧΟΛΙΚΗ ΒΙΑ ΣΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ

### ΡΕΠΟΡΤΑΖ :ΣΧΟΛΙΚΟΣ ΕΚΦΟΒΙΣΜΟΣ



ENGLISH

CORNER





# ΡΕΠΟΡΤΑΖ

## Τι είναι η σχολική βία-Εκφοβισμός

Ο όρος **bullying** στα ελληνικά αποδίδεται ως «εκφοβισμός - απειλή χρήσης βίας, αλλά και άσκηση βίας με τρόπο συστηματικό και επαναλαμβανόμενο». Ο όρος αποδίδεται αρκετά καλά και με την τουρκικής ρίζας λέξη «νταηλίκι».

Ο **εκφοβισμός** αφορά την άσκηση ψυχολογικής, συναισθηματικής, λεκτικής, σεξουαλικής βίας και χειροδικίας. Εκφράσεις του αποτελούν ενδεικτικά:

- Ο εξευτελισμός
- Τα ντροπιαστικά σχόλια, ο διασυρμός και η διάδοση φημών
- Η εφεύρεση ντροπιαστικών παρεπωνύμων («παρατσούκλια»)
- Η καταγραφή και διάδοση μέσω κινητών τηλεφώνων ή άλλων μέσων, προσωπικών φωτογραφιών, ήχου ή κινούμενη εικόνας
- Η κλοπή ή καταστροφή προσωπικών αντικειμένων μικρής αξίας
- Η απομόνωση από την ομάδα
- Ο ηλεκτρονικός εκβιασμός μέσω email, sms, facebook, viber και των άλλων μέσων κοινωνικής δικτύωσης.
- Η ωμή βία (χτυπήματα, σπρωξίματα)

Ο «εκφοβισμός» προϋποθέτει έναν τουλάχιστον (ή μια ομάδα) θυτών και ένα τουλάχιστον (ή μια ομάδα) θυμάτων με ασυμμετρία δύναμης (οι δυνατοί εκφοβίζουν εκείνους που θεωρούν πιο αδύναμους). **Το χαρακτηριστικό του θύματος είναι στις περισσότερες περιπτώσεις η διαφορετικότητα σε μια ποικιλία τομέων:**

- Εθνικότητα
- Θρησκεία
- Διαφορετική γλώσσα ή γλωσσικό ιδίωμα
- Σεξουαλικός προσανατολισμός
- Οικογενειακή κατάσταση
- Κοινωνική θέση
- Αναπηρία ή άλλου είδους φυσικό μειονέκτημα όπως π.χ. η χρήση γυαλιών.





- Σχολικές επιδόσεις (άριστος μαθητής - μαθητής με μαθησιακές δυσκολίες κλπ)
- Κάποιο ιδιαίτερο φυσικό χαρακτηριστικό (βάρος, χαρακτηριστικά προσώπου, ύψος κλπ).
- Ηλικία

**Τις περισσότερες φορές τα παιδιά που βιώνουν εκφοβισμό δεν το λένε σε κανένα γιατί:**

- Ντρέπονται. Η ντροπή είναι ένα συναίσθημα που ακολουθεί τον σχολικό εκφοβισμό καθώς τα παιδιά νοιώθουν ότι όλοι γελάνε μαζί τους
- Φοβούνται. Τα παιδιά θεωρούν ότι δεν μπορεί να γίνει κάτι και φοβούνται ότι ο οποιοσδήποτε χειρισμός θα θυμώσει το παιδί ή τα παιδιά που το εκφοβίζουν και τα πράγματα θα χειροτερεύσουν
- Νοιώθουν ότι φταίνε. Η σκέψη των παιδιών είναι ενοχική και ιδιαίτερα σε καταστάσεις βίας.
- Σκέφτονται ότι θα απογοητεύσουν / στενοχωρήσουν τους γονείς τους. Όλα τα παιδιά αποζητούν την αγάπη και τον θαυμασμό των γονιών τους.

**Γ' αυτό οι γονείς θα πρέπει:**

- Να παρατηρήσουν τη συμπεριφορά του παιδιού τους. Οποιαδήποτε ξαφνική και χωρίς εμφανή αιτία αλλαγή στη συμπεριφορά τους, στη διάθεση τους, στην όρεξη τους, στον ύπνο τους, στη γνώμη τους για κάποια άτομα, στη σχολική τους παρουσία, στην σχολική τους επίδοση πρέπει να τους προβληματίσει .
- Εάν αντιληφθούν ότι το παιδί τους βιώνει εκφοβισμό θα πρέπει σε πλαίσιο ασφάλειας και εμπιστοσύνης να κουβεντιάσουν με το παιδί τους για την εμπειρία του και γενικά για το φαινόμενο του σχολικού εκφοβισμού.
- Να απενοχοποιήσουν το παιδί.
- Να εξηγήσουν στο παιδί ότι κανείς δεν έχει το δικαίωμα να του φέρεται έτσι.
- Να επιβραβεύσουν το παιδί που συμμετείχε στην κουβέντα και αποκάλυψε σημαντικά πράγματα.
- Να μην βάλουν το παιδί σε διαδικασίες αντεκδίκησης, χωρίς αποτέλεσμα.
- Να αναδείξουν στο παιδί τη σημασία του να έχει επικοινωνία με το δάσκαλο και να εξηγήσουν τη διαφορά του «μαρτυράω» από το «ζητάω» βοήθεια.
- Να θυμούνται ότι ο στόχος είναι να βοηθήσουν το παιδί τους και όχι να τιμωρηθεί το άλλο παιδί.
- Να επικοινωνήσουν με το δάσκαλο.
- Σε όλες τις περιπτώσεις θα πρέπει να επικοινωνήσουν με την Εθνική Τηλεφωνική Γραμμή για τα Παιδιά SOS 1056, δωρεάν και ανώνυμα.

