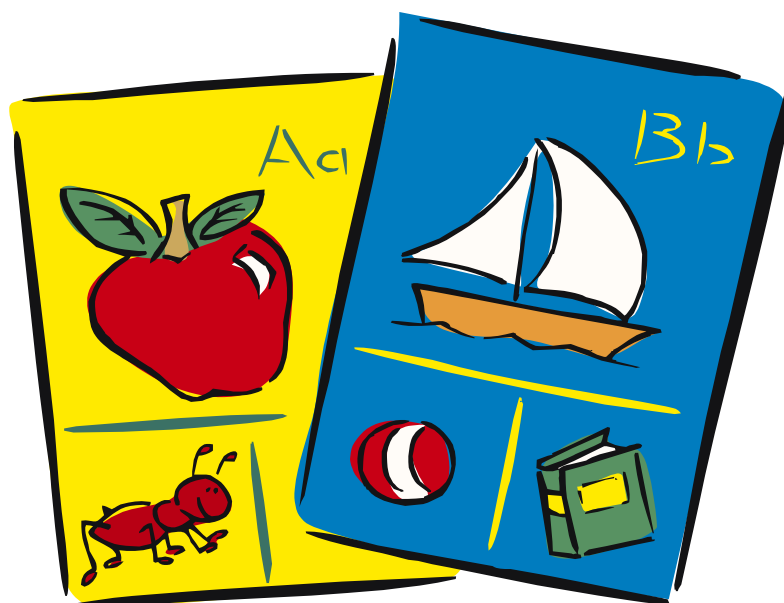




## ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ	ΣΕΛΙΔΑ
Περιεχόμενα	1
Καλωσόρισμα!	2
Καλή σχολική χρονιά - Δεν αργούμε να πάμε σχολείο	3
Αργίες - Για εσάς τους γονείς	4
Harpenings	5
Εξωσχολικά προγράμματα	6
Χαρούμενα Γενέθλια	7
Δανειστική βιβλιοθήκη	8
Προγράμματα ξένων γλωσσών	9
Παγκόσμια ημέρα 3ής ηλικίας	10-11
ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΟ ΘΕΜΑ	12-13
ΠΑΙΔΙ ΚΑΙ ΔΙΑΤΡΟΦΗ	14
ΠΑΓΚΟΣΜΙΑ ΗΜΕΡΑ ΤΩΝ ΖΩΩΝ	15
ΠΑΙΔΙ ΚΑΙ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ	16-22
ΠΟΛΥΤΕΧΝΕΙΟ	23
ΕΣΕΙΣ ΚΑΙ ΤΟ ΠΑΙΔΙ ΣΑΣ	24-25
ΕΘΝΙΚΕΣ ΓΙΟΡΤΕΣ	26
ΠΑΓΚΟΣΜΙΑ ΗΜΕΡΑ ΔΙΑΚΙΩΜΑΤΩΝ ΠΑΙΔΙΟΥ	27
ΣΥΝΤΑΓΗ ΤΟΥ ΜΗΝΑ	28-29
ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ ΓΙΑ ΛΟΓΟΤΕΧΝΙΚΑ ΒΙΒΛΙΑ	30



# «ΤΥΠΑΚΙ» ΚΑΛΩΣΟΡΙΣΜΑ...!

Αγαπητοί γονείς,  
σας καλωσορίζουμε στη πρώτη εφημερίδα μας για φέτος!



Ένα παιδί χρειάζεται... μια υπομονετική καρδιά να το ακούει κι όχι ένα λαμπρό μυαλό να το επικρίνει,

ανοικτές αγκαλιές που το αποδέχονται κι όχι αυστηρά μάτια που βλέπουν τα λάθη του,

ευγενικά χέρια που το καθοδηγούν κι όχι μια σκληρή φωνή που το διατάζει.

**Καλή σχολική χρονιά !!!**

Μ` εκτίμηση  
**Άσπα Τσαντοπούλου**  
Διευθύντρια

## «ΤΥΠΑΚΙ»

Όλοι οι παιδαγωγοί του σχολείου σας ευχόμαστε

# ΚΑΛΗ ΣΧΟΛΙΚΗ ΧΡΟΝΙΑ!!!

Αυτό που ζητάμε από σας είναι:

- ❖ Αμοιβαία συνεργασία & κατανόηση
- ❖ Συχνή επαφή και συναντήσεις
- ❖ Ενημέρωση
- ❖ Όχι δισταγμούς για ζητήματα που αφορούν τα παιδιά!!!

## Δεν αργούμε να πάμε σχολείο...

Στο πλαίσιο εφαρμογής του εκπαιδευτικού προγράμματος που εφαρμόζεται στο σχολείο μας, θα σας παρακαλούσαμε προσπαθήστε όσο είναι δυνατόν ώστε τα παιδιά να παρακολουθούν το πρόγραμμα κανονικά, χωρίς απουσίες και να έρχονται νωρίς, όπως οι περισσότεροι φίλοι τους.

Στόχος μας είναι:

- ◆ να συνυπάρχει η ομάδα ολόκληρη, πριν και μετά από τα γεύματα
- ◆ να προλαβαίνουν τα παιδιά να <<χορτάσουν>> το ελεύθερο παιχνίδι, που τόσο έχουν ανάγκη
- ◆ τα παιδιά να συνυπάρχουν ομαδικά σε όλες τις δραστηριότητες της τάξης που βοηθούν το <<δέσιμο>> και την κοινωνικοποίησή τους
- ◆ να μάθουν τα χρονικά όρια γιατί αυτές οι <<καλές συνήθειες>> του να είσαι συνεπής και στην ώρα σου, πρέπει να αρχίζουν από την μικρή ηλικία και θα βοηθήσουν τα παιδιά στην τήρηση των μετέπειτα υποχρεώσεων τους!

«ΤΥΠΑΚΙ»

## Αργίες ...

♦ Σαββάτο 28/10/2023  
ΕΘΝΙΚΗ ΓΙΟΡΤΗ

# Για εσάς ,τους γονείς...!

### ΕΠΙΣΚΕΨΕΙΣ ΠΑΙΔΙΑΤΡΟΥ

(Θανοπούλου Μαριάννα)

☞ Τρίτη 17/10/2023

☞ Τρίτη 21/11/2023

### ΕΠΙΣΚΕΨΗ ΟΔΟΝΤΙΑΤΡΟΥ

(Σκούφου Ιωάννα)

☞ Τετάρτη 25/10/2023

### <<Ομιλία Παιδοψυχολόγου >>

Τη Παρασκευή 20/10/23 18:30 - 20:00 θα πραγματοποιηθεί η ομιλία της παιδοψυχολόγου, Κας Σάμη Στέλλας, στο χώρο του σχολείου.  
Αφορά τα τμήματα της Κας Γεωργίας, της Κας Ασημίνας και της Κας Ράνιας

