

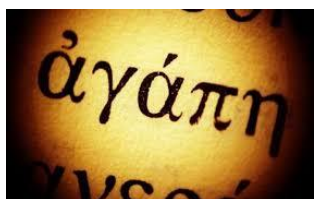


Η ΕΦΗΜΕΡΙΔΑ ΤΩΝ ΜΑΘΗΤΩΝ/ΜΑΘΗΤΡΙΩΝ ΤΟΥ ΕΝ.Ε.Ε.ΓΥ-Λ ΞΑΝΘΗΣ

Έτος κυκλοφορίας 2024-2024

Μάρτιος 2025

Ένας ύμνος γεννά τη δημιουργία: Τα παιδιά υμνούν την <<αγάπη>>!!!



ΚΡΙΤΙΚΗ ΣΤΗΝ ΘΕΑΤΡΙΚΗ ΠΑΡΑΣΤΑΣΗ/ «ΑΝΑΦΟΡΑ ΣΤΟΝ ΓΚΡΕΚΟ»

ΛΟΓΟΤΕΧΝΙΖΕΙΝ...

Έχοντας ως αφορμή το ποίημα <<Όσο μπορείς>> του Κ. Π. Καβάφη δίνουμε νουθεσίες στους συμμαθητές μας!

Όχι ένα... αλλά δύο βραβεία για το σχολείο μας!!!

Συμμετοχή και Βράβευση του Σχολείου μας στον Διαγωνισμό της Περιφέρειας Ανατολικής Μακεδονίας και Θράκης για την Οδική Κυκλοφορία και Ασφάλεια



BRAIN GAMES

Συντόκου, Κρυπτόλεξο, Ντόμινο και Αριθμόλεξο

Η Χημεία στην Καθημερινότητά μας...

Ό,τι τρώμε αυτό γινόμαστε!!

Απαντούμε σε ερωτήσεις κι απορίες νεαρών εφήβων για την εφηβεία και τις σχέσεις των δυο φύλων.



Φιλία στην Εφηβεία: Η Σημασία της για τους Εφήβους

Διαδίκτυο και Έφηβοι: Κίνδυνοι και Προστασία



ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑΣ-ΚΕΡΑΜΙΚΗΣ ΤΟΥ ΣΧΟΛΕΙΟΥ

Συνέντευξη από τη διευθύντρια του σχολείου Βαρελίδου Σοφία.



7 Μαρτίου 2025 <<Το όνομά μου είναι το δικό σου...>>

Εκδήλωση και Έρευνα για την Έμφυλη Βία



ΕΡΕΥΝΑ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΜΦΥΛΗ ΒΙΑ

130 ΓΥΝΑΙΚΕΣ ΤΗΣ ΞΑΝΘΗΣ ΑΠΑΝΤΟΥΝ...

ΣΥΝΕΝΤΕΥΞΗ ΑΠΟ ΤΟΝ ΔΗΜΑΡΧΟ ΞΑΝΘΗΣ κ.ΚΟΝΤΟ ΕΥΣΤΡΑΤΙΟ 6/3/2025



Όχι ένα... αλλά δύο βραβεία για το σχολείο μας!!!

Συμμετοχή και Βράβευση του Σχολείου μας στον Διαγωνισμό της Περιφέρειας Ανατολικής Μακεδονίας και Θράκης για την Οδική Κυκλοφορία και Ασφάλεια

Με ιδιαίτερη χαρά και υπερηφάνεια ανακοινώνουμε τη συμμετοχή και τη διάκριση του σχολείου μας στον διαγωνισμό που διοργάνωσε η Περιφέρεια Ανατολικής Μακεδονίας και Θράκης (Α.Μ.Θ.), τον Οκτώβριο του 2024, με θέμα την οδική κυκλοφορία και ασφάλεια στη γεωγραφική περιοχή ευθύνης της. Ο διαγωνισμός είχε ως στόχο την ενεργοποίηση και ευαισθητοποίηση φορέων, επιχειρήσεων, πολιτών και ιδιαίτερα μαθητών της Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης σε ζητήματα που αφορούν την οδική ασφάλεια.

Εμείς, οι μαθητές, με την καθοδήγηση των εκπαιδευτικών μας, αναλάβαμε να δημιουργήσουμε δύο ολοκληρωμένες προτάσεις για δύο κατηγορίες του διαγωνισμού. Δημιούργησαμε λοιπόν, μία ταινία μικρού μήκους και μία ασπρόμαυρη αφίσα με ένα «έξυπνο» μήνυμα για την οδική κυκλοφορία και ασφάλεια (σκάναρε το QR code αν θες να τα δεις). Μέσα από αυτή τη δημιουργική διαδικασία, ήρθαμε σε επαφή με τα κρίσιμα ζητήματα της οδικής ασφάλειας και συνειδητοποιήσαμε τη σημασία της υπεύθυνης συμπεριφοράς ως πεζοί, ποδηλάτες και μελλοντικοί οδηγοί.

Οι συμμετοχές μας ξεχώρισαν για την πρωτοτυπία και την ευρηματικότητα των ιδεών. Οι δύο προσπάθειες διακρίθηκαν και τα βραβεία που απονεμήθηκαν ήταν ποδήλατα. Τα απολαμβάνουμε ιδιαιτέρως, καθώς μας δίνουν τη δυνατότητα να μετακινούμαστε με ασφάλεια και να χαιρόμαστε την ποδηλασία. Το γεγονός αυτό μας γεμίζει περηφάνια και μας ενθαρρύνει να συνεχίσουμε την ενεργή συμμετοχή μας σε δράσεις που προάγουν την υπευθυνότητα και την κοινωνική συνείδηση.

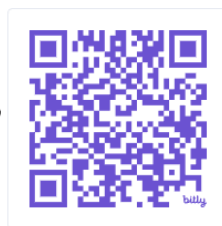
Η βράβευση πραγματοποιήθηκε σε εκδήλωση που διοργανώθηκε από την Περιφέρεια Α.Μ.Θ., παρουσία εκπροσώπων των τοπικών αρχών, εκπαιδευτικών και μαθητών από όλη την περιφέρεια. Είχαμε την ευκαιρία να παρουσιάσουμε τις δημιουργίες μας, να ανταλλάξουμε απόψεις με συνομηλίκους μας και να συνειδητοποιήσουμε τη σημασία της συνεργασίας και της δημιουργικότητας σε θέματα που αφορούν το κοινωνικό σύνολο.

Κάνουρα Αγαθή (Εκπαιδευτικός ΠΕ 86)

Ιωσηφίδης Γιώργος (Εκπαιδευτικός ΠΕ 79)

Τσιρίδου Ουρανία (Εκπαιδευτικός ΠΕ 21)

Όλοι οι συμμετέχοντες μαθητές/τριες



Scan me



ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑΣ-ΚΕΡΑΜΙΚΗΣ ΤΟΥ ΣΧΟΛΕΙΟΥ

Στα πλαίσια του μαθήματος της Τεχνολογίας και της Ζώνης Δημιουργικών Δραστηριοτήτων στο ΕΝ.Ε.Ε.ΓΥ-Λ Ξάνθης λειτουργεί Γραμμή Παραγωγής κατασκευής κεραμικών προϊόντων. Τα έργα μας κάθε χρόνο στολίζουν τον χώρο μας καθώς και άλλους δημόσιους χώρους. Επίσης, γίνονται προσφορές σε φορείς, χορηγούς, μαθητές σχολείων που μας επισκέπτονται και εκπαιδευτικούς.



Η δημιουργικότητα των μαθητών είναι σημαντική για την ανάπτυξη των παιδιών, τη βελτίωση της αυτοεκτίμησης, της αυτοεικόνας, την αποφόρτιση του άγχους και την εξωτερίκευση των συναισθημάτων τους.

Τα τρία τελευταία χρόνια αποσπάσαμε έπαινο από το ΙΘΤΠ για επιτοίχιο κεραμικό πιάτο με θέμα τις καπναποθήκες Ξάνθης και βραβείο ετικέτας ποιότητας από το ευρωπαϊκό πρόγραμμα eTwinning για εικονική επιχείρηση παραγωγής κεραμικών.