**Ελεάνα Δρόσου- Αναστασία Αρβανιτίδου**

# ΕΡΕΥΝΑ

## Η σχολική βία στην Ελλάδα

Τα δεδομένα των ερευνών για τη σχολική βία στην Ελλάδα δείχνουν ότι:

- Τα αγόρια εμπλέκονται περισσότερο με τη σωματική βία
- Τα κορίτσια εμπλέκονται περισσότερο με τη λεκτική βία
- 1 στα 10 παιδιά έχει υποστεί βία
- 10%- 15% υφίσταται κάποιας μορφής βία
- Οι μισοί δεν το λένε σε κανέναν
- 22% έχει υποστεί λεκτική βία
- 7,8 % έχει ασκήσει λεκτική βία
- 4% έχει ασκήσει σωματική βία



Το σχολείο, από μόνο του, δεν αρκεί για να αλλάξει ένα βίαιο επιθετικό άτομο ούτε για να αλλάξει μια βίαιη κοινωνία. Χρειάζεται να καλλιεργηθεί η συνεργασία μεταξύ γονέων, εκπαιδευτικών αλλά και ειδικών επιστημόνων ενώ κρίνεται απαραίτητη η επιμόρφωση των εκπαιδευτικών, από τις αρμόδιες υπηρεσίες, στην αναγνώριση, πρόληψη και καταπολέμηση τέτοιων φαινομένων αλλά και στη διαχείριση περιστατικών βίας.

*Μην χρησιμοποιείται κανένα είδος βίας.*

*Είμαστε μαθητές Δημοτικού, όχι καταζητούμενοι μικροί εγκληματίες*

*Εμείς οι έφηβοι πρέπει να προστατεύουμε τους μικρότερους μας και τους ομοίους μας.*

*Μην γίνετε εγκληματίες, γίνετε πολίτες της δικής μας κοινωνίας!!!*

**Γιάννης Κεσικιάδης**

# ΣΥΝΕΝΤΕΥΞΕΙΣ

## ΟΙ ΕΠΙΠΤΩΣΕΙΣ ΤΗΣ ΣΧΟΛΙΚΗΣ ΒΙΑΣ ΣΤΟ ΠΑΙΔΙ

Συνέντευξη με την Ψυχολόγο Α.Π.Θ και Βρεφονηπιοκόμο

Έλλη Μπίρδα

*-Καλησπέρα κυρία Μπίρδα. Θα θέλαμε να σας ρωτήσουμε ως ψυχολόγο για τις επιπτώσεις της σχολικής βίας ,μιας και είναι το θέμα του προγράμματος Αγωγής Υγείας στο σχολείο μας. Ποια είναι λοιπόν αρχικά τα βασικά γνωρίσματα των πράξεων εκφοβισμού και βίας στο σχολείο:*

Καλησπέρα και σε σένα !Τα βασικά γνωρίσματα είναι η επανάληψη κατά την οποία παρατηρείται η πράξη βίας και εκφοβισμού, η εσκεμμένη πρόθεση, η πρόκληση πόνου σωματικού ή λεκτικού ή ψυχολογικού και η ανισορροπία δύναμης του θύτη και του θύματος.

*-Για ποιους λόγους ένα παιδί μπορεί να δέχεται σχολική βία:*

Επειδή το παιδί είναι αδύναμο, έχει χαμηλή αυτοεκτίμηση, θέλει να ενταχθεί και να γίνει αποδεκτός σε μια ομάδα. Επίσης ίσως έχει κάποια ιδιαίτερα χαρακτηριστικά π.χ υπερβολικό πάχος, ή είναι ξένης καταγωγής.

*-Τι αισθάνεται το παιδί - θύμα:*

Το παιδί - θύμα βιώνει φόβο, άγχος, προσβάλλεται από σωματικές και ψυχοσωματικές ενοχλήσεις και οδηγείται πολλές φορές σε κατάθλιψη, απομόνωση και σχολική αποτυχία.

*-Γιατί πολλές φορές φοβάται το θύμα να μιλήσει:*

Φοβάται να μιλήσει για τα αντίποινα που θα υποστεί ,αν προδώσει (χαρακτηρισμός «καρφί»), όπως είναι η απομόνωση, η σωματική βία, ο υποβιβασμός και ο φόβος για τη ζωή.

*-Ευχαριστούμε πολύ !*

**Σωκράτης Καραδήμος**



## «ΥΙΟΘΕΣΙΑ» ΤΩΝ ΜΙΚΡΩΝ ΜΑΘΗΤΩΝ ΑΠΟ ΤΟΥΣ ΜΑΘΗΤΕΣ ΤΗΣ ΣΤ' ΤΑΞΗΣ

Με στόχο την ευαισθητοποίηση και υπευθυνότητα των μαθητών της Στ' τάξης και την προστασία και προσαρμογή των μαθητών της Α' τάξης, εφαρμόστηκε ένα καινοτόμο πρόγραμμα στο σχολείο. Κάθε πρωτάκι του σχολείου, υιοθετείται στην αρχή της χρονιάς από ένα εκτάκι.

Το εκτάκι αναλαμβάνει να το προστατεύει, να το καθοδηγεί και να το βοηθάει καθ' όλη τη διάρκεια της χρονιάς. Έτσι το πρωτάκι ξέρει ότι μπορεί να απευθυνθεί και κάπου αλλού εκτός από τους δασκάλους του για οτιδήποτε το απασχολεί. Η πρώτη επαφή των παιδιών της έκτης με τα παιδιά της πρώτης έγινε στο προαύλιο με παιχνίδια γνωριμίας και με την επίβλεψη του καθηγητή της Φυσικής Αγωγής, Παναγιώτη Κρεμμύδα.



# ΒΙΒΛΙΟΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ

## Ο Μικρός Πρίγκιπας

Η ιστορία του μικρού πρίγκιπα είναι ένα μαγικό παραμύθι γραμμένο για μικρούς και μεγάλους. Είναι ένα παραμύθι διαχρονικό, αφού εδώ και πενήντα τέσσερα χρόνια αφήνει με τον ίδιο τρόπο άφωνους από συγκίνηση όσους το διαβάζουν.