Για τα υπόλοιπα τμήματα η ομιλία θα πραγματοποιηθεί τη Παρασκευή 3/11/23 18:30 - 20:00

**<<ΤΥΠΑΚΙ >>**

# Happenings

Παρασκευή 05/10/2023

<<Αγιασμός>>

Όλα τα τμήματα

Παρασκευή 20/10/2023

<<Βαφτίσια της τάξης>>

Όλα τα τμήματα

Τρίτη 27/10/2023

<<Εορτασμός εθνικής  
επετείου>>

Προνήπιο - Νήπιο

ΝΟΕΜΒΡΙΟΣ

<<Της ελίτσας η γιορτή>>

Προνήπια - Νήπια

Νοέμβριος

<<Παιχνιδομπερδέματα>>

Μικρό Προνηπιακό



## ΕΞΩΣΧΟΛΙΚΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΔΙΜΗΝΟΥ

1. Παρασκευή 06 Οκτωβρίου 2023:  
Επίσκεψη στο Πατητήρι Ζαχαίος στη Παιανία στο πλαίσιο της Θεματικής Ενότητας «Τύγος – Σταφύλι» (Προνήπιο και Νήπιο)
2. Πέμπτη 23 Νοεμβρίου 2020:  
Επίσκεψη στο Πολυχώρο Farmatsoo, στη Νέα Μάκρη, στο πλαίσιο της Θεματικής Ενότητας «Ελιά». (Προνήπιο και Νήπιο)

**«ΤΥΠΑΚΙ»**

# Χρόνια Πολλά! Χαρούμενα γενέθλια!

- ☺ 04/10: Τριανταφυλλίδης Έκτορας (Μετα Βρεφικό)
- ☺ 07/10: Ράμο Ραφαήλ Ιάσων (Βρεφικό)
- ☺ 12/11: Νομικού Εμμανουέλλα (Μετα Βρεφικό)
- ☺ 19/11: Σταύρου Καλλιόπη (Μετα Βρεφικό)
- ☺ 23/11: Τζούρου Ελένη (Μετα Βρεφικό)
- ☺ 09/10: Τζανετή Θάλεια (Μικρό Προνήπιο)
- ☺ 19/10: Τράπαλη Βασιλική (Μικρό Προνήπιο)
- ☺ 17/11: Αντωνιάδη Λυδία (Μικρό Προνήπιο)
- ☺ 20/11: Μήλα Κλειώ (Μικρό Προνήπιο)
- ☺ 30/10: Τσίγκος Γιάννης (Προνήπιο)
- ☺ 22/11: Τριανταφυλλίδης Φίλιππος (Προνήπιο)





# «ΤΥΠΑΚΙ»

## Δανειστική Βιβλιοθήκη

### Στόχοι

Τα παιδιά ...

- γίνονται υπεύθυνα φροντίζοντας να επιστρέφουν έγκυρα και σε καλή κατάσταση το βιβλίο που δανείστηκαν
- έχουν τη δυνατότητα πρόσβασης σε μια ποικιλία βιβλίων, χωρίς να επιβαρύνονται οικονομικά
- μοιράζονται ευχάριστες στιγμές με αγαπημένα πρόσωπα (γονείς, αδέρφια, γιαγιά...), διαδικασία που συχνά αποδεικνύεται πιο σημαντική από τους εκπαιδευτικούς στόχους που εξυπηρετούνται
- μαθαίνουν να αγαπούν τα βιβλία

### Τρόπος Λειτουργίας

Κάθε Παρασκευή τα παιδιά επιλέγουν ένα βιβλίο το οποίο "διαβάζουν" με τη βοήθεια ενός ενήλικα και το επιστρέφουν τη Δευτέρα.

Συνοδευτικά με το βιβλίο παίρνουν ένα φύλλο καταγραφής, το οποίο καλούνται να συμπληρώσουν μετά την ανάγνωση του βιβλίου. Ειδικότερα, γράφουν και ζωγραφίζουν μόνα τους, όπως μπορούν, τα στοιχεία που τους ζητούνται ή υπαγορεύουν σε ενήλικα αυτό που θέλουν και το αντιγράφουν. Επιστρέφοντας στην τάξη καλούνται να αναδιηγηθούν την ιστορία που διάβασαν στους συμμαθητές τους και να εκφράσουν εντυπώσεις και συναισθήματα.

Είναι ευνόητο ότι τα βιβλία πρέπει να επιστρέφονται σε καλή κατάσταση. Προσέχουμε δηλαδή να μη λερωθούν, να μη σχιστούν και να μη μουντζουρωθούν. Σε περίπτωση σημαντικής καταστροφής καλείστε να φροντίσετε για την αντικατάστασή του

### Συμβουλές για την Αναγνωστική Διαδικασία

- Πριν την ανάγνωση του βιβλίου, επεξεργαστούμε το εξώφυλλο, εντοπίζοντας τον τίτλο, τον συγγραφέα, τον εικονογράφο και τον εκδοτικό οίκο, διαδικασία με την οποία είναι εξοικειωμένα τα παιδιά από το σχολείο
- Κατά τη διάρκεια της ανάγνωσης δείχνουμε με το δάχτυλο ώστε τα παιδιά να αντιληφθούν τη φορά της γραφής (από πάνω προς τα κάτω και από αριστερά προς τα δεξιά)
- Θέτουμε ερωτήσεις σχετικές με την υπόθεση πριν (π.χ. για ποιο πράγμα νομίζεις ότι μιλάει η ιστορία;), κατά (π.χ. τι λες να γίνει μετά;) και μετά (π.χ. τι θα έκανες αν ήσουν στη θέση του ...;) την ανάγνωση της ιστορίας έτσι ώστε να κρατάμε το ενδιαφέρον τους, να καλλιεργούμε την κριτική τους σκέψη αλλά και για να διαπιστώσουμε κατά πόσο το κατανόησαν.



### Καλά αναγνωστικά ταξίδια...

Για οποιαδήποτε διευκρίνηση, απορία ή προβληματισμό είμαι στη διάθεσή σας

Η Νηριαγωγός



**«ΤΥΠΑΚΙ»**

Αγαπητοί γονείς ,Θα θέλαμε να σας ενημερώσουμε πως από 06/10/2023 ξεκινάμε τη Δανειστική Βιβλιοθήκη στο Προνήπιο και στο Νήπιο.

**ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΞΕΝΩΝ ΓΛΩΣΣΩΝ**

Αγαπητοί γονείς,

Θα θέλαμε να σας ενημερώσουμε πως από τη Δευτέρα 02/10 και κάθε Δευτέρα και Τετάρτη μέχρι Ιούνιο, θα πραγματοποιείται το μάθημα των Αγγλικών στα παιδάκια του Μικρού Προνηπιακού, Προνηπιακού και Νηπιακού τμήματος από τις 10:30-12:00.