Συμμετείχαμε στη δεύτερη εβδομάδα Ψυχικής Υγείας της Περιφέρειας Ανατολικής Μακεδονίας και Θράκης με τη δράση ανοιχτού εργαστηρίου κεραμικής, η οποία έφερε σε επαφή τον κόσμο της Ξάνθης με την κεραμική τέχνη μέσα από ένα τρίωρο εργαστήριο που έκανε πράξη <<Τη συμβολή της Τέχνης στη Ψυχική Υγεία και το Ευ Ζειν >>. Ακόμη, προσφέραμε δύο μεγάλα κεραμικά επιτοίχια έργα στην Ψυχιατρική Κλινική του Νοσοκομείου Ξάνθης.



Με έμπνευση την αλληλεγγύη, τη συνεργασία και την ισοτιμία τα παιδικά μας χέρια έγιναν τα μοντέλα, προσδοκώντας μία κοινωνία όπου όλοι έχουμε ενεργό ρόλο και συμμετοχή.

Μακρή Γαρυφαλλιά (Εκπαιδευτικός, ΠΕ 89.02.04)

Όλοι οι συμμετέχοντες μαθητές/τριες

1. Τι έχετε να ευχηθείτε και τι προσδοκάτε από τον καινούργιο χρόνο, που μόλις μπήκε;

Κάθε χρόνο προσδοκώ να έχουμε όλοι μία πάρα πολύ καλή συνεργασία, να κινούμαστε σε ένα πλαίσιο ενότητας, σε ένα πλαίσιο αλληλεγγύης, γιατί όταν κινούμαστε μέσα σε αυτά τα πλαίσια είναι και ο μοναδικός τρόπος να μπορέσουμε να επιτύχουμε τους στόχους μας, οπότε εύχομαι αυτό συν φυσικά να έχουμε όλη την υγεία μας να είμαστε όλοι γεροί εμείς, οι οικογένειές μας και να έχει ειρήνη όλος ο κόσμος.



2. Μετά από ένα χρόνο στο τιμόνι του δήμου είστε ικανοποιημένος; Είναι όπως τα φανταζόσασταν όπως ξεκινήσατε;

Κοιτάζτε μετά από ένα χρόνο μπορώ να πω ότι είναι πολύ πιο δύσκολα από ό,τι φανταζόμασταν τα πράγματα και από την καθημερινή λειτουργία προκύπτουν προβλήματα και παθογένειες πολλών ετών τα οποία ή αναγκάζεσαι να τα λύσεις κάτω από πίεση, την πίεση της αποτελεσματικότητας και την πίεση της υλοποίησης. Παρόλα αυτά, μέσα από τις δυσκολίες μαθαίνεις να γίνεσαι καλύτερος και τις επόμενες δυσκολίες τις αντιμετωπίζεις πολύ πιο ευκολά, πολύ πιο άμεσα.

3. Να απαριθμήσουμε τις ενέργειες που δρομολογείτε; Ποιοι είναι οι πρώτοι στόχοι που έχετε θέσει;

Να φέρουμε όσο το δυνατόν περισσότερες χρηματοδοτήσεις, έτσι ώστε σε ένα σχετικά σύντομο χρονικό διάστημα να αρχίσουν να υλοποιούνται μεγάλα έργα που πραγματικά έχει ανάγκη ο τόπος. Στα πλαίσια αυτά, τον Νοέμβριο εγκρίθηκε η στρατηγική βιώσιμης αστικής ανάπτυξης και έχουμε πλέον τη χρηματοδότηση για το άλσος του Ευμοίρου, για 7 km ποδηλατοδρόμο, για την Πλατεία Ελευθερίας, για έργα τα οποία θα δώσουν πραγματικά μία άλλη εικόνα και μία άλλη πνοή στην πόλη μας. Οπότε για φέτος ο μεγάλος μας στόχος είναι να ξεκινήσουμε να δημοπρατούμε όλα αυτά τα έργα, έτσι ώστε να μπούμε σε φάση υλοποίησης και φυσικά να δώσουμε ακόμα μεγαλύτερη έμφαση στην καθημερινότητα, η οποία έχει άμεση επίπτωση στη ζωή των πολιτών μας και έχει αρκετά προβλήματα τα οποία πραγματικά χρήζουν επίλυσης και ακόμη μεγαλύτερης προσπάθειας.

4. Ποια είναι τα μεγαλύτερα προβλήματα του δήμου, τα οποία πρέπει να λύσετε άμεσα;

Τα μεγαλύτερα προβλήματα είναι δύο: ένα είναι το θέμα της καθαριότητας το οποίο το βιώνουμε πραγματικά όλοι οι πολίτες-και εμείς μέσα σε αυτούς- και έχουμε δρομολογήσει να γίνουν κάποιες ενέργειες οι οποίες θα αφορούν κυρίως την ενίσχυση του τμήματος καθαριότητας, το οποίο είναι υποστελεχωμένο και πραγματικά οι όγκοι ανεβαίνουν κάθε χρόνο χωρίς να έχουμε το κατάλληλο το προσωπικό. Δυσκολευόμαστε πάρα πολύ να έχουμε το επίπεδο καθαριότητας στην πόλη μας που εμείς οι ίδιοι χρειαζόμαστε. Ένα άλλο πολύ μεγάλο θέμα που αυτή τη στιγμή έχουμε ήδη δρομολογήσει, είναι το θέμα με τα αδέσποτα. Τα αδέσποτα είναι ένα πρόβλημα το οποίο πραγματικά ταλανίζει και ταλαιπωρεί το σύνολο των πολιτών μας. Εμείς για αυτό το θέμα, πέραν των σταθερών ενεργειών που γίνονται όσον αφορά τις σημάνσεις, τις στείρωσεις και την ιατροφαρμακευτική περίθαλψη των ζώων, πήραμε πλέον έγκριση και δρομολογούμε την αύξηση της δυναμικότητας του καταφυγίου που ήδη έχει ο δήμος, έτσι ώστε ένα μεγάλο μέρος των ζώων να πάνε εκεί και να έχουνε πραγματικά τη φροντίδα και την περιοχή που τους αρμόζει και να μην είναι στο δρόμο. Οπότε αυτούς τους δύο μεγάλους στόχους έχουμε.

5. Κατάγεστε από πολιτική οικογένεια, αυτό σας δημιουργεί άγχος;

Η αλήθεια είναι ότι δημιουργεί πολύ μεγάλες προσδοκίες στους ανθρώπους, όταν έχεις μία παρακαταθήκη μιας επιτυχημένης πολιτικής πορείας, όλοι περιμένουν από σένα να κάνεις το ίδιο και σίγουρα και κάτι παραπάνω. Παρόλα αυτά, η τριβή που υπάρχει με το κομμάτι της πολιτικής από πολύ μικρή ηλικία νομίζω ότι δεν σου δημιουργεί πλέον πίεση. Εμένα προσωπικά δεν μου δημιουργεί πίεση, γιατί γνωρίζω πώς πρέπει να κινηθούν κάποια πράγματα, υπάρχει μία εμπειρία αναφορικά με τους θεσμούς, υπάρχει μία εμπειρία αναφορικά με τη λειτουργία του δημοσίου, υπάρχει μία ευρεία γκάμα γνωριμιών που μπορούν να βοηθήσουν στην επίλυση πολλών προβλημάτων, οπότε το βλέπω πιο πολύ σαν ευκαιρία.

6. Συμβουλευέστε τον πατέρα σας; Σηκώνετε το τηλέφωνο για να ζητήσετε τη γνώμη του;

Ελάχιστα γιατί από παλιά έχουμε μια πάγια θέση να μην εμπλέκουμε πολύ μεταξύ μας τα προσωπικά με τα επαγγελματικά –εάν μου επιτρέπετε να το πούμε επαγγελματικά-. Προφανώς και συζητάμε κάποια πράγματα, αλλά προσπαθώ να είναι δικές μου οι αποφάσεις, να παίρνω εγώ το βάρος της ευθύνης. Προσπαθούμε στις συναντήσεις μας οι συζητήσεις να είναι πιο προσωπικές, πιο οικογενειακές, γιατί με όλα αυτά της ενασχόλησης και της δικής του με την πολιτική, αυτό που μας έλλειπε ουσιαστικά ήταν το μεταξύ μας κοινωνικό δέσιμο, το συναισθηματικό. Πάντα στα τραπέζια γίνονταν πολιτικές συζητήσεις, οπότε πλέον έχουμε βάλει έναν όρο και δεν γίνονται πια, γιατί χρειαζόμαστε αυτόν τον χρόνο μεταξύ μας. Παράλληλα, προσπαθούμε καταστάσεις και πράγματα που εμείς βιώσαμε και μας λείψανε να μην τα βιώσουν τα δικά μας παιδιά είτε με τους παππούδες είτε με εμάς σαν γονείς.