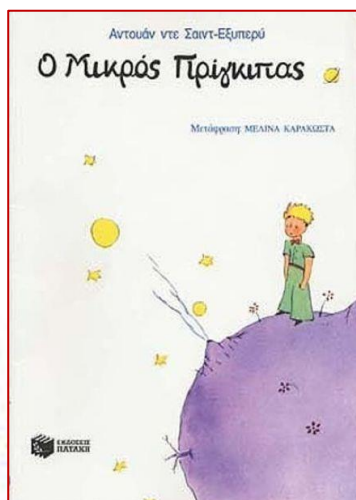
Ένας πιλότος, κουρασμένος από τις σχέσεις του με τους ανθρώπους, ζει αποτραβηγμένος από αυτούς. Σε μια από τις πτήσεις του αναγκάζεται να προσγειωθεί στην έρημο της Σαχάρας και τότε ξεκινά η περιπέτεια ...

**Συγγραφέας:** Αντουάν Ντε Σαιντ-Εξυπερή

**Εικονογράφος:** Αντουάν Ντε Σαιντ-Εξυπερή

**Μεταφραστής :** Μελίνα Καρακώστα

**Εκδόσεις:** Πατάκη



Σταυρούλα Τηλικίδου



## Συντροφιά με τον άνεμο

Στο πρώτο μέρος η συγγραφέας μάς μιλάει για μια γριά πουκαμίσια που την πειράζει η υγρασία, γιατί έχει αρθριτικά, παρασύρεται από τον άνεμο και γυρίζει όλο τον κόσμο.

Στο δεύτερο μέρος ο ήρωας είναι ένας μικρός γκρινιάρης πικγκουίνος. Έχει πολλά παιχνίδια, όμως δεν έχει φίλους, Για να αποκτήσει πρώτα πρώτα να μάθει να προσφέρει.

Στο τρίτο μέρος ένα ξυπνητήρι ερωτεύεται ένα ρολόι κούκο. Τι παράξενος έρωτας.

**Συγγραφέας:** Γαλατεία Γρηγοριάδου-Σουρέλη

**Εικονογράφηση:** Τέτη Σώλου

**Εκδόσεις:** Πατάκη



**Κατερίνα Τσιμαγιώργη**





# ΤΑΞΙΔΕΥΟΝΤΑΣ

## ΤΑΞΙΔΙ ΣΤΗΝ ΙΣΠΑΝΙΑ

Το καλοκαίρι που μας πέρασε έκανα ένα μεγάλο ταξίδι στην Ισπανία. Επισκέφθηκα την Βαρκελώνη και το Σαν Σεμπασιάν.

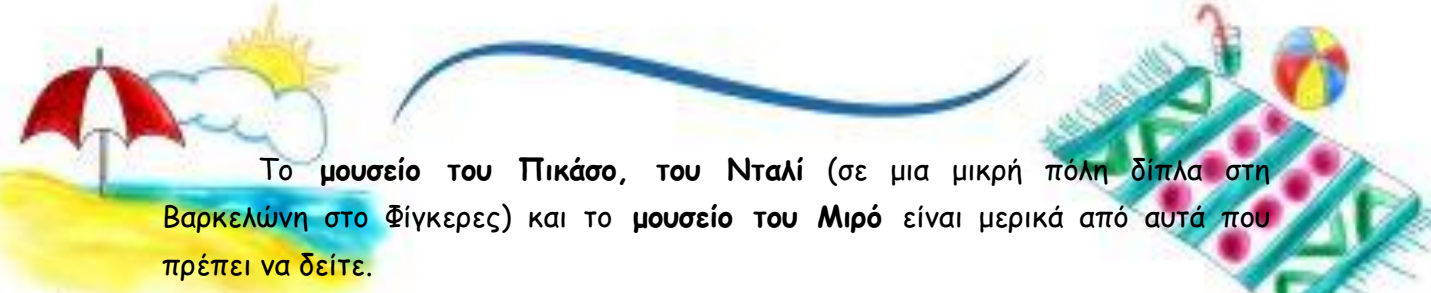
Η **Βαρκελώνη** είναι μια όμορφη και μεγάλη πόλη της Ισπανίας. Η μεγαλύτερη πόλη της Ισπανίας μετά την πρωτεύουσά της την Μαδρίτη. Εκεί έχει πολλά πράγματα για να δεις και να κάνεις. Τα πιο εντυπωσιακά όμως από όλα είναι τα κτίρια του Γκαουντί. Ο Γκαουντί είναι ένας διάσημος αρχιτέκτονας που έφτιαξε λίγα κτίρια αλλά πολύ εντυπωσιακά και πολύ ξεχωριστά. Τα κτίρια του μοιάζουν να έχουν βγει από ένα φανταστικό κόσμο.



Ακόμα και ένας ναός που έχει φτιάξει παρόλο που δεν τον τελείωσε είναι τόσο εντυπωσιακός και έχει τόσες πολλές λεπτομέρειες στην πρόσοψή του που μπορείς να τον κοιτάς για ώρες.

Η Βαρκελώνη έχει και ένα μεγάλο πάρκο, με όμορφα μονοπάτια και εντυπωσιακά κτίρια. Πρέπει οπωσδήποτε να το δείτε. Είναι γεμάτο από κατασκευές του Γκαουντί.


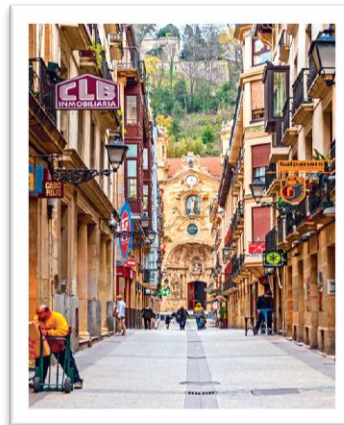

Για όσους τους ενδιαφέρει το ποδόσφαιρο μπορούν να δουν και το γήπεδο «**Καμπ Νου**». Είναι ένα μεγάλο γήπεδο η έδρα της διάσημης ομάδας Μπαρτσελόνα. Εγώ δεν το επισκέφτηκα και δεν ξέρω πως είναι από κοντά.



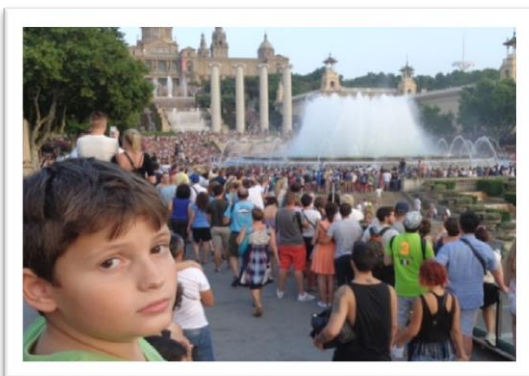
Το **μουσείο του Πικάσο**, του Νταλί (σε μια μικρή πόλη δίπλα στη Βαρκελώνη στο Φίγκερες) και το **μουσείο του Μιρό** είναι μερικά από αυτά που πρέπει να δείτε.