Καθηγήτρια Αγγλικών: Διαγγελάκη Μαρία





# ΠΑΓΚΟΣΜΙΑ ΗΜΕΡΑ ΤΡΙΤΗΣ ΗΛΙΚΙΑΣ

Η Παγκόσμια ημέρα των Ηλικιωμένων, γνωστή και ως «Παγκόσμια Ημέρα για την Τρίτη Ηλικία», γιορτάζεται κάθε χρόνο την 1η Οκτωβρίου από το 1990, όταν υιοθετήθηκε από την Γενική Συνέλευση του ΟΗΕ.

Η τρίτη ηλικία έχει πρόσωπο. Είναι οι γονείς μας, ο παππούς, η γιαγιά... οι προκάτοχοί μας στις τωρινές μας θέσεις.

Οφείλουμε τουλάχιστον σεβασμό στη ζωή που πάλλεται μέσα τους για τόσα χρόνια και παρά τα τυχόν λάθη και τις αδυναμίες τους, πρέπει να φροντίζουμε να διατηρούν την αξιοπρέπειά τους.

Οι σωματικές λειτουργίες μπορεί να αλλάζουν με τα χρόνια, η σάρκα να ασθενεί ή να αδυνατεί, η ψυχή των περισσότερων ηλικιωμένων όμως, όταν είναι υγιής, παραμένει νέα και θέλει να συνεχίσει να προσφέρει και να χαίρεται.

Θα πρέπει να δείξουμε στους ηλικιωμένους, τους συνταξιούχους και γενικά τα άτομα της τρίτης ηλικίας σεβασμό.

Σεβασμό στην αξιοπρέπεια και στην προσωπικότητά τους.

Αναμφισβήτητα δικαιούνται αξιοπρεπείς συντάξεις και σωστή ιατροφαρμακευτική και νοσοκομειακή περίθαλψη κάτι όμως που μόνο το Κράτος μπορεί να παρέχει.

Εμείς πρέπει να είμαστε κοντά τους όταν μας έχουν ανάγκη, να συγχωρούμε και να εκδηλώνουμε την αγάπη μας προς αυτούς τώρα που μπορούμε και είναι ακόμη εδώ.

## «ΤΥΠΑΚΙ»

Τους αξίζει να είναι χαρούμενοι, ενεργοί πολίτες, που ζουν δημιουργικά και απολαμβάνουν τη ζωή.

Τα άτομα της Τρίτης Ηλικίας έχουν επιβαρυνθεί σημαντικά τα τελευταία δύο χρόνια λόγω της πανδημίας.

Οι κοινωνικές τους συναναστροφές έχουν περιοριστεί και έχει ενταθεί το αίσθημα μοναξιάς/κοινωνικής απομόνωσης.

Επιπλέον, σύμφωνα με στοιχεία του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας, η πανδημία έχει επιβαρύνει την ψυχική τους υγεία, έχει υποβαθμίσει τη φροντίδα και την υποστήριξη που λαμβάνουν και έχει περιορίσει τον κοινωνικό τους ρόλο.

Είναι αυτονόητο, για τον κάθε άνθρωπο, να μπορεί να ζήσει με αξιοπρέπεια και όπως ονειρεύτηκε την δύση της ζωής του.

Το σημαντικότερο όμως είναι να τους αφιερώνουμε χρόνο. Ένα τηλεφώνημα, ένα γεύμα, μια βόλτα για ένα καφεδάκι είναι αυτό που χρειάζονται περισσότερο. Να ξέρουν ότι είναι μέρος της ζωής μας και ότι από την θέση τους μπορούν να συμβάλουν.

Βεβαιωθείτε πως δεν είναι αποκομμένοι από τους άλλους και παροτρύνετε τους να κάνουν παρέα, να βγουν από το σπίτι, να περπατήσουν στον ήλιο.

Κάθε μέρα που κλείνονται μέσα, βάζουν ένα λίθο στον αποκλεισμό και στην απομόνωση και στην κατάθλιψη.



## ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΟ ΘΕΜΑ

### *Και τώρα... παιδιά... ελάτε να γνωριστούμε!*

*Τους πρώτους μήνες της καινούριας σχολικής χρονιάς επιδιώκουμε να πετύχουμε το δέσιμο της ομάδας, την ομαλή προσαρμογή όλων των παιδιών μας με ένα δημιουργικό κι ευχάριστο πρόγραμμα δραστηριοτήτων.*

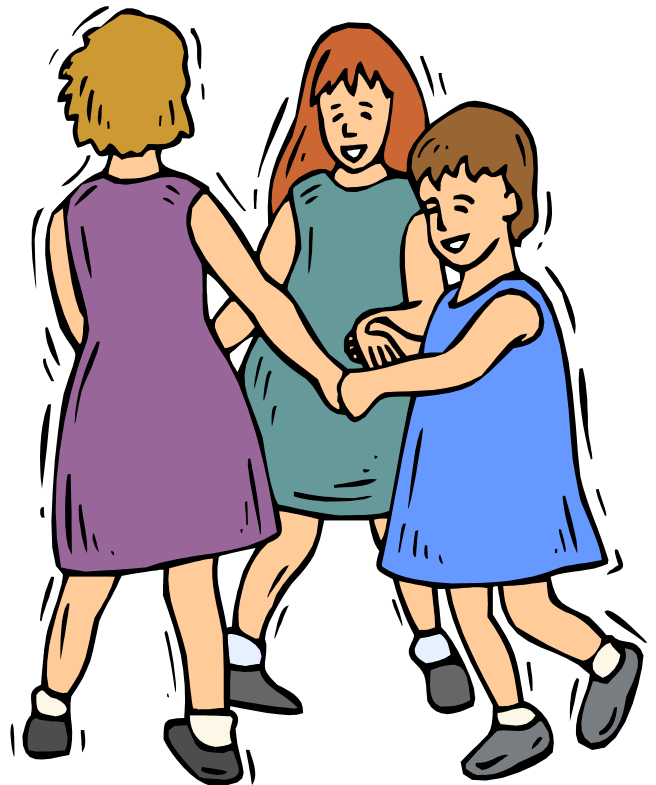
*Το <<μαγικό>>κόλπο και η βοήθεια για τον κάθε παιδαγωγό αποτελούν τα επικοινωνιακά παιχνίδια.*

Τα επικοινωνιακά παιχνίδια μπορεί να είναι οι ασκήσεις - παιχνίδια γνωριμίας, εμπιστοσύνης, σωματικής επαφής κι επικοινωνίας. Αυτές οι ασκήσεις είναι ομαδικά παιχνίδια. Διαρκούν 15-20 λεπτά. Γίνονται σε όλα τα τμήματα. Λειτουργούν σε μικρές υποομάδες, 3-4 παιδιών.

Όταν είναι απαραίτητο χρησιμοποιούμε αντικείμενα και υλικά του θεατρικού παιχνιδιού (ρούχα, μαντήλια, πανιά, καθρέφτες, κ.λ.π.).