7. Η πιο δύσκολη στιγμή μέχρι τώρα;

Αρκετές δύσκολες στιγμές είχαμε. Οι πιο δύσκολες στιγμές για μένα είναι οι στιγμές που δεν τις βλέπει ο κόσμος -και ευτυχώς που δεν τις βλέπει ο κόσμος- και άπτονται των κοινωνικών υπηρεσιών. Οι περιπτώσεις που φτάνουν στην πρόνοια για περίθαλψη, για ενδοοικογενειακή βία, για κακοποιήσεις, νομίζω ότι ξεπερνούν σε σοβαρότητα και σε δυσκολία οποιαδήποτε άλλη περίπτωση μπορεί να προκύψει έξω στο δρόμο, οπότε νομίζω ότι για μένα τα πιο δύσκολα είναι αυτά που έχουν να κάνουν με τους ανθρώπους, αυτά που έχουν να κάνουν με τις κοινωνικές υπηρεσίες, με τα προβλήματα που αντιμετωπίζουν.

8. Η πιο χαρούμενη στιγμή;

Η πιο χαρούμενη στιγμή μέχρι τώρα, ήταν η στιγμή που εγκρίθηκε το μεγάλο πρόγραμμα με τα 15 εκατομμύρια ευρώ και πλέον θα ξεκινήσουμε να τουλοποιούμε. Ήταν ένας πολύ μεγάλος στόχος και πραγματικά χαρήκαμε, γιατί έγινε σε πολύ σύντομο χρονικό διάστημα, το αποτέλεσμα είναι να δώσουμε την ευκαιρία στην πόλη μας να βιώσει μία αλλαγή σε πολύ σύντομο χρονικό διάστημα.



Μήσιου Μαρίνα (Εκπαιδευτικός ΠΕ 02)
Γελάνη Τριανταφυλλιά (Εκπαιδευτικός ΠΕ 02)
Τσιρίδου Ουρανία (Εκπαιδευτικός ΠΕ 21)
Γεωργιάδης Θεοδωρής-Σωτήριος (Μαθητής Δ' Γυμνασίου)
Δελητζόγλου Αλέξανδρος (Μαθητής Δ' Λυκείου)

ΣΥΝΕΝΤΕΥΞΗ ΑΠΟ ΤΗ ΔΙΕΥΘΥΝΤΡΙΑ ΤΟΥ ΣΧΟΛΕΙΟΥ ΜΑΣ (ΕΝ.Ε.Ε.ΓΥ-Α ΞΑΝΘΗΣ)

1. Πόσο δύσκολο είναι να διευθύνει κανείς μια σχολική μονάδα;

Η διεύθυνση μιας σχολικής μονάδας είναι μια απαιτητική αλλά και πολύ ενδιαφέρουσα πρόκληση. Χρειάζεται να ισορροπώ ανάμεσα σε πολλά καθήκοντα: τη διοικητική διαχείριση, τη συνεργασία με τους εκπαιδευτικούς, τη διατήρηση ενός ασφαλούς και δημιουργικού περιβάλλοντος για τους μαθητές και τη συνεχή επικοινωνία με τους γονείς.



Κάθε μέρα είναι διαφορετική, γιατί προκύπτουν συνεχώς νέα ζητήματα που πρέπει να λυθούν άμεσα. Υπάρχουν στιγμές πίεσης, καθώς πρέπει να παίρνω αποφάσεις που επηρεάζουν πολλούς ανθρώπους. Παράλληλα, πρέπει να εξασφαλίζω ότι το σχολείο λειτουργεί με βάση τους εκπαιδευτικούς στόχους και τις αξίες του.

2. Αποτελείτε ιδρυτικό μέλος αυτού του σχολείου ποιοι ήταν οι στόχοι σας στην αρχή και ποιοι είναι οι στόχοι σας για το σχολείο τώρα;

Ως ιδρυτικό μέλος του σχολείου, οι αρχικοί μου στόχοι ήταν να δημιουργήσουμε ένα περιβάλλον μάθησης όπου οι μαθητές θα αισθάνονται ασφαλείς, ενθαρρυμένοι και ενθουσιασμένοι να μαθαίνουν. Θέλαμε ένα σχολείο που να προάγει την κριτική σκέψη, τη δημιουργικότητα και την αγάπη για τη γνώση, ενώ παράλληλα καλλιεργεί αξίες όπως ο σεβασμός, η συνεργασία και η αλληλεγγύη.

Ο τελικός μας στόχος παραμένει πάντα ο ίδιος: να βοηθήσουμε τους μαθητές μας να γίνουν υπεύθυνοι, δημιουργικοί και ενεργοί πολίτες που θα συνεισφέρουν θετικά στην κοινωνία.

3. Πιστεύετε ότι σήμερα τα προβλήματα συμπεριφοράς των μαθητών είναι εντονότερα, καθώς η κοινωνία αλλάζει;

Η κοινωνία αλλάζει συνεχώς, και μαζί της αλλάζουν και οι προκλήσεις που αντιμετωπίζουν οι μαθητές. Σήμερα, οι μαθητές μεγαλώνουν σε έναν κόσμο γεμάτο πληροφορίες, τεχνολογία και κοινωνικά μέσα, γεγονός που επηρεάζει τη συμπεριφορά τους, τόσο θετικά όσο και αρνητικά. Παρατηρούμε ότι κάποια προβλήματα συμπεριφοράς, όπως η έλλειψη συγκέντρωσης, η δυσκολία στη διαχείριση των συναισθημάτων και οι συγκρούσεις μεταξύ μαθητών, μπορεί να είναι πιο έντονα λόγω του άγχους, της πίεσης και της επιρροής των ψηφιακών μέσων. Επίσης, οι μαθητές σήμερα έχουν μεγαλύτερη ανάγκη για προσωπική έκφραση και ανεξαρτησία, κάτι που μερικές φορές μπορεί να εκδηλώνεται ως αμφισβήτηση της εξουσίας ή των κανόνων. Ωστόσο, δεν θα έλεγα ότι τα προβλήματα συμπεριφοράς είναι περισσότερα ή σοβαρότερα από το παρελθόν—είναι απλώς διαφορετικά.

4. Πόσο η συμπεριφορά των μαθητών σήμερα έχει διαφοροποιηθεί σε σχέση με τα προηγούμενα χρόνια;

Με το πέρασμα των χρόνων, έχω παρατηρήσει ότι η συμπεριφορά των μαθητών βελτιώνεται. Καθώς μεγαλώνουν μέσα στο σχολικό περιβάλλον, μαθαίνουν να διαχειρίζονται καλύτερα τα συναισθήματά τους, να σέβονται τους συμμαθητές και τους εκπαιδευτικούς τους και να συνεργάζονται πιο αποτελεσματικά.

5. Ποια είναι η σχέση σας με τους μαθητές;

Η σχέση μου με τους μαθητές είναι βασισμένη στην εμπιστοσύνη, τον σεβασμό και την ανοιχτή επικοινωνία. Θέλω να αισθάνονται ότι το σχολείο είναι ένας χώρος όπου μπορούν να εκφραστούν ελεύθερα, να αναπτύξουν τις ικανότητές τους και να βρουν στήριξη όποτε τη χρειάζονται.

6.Θα καταφέρει το σχολείο να ανταποκριθεί στις απαιτήσεις της εποχής;

Πιστεύω πως ναι, το σχολείο μας μπορεί και πρέπει να ανταποκριθεί στις απαιτήσεις της εποχής.

7.Τι θα συμβουλευάτε ένα μαθητή Γυμνασίου να προσέχει;

Η συμβουλή μου προς έναν μαθητή Γυμνασίου θα ήταν να επικεντρωθεί σε τρία κύρια σημεία για να εξασφαλίσει την επιτυχία του, όχι μόνο στο σχολείο αλλά και στη ζωή του γενικότερα:

1. Διαχείριση του χρόνου και της μελέτης.
2. Αξιοποίηση των σχολικών πόρων και υποστήριξης.
3. Ευγένεια και σεβασμός στον εαυτό σου και τους γύρω σου.

8.Τι θα συμβουλευάτε έναν μαθητή Λυκείου να προσέχει;

Η συμβουλή μου θα ήταν πιο στοχευμένη, καθώς το Λύκειο είναι μια κρίσιμη περίοδος για την προσωπική του ανάπτυξη, αλλά και για τις αποφάσεις που θα καθορίσουν το μέλλον του.