Στην Ισπανία πρέπει να δοκιμάσετε την **παέλια**. Σε κάθε περιοχή την φτιάχνουν διαφορετικά. Αλλού με θαλασσινά, αλλού με κρέας και αλλού και με τα δύο. Τα τάπας είναι ισπανικά μεζεδάκια που μπορείς να τα βρεις παντού και υπάρχει τόση μεγάλη ποικιλία που δεν μπορείς να τα δοκιμάσεις όλα. Τα τσούρος είναι γλυκά σαν λουκουμάδες που τα τρως βουτηγμένα στη σοκολάτα.

Το **Σαν Σεμπασιάν** είναι μια μικρή παραλιακή πόλη στη Βόρεια Ισπανία που μοιάζει πολύ με τα ελληνικά παραθαλάσσια μέρη. Οι ταβέρνες στη σειρά και το λιμάνι της ήταν σαν να ήμουν σε ελληνικό νησί στην παραλία με τις ταβέρνες. Τα κτίρια βέβαια είναι διαφορετικά. Έχει στενά δρομάκια γεμάτα μαγαζιά και ένα πολύ όμορφο παραθαλάσσιο τοπίο.



Η Ισπανία είναι πολύ μεγάλη και υπάρχουν πάρα πολλά και όμορφα μέρη για να δεις. Εγώ ταξίδεψα με αυτοκίνητο με την οικογένειά μου, αλλά είναι μεγάλο και κουραστικό ταξίδι. Ο πιο γρήγορος και εύκολος τρόπος για να πας στην Ισπανία είναι το αεροπλάνο.



**Γιώργος Βλαμήτσος**





# ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΣ

## Η ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗ (ΒΟΛΕΙ)

Η κάθε ομάδα πετοσφαίρισης αποτελείται από έξι παίκτες. Επίσης, μπορεί να έχει μέχρι έξι αναπληρωματικούς, έναν προπονητή, το βοηθό του και φυσιοθεραπευτή. Στο ξεκίνημα κάθε σερβίς οι έξι αγωνιζόμενοι παίκτες πρέπει να βρίσκονται μέσα στο γήπεδο και σε συγκεκριμένες θέσεις. Είναι τρεις στην επιθετική ζώνη (μπροστά: αριστερά, κέντρο, δεξιά) και τρεις στην αμυντική ζώνη (πίσω: αριστερά, κέντρο, δεξιά). Εξαιρείται ο παίκτης που εκτελεί το σερβίς.

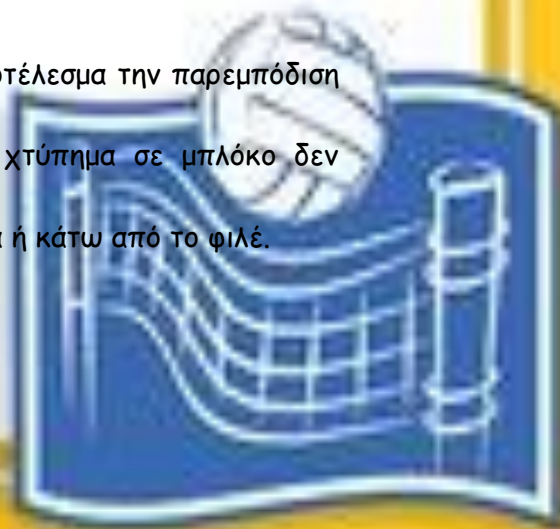
Οι παίκτες που βρίσκονται στην αμυντική ζώνη δεν επιτρέπεται να εκδηλώσουν επιθετικό χτύπημα πατώντας στην μπροστινή ζώνη από ύψος μεγαλύτερο του φιλέ. Κάθε φορά που η ομάδα τους κερδίζει το σερβίς, οι παίκτες μετακινούνται κατά μία θέση προς τα δεξιά, κατά τη φορά των δεικτών του ρολογιού. Έτσι σταδιακά όλοι οι παίκτες παίζουν σε όλες τις θέσεις. Σε περίπτωση αλλαγής, ο παίκτης που βγήκε μπορεί να μπει μόνο στη θέση του παίκτη που μπήκε ώστε να μην αλλάζει θέσεις στο γήπεδο.

Το παιχνίδι ξεκινά με σερβίς της μιας ομάδας έπειτα από κλήρωση. Το σερβίς εκτελείται από τον παίκτη της πίσω δεξιά θέσης, από ένα σημείο πίσω από την τελική γραμμή του γηπέδου. Παλιότερα ο παίκτης που εκτελούσε σερβίς όφειλε να βρίσκεται στην πίσω δεξιά γωνία και εκτός τελικής γραμμής. Τα τελευταία χρόνια επιτρέπεται η εκτέλεση του σερβίς από οποιοδήποτε σημείο πίσω από την τελική γραμμή. Με την εκτέλεση του σερβίς η μπάλα προωθείται πάνω από το φιλέ προς τη μεριά της αντίπαλης ομάδας χωρίς να μεσολαβήσει άλλος παίκτης της ομάδας που εκτελεί το σερβίς. Κάθε φορά που η μπάλα φτάνει στην περιοχή της, η ομάδα προσπαθεί να την επαναφέρει στην αντίπαλη περιοχή με τρεις μπαλιές. Συνήθως ο πρώτος παίκτης αποκρούει, ένας δεύτερος υψώνει δίνοντας πάσα κοντά στο φιλέ και ένας τρίτος καρφώνει με δύναμη προς το αντίπαλο μέρος. Δεν υπολογίζεται ως μπαλιά τυχόν απόκρουση της μπάλας από το αμυντικό μπλοκ στο καρφί του αντίπαλου

Σύμφωνα με τον κανονισμό πόντος εις βάρος μιας ομάδας καταλογίζεται επίσης, όταν κάποιος παίκτης της υποπέσει στα εξής παραπτώματα:

- Μεταφορά της μπάλας (πιαστό).
- Άγγιγμα του φιλέ.
- Πέρασμα του σώματος στο αντίπαλο μέρος, με αποτέλεσμα την παρεμπόδιση του αντιπάλου.
- Δύο συνεχόμενα χτυπήματα (διπλή μπαλιά). Το χτύπημα σε μπλόκο δεν υπολογίζεται.
- Πέρασμα της μπάλας προς το αντίπαλο μέρος δίπλα ή κάτω από το φιλέ.