#### Στόχος μας:

- ◆ Να πετύχουμε την γνωριμία των παιδιών μεταξύ τους και με τις παιδαγωγούς.
- ◆ Το <<ζέσταμα>> των σχέσεων μιας παρέας.
- ◆ Να εκφραστούν τα παιδιά λεκτικά, δημιουργικά και κινητικά.
- ◆ Να διευκολυνθεί η κοινωνικοποίηση των παιδιών.
- ◆ Να δώσουμε τις ευκαιρίες για σωματική επαφή: το απλό άγγιγμα, το χάδι, σημαίνει για κάθε παιδί την εμπιστοσύνη, την σιγουριά και την ασφάλεια.
- ◆ Η αφή επίσης είναι η αίσθηση που χαρίζει τη γνώση στο παιδί.
- ◆ Να περάσουν ευχάριστα, ανάλαφρα αλλά ουσιαστικά οι πρώτες μέρες.
- ◆



## «ΤΥΠΑΚΙ»

Δίνουμε την ενθάρρυνση και την ενίσχυση σε όλα τα παιδιά για να αναπτυχθεί περισσότερο η αυτοπεποίθησή τους. Μερικά παραδείγματα: Ένα παιδί με κρυμμένα-κλειστά μάτια προσπαθεί να ψηλαφίσει έναν φίλο του και να μπορέσει να βρει ποιος είναι και να πει το όνομά του.

Μια άλλη άσκηση: Παίρνοντας τον <<μαγικό>> καθρέφτη, ο καθένας περιγράφει τον εαυτό του, μιλάει και κρίνει τον εαυτό του και τη διάθεση του(άσκηση για μεγάλα παιδιά).

Και στα μικρά τμήματα ,γίνονται αυτές οι ασκήσεις αλλά περισσότερο ατομικές, δηλ. παιδί-παιδαγωγός και μετά μεταξύ 2-3 παιδιών και σταδιακά μετά στην ομάδα 5-7 παιδιών. Σε αυτές τις ηλικίες είναι περισσότερες οι <<αγκαλίτσες>> και τα <<χαδάκια>> αλλά και η συνεχής επανάληψη των ονομάτων.

Μικρά και απλά παιχνίδια που μας ψυχαγωγούν αλλά και μας δίνουν την ευκαιρία να γνωριστούμε καλά μεταξύ μας, να μάθουμε το χώρο μας, τις παιδαγωγούς μας, να απαιτήσουμε την απαραίτητη αμοιβαία εμπιστοσύνη, να <<νιώσουμε>>δυνατοί και σαν ξεχωριστά μέλη μιας ομάδας. Η τάξη του σχολείου προσφέρει πολλές ευκαιρίες στα παιδιά να μάθουν πώς να δημιουργούν και να διατηρούν καλές σχέσεις με τους άλλους. Η τάξη από μόνη της είναι μια μικρή κοινωνία, που δίνει τη δυνατότητα στα παιδιά να μάθουν να εργάζονται ως ισότιμα μέλη μιας ομάδας, ενός συστήματος ή σε συνεργασία με ενήλικες. Καθώς τα παιδιά βοηθούν σε διάφορες δουλειές, καθώς μαθαίνουν να ακολουθούν τους σχολικούς κανόνες, να σέβονται την παρουσία των άλλων, να φροντίζουν αυτά που τους ανήκουν ,να σέβονται τα δικαιώματα των άλλων και να προσέχουν το περιβάλλον τους και καθώς εξοικειώνονται με τις κοινωνικές συνήθειες, αποκτούν την ικανότητα να δρουν ως μέλη μιας κοινωνίας. Και εδώ, ο παιδαγωγός είναι το κλειδί. Ως οργανωτής των ρόλων έχει τη δυνατότητα να μετατρέψει τυχαία περιστατικά και ομαδικές δραστηριότητες σε μια τεράστια δεξαμενή εμπειριών για τους μελλοντικούς ενήλικες της κοινωνίας μας.



## ΠΑΙΔΙ ΚΑΙ ΔΙΑΤΡΟΦΗ

Τίποτα δεν υπάρχει πλέον που να μην αποδεικνύει πως έχει γίνει η μετάβαση από το καλοκαίρι στο φθινόπωρο. Ο καιρός αλλάζει και η αυξομείωση της θερμοκρασίας σε συνδυασμό με τον συνωστισμό που δημιουργείται στους κλειστούς χώρους καθιστά τα παιδιά πιο επιρρεπή σε διάφορες ιώσεις και κρυολογήματα.

Ιδιαίτερη προσοχή πρέπει να δείξουν οι γονείς σε παιδιά που πάνε παιδικό σταθμό ή σχολείο.



Το ανοσοποιητικό σύστημα ενός παιδιού δεν έχει ακόμη αναπτυχθεί πλήρως κι αυτός είναι ο λόγος που τα παιδιά είναι πιο ευπαθή στις ιώσεις σε σχέση με έναν ενήλικα. Ωστόσο, οι γονείς είναι αυτοί που θα βοηθήσουν σημαντικά ένα παιδί να αντιμετωπίσει ή να ξεπεράσει την ίωση της εποχής.

Προσέχετε ώστε η διατροφή του παιδιού να είναι όλο τον χρόνο ισορροπημένη:

-Φροντίστε να καταναλώνει καθημερινά ποικιλία φρούτων και λαχανικών τα οποία είναι πλούσια σε ισχυρές αντιοξειδωτικές ουσίες, όπως η βιταμίνη C, που βοηθά στην καταπολέμηση των ελεύθερων ριζών οι οποίες αυξάνονται σε περίπτωση λοίμωξης.

-Φροντίστε να καταναλώνει τακτικά μέσα στην εβδομάδα τροφές όπως άπαχο κρέας, ψάρια - θαλασσινά, αυγά, ξηρούς καρπούς, όσπρια, δημητριακά, σικώτι, πράσινα λαχανικά, οι οποίες είναι πλούσιες σε διάφορα ιχνοστοιχεία και βιταμίνες όπως φυλλικό οξύ, βιταμίνες A, E, B12, B6, χαλκό, σίδηρο, μαγνήσιο, σελήνιο, μαγγάνιο και ψευδάργυρο όπου όλα μαζί διαδραματίζουν σπουδαίο ρόλο στην εύρυθμη λειτουργία και άμυνα του οργανισμού ενός παιδιού.



**<<ΤΥΠΑΚΙ >>**

# ΠΑΓΚΟΣΜΙΑ ΗΜΕΡΑ ΤΩΝ ΖΩΩΝ

Η Παγκόσμια Ημέρα των Ζώων πρωτογιορτάστηκε το 1931 σ' ένα συνέδριο περιβαλλοντιστών στη Φλωρεντία, ως ένας τρόπος για την ευαισθητοποίηση κοινού και ειδικών για τα υπό εξαφάνιση ζώα. Από τότε, η γιορτή διευρύνθηκε και περιλαμβάνει όλα τα είδη του ζωικού βασιλείου.