- 1.Οργάνωση και εξατομικευμένη μελέτη.
- 2.Εξατομικευμένη προετοιμασία για την αγορά εργασίας.
- 3.Υποστήριξη και κοινωνική ενσωμάτωση.
- 4.Ψυχική υγεία και αυτοεκτίμηση.

Συνολικά, το σημαντικότερο είναι να προσεγγίσεις τη σχολική σου πορεία με αυτοπεποίθηση και αποφασιστικότητα, ενώ δεν πρέπει να ξεχνάς ότι κάθε μαθητής είναι μοναδικός και έχει τη δυνατότητα να αναδείξει τα ταλέντα του, ανεξαρτήτως του τρόπου εκπαίδευσης.

9.Πώς θα μπορέσουμε να κάνουμε το σχολείο πιο ελκυστικό για τους μαθητές σε μια εποχή που η αδιαφορία είναι το κύριο χαρακτηριστικό; Ποιες είναι οι προσδοκίες σας;

Για να κάνουμε το σχολείο πιο ελκυστικό, πρέπει να εστιάσουμε στη διαφοροποίηση των μαθημάτων, προσφέροντας πιο διαδραστικές και πρακτικές εμπειρίες μάθησης. Η σύνδεση της διδασκαλίας με την πραγματική ζωή και τα ενδιαφέροντα των μαθητών είναι κρίσιμη. Επίσης, η ενίσχυση της συνεργασίας και της συμμετοχής μέσω δραστηριοτήτων, έργων και εθελοντικών πρωτοβουλιών μπορεί να δημιουργήσει κίνητρα.

10.Και τέλος κάτι πιο προσωπικό θα αλλάζατε τη δουλειά σας;

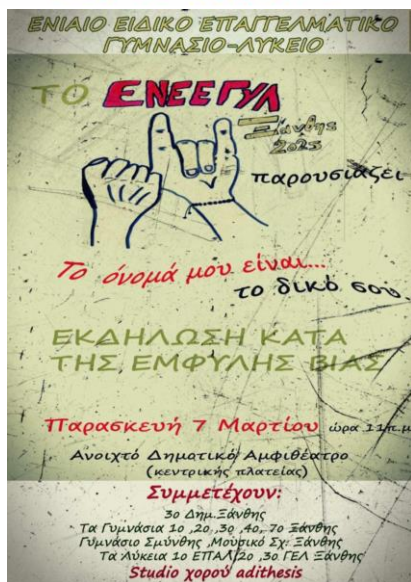
Αν και η δουλειά μου ως Διευθύντρια έχει πολλές προκλήσεις, με γεμίζει όταν βλέπω την πρόοδο των μαθητών και την ανάπτυξη του σχολείου, για το λόγο αυτό δεν θα την άλλαζα.

11.Πώς νιώθετε κάθε μέρα όταν το μεσημέρι κλείνετε την πόρτα και κλειδώνετε το σχολείο;

Κάθε μέρα όταν κλείνω την πόρτα και κλειδώνω το σχολείο, νιώθω ένα μείγμα ικανοποίησης και ηρεμίας. Είναι η στιγμή που αναλογίζομαι όσα περάσαμε μέσα στην ημέρα – τις δυσκολίες, τις προκλήσεις αλλά και τις μικρές επιτυχίες.

Βαρελίδου Σοφία (Διευθύντρια ΠΕ 11)
Γεωργιάδης Θεοδωρής-Σωτήριος (Μαθητής Δ' Γυμνασίου)
Αλέξανδρος Δελητζόγλου (Μαθητής Δ' Λυκείου)





Το όνομά μου είναι το δικό σου...

Στις 7 Μαρτίου 2025, το ΕΝ.Ε.Ε.ΓΥ-Λ Ξάνθης έστειλε ένα ηχηρό μήνυμα ενάντια στην έμφυλη βία και τη γυναικοκτονία μέσα από την εκδήλωση «Το όνομά μου είναι το δικό σου...», που πραγματοποιήθηκε στο θεατράκι της Κεντρικής Πλατείας από τις 11:00 έως τις 13:00.

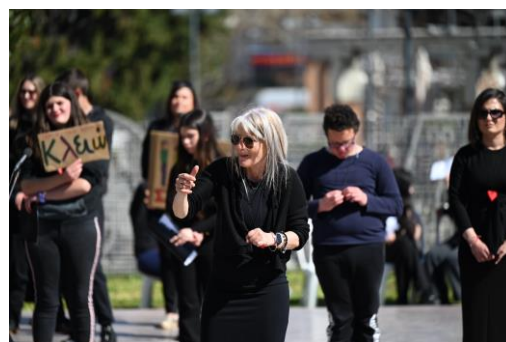
Η εκδήλωση αυτή ήταν ένα ζωντανό παράδειγμα της πραγματικής συμπερίληψης, καθώς ολόκληρη η μαθητική κοινότητα της Ξάνθης, με πρωτοπόρο το σχολείο μας, ένωσε τις φωνές της σε μια δυναμική πρωτοβουλία που ανέδειξε δύο σημαντικά κοινωνικά μηνύματα: την καταπολέμηση της έμφυλης βίας και την προώθηση της ουσιαστικής ισότητας και πρωσβασιμότητας.



Μαθητές από δέκα σχολεία του νομού συμμετείχαν σε αυτή τη μεγάλη δράση, που περιλάμβανε τραγούδια την επιμέλεια των οποίων είχαν οι εκπαιδευτικοί Ιωσηφίδης Γιώργος και Καλαμάρης Κωνσταντίνος, ομιλίες, εικαστικές παρεμβάσεις, μουσικοχορευτικά δρώμενα και την παρουσίαση της νέας υπηρεσίας της Ελληνικής Αστυνομίας για την ενδοοικογενειακή βία. Ένα ιδιαίτερα σημαντικό στοιχείο της εκδήλωσης ήταν η ταυτόχρονη μετάφραση στην Ελληνική Νοηματική Γλώσσα την επιμέλεια της οποίας είχε η εκπαιδευτικός Κασάπη Χριστίνα, διασφαλίζοντας ότι κάθε άτομο, ανεξαρτήτως ακουστικής ικανότητας, μπόρεσε να συμμετάσχει και να νιώσει μέρος αυτής της σημαντικής πρωτοβουλίας.

Η συμμετοχή της μαθητικής κοινότητας σε μια πρωτοβουλία που ξεκινά από ένα Ειδικό Σχολείο αποτέλεσε ένα ισχυρό μήνυμα πως η συμπερίληψη δεν είναι θεωρία, αλλά πράξη. Η διαφορετικότητα γίνεται δύναμη, και όλοι μαζί, χωρίς αποκλεισμούς, δημιουργήσαμε ένα κοινό μέτωπο ευαισθητοποίησης και δράσης για έναν κόσμο χωρίς διακρίσεις και βία.

Με υψηλή κοινωνική και πολιτιστική αξία, η εκδήλωση «Το όνομά μου είναι το δικό σου...» δεν ήταν απλώς ένα κάλεσμα αφύπνισης, αλλά μια συλλογική δέσμευση για ένα μέλλον ισότητας, αλληλεγγύης και αμοιβαίου σεβασμού. Ενώσαμε τις φωνές μας για μια κοινωνία χωρίς αποκλεισμούς, χωρίς φόβο, χωρίς έμφυλη βία.



Συμμετείχαν όλοι οι εκπαιδευτικοί.

Συμμετείχαν όλοι οι συμμετέχοντες μαθητές/τριες.

ΕΡΕΥΝΑ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΜΦΥΛΗ ΒΙΑ: 130 ΓΥΝΑΙΚΕΣ ΑΠΟ ΤΗΝ ΞΑΝΘΗ ΑΠΑΝΤΟΥΝ...

Στις 5-7 Μαρτίου και πρωινές ώρες, εκπαιδευτικοί και μαθητές βγήκαμε στην κεντρική πλατεία της Ξάνθης (Πλατεία Ηρώων) και ρώτησαμε 130 γυναίκες για την έμφυλη βία. Οι γυναίκες που συμμετείχαν ήταν από 18 ετών και άνω, με την πλειοψηφία να έχει ηλικία από 35-54 ετών. Οι 45 έχουν τελειώσει το Λύκειο, ο ίδιος αριθμός ανώτερη εκπαίδευση, 10 το Γυμνάσιο, 6 το Δημοτικό, 23 έχουν μεταπτυχιακό και 1 διδακτορικό.