**Αθηνά Μίκου - Μαριάννα Δουκίδου**





## ΤΟ ΠΟΔΟΣΦΑΙΡΟ

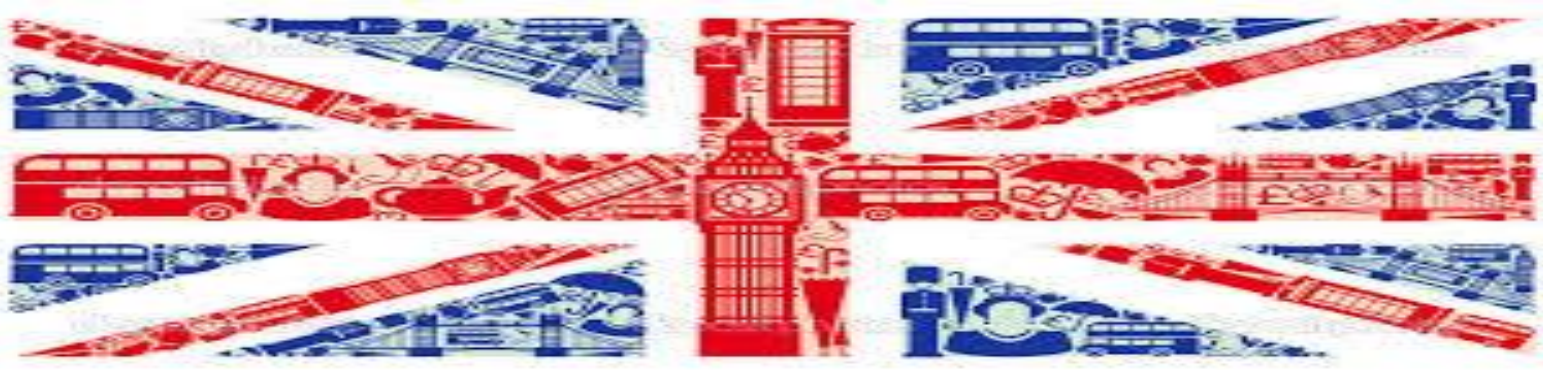


Στο γήπεδο του Περιγιαλιού πίσω από το κολυμβητήριο είναι η Ακαδημία Ποδοσφαίρου του Α.Ο.Κ. Είναι για παιδιά από 5 έως 15 ετών. Το σήμα στη φανέλα της ομάδας είναι το καραβάκι. Τα κουπιά είναι οι ποδοσφαιριστές, το πανί η διοίκηση και ο άνεμος οι φίλαθλοι. Οι προπονήσεις γίνονται τρεις φορές την εβδομάδα. Κάθε Σάββατο ή Κυριακή έχουμε φιλικό αγώνα με άλλες ομάδες . στο τέλος της αγωνιστικής χρονιάς γίνεται το μεγάλο τουρνουά με συμμετοχή ομάδων από άλλους νομούς. Ο σύνδεσμος φιλάθλων του Α.Ο.Κ ονομάζεται Γαλάζιοι Αργοναύτες. Η ομάδα του Α.Ο.Κ ιδρύθηκε το 1965. Έχει 50 χρόνια ζωής. Έζησε πολλές δόξες στην Α' και Β' Εθνική. Εδώ και λίγα χρόνια βρίσκεται στη Γ' Εθνική αλλά πιστεύω ότι θα μπορέσει να καταφέρει και πάλι!



**Αντώνης Βερνέζης**





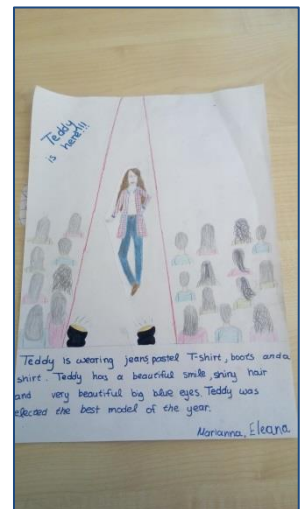
ΚΑΘΗΓΗΤΡΙΑ ΑΓΓΛΙΚΩΝ : ΔΗΜΗΤΡΑ ΓΑΜΒΡΕΛΗ

# ENGLISH CORNER

## FASHION DESIGNS

Our project for November was to design clothes for a fashion show. We worked in groups and not only did we use our imagination and creativity but we also practiced vocabulary related to clothes. That was fun!!!

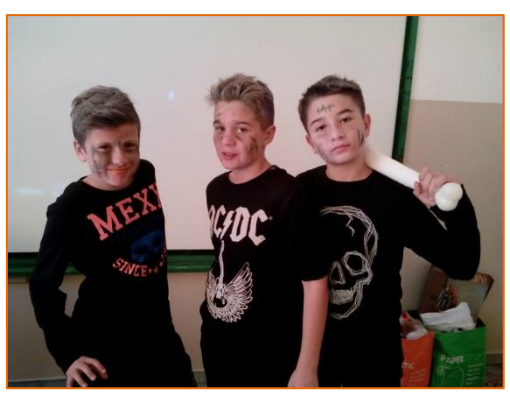
Here are our designs!





# HALLOWEEN

On Friday 30th October our class had a Halloween party. We brought Jack O' Lanterns in class and dressed up for the occasion. We had snacks and soft drinks and of course we played. We really enjoyed ourselves!