Η 4η Οκτωβρίου καθιερώθηκε ως Παγκόσμια Ημέρα Ζώων, επειδή συμπίπτει με τον εορτασμό της μνήμης του Αγίου Φραγκίσκου της Ασίζης, που έχει αναγορευτεί από την Καθολική Εκκλησία ως προστάτης των ζώων και του περιβάλλοντος.







## ΠΑΙΔΙ ΚΑΙ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ

### Κλειδιά για καλύτερη προσαρμογή των παιδιών σε αλλαγές

**ΠΡΟΣΑΡΜΟΓΗ** χαρακτηρίζεται η διαδικασία όπου κάποιος προσπαθεί να προσαρμόσει την συμπεριφορά του ώστε να αναπτύξει την καλύτερη δυνατή σχέση με το καινούργιο περιβάλλον, συνθήκες, ανθρώπους, κλπ. Πάντα η προσαρμογή είναι συνδεδεμένη με την **ΑΛΛΑΓΗ**. Τα σημαντικότερα γεγονότα της ζωής του ανθρώπου έρχονται με αλλαγές. Η αλλαγή είναι συνυφασμένη με την ίδια την ζωή, είτε θετική είτε αρνητική, και είναι δεδομένη. Ιδιαίτερα τα παιδιά είναι αυτά που λόγο ηλικίας και θέσης θα βιώσουν τις περισσότερες αλλαγές. Άρα το καλύτερο μάθημα που πρέπει να τα διδάξουν οι γονείς ους από μικρή ηλικία, είναι η προσαρμογή στις αλλαγές, όπου θα είναι ένα μάθημα για όλη τους τη ζωή.

Όσο πιο νωρίς βοηθούν οι γονείς τα παιδιά τους να δεχτούν την αλλαγή τόσο πιο εύκολα μπορούν αυτά να προσαρμοσθούν στη καινούργια τους πραγματικότητα και να πάρουν μαθήματα ζωής. π.χ. η αρχή του σχολείου, η αλλαγή ενός σχολικού περιβάλλοντος, ο αποχωρισμός ενός φιλικού ή συγγενικού ατόμου, η αλλαγή σπιτιού, ο χωρισμός των γονιών, ο θάνατος στην οικογένεια, οι αλλαγές συνθηκών ζωής είναι μερικές σημαντικές αλλαγές τις οποίες πρέπει να μάθει και να προσαρμοσθεί το παιδί.

Οι περισσότεροι άνθρωποι και ιδιαίτερα τα παιδιά έχουν την τάση να αντιδρούν με ανασφάλεια, αβεβαιότητα, άγχος και αγωνία στις αλλαγές. Γιατί από τη φύση τους νιώθουν ασφάλεια και σταθερότητα στη ρουτίνα, στο «σταθερό».

## «ΤΥΠΑΚΙ»

Πρέπει να δεχθούν όμως ότι η αλλαγή είναι το μόνο αναπόφευκτο στη ζωή.

Άρα όσο νωρίτερα και καλύτερα διδάξουν οι γονείς στα παιδιά τους την έννοια της αλλαγής, τόσο καλύτερα αυτά θα προσαρμοσθούν στις καινούργιες συνθήκες. Οι γονείς πρέπει να θυμούνται ότι όσο πιο νωρίς διδάξουν στα παιδιά τους την έννοια της αλλαγής σαν φυσιολογικό κομμάτι της ζωής, βοηθούν τα παιδιά τους να:

- Να κτίσουν δυνατότερη προσωπική και διαπροσωπική ταυτότητα
- Να αναπτύξουν εσωτερική δύναμη και ωριμότητα
- Να καλλιεργήσουν αυτοέλεγχο και αυτοπεποίθηση
- Να υιοθετήσουν την έννοια της αυτοπειθαρχίας και της ανεξαρτησίας

Με αυτό το τρόπο αναπτύσσουν την συναισθηματική νοημοσύνη και γίνονται πιο ώριμα άτομα.

Οι γονείς πρέπει να έχουν υπόψη τους ότι κάθε παιδί αντιδρά στην αλλαγή με διαφορετικό τρόπο ανάλογα: με την ηλικία, την εξελικτική τους φάση, το ταπεραμέντο και τη προσωπικότητα κάθε παιδιού, καθώς και τις συνθήκες

προσωπικής ζωής (συνθήκες που βιώνει η οικογένεια) & τις συνθήκες κοινωνικής ζωής (συνθήκες που βιώνει η χώρα)  
Οι γονείς πρέπει να τιμήσουν και να σεβασθούν τη μοναδικότητα και ιδιαιτερότητα κάθε παιδιού. Για μερικά παιδιά η προσαρμογή μπορεί να έρθει πιο εύκολα και ομαλά, ενώ για άλλα να είναι πιο δύσκολο και να απαιτηθεί μεγαλύτερη προσπάθεια.



## «ΤΥΠΑΚΙ»

Γενικά στην περίοδο των μεγάλων αλλαγών, όπως στην αλλαγή ή την αρχή του σχολείου, αυτές μπορεί να είναι συνυφασμένες με αισθήματα άγχους, αγωνίας, θυμού, εξελικτικά και ψυχολογικά πισωγυρίσματα ( psychological regression), απογοήτευση κτλ.

Οι γονείς πρέπει να είναι προετοιμασμένοι να αποδεχθούν, ανάλογα με το ταπεραμέντο κάθε παιδιού και τις συνθήκες που βιώνει ακόμα και δύσκολα συναισθήματα όπως: λύπη, αντικοινωνική συμπεριφορά, υπερκινητικότητα, κρίσεις πανικού, ψυχοσωματικά προβλήματα, όπως εμετό, πονοκέφαλο, αϋπνίες, νευρικότητα, καθώς και μερικές ψυχαναγκαστικές συμπεριφορές, υπερβολικές φοβίες, ξαφνικές αλλαγές κεφίου, έντονη νευρικότητα, αρνητικότητα, ακόμα και έντονη λύπη.

Συνήθως αυτές οι συμπεριφορές αρχίζουν και μειώνονται σταδιακά καθώς το παιδί κατορθώνει να προσαρμοσθεί στις καινούργιες συνθήκες. Ο βαθμός και ο ρυθμός προσαρμοστικότητας βασίζεται σε μεγάλο βαθμό στη διάθεση & ικανότητα γονιών να βοηθήσουν τα παιδιά τους πριν, κατά τη διάρκεια και μετά την αλλαγή που συντελείται.

Οι γονείς πρέπει να γνωρίζουν ότι τα παιδιά είναι «καθρέπτες» τους, αναπαράγουν αυτό που βλέπουν από τους γονείς τους. Άρα η συμπεριφορά των γονέων και όχι μόνο τα λόγια τους, αλλά ιδιαίτερα οι πράξεις τους παίζουν καθοριστικό ρόλο στη διαδικασία προσαρμογής των παιδιών τους.