Από τις 130 γυναίκες, οι 118 (91%) δήλωσαν ότι η έμφυλη βία είναι σωματική, λεκτική, ψυχολογική, κοινωνικοπολιτισμική και οικονομική, 5 γυναίκες μόνο σωματική και λεκτική, 4 μόνο ψυχολογική και 3 κοινωνικοπολιτισμική. Οι 50 (38%) είναι αρκετά ενημερωμένες με το θέμα της έμφυλης βίας, οι 40 (31%) μέτρια, οι 26 (20%) πολύ, οι 12 (9%) ελάχιστα και οι 2 καθόλου.

Οι 90 (69%) από τις ερωτηθείσες δήλωσαν ότι έχουν ακούσει για κάποιο περιστατικό έμφυλης βίας στον Νομό Ξάνθης και μάλιστα 68 (52%) από αυτές είπαν πως γνωρίζουν προσωπικά κάποια που έχει βιώσει έμφυλη βία και θεωρούν πολύ συχνό το φαινόμενο αυτό. Αντιθέτως, οι 40 (31%) δε γνωρίζουν περιστατικό και οι 62 (48%) από τις 130 δεν γνωρίζουν κάποια προσωπικά, αλλά θεωρούν συχνό το φαινόμενο στις μέρες μας. Σημαντικό είναι το γεγονός ότι μόλις 45 (35%) γυναίκες έχουν συμμετάσχει σε δράσεις ή εκδηλώσεις με θέμα την έμφυλη βία και οι άλλες 85 (65%) όχι.

Στην ερώτηση εάν η έμφυλη βία διαιώνίζεται από τα κοινωνικά στερεότυπα για τα φύλα, η πλειοψηφία θεωρεί ότι πολύ (40 γυναίκες, 31%) και αρκετά (66 γυναίκες 51%) τα στερεότυπα της κοινωνίας τροφοδοτούν την έμφυλη βία, ενώ οι υπόλοιπες 18 μέτρια (14%), λίγο 3 γυναίκες (2%) και καθόλου 2 γυναίκες.

Σημαντικά ήταν τα ευρήματα από την ερώτηση εάν η εκπαίδευση για την ισότητα των δύο φύλων θα συμβάλει στη μείωση της έμφυλης βίας. Οι 50 (38%) γυναίκες απάντησαν σε πολύ μεγάλο βαθμό, οι 40 (31%) σε αρκετά μεγάλο βαθμό, οι 20 σε μέτριο βαθμό και από 10 σε μικρό βαθμό και καθόλου. Το μορφωτικό επίπεδο των γυναικών δικαιολογεί την απάντηση που έδωσαν. Όσο πιο μορφωμένες είναι οι γυναίκες τόσο πιο πολύ πιστεύουν στην εκπαίδευση για τη μείωση της έμφυλης βίας.

Στην ερώτηση ποια θεωρούν την κύρια αιτία έμφυλης βίας το ποσοστό 31% πιστεύει τα ψυχολογικά προβλήματα, το 22% τα κοινωνικά στερεότυπα, το 15% την έλλειψη εκπαίδευσης, το 9% την οικονομική εξάρτηση και 30 γυναίκες (23%) δήλωσαν όλα τα παραπάνω σε συνδυασμό. Μάλιστα, οι περισσότερες γυναίκες (95, ποσοστό 73%) θεωρούν ότι η οικονομική ανεξαρτησία της γυναίκας μπορεί να συμβάλει στη μείωση της έμφυλης βίας, ενώ οι υπόλοιπες 35 (27%) όχι.

Τέλος, η πλειοψηφία των γυναικών, 83 γυναίκες (64%), πιστεύει ότι οι δράσεις που πρέπει να γίνονται για την έμφυλη βία σε επίπεδο Νομού είναι δημόσιες εκστρατείες ευαισθητοποίησης, εκπαιδευτικά προγράμματα σε σχολεία, υπηρεσίες υποστήριξης θυμάτων, συνεργασία με φορείς, νομική υποστήριξη και συμβουλευτική υποστήριξη (επέλεξαν όλες τις επιλογές που τους δόθηκαν). Υπήρχαν και κάποιες γυναίκες που επέλεξαν δυο ή τρεις από τις παραπάνω επιλογές με πιο σημαντικές τα εκπαιδευτικά προγράμματα (για 9 γυναίκες αποτέλεσε την μοναδική επιλογή και για 22 μια από τις επιλογές τους), τις δημόσιες εκστρατείες ευαισθητοποίησης 5 γυναίκες και νομική υποστήριξη 8 γυναίκες.

Μήσιου Μαρίνα (Εκπαιδευτικός ΠΕ 02) Δραμπίδου Κατερίνα (Εκπαιδευτικός ΠΕ 03)
Τσίριδου Ουρανία (Εκπαιδευτικός ΠΕ 21) Όλοι οι συμμετέχοντες μαθητές/τριες

ΚΡΙΤΙΚΗ ΣΤΗΝ ΘΕΑΤΡΙΚΗ ΠΑΡΑΣΤΑΣΗ/ «ΑΝΑΦΟΡΑ ΣΤΟΝ ΓΚΡΕΚΟ»

Με αφορμή την προγραμματισμένη θεατρική παράσταση «Αναφορά στον Γκρέκο», η οποία επρόκειτο να παρουσιαστεί στην πόλη μας το Σάββατο, 8 Φεβρουαρίου 2025, προχωρήσαμε στη μελέτη του εμβληματικού αυτού έργου του Νίκου Καζαντζάκη. Στο πλαίσιο αυτής της εκπαιδευτικής δράσης, αναγνώσαμε επιλεγμένα αποσπάσματα του βιβλίου, αναλύσαμε το περιεχόμενό τους και συζητήσαμε διεξοδικά τις ιδέες, τα όνειρα και τις φιλοσοφικές αναζητήσεις του σπουδαίου Κρητικού λογοτέχνη.



Επιπλέον, παρακολουθήσαμε οπτικοακουστικό υλικό και αφιερώματα αναφορικά με τη ζωή και το έργο του, προκειμένου να αποκτήσουμε μια πληρέστερη εικόνα της συγγραφικής του πορείας και της διαχρονικής του προσφοράς στα ελληνικά γράμματα. Η διερεύνηση του έργου πραγματοποιήθηκε μέσω ομαδικής εργασίας και ανταλλαγής απόψεων,

ενισχύοντας έτσι τη συνεργασία και τον γόνιμο προβληματισμό. Έπειτα από αυτή τη συστηματική προετοιμασία, ήμασταν έτοιμοι να παρακολουθήσουμε την παράσταση, έχοντας πλέον μια βαθύτερη κατανόηση του έργου και της σπουδαιότητάς του.

Ο Νίκος Καζαντζάκης υπήρξε ένας από τους σημαντικότερους Έλληνες συγγραφείς. Το έργο του «Αναφορά στον Γκρέκο» αποτελεί τη μυθιστορηματική αυτοβιογραφία του στην οποία καταγράφει τις εμπειρίες, τις επιρροές και τα όνειρά του.

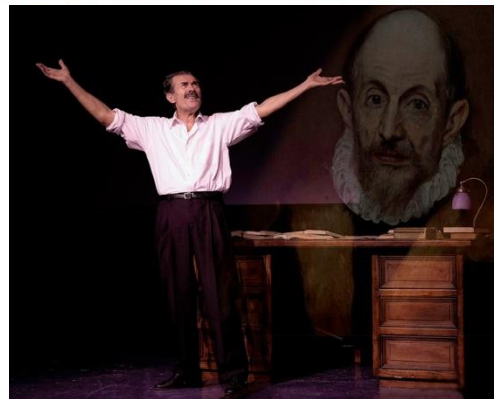
Η θεατρική παράσταση που παρακολουθήσαμε, βασίστηκε στο έργο αυτό και προσέφερε στο κοινό μια μοναδική εμπειρία, γεμάτη συγκίνηση και πνευματική αναζήτηση. Ο ηθοποιός Τάκης Χρυσικάκος απέδωσε με εξαιρετική πιστότητα την προσωπικότητα και το έργο του Καζαντζάκη. Η επιλογή των αποσπασμάτων που παρουσιάστηκαν στη σκηνή υπήρξε ιδιαίτερα προσεγμένη, ενώ η χρήση φωτισμού, μουσικής, εικόνων και σκηνικών συνέβαλε στη δημιουργία μιας ατμόσφαιρας που ανέδειξε την ουσία του έργου.