# I LOVE

## ΜΟΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑ

### - Τι είναι η μουσικοθεραπεία;

Η μουσικοθεραπεία είναι ένα καθιερωμένο επάγγελμα υγείας στο οποίο η μουσική χρησιμοποιείται στο πλαίσιο μιας θεραπευτικής σχέσης με στόχους που αφορούν τις σωματικές, συναισθηματικές, γνωστικές και κοινωνικές ανάγκες των ατόμων. Περιλαμβάνει την κλινική και ερευνητικά τεκμηριωμένη χρήση μουσικών παρεμβάσεων για την επίτευξη εξατομικευμένων ή και ομαδικών στόχων από εξειδικευμένο θεραπευτή ο οποίος έχει ολοκληρώσει ένα εγκεκριμένο πρόγραμμα σπουδών μουσικοθεραπείας.

### - Τι γίνεται σε μια συνεδρία;

Σε μια συνεδρία μουσικοθεραπείας, οι συμμετέχοντες χρησιμοποιούν ποικιλία μουσικών οργάνων και τη φωνή τους, δημιουργώντας μια μουσική γλώσσα που αντανακλά τη ψυχοσυναισθηματική και σωματική τους κατάσταση. Η διαδικασία αυτή τους δίνει τη δυνατότητα να έρθουν σε επαφή με τον εσωτερικό τους κόσμο αλλά και με τους άλλους γύρω τους.

Οι μουσικοθεραπευτές υποστηρίζουν και συμμετέχουν σε αυτή τη διαδικασία χρησιμοποιώντας μουσικοθεραπευτικές τεχνικές, σύμφωνα με διάφορα θεωρητικά μοντέλα και την εξειδίκευσή τους. Έτσι μια συνεδρία μπορεί να περιλαμβάνει μουσικό αυτοσχεδιασμό, ακρόαση, σύνθεση, τραγούδι και τη χρήση του λόγου προσαρμοσμένα στις ανάγκες του ατόμου ή της ομάδας.

### - Σε ποιούς απευθύνεται η μουσικοθεραπεία;

# MUSIC THERAPY



Το φάσμα των πληθυσμών που μπορούν να ωφεληθούν από τη μουσικοθεραπεία είναι ευρύ: παιδιά και ενήλικες με μαθησιακές δυσκολίες, αναπτυξιακές διαταραχές, ψυχικές διαταραχές, νευρολογικές παθήσεις, χρόνιες παθήσεις κ.α.

**- Σε ποιούς τομείς μπορεί να βοηθήσει;**

Η μουσικοθεραπεία μπορεί να βοηθήσει στην ανάπτυξη και τη βελτίωση των επικοινωνιακών, κοινωνικών και κινητικών δεξιοτήτων, στη συναισθηματική και γνωστική ανάπτυξη, στη νευρολογική αποκατάσταση, στην αντιμετώπιση του άγχους και του πόνου κ.α.

**- Χρειάζεται να ξέρω μουσική;**

Για τη συμμετοχή σε συνεδρίες μουσικοθεραπείας δεν είναι απαραίτητες οι μουσικές γνώσεις. Η διαδραστική θεραπευτική παρέμβαση βασίζεται στην αυθόρμητη παραγωγή μουσικής μέσω των μουσικών οργάνων, της φωνής και του σώματος.

**- Ποιες είναι οι σπουδές ενός μουσικοθεραπευτή;**

Οι μουσικοθεραπευτές έχουν ολοκληρώσει ένα αναγνωρισμένο πανεπιστημιακό πρόγραμμα σπουδών προκειμένου να ανταποκρίνονται με ασφάλεια και υπευθυνότητα στις ανάγκες των συμμετεχόντων. Οι σπουδές συνήθως περιλαμβάνουν: θεωρητικά μαθήματα π.χ. ψυχολογία, ψυχοπαθολογία, θεωρητικές προσεγγίσεις, τεχνικές έρευνας κ.α., κλινικό αυτοσχεδιασμό, πρακτική εξάσκηση με διαφορετικούς πληθυσμούς, ομαδική και ατομική εποπτεία κ.α. Είναι απαραίτητη επιπλέον και η προσωπική θεραπεία των φοιτητών. Τα παραπάνω είναι απαραίτητα εφόδια για τους μουσικοθεραπευτές ώστε να στηρίζουν τη θεραπευτική διαδικασία με γνώση, ευαισθησία, ενσυναίσθηση, δημιουργικότητα και ευελιξία.



**Έλλη Κουλούρη**



# ΜΟΥΣΙΚΗ

## ΤΟ ΦΛΑΟΥΤΟ

**Φλάουτο** ονομάζεται κάθε πνευστό, του οποίου ο ήχος προκύπτει από την πρόσκρουση ρεύματος αέρα σε μία λεπτή ακμή. Με την πρόσκρουση δημιουργούνται στρόβιλοι, οι οποίοι διεγείρουν ταλαντώσεις στο σωλήνα αέρα του οργάνου. Οι μεταβολές στο ύψος του παραγόμενου ήχου δημιουργούνται με κλείσιμο και άνοιγμα των οπών που βρίσκονται κατά μήκος του σωλήνα. Ανάλογα με το κράτημα του οργάνου διακρίνουμε το επίμηκες και το λοξό φλάουτο, τα οποία παρουσιάζονται με πολλές παραλλαγές σε διάφορους πολιτισμούς.

Είναι όργανο πολύ ευέλικτο και ένας καλός εκτελεστής μπορεί να παίξει πολύ εύκολα τρίλιες και γρήγορα περάσματα.

Ο πρόγονος του σημερινού πλάγιου φλάουτου κατάγεται από την Ανατολή και χρονολογείται τουλάχιστον από τον 12ο αιώνα.

Στα χρόνια του Μεσαίωνα εμφανίζεται συχνά σαν όργανο της στρατιωτικής μουσικής, ενώ για τις άλλες μουσικές εκδηλώσεις της εποχής εκείνης

χρησιμοποιείται το φλάουτο με ράμφος σε διαφορετικά μεγέθη, το οποίο παρέμεινε δημοφιλές σε όλη την Αναγέννηση και το Μπαρόκ.