Για αυτό θα αναφέρουμε μερικά κλειδιά προσαρμοστικότητας των παιδιών στην αλλαγή:

- Ψυχολογική προετοιμασία του παιδιού
- Με συζήτηση και επεξήγηση για το τι θα συναντήσει
- Με επιβεβαίωση ότι ο γονιός θα είναι πάντα δίπλα του και ότι η αλλαγή είναι κάτι φυσιολογικό
- Με επιβράβευση ότι κάθε συμπεριφορά του παιδιού ως προς την αλλαγή, όσο και αυτονόητη και μικρή & να είναι, είναι σημαντική και θεμιτή, π.χ. θετική επιβράβευση ακόμα και αν ετοιμάσει την σχολική του τσάντα ή τακτοποιήσει τα βιβλία του. Πρέπει να κατανοήσουμε ότι σε κάθε ηλικία κάθε πράξη όσο μικρή και αν είναι, είναι αξιόλογη.

## «ΤΥΠΑΚΙ»

Για ένα πρωτάκι το να φτιάξει την τσάντα ή να επιλέξει τα ρούχα που θα φορέσει είναι ένα σημαντικό βήμα. Όσο κουρασμένοι και αγχωμένοι να είναι οι γονείς πρέπει να προσπαθήσουν να μπουκ στη θέση του παιδιού τους και να βρουν χρόνο και διάθεση να το ενθαρρύνουν. Αυτή η πράξη βοηθά την εξέλιξη του. Τα θετικά λόγια ενθάρρυνσης εμπνέουν τα παιδιά να δούνε θετικά το σχολείο, την καινούργια εμπειρία και να πιστέψουνε στον εαυτό τους.

- Με έμπνευση ότι κάθε αλλαγή μπορεί να φέρει στη ζωή θετικές εμπειρίες και θετικά μαθήματα, όπως π.χ., ο γονιός μπορεί να εμπνεύσει στο παιδί ότι η αρχή τους σχολείου θα του φέρει καινούργιες γνώσεις, εμπειρίες, φιλίες. Άρα το σχολείο να συνδεθεί με κάτι ευχάριστο και θετικό.
- Πρακτική Προετοιμασία του παιδιού για τις καινούργιες συνθήκες ακόμα και πριν συμβεί η αλλαγή. Αυτό περιλαμβάνει επίσκεψη του καινούργιου χώρου τους σχολείου, λύσιμο αποριών, διάβασμα υποστηρικτικών βιβλίων, επίσκεψη του website του σχολείου κλπ. Όλες αυτές οι πρακτικές λεπτομέρειες μπορούν να βοηθήσουν το παιδί να είναι καλύτερα προετοιμασμένο να αντιμετωπίσει την αλλαγή.
- Διαβεβαίωση του παιδιού από τους γονείς ότι πάντα θα είναι συναισθηματικά παρών και διαθέσιμοι, με ανοιχτά αυτιά, καρδιά για ακούσει πρώτα τις αγωνίες του και να μοιρασθεί μαζί του τις εμπειρίες του, να λύσει τις απορίες του και να επιβεβαιώσει ότι «όλα» θα πάνε «καλά».
- Δουλειά αυτογνωσίας του γονιού με τον εαυτό του ακόμα πριν αντιμετωπίσει το παιδί. Για να κατορθώσει ο γονιός να είναι αποτελεσματικός με το παιδί του πρέπει να έχει «δουλέψει» πρώτα τον εαυτό του, είτε μόνος του, είτε με τη βοήθεια ενός συμβούλου ψυχολόγου υποστηρικτή, ώστε να ηρεμήσει τις αγωνίες, να λύσει τις απορίες του, να ταξινομήσει τις σκέψεις του και αγωνίες του, για να «αντιμετωπίσει» με επιτυχία το παιδί του. Η προετοιμασία του γονιού είναι απαραίτητη γιατί τα παιδιά έχουν «ανεπτυγμένες κεραίες» και αντιλαμβάνονται τα πάντα, ακόμα και όσα δεν λένε.

## «ΤΥΠΑΚΙ»

**Όπως είπαμε τα παιδιά είναι «καθρέπτες», κάνουν αυτά που κάνουμε και όχι μόνο αυτά που λέμε μόνο !** Π.χ., εάν ο γονιός έχει μεγάλη αγωνία και άγχος για το παιδί του θα του το μεταφέρει ακόμα και εάν δεν του το πει λεκτικά. Τα παιδιά δαισθάνονται τα πάντα. Άρα όσο ο γονιός είναι καλύτερα προετοιμασμένος τόσο δεν θα μεταφέρει στο παιδί του τη δική του αγωνία.

- **Ειλικρίνεια του γονέα ως προς τις αληθινές συνθήκες** που θα αντιμετωπίσει το παιδί. Ο γονιός πρέπει να παρουσιάζει τα πράγματα όχι ωραιοποιημένα και ψεύτικα, ώστε να μην απογοητευτεί το παιδί όταν αντιμετωπίσει τη πραγματικότητα.
- **Αναγνώριση της αγωνίας που βιώνει το παιδί, ιδιαίτερα χωρίς κριτική.** Ο γονιός πρέπει να επιτρέπει στο παιδί να έχει τις δικές του σκέψεις, φοβίες, στεναχώριες, χωρίς να βιάζεται να το κριτικάρει. Ο φόβος, ο θυμός, η αγωνία είναι φυσιολογικά συναισθήματα που συνδέονται με την αλλαγή. Ο γονιός πρέπει να περνάει το μήνυμα στο παιδί ότι είναι ΟΚ να βιώνει αυτά τα συναισθήματα, και όχι να του λέει αμέσως μην κλαις, μη φοβάσαι είσαι μεγάλος πια ! Πρέπει να του επιτρέπει να βιώνει το δικό του ρυθμό προσαρμογής στην αλλαγή.
- **Διατήρηση των ορίων, κανόνων και ρουτίνας της οικογένειας** στη περίοδο της αλλαγής, ώστε το παιδί να συνεχίζει να αισθάνεται ασφάλεια και σταθερότητα στη περίοδο της αλλαγής. Η οικογενειακή ρουτίνα θα γίνει σημείο αναφοράς και ασφάλειας για το παιδί.
- **Προσπάθεια του γονιού να ιεραρχήσει τις αλλαγές που θα βιώσει το παιδί.** Όταν ένα παιδί βιώνει μία σημαντική αλλαγή όπως αλλαγή σχολείου δεν μπορεί να διαχειρισθεί ταυτόχρονα πολλές σημαντικές αλλαγές. Ο γονιός πρέπει να μάθει ο ίδιος να διαχειρισθεί τις αλλαγές, πχ να μην επιβαρύνει το παιδί με ταυτόχρονες πολλές αλλαγές. Πχ η ταυτόχρονη αλλαγή σχολείου και σπιτιού, ή ο ερχομός καινούργιου αδερφού, ή ο χωρισμός γονέων κλπ. μπορεί να είναι αιτίες έντονης συγχύσεως, άγχους ακόμα και πανικού του παιδιού.