Ένα ιδιαίτερο στοιχείο της παράστασης ήταν η προβολή φωτογραφιών από τη ζωή του Καζαντζάκη, συνοδευόμενη από κρητική μουσική. Οι ήχοι των ριζιτικών τραγουδιών και σύγχρονων μουσικών δημιουργιών ενίσχυσαν τη δραματική ένταση, προσδίδοντας επιπλέον συναισθηματικό βάθος στο έργο.

Ο Τάκης Χρυσικάκος ενσάρκωσε τον συγγραφέα με αξιοσημείωτη πιστότητα, τόσο στην εμφάνιση όσο και στον τρόπο ομιλίας και κίνησης. Με δωρικότητα, πάθος και εκφραστικότητα, μετέφερε στο κοινό τα συναισθήματα του Καζαντζάκη, τη νοσταλγία, τη συγκίνηση, την περηφάνια και τη φιλοσοφική αναζήτησή του. Μέσα από τη σκηνική του παρουσία, αναδείχθηκε η εσωτερική πάλη και η πνευματική πορεία του συγγραφέα.



Ιδιαίτερη εντύπωση προκάλεσε η σκηνοθετική επιλογή να αποδοθεί η πορεία της ζωής του Καζαντζάκη μέσω της εναλλαγής των ηλικιών του. Ο ηθοποιός ξεκινούσε ως ηλικιωμένος, μεταμορφωνόταν σε παιδί, σε νεαρό άνδρα και κατέληγε και πάλι σε γέροντα, αποτυπώνοντας με αυτόν τον τρόπο τον κύκλο της ζωής. Το κοινό ήρθε σε επαφή με σημαντικές μορφές του έργου του, όπως τον Καπετάν Μιχάλη, τη μητέρα του, τον Ζορμπά, αλλά και την ίδια την Κρήτη, η οποία υπήρξε πηγή έμπνευσης και σημείο αναφοράς για τον συγγραφέα.



Η παράσταση προκάλεσε έντονη συγκίνηση και θαυμασμό. Ο βαθύς σεβασμός προς το έργο του Καζαντζάκη ήταν εμφανής σε κάθε πτυχή της, από την ερμηνεία έως τα μουσικά και σκηνογραφικά στοιχεία. Ο ηθοποιός διατήρησε μια ζωντανή επικοινωνία με το κοινό, μετατρέποντας τον μονόλογο σε έναν διαρκή διάλογο με τους χαρακτήρες του έργου αλλά και με τους θεατές.

Η τελική σκηνή υπήρξε ιδιαίτερα συμβολική: η εικόνα ενός αετού που πετούσε στον ουρανό, ενώ ο Καζαντζάκης απομακρυνόταν σαν σκιά, αποτυπώνοντας την αέναη αναζήτησή του για το υπερβατικό. Το κοινό αποχαιρέτησε την παράσταση με ένα παρατεταμένο χειροκρότημα, ως ελάχιστο φόρο τιμής στον σπουδαίο Έλληνα συγγραφέα.

Η συγκεκριμένη θεατρική απόδοση της <<Αναφοράς στον Γκρέκο>> υπήρξε ένα εξαιρετικό καλλιτεχνικό γεγονός, το οποίο ανέδειξε με σεβασμό και αισθητική αρτιότητα τη ζωή και το έργο του Νίκου Καζαντζάκη.



Γελάνη Τριανταφυλλιά (Εκπαιδευτικός ΠΕ 02)

Γκιουλνάζ Κατονλού (Μαθήτρια Γ΄ Λυκείου)

Δελητζόγλου Αλέξανδρος (Μαθητής Δ΄ Λυκείου)

Παυλίδης Κων/νος (Μαθητής Δ΄ Λυκείου)

Καλινδέρης Δημήτριος (Μαθητής Δ΄ Λυκείου)

Φιλία στην Εφηβεία: Η Σημασία της για τους Εφήβους

Το παρακάτω άρθρο δημιουργήθηκε με σκοπό να απαντήσει στις ερωτήσεις των μαθητών από τη Δ' Γυμνασίου, την Α' Λυκείου και τη Β' Λυκείου του σχολείου μας.

Η εφηβεία είναι μια δύσκολη περίοδος γεμάτη αλλαγές και νέες εμπειρίες. Σε αυτή τη φάση, η φιλία παίζει έναν πολύ σημαντικό ρόλο. Οι φίλοι είναι εκεί για να μας στηρίζουν, να μας κατανοούν και να μας βοηθούν να αντιμετωπίσουμε τις προκλήσεις της καθημερινότητας. Η φιλία βοηθά τους εφήβους να αισθάνονται ασφαλείς και αποδεκτοί, κάτι που είναι πολύ σημαντικό σε αυτή την περίοδο της ζωής τους.



Στην εφηβεία, οι έφηβοι αρχίζουν να απομακρύνονται από τους γονείς και να δημιουργούν πιο κοντινές σχέσεις με τους φίλους τους. Οι φίλοι είναι εκείνοι με τους οποίους μοιράζονται τις σκέψεις, τις ανησυχίες και τις χαρές τους. Η φιλία τους προσφέρει την αίσθηση ότι ανήκουν σε μια ομάδα, κάτι που είναι πολύ σημαντικό για την αυτοεκτίμηση και την ψυχική υγεία τους.

Η Φιλία Βοηθά στην Κοινωνική Ανάπτυξη

Μέσα από τη φιλία, οι έφηβοι μαθαίνουν να επικοινωνούν καλύτερα, να κατανοούν τα συναισθήματα των άλλων και να επιλύουν τις διαφωνίες τους. Οι φίλιες τους βοηθούν να κατανοήσουν τις βασικές αξίες της εμπιστοσύνης, της αλληλοϋποστήριξης και της ενσυναίσθησης. Αυτές οι κοινωνικές δεξιότητες είναι πολύ σημαντικές για τη ζωή τους, όχι μόνο στην εφηβεία αλλά και αργότερα, στην ενήλικη ζωή τους.

Προκλήσεις στη Φιλία των Εφήβων

Η φιλία στην εφηβεία δεν είναι πάντα εύκολη. Οι έφηβοι μπορεί να έχουν διαφωνίες ή να αντιμετωπίζουν πίεση από το σχολείο και τις κοινωνικές τους σχέσεις. Όμως, μέσα από τις δυσκολίες, μαθαίνουν πώς να διαχειρίζονται τις συγκρούσεις και να αντιμετωπίζουν τις προκλήσεις με τους φίλους τους. Οι φίλιες δεν είναι πάντα τέλειες, αλλά είναι μια ευκαιρία για συναισθηματική ωρίμανση.

Οι φίλοι είναι πολύ σημαντικοί για την ψυχική υγεία των εφήβων. Οι δυσκολίες που αντιμετωπίζουν στο σχολείο ή στις προσωπικές τους σχέσεις μπορεί να τους δημιουργήσουν άγχος. Οι φίλοι μπορούν να τους ακούσουν και να τους βοηθήσουν να ξεπεράσουν αυτές τις δυσκολίες. Η φιλία τους προσφέρει υποστήριξη και ασφάλεια σε δύσκολες στιγμές.

Η Διαχείριση Δύσκολων καταστάσεων στις Φιλίες κατά την εφηβεία

Η διαχείριση δύσκολων καταστάσεων στις φίλιες κατά την εφηβεία μπορεί να είναι πολύ απαιτητική, καθώς τα συναισθήματα είναι έντονα και οι σχέσεις συχνά περνούν από διάφορα скаμπανεβάσματα. Ωστόσο, υπάρχουν μερικά βήματα που μπορούν να βοηθήσουν τους εφήβους να διαχειριστούν τις προκλήσεις στις φίλιες τους:

1. Μιλώ ανοιχτά

Η πιο σημαντική πτυχή κάθε σχέσης, και ιδιαίτερα των φίλων, είναι η επικοινωνία. Όταν κάτι μας ανησυχεί ή μας ενοχλεί, είναι πολύ σημαντικό να το εκφράσουμε με σεβασμό. Αν έχουμε μια διαφωνία ή νιώθουμε πληγωμένοι, πρέπει να πούμε πώς νιώθουμε χωρίς να κατηγορούμε τον άλλον, αλλά εξηγώντας τα συναισθήματά μας.

2. Ακούω με Κατανόηση

Όταν έχουμε μια διαφωνία με έναν φίλο, είναι σημαντικό να τον ακούσουμε. Μπορεί ο φίλος μας να έχει μια διαφορετική οπτική για την κατάσταση, και η κατανόηση των συναισθημάτων του μπορεί να μας βοηθήσει να βρούμε μια λύση. Η ακρόαση είναι βασικό στοιχείο για να διατηρήσουμε μια υγιή σχέση.