Για να ξεκινήσει κάποιος μαθήματα φλάουτο πρέπει να έχει ώριμο διάφραγμα για να μπορεί να εξασκήσει την τεχνική αναπνοών που παίζει κύριο ρόλο στην εκμάθηση του φλάουτου. Επίσης ο σπουδαστής πρέπει να είναι σε ηλικία που να κατανοεί τα βασικά για την σωστή τοποθέτηση και στησίματος τόσο του σώματος, του στόματος, των χειριών ή ακόμα και της γλώσσας. Βλέπετε όλα παίζουν σημαντικό ρόλο. Συνήθως αυτό είναι εφικτό όταν ο σπουδαστής είναι 9 ή 10 ετών. Τα μαθήματα ξεκινούν όπως



σε όλα σχεδόν τα μουσικά όργανα με την εκμάθηση των νοτών, των αξιών και μικρών εύκολων μουσικών κομματιών. Προτείνεται όπως ένα παιδί το οποίο δυσκολεύεται να ξεκινήσει την εκμάθηση φλάουτου όπως ξεκινήσει μαθήματα πιάνου για περίπου 6 - 12 μήνες.

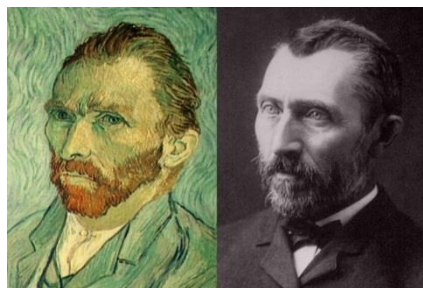
Πολύ γνωστοί φλαουτίστες είναι ο Julius Baker, Jeanne Baxtresser, Lori Bell, William Bennett, Michel Debost, Geoffrey Gilbert. Γενικά αποδεκτό ως ο καλύτερος όλων

των εποχών είναι ο Ιρλανδός Matt Molloy!

*Αναστασία Ραφαήλ*

# ΖΩΓΡΑΦΙΚΗ

## ΒΙΝΣΕΝΤ ΒΑΝ ΓΚΟΓΚ



Ο Βίνσεντ βαν Γκογκ γεννήθηκε στο ολλανδικό χωριό Ζούντερτ (Zundert) και ήταν ο μεγαλύτερος από τα συνολικά οκτώ παιδιά της οικογένειάς του, γιος του πάστορα Θεόδωρου βαν Γκογκ.. Ήδη από τα πολύ νεανικά του χρόνια παρουσίασε τάσεις μελαγχολίας και πρώιμα ψυχολογικά προβλήματα.

Σε ηλικία 16 ετών και αφού είχε ήδη καταπιαστεί χωρίς επιτυχία με αρκετά επαγγέλματα, ασχολήθηκε για ένα διάστημα με το εμπόριο έργων τέχνης, στην εταιρεία *Goupilator & Company*, όπου τον επόμενο χρόνο προσελήφθη και ο αδελφός του Τεό βαν Γκογκ .Αφού απολύεται από την εργασία του το 1876, επιστρέφει στο Άμστερνταμ για να σπουδάσει θεολογία. Οι σπουδές του διαρκούν για περίπου ένα έτος και το 1878 του ανατίθεται μία θέση ιεροκήρυκα στο Βέλγιο και συγκεκριμένα στην υποβαθμισμένη περιοχή Μπορινάζ, όπου λειτουργεί ορυχείο. Ο βαν Γκογκ κηρύττει για περίπου έξι μήνες επιδεικνύοντας ιδιαίτερο ενδιαφέρον για την ένδεια των ανθρώπων της περιοχής.

Το 1880, σε ηλικία 27 ετών, ξεκινά να παρακολουθεί τα πρώτα του μαθήματα ζωγραφικής, ωστόσο σύντομα έρχεται σε ρήξη με τον δάσκαλό του, Αντόν Μωβ, γύρω από καλλιτεχνικά ζητήματα. Τα επόμενα χρόνια δημιουργεί έργα κυρίως επηρεασμένα από τη ζωγραφική του Ζαν Φρανσουά Μιγέ, ενώ ταξιδεύει στην ολλανδική επαρχία ζωγραφίζοντας θέματα που εμπνέεται από αυτή. Το χειμώνα του 1885, παρακολουθεί μαθήματα στην Ακαδημία της Αμβέρσας, τα οποία όμως διακόπτονται πολύ σύντομα αφού αποβάλλεται από τον καθηγητή της ακαδημίας Ευγένιο Σιμπέρ .



**Αναστασία Ραφαήλ - Αθηνά Δανιλίδου - Σταυρούλα Τηλικίδου**



# ΚΑΤΑΣΚΕΥΕΣ

## Η ΤΕΧΝΙΚΗ DECOUPAGE

Το Ντεκουπάζ είναι μια τεχνική που θα συναντήσετε σε πολλές επιφάνειες όπως ξύλο, μέταλλο, χαρτί, πλαστικό, κεριά ακόμα και ύφασμα. Τα υλικά που χρειάζονται είναι: Acrylic primer, αστάρι, κόλλα ντεκουπάζ, χαρτί, χαρτοπετσέτα ή ρυζόχαρτο, βερνίκι, ακρυλικά βασικά χρώματα, πινέλα και ψαλίδι.

Η διαδικασία είναι απλή: Περνάτε μια στρώση ACRYLIC PRIMER και αφήνουμε να στεγνώσει. Η εφαρμογή γίνεται με πινέλο είτε με σφουγγαράκι ταμποναριστά. Περνάτε στην συνέχεια στην επιφάνεια σας με μία στρώση κόλλας ντεκουπάζ. Μπορείτε να χρησιμοποιήσετε ένα οποιοδήποτε πινέλο - καταλληλότερα είναι αυτά με την πλακέ συνθετική τρίχα με μαλακή υφή για να μη σας σκίσει το χαρτί ή την χαρτοπετσέτα που γίνεται εύθραυστη όταν μουσκέψει. Το χαρτί το τοποθετείτε από τη μία άκρη και σιγά σιγά απλώνετε ως την άλλη, για να αποφύγετε τις ζάρες που κάνει όταν βρέχεται. Περνάτε ακόμη μία στρώση κόλλας αυτή τη φορά επάνω από το χαρτί. Τέλος αφήνετε να στεγνώσει.

Στο σχολείο μας κάναμε την τεχνική του decoupage πάνω σε καμβά, με θέματα από διάσημους ζωγράφους, χρησιμοποιώντας χαρτοπετσέτες!