## «ΤΥΠΑΚΙ»

- Επικοινωνία του γονιού με το προσωπικό του σχολείου για το παιδί. Επίσκεψη στο σχολείο και γνωστοποίηση της προσωπικότητας και ιδιομορφιών του παιδιού, ιδιαίτερα αν βιώνει κάποιο ιδιαίτερο πρόβλημα πχ κάποιο διαζύγιο, θάνατο κτλ, ώστε ο δάσκαλος να είναι κοινωνοί των συνθηκών ζωής του παιδιού. Επίσης στη διάρκεια της σχολικής ζωής ο γονιός θα πρέπει να κρατήσει μια ουδέτερη στάση και να αποτρέψει τη δημιουργία «μετώπων». Η σχέση που θα δημιουργήσει το παιδί με τη δασκάλα/δάσκαλο είναι πρωταρχικής σημασίας για την καλή προσαρμογή.

Ο γονιός πρέπει να τηρήσει ουδέτερη στάση στην αρχή. Εάν έχει αντιρρήσεις με τις τακτικές της δασκάλας είναι προτιμότερο να συγκρατηθεί και να αποκτήσει μια σφαιρική άποψη του τι συμβαίνει πριν αρχίσει την κριτική της δασκάλας στο παιδί. Επίσης εάν το παιδί κάνει παράπονα για τη δασκάλα πρέπει ο γονιός να ακούσει χωρίς να παίρνει θέση και αργότερα αφού ακούσει όλα τα δεδομένα και μιλήσει και με τη δασκάλα και τότε να λάβει θέση.

Ο γονιός πρέπει να καταλάβει ότι για να πετύχει η προσαρμογή στο σχολείο πρέπει να υιοθετήσει ένα ρόλο συνεργασίας και όχι ανούσιας κριτικής με τη δασκάλα. Βέβαια μόνο εάν κάτι πολύ ανησυχητικό προκύψει πρέπει να λάβει άμεσα θέση για να προλάβει κάτι τραυματικό στη ζωή του παιδιού.

- Διαρκής ενημέρωση και εκπαίδευση του γονιού σε θέματα ψυχολογικής εξέλιξης και επικοινωνίας με το παιδί. Πχ ο γονιός πρέπει να συμμετέχει σε ομάδες γονέων ή με ατομική συμβουλευτική, σεμινάρια αποτελεσματικού γονέα, ώστε να μάθει τρόπους επικοινωνίας και διαχείρισης του παιδιού.

## «ΤΥΠΑΚΙ»

- Χρόνος στη προσαρμογή. Να δώσει χρόνο στο παιδί να προσαρμοσθεί στην αλλαγή. Να μην απαιτεί το παιδί εδώ και τώρα να προσαρμοσθεί άμεσα αλλά να του δώσει την ευκαιρία, ανάλογα με το ταμπεραμέντο, το χαρακτήρα & ηλικία του να προσαρμοσθεί όπως έχει αυτό ανάγκη. Κάθε παιδί έχει το δικό του ρυθμό στην προσαρμογή και στην αλλαγή. Πρέπει ο γονιός να σεβαστεί αυτό το ρυθμό.
- Διατήρηση της σπουδαιότητας του παιχνιδιού. Πρέπει ο γονιός για να βοηθήσει την προσαρμογή να μην ξεχνά την σπουδαιότητα του παιχνιδιού.

Το παιδί πηγαίνοντας στο σχολείο, δεν πρέπει να σταματήσει να παίζει γιατί το παιχνίδι είναι σημαντικό γενικότερα για την ψυχολογική, κινητική και συναισθηματική του ανάπτυξη και εξέλιξη του. Πρέπει οι γονείς σαν υποστηρικτές και καθοδηγητές των παιδιών τους να κρατούν στο μυαλό τους ότι όσο σημαντικό είναι το σχολείο, άλλο τόσο σημαντικό είναι και το παιχνίδι για την εξέλιξη, κοινωνικοποίηση και ωρίμανση του παιδιού.

- Ανάπτυξη αυτονομίας. Πρέπει ο γονιός να συνειδητοποιήσει ότι το σχολείο πέρα από μια κοινωνική και διδακτική εμπειρία δίνει και μια μοναδική ευκαιρία καλλιέργειας της αυτονομίας και της αυτοπεποίθησης του παιδιού. Πηγαίνοντας στο σχολείο πρέπει να του δώσει ο γονιός την ευκαιρία να αναπτύξει την ικανότητα του να παίρνει αποφάσεις, να είναι υπεύθυνος για τα πράγματα του και υποχρεώσεις του και να του υπενθυμίζει ότι δεν χρειάζεται να κάνει όλα τα πράγματα τέλεια, αλλά αρκετά καλά και να τολμάει να μάθει και καινούργια.





**ΕΣΕΙΣ ΚΑΙ ΤΟ****«ΤΥΠΑΚΙ»****ΠΑΙΔΙ ΣΑΣ**

Τι πιο όμορφο από μια φθινοπωρινή εικόνα μαζί με το παιδί σας αγκαλιά να διαβάζετε μαζί τα σχολικά του μαθήματα και να παίζετε ανέμελα με την ψυχή σας αργά το απόγευμα, παρέα με το φθινοπωρινό δροσερό αεράκι να σας χαϊδεύει τα μαλλιά.

Σήμερα, αποφασίσαμε, λοιπόν, να βρούμε μερικές έξυπνες και δημιουργικές δραστηριότητες που θα ξετρελάνουν τα **παιδιά** σας το φθινόπωρο – δραστηριότητες που μέχρι κι εσείς θα αγαπήσετε!

### **1. Προτρέψτε τα να Αρχίσουν να Γράφουν Ημερολόγιο**

Να μια έξυπνη ιδέα! Ένα ημερολόγιο θα τα βοηθήσει να κάνουν εξάσκηση στο γράψιμό τους, να εμπλουτίσουν τη σκέψη και το λεξιλόγιό τους, να μάθουν να επικοινωνούν καλύτερα με τον εσωτερικό τους κόσμο, καθώς και να αγαπήσουν το διάβασμα!

### **2. Οργανώστε Εκδρομές**

Τα παιδιά λατρεύουν την εξερεύνηση και οι εκδρομές σε μέρη που δεν έχουν ξαναπάει θα τους δώσει την ευκαιρία να διοχετεύσουν δημιουργικά την ενεργητικότητά τους και να γεμίσουν αναμνήσεις, ενώ κι εσείς θα έχετε την ευκαιρία να απολαύσετε λίγο καθαρό αέρα και να γλιτώσετε λίγο... χαμό στο σπίτι!