3. Προσπαθώ να ελέγξω τις αντιδράσεις μου

Όταν βρισκόμαστε σε δύσκολη κατάσταση με έναν φίλο, η πρώτη μας αντίδραση μπορεί να είναι θυμός ή απογοήτευση. Είναι καλό, όμως, να κάνουμε ένα βήμα πίσω και να αναλογιστούμε τη κατάσταση πριν απαντήσουμε. Αν η κατάσταση είναι έντονη, ίσως είναι καλύτερο να πάρετε λίγο χρόνο μακριά για να ηρεμήσετε. Οι στιγμές απομόνωσης ή ηρεμίας μπορούν να βοηθήσουν να δούμε την κατάσταση με καθαρό μυαλό και να βρούμε καλύτερους τρόπους για να τη διαχειριστούμε.

4. Ζητώ Συγγνώμη, αν χρειάζεται

Αν καταλάβεις ότι έχεις κάνει κάτι λάθος, είναι σημαντικό να ζητήσεις συγγνώμη από τον φίλο σου. Η συγγνώμη δείχνει ότι αναγνωρίζουμε το λάθος μας και νοιαζόμαστε για τη φιλική σχέση που έχουμε με τον άλλον. Η ειλικρίνεια σε αυτές τις στιγμές είναι το κλειδί για τη συμφιλίωση.

Η φιλία στην εφηβεία είναι κάτι περισσότερο από απλή συντροφικότητα. Μέσα από τις φίλιες, οι έφηβοι κατανοούν καλύτερα τον εαυτό τους, τις ανάγκες τους και τον κόσμο γύρω τους. Το πιο σημαντικό, η φιλία στην εφηβεία είναι ένα πολύτιμο εργαλείο για την καλλιέργεια υγιών σχέσεων και της ψυχικής υγείας, ενισχύοντας τη συναισθηματική ανθεκτικότητα των νέων.



Τσαλίδου Μαρία (Εκπαιδευτικός ΠΕ 30)

Φωτάκη Ελένη (Μαθήτρια Δ' Γυμνασίου)

Γεωργιάδης Θεόδωρος - Σωτήριος (Μαθητής Δ' Γυμνασίου)

Παχούμης Παρασκευάς (Μαθητής Α' Λυκείου)

Αγγελική Γεωργιάδου (Μαθήτρια Β' Λυκείου)

Απαντούμε σε ερωτήσεις κι απορίες νεαρών εφήβων για την εφηβεία και τις σχέσεις των δυο φύλων

Μετά από μια μικρή έρευνα που κάναμε στους μαθητές της Α' και Β' Γυμνασίου του σχολείου μας, καταλήξαμε πως οι βασικές ερωτήσεις και απορίες των νεαρών εφήβων ομαδοποιούνται σε δύο μεγάλες κατηγορίες. Η πρώτη αφορά τις αλλαγές στο σώμα και την εμφάνιση των νεαρών αγοριών και κοριτσιών και η δεύτερη τις στάσεις και αντιλήψεις αυτών γύρω από τη σεξουαλικότητα και τη σεξουαλική ωρίμανση. Με τη βοήθεια της ψυχολόγου του σχολείου επιχειρούμε με το παρόν άρθρο να απαντήσουμε και να εμβαθύνουμε στα ζητήματα που τους απασχολούν.



1. Οι αλλαγές στο σώμα και την εμφάνιση

Κατά την εφηβεία, το σώμα των παιδιών υφίσταται σημαντικές αλλαγές. Τα αγόρια αρχίζουν να ψηλώνουν γρήγορα, η φωνή τους βαθιάνει και εμφανίζεται τριχοφυΐα στο πρόσωπο και το σώμα τους. Τα κορίτσια βλέπουν το στήθος τους να μεγαλώνει, να αποκτούν καμπύλες και φυσικά έχουμε την έναρξη της έμμηνης ρύσης. Αυτές οι αλλαγές μπορεί να προκαλέσουν άγχος ή αμηχανία, όμως είναι απολύτως φυσιολογικές και αποτελούν μέρος της ανάπτυξης κάθε ανθρώπου.

2. Στάσεις και αντιλήψεις για τη σεξουαλικότητα και τη σεξουαλική ωρίμανση

Η σεξουαλικότητα αποτελεί ένα φυσιολογικό κομμάτι της ανθρώπινης ανάπτυξης. Οι έφηβοι συχνά αναρωτιούνται για τις σχέσεις, τα συναισθήματα και τις κοινωνικές προσδοκίες γύρω από τη σεξουαλική ωρίμανση. Είναι σημαντικό να θυμόμαστε ότι κάθε άτομο ωριμάζει με τον δικό του ρυθμό και δεν υπάρχει λόγος να βιάζεται κανείς ή να αισθάνεται πίεση από το περιβάλλον του.

Συχνές Ερωτήσεις και Απαντήσεις

Γιατί νιώθω συχνά άβολα με τις αλλαγές στο σώμα μου;

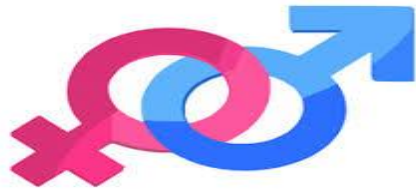
Είναι απόλυτα φυσιολογικό να νιώθεις περίεργα ή αμήχανα με τις αλλαγές που συμβαίνουν. Η αποδοχή του σώματός σου και η κατανόηση ότι αυτές οι αλλαγές είναι μέρος της ανάπτυξής σου μπορούν να σε βοηθήσουν να αισθανθείς πιο άνετα.

Πότε θα σταματήσω να ψηλώνω;

Η ανάπτυξη είναι διαφορετική για κάθε άτομο. Στα αγόρια συνήθως συνεχίζεται μέχρι τα 18-20 χρόνια, ενώ στα κορίτσια σταματά λίγο νωρίτερα, γύρω στα 16-18.

Πώς μπορώ να μιλήσω στους γονείς μου για τις απορίες μου σχετικά με τη σεξουαλικότητα;

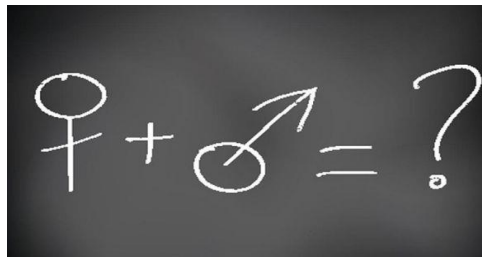
Οι γονείς σου μπορεί να είναι μια αξιόπιστη πηγή πληροφοριών. Εάν νιώθεις αμήχανα, μπορείς να ξεκινήσεις με ερωτήσεις για γενικά θέματα ή να ζητήσεις τη βοήθεια ενός εκπαιδευτικού που εμπιστεύεσαι, της κοινωνικού λειτουργού ή της ψυχολόγου του σχολείου.



Είναι φυσιολογικό να μην έχω ακόμη ενδιαφέρον για ρομαντικές σχέσεις;

Ναι! Ο κάθε άνθρωπος αναπτύσσει ενδιαφέρον για τις σχέσεις με τον δικό του ρυθμό. Δεν υπάρχει σωστό ή λάθος, και είναι σημαντικό να ακολουθείς το δικό σου συναίσθημα χωρίς να πιέζεσαι από τους γύρω σου.

Πώς μπορώ να καταλάβω αν κάποιος μου αρέσει πραγματικά;



Τα συναισθήματα μπορεί να είναι μπερδεμένα στην εφηβεία. Αν νιώθεις άνετα με κάποιο άτομο, σου αρέσει να περνάς χρόνο μαζί του και σε ενδιαφέρει η γνώμη του, τότε είναι πιθανό να σου αρέσει πραγματικά.

Πώς μπορώ να αντιμετωπίσω την απόρριψη;

Η απόρριψη είναι μέρος της ζωής και συμβαίνει σε όλους. Είναι σημαντικό να θυμάσαι ότι δεν έχει να κάνει με την αξία σου ως άτομο. Μπορεί να είναι δύσκολο, αλλά είναι καλό να μιλήσεις με φίλους ή έναν έμπιστο ενήλικα για να διαχειριστείς τα συναισθήματά σου.