Ουρανία Φωτιάδου

Δήμητρα Βουλδούκη

# ΣΥΝΤΑΓΕΣ

## ΒΑΣΙΛΟΠΙΤΑ

### ΥΛΙΚΑ:

250 γρ. βούτυρο

8 αυγά

900 γρ. αλεύρι

100 γρ. κονιάκ

500 γρ. ζάχαρη

6-7 πορτοκάλια (μόνο τον χυμό)

1 κουτ. γλυκ. σόδα

1 κουτ. γλυκ. ξύσμα πορτοκάλι

2 κουτ. σούπας μπέικιν πάουντερ

Ζαχαρη άχνη



### ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Σε μπολ βάζουμε το βούτυρο, χτυπάμε καλά με σύρμα να ασπρίσει. Σε άλλο μπολ βάζουμε τους κρόκους των αυγών με τη ζάχαρη και χτυπάμε μέχρι να ασπρίσουν, τα ρίχνουμε στο μπολ με το βούτυρο και ανακατεύουμε προσθέτοντας το κονιάκ. Σε ένα μπολ βάζουμε το χυμό με τη σόδα και μόλις αφρίσουν, τα ρίχνετε στα υπόλοιπα υλικά. Χτυπάμε με σύρμα τα ασπράδια να γίνουν σφιχτή μαρέγκα και την ρίχνουμε στα πρώτα υλικά. Προσθέτουμε το ξύσμα, το μπέικιν πάουερ και σιγά σιγά το αλεύρι για να γίνει απαλός πηκτός χυλός. Ρίχνουμε το χυλό σε ένα βουτυρωμένο ταψί και ψήνουμε στους 200 βαθμούς για 50-60 λεπτά. Βγάζουμε, αφήνουμε να κρυώσει και ξεφορμάrouμε. Τέλος πασπαλίζουμε με άχνη και σερβίrouμε.

Δήμητρα Βουλδούκη - Ουρανία Φωτιάδου



## ΕΚΔΡΟΜΗ ΣΤΟ ΟΙΝΟΠΟΙΣΙΟ ΤΟΥ ΝΙΚΟΥ ΛΑΖΑΡΙΔΗ

Το σχολείο μας επισκέφτηκε το Νοέμβριο το οινοποιείο του Νίκου Λαζαρίδη στην Αδριανή της Δράμας. Το οινοποιείο με την ιδιαίτερη αρχιτεκτονική του είναι κτισμένο μέσα στον κεντρικό αμπελώνα και εναρμονισμένο με το φυσικό τοπίο της περιοχής. Είναι πλήρως εξοπλισμένο με όλα τα σύγχρονα μέσα για την παραγωγή προϊόντων υψηλών προδιαγραφών.

Οι κτιριακές εγκαταστάσεις καταλαμβάνουν περίπου 6.500 τ.μ. και αποτελούν ένα ενοποιημένο συγκρότημα που περιλαμβάνει χώρους οινοποίησης, παραγωγής, εμφιάλωσης, χώρους αποθήκευσης, υπόγειες κάβες για την ωρίμανση των κρασιών, γραφεία, χώρους γευσιγνωσίας και σεμιναρίων καθώς και την πινακοθήκη "Μαγικό Βουνό" που μας μάγεψε με τα έργα των ζωγράφων.

Ευχαριστούμε πολύ για την φιλοξενία τους και την όμορφη ξενάγησή τους!



# ΕΔΩ ΓΕΛΑΜΕ !



## ΑΝΕΚΔΟΤΑ - ΑΙΝΙΓΜΑΤΑ

-Γιατί οι γυναίκες των Ποντίων βγάζουν όλα τους τα δόντια;  
Για να είναι γυναίκες με τα ούλα τους!!!

-Γιατί οι Πόντιοι κάθονται στις πίσω θέσεις του κινηματογράφου ;  
Γιατί όποιος γελάει τελευταίος γελάει καλύτερα!!!

-Ο σκύλος μου είναι πιστός φύλακας του σπιτιού μου, λέει ο Κωστίκας .  
-Το αφήνεις λυμένο τη νύχτα; ρωτά ο Λαμπρίκας.  
-Όχι γιατί φοβάμαι μην μου τον κλέψουν!

-Γιατί οι Πόντιοι κοιμούνται σε καρέκλες ?  
Γιατί να μην τους πουν έπειτα ότι κοιμούνται όρθιοι!!!

Κοκκινόξανθο ,παχύ,  
Μυρωδιά ζαλιστική

Τι είναι;

**Κώστας Χατζής-Νίκος Πατέρας-Σωκράτης Καραδήμος**



# INTERNET

## Χρήσιμες Ιστοσελίδες

(Πηγές για τα θέματα της εφημερίδας μας )

[www.13dim-kaval.kav.sch.gr](http://www.13dim-kaval.kav.sch.gr)

[www.el.wikipedia.org/wiki/Bullying](http://www.el.wikipedia.org/wiki/Bullying)

[www.stop-bullying.sch.gr/](http://www.stop-bullying.sch.gr/)

[www.el.wikipedia.org/wiki/Σχολικός\\_εκφοβισμός](http://www.el.wikipedia.org/wiki/Σχολικός_εκφοβισμός)

[www.antibullyingnetwork.gr/](http://www.antibullyingnetwork.gr/)

[www.batisart.blogspot.com/](http://www.batisart.blogspot.com/)

[https://el.wikipedia.org/wiki/Βίνσεντ\\_βαν\\_Γκογκ](https://el.wikipedia.org/wiki/Βίνσεντ_βαν_Γκογκ)

[www.musictherapy.gr](http://www.musictherapy.gr)

<http://www.aokavala.gr/>

<http://www.chateau-lazaridi.com/>

<http://syntages.nets.gr/>



# MERRY CHRISTMAS!

ΟΙ ΜΑΘΗΤΕΣ ΚΑΙ ΟΙ ΜΑΘΗΤΡΙΕΣ

ΤΗΣ ΣΤ' ΤΑΞΗΣ

ΣΑΣ ΕΥΧΟΝΤΑΙ :

**ΧΡΟΝΙΑ ΠΟΛΛΑ  
ΚΑΙ  
ΚΑΛΕΣ ΓΙΟΡΤΕΣ !**