### **3. Χειροτεχνία ή Μοντελισμός**

Η χειροτεχνία και ο μοντελισμός είναι από τις πιο δημιουργικές δραστηριότητες, όχι μόνο για παιδιά, αλλά και για μεγάλους! Σπιτάκια, κολλάζ, πλοία ή αεροπλάνα, με διαφόρων ειδών υλικά, από χαρτόνι και ειδικά προδιαμορφωμένα πλαστικά έως μακέτες και υφάσματα, μπορούν να μετατραπούν σε υπέροχες παιδικές δημιουργίες που θα σας θυμίζουν μαγικές στιγμές που περάσατε μαζί με τα παιδιά σας.

### **4. Ζωγραφική**

Απλώστε ένα παλιό  
βάλτε πάνω ορισμένα

«**ΤΥΠΑΚΙ**»

σεντόνι στην αυλή και  
άδεια μπουκάλια και

διάφορες μπογιές. Στη συνέχεια, πείτε στο παιδί να ζωγραφίσει ή να  
βάψει το κάθε μπουκάλι διαφορετικά και αφήστε το να πειραματιστεί!  
Α, καλό θα ήταν να του φορέσετε παλιά ρούχα καθώς προβλέπεται ότι  
θα γίνει κι εκείνο... πίνακας του Πικάσο!



## Η ΣΗΜΑΣΙΑ ΤΩΝ ΕΘΝΙΚΩΝ ΓΙΟΡΤΩΝ

28<sup>η</sup> Οκτωβρίου, όπως όλα τα σχολεία, έτσι και εμείς γιορτάζουμε κάθε εθνική γιορτή και επέτειο, με όλη την μεγαλοπρέπεια.

Παρέλαση ,ποιήματα ,αφήγηση γεγονότων .χρησιμοποίηση εποπτικού υλικού, ακρόαση και εκμάθηση τραγουδιών.

Είναι πολύ σημαντικό να γιορτάζουμε και να αναφερόμαστε στις εθνικές γιορτές και επετείους. Τα παιδιά γνωρίζουν την ιστορία της χώρας μας και αποκτούν

εμπειρίες από τον κόσμο των γίνονται δημιουργικά μέλη του, υπεύθυνοι πολίτες.

«ΤΥΠΑΚΙ»

ενηλίκων, με απώτερο σκοπό να καθώς και συνειδητοί και

Εξελίσσονται κοινωνικοσυναισθηματικά και γνωρίζουν την ιστορία της χώρας μας .Μέσα από τις δραστηριότητες που είναι πολύ ευχάριστες και δημιουργικές ,τα παιδιά έρχονται σε επαφή με τα γεγονότα της εποχής με τα οποία ενθουσιάζονται & εκπλήσσονται.

Ιδιαίτερα γρήγορα μαθαίνουν τα τραγούδια όπου ρυθμός και λόγια είναι πολύ αγαπητά .Και ακούγοντας τα κι εσείς θα διαπιστώσετε πόσο μεγάλη χαρά και σεβασμό νοιώθουν όλους όσους πολέμησαν.

Σαν εκπαιδευτικοί και σαν γονείς, οφείλουμε να θυμόμαστε, να τιμάμε την ιστορία και παράλληλα να τονίζουμε τη σημασία της ειρήνης.





# Η ΧΑΡΤΑ ΤΩΝ ΔΙΚΑΙΩΜΑΤΩΝ ΤΟΥ ΠΑΙΔΙΟΥ

1. Δικαιούμαι να έρθω στη ζωή.  
Δικαιούμαι να υπάρξω.

2. Δικαιούμαι να μεγαλώσω  
σε έναν κόσμο  
χωρίς βία και φτώχεια.

3. Δικαιούμαι να ζήσω σε έναν κόσμο  
που σέβεται και προστατεύει  
το φυσικό περιβάλλον.

4. Δικαιούμαι να έχω ελεύθερη πρόσβαση  
στο μαγικό κόσμο της γνώσης.

5. Δικαιούμαι να έχω ελεύθερο χρόνο  
και χώρο για να παίξω.

6. Δικαιούμαι να μάθω τι είναι καλό  
για την ψυχική και τη σωματική μου υγεία.

7. Δικαιούμαι να περνάω αρκετό  
χρόνο με τους γονείς μου.

8. Δικαιούμαι να ζήσω με αθωότητα  
και ανεμελιά τα παιδικά μου χρόνια.

9. Δικαιούμαι να ζήσω σε μια κοινωνία  
που προστατεύει  
τα προσωπικά μου δεδομένα.

10. Δικαιούμαι έναν κόσμο  
ανθρώπινο, δίκαιο και ειρηνικό.  
Έναν κόσμο στον οποίο θα μεγαλώσω  
αύριο τα δικά μου παιδιά.



# Συνταγή του μήνα

## Γλυκό κουταλιού σταφύλι

### Υλικά:

1 κιλό ρώγες από σταφύλι σουλτανί  
½ κιλό ζάχαρη  
1 κούπα νερό  
3-4 σταγόνες μαστιχέλαιο  
Το χυμό ενός λεμονιού  
Προαιρετικά, ένα ξύλο κανέλας ή 2 σωληνάκια βανίλια

### Οδηγίες:

Διαλέγουμε ώριμο σταφύλι αλλά με τραγανές και σκληρές ρώγες. Μαδάμε τις ρώγες προσέχοντας να μη τις σπάσουμε και τις ζυγίζουμε ώστε να έχουμε ένα κιλό. Η αναλογία σ' αυτό το γλυκό είναι 2:1 σταφύλι προς ζάχαρη και προσαρμόζουμε το νερό.

Στρώνουμε το σταφύλι σε μεγάλη κατσαρόλα σε 2-3 στρώσεις εναλλάξ με τη ζάχαρη (η πρώτη στρώση σταφύλι). Προσθέτουμε το νερό και βάζουμε το γλυκό σε δυνατή φωτιά.

Μόλις πάρει βράση το σκεπάζουμε για 10 λεπτά για να πάρει λίγο χρώμα. Αν η κουζίνα μας είναι δυνατή (ή η κατσαρόλα μας μικρή) και ξεχειλίζει χαμηλώνουμε σε μέτρια τη θερμοκρασία.

Αφαιρούμε τον πυκνό αφρό από τις άκρες της κατσαρόλας, προσθέτουμε το μυρωδικό που προτιμούμε και συνεχίζουμε το βράσιμο με ξεσκεπάστη την κατσαρόλα μέχρι να δέσει.

Λίγο πριν ολοκληρωθεί το δέσιμο, προσθέτουμε το χυμό του λεμονιού.

Αφήνουμε να γίνει **«Τυπάκι»** γλιαρό σκεπασμένο με μια πετσέτα και το φυλάσσουμε σε ζεστά αποστειρωμένα βάζα που τα κλείνουμε καλά και τα αναποδογυρίζουμε μέχρι να κρυώσει τελείως.



**ΠΑΙΔΙΚΗ ΛΟΓΟΤΕΧΝΙΑ**  
**Προτάσεις....**