Συμπέρασμα

Η εφηβεία είναι μια περίοδος μεγάλων αλλαγών, αλλά και ανακαλύψεων. Είναι σημαντικό να διατηρούμε ανοιχτή επικοινωνία, να ενημερωνόμαστε από αξιόπιστες πηγές και να θυμόμαστε πως κάθε άτομο μεγαλώνει και ωριμάζει με τον δικό του ρυθμό. Αν έχεις περισσότερες απορίες, μη διστάσεις να τις συζητήσεις με έναν ειδικό ή κάποιον έμπιστο ενήλικα.



Τσαπακίδου Ελένη (Εκπαιδευτικός ΠΕ 23)

Μαυρόπουλος Δημήτριος (Μαθητής Α' Γυμνασίου)

Βίντος Αλέξανδρος-Βασίλειος (Μαθητής Β' Γυμνασίου)

Ό,τι τρώμε αυτό γινόμαστε!!

Το μυστικό για καλύτερη σχολική επίδοση και ζωή....

Η διατροφή είναι ένας από τους πιο σημαντικούς παράγοντες που επηρεάζουν την υγεία, την ενέργεια και την απόδοσή μας, είτε στις σχολικές δραστηριότητες είτε στην καθημερινή ζωή. Ειδικά για τους μαθητές/τριες, η σωστή διατροφή δεν είναι μόνο θέμα υγείας, αλλά και επιτυχίας.



Γιατί πρέπει να τρώμε όμως σωστά;

Το σώμα μας λειτουργεί σαν μια μηχανή: χρειάζεται δηλαδή καύσιμα για να μπορεί να λειτουργήσει και να αποδώσει.

Τι πρέπει να περιλαμβάνει η καθημερινή μας διατροφή;

Για να έχουμε μια ισορροπημένη διατροφή, πρέπει να υπάρχει ποικιλία τροφών όπως :

1. Πρωινό: Ξεκινήστε τη μέρα με ένα πλήρες γεύμα, όπως γάλα ή γιαούρτι με βρώμη και φρούτα. Το πρωινό "ξυπνά" τον εγκέφαλο και μας δίνει ενέργεια.
2. Γεύματα: Φροντίστε να περιλαμβάνετε πρωτεΐνες (κοτόπουλο, ψάρι, αυγά), υδατάνθρακες (ρύζι, πατάτες, ψωμί ολικής άλεσης) και λαχανικά.
3. Σνακ: Επιλέξτε υγιεινά σνακ όπως φρούτα, ξηρούς καρπούς ή μπάρες δημητριακών. Αποφύγετε τα πατατάκια και τα γλυκά με πολύ ζάχαρη.
4. Νερό: Η ενυδάτωση είναι εξίσου σημαντική. Προσπαθήστε να πίνετε 5-7 ποτήρια νερό την ημέρα.

Τρόφιμα που βοηθούν τους μαθητές

Μπανάνες και καρύδια: Βοηθούν στη συγκέντρωση.

Ψάρια: Πλούσια σε Ω-3 λιπαρά, ενισχύουν τη λειτουργία του εγκεφάλου.

Πράσινα λαχανικά: Βελτιώνουν τη μνήμη.

Συμπέρασμα

Η σωστή διατροφή δεν είναι δύσκολη ούτε βαρετή. Είναι μια καθημερινή συνήθεια που αν υιοθετηθεί, μπορεί να μας κάνει να νιώθουμε καλύτερα, να σκεφτόμαστε πιο καθαρά και να είμαστε πιο υγιείς. Ξεκινήστε σήμερα με μικρές αλλαγές και δείτε τη διαφορά!

Τσουκαλά Χρυσάνθη (Εκπαιδευτικός -ΠΕ 87.02)

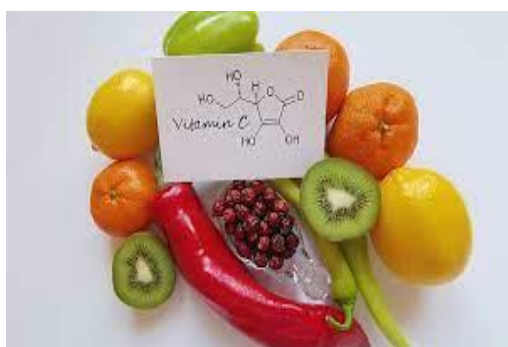
Παχούμης Παρασκευάς (Μαθητής Α' Λυκείου)

Η Χημεία στην Καθημερινότητά μας...



Η Χημεία είναι παντού γύρω μας και ο ρόλος της είναι καθοριστικός σε πολλούς τομείς της ζωής μας. Μπορεί να φαίνεται περίπλοκη επιστήμη, αλλά στην πραγματικότητα μας περιβάλλει σε κάθε στιγμή της ζωής μας. Από το πρωί που ξυπνάμε μέχρι το βράδυ που κοιμόμαστε, η χημεία είναι παντού γύρω μας!

Παραδείγματα από την Καθημερινή Ζωή



- Όταν βουρτσίζουμε τα δόντια μας, η οδοντόκρεμα περιέχει χημικές ενώσεις που βοηθούν να καθαρίσουμε τα δόντια και να προστατέψουμε το σμάλτο.

- Όταν πλένουμε τα χέρια μας, το σαπούνι απομακρύνει τη βρωμιά και τα μικρόβια χάρη στις χημικές του ιδιότητες.

- Ακόμα και το φαγητό που μαγειρεύουμε είναι γεμάτο χημεία. Όταν βράζουμε νερό για να φτιάξουμε μακαρόνια, η θερμότητα αλλάζει τη δομή του αμύλου στα ζυμαρικά, και έτσι γίνονται μαλακά.

Πώς η Χημεία Βοηθά την Κοινωνία

Η Χημεία δεν είναι μόνο στα μικρά πράγματα. Μας βοηθά να αντιμετωπίσουμε μεγάλες προκλήσεις, όπως:

- **Φάρμακα:** Τα φάρμακα που χρησιμοποιούμε για να καταπολεμήσουμε τις ασθένειες αναπτύσσονται χάρη στη Χημεία. Η επιστήμη αυτή έχει σώσει αμέτρητες ζωές.

- **Περιβάλλον:** Με τη βοήθεια της χημείας, μπορούμε να φτιάξουμε φιλικά προς το περιβάλλον υλικά, όπως βιοδιασπώμενα πλαστικά, και να μειώσουμε τη ρύπανση.
- **Καθαρή Ενέργεια:** Η χημεία παίζει σημαντικό ρόλο στην ανάπτυξη νέων μορφών ενέργειας, όπως οι μπαταρίες λιθίου και τα ηλιακά πάνελ.



Διασκεδαστικά Πειράματα για το Σπίτι

Θέλεις να δεις τη χημεία σε δράση; Δοκίμασε αυτό το απλό πείραμα:

Φτιάξε το δικό σου ηφαίστειο!

1. Σε ένα ποτήρι ή μπολ βάλε 1 κουταλιά μαγειρικής σόδας.
2. Πρόσθεσε λίγο χρώμα ζαχαροπλαστικής για εφέ.
3. Ρίξε αργά ξύδι και δεξ την έκρηξη!

Η αντίδραση δημιουργείται επειδή η μαγειρική σόδα (ένα αλκαλικό υλικό) και το ξύδι (ένα οξύ) παράγουν διοξείδιο του άνθρακα.

Η Χημεία είναι Παντού!

Η Χημεία δεν είναι κάτι ξένο ή δύσκολο. Είναι μια επιστήμη που μας βοηθά να κατανοήσουμε τον κόσμο μας και να τον κάνουμε καλύτερο. Την επόμενη φορά που θα βουρτσίσετε τα δόντια σας, φάτε ένα μήλο ή παίξετε με σαπουνόφουσκες, θυμηθείτε: η Χημεία είναι παντού!

Μπουρδάνου Εύα (Εκπαιδευτικός ΠΕ 04.02)

Βίντος Αλέξανδρος-Βασίλειος (Μαθητής Β' Γυμνασίου)

Γεωργιάδης Θεόδωρος-Σωτήριος (Μαθητής Δ' Γυμνασίου)

Φωτάκη Ελένη (Μαθήτρια Δ' Γυμνασίου)

Διαδίκτυο και Έφηβοι: Κίνδυνοι και Προστασία

Το διαδίκτυο είναι ένα «δεύτερο σπίτι» για πολλούς εφήβους. Μέσα από αυτό επικοινωνούμε, ψυχαγωγούμαστε και μαθαίνουμε νέα πράγματα. Όμως, κρύβει και κινδύνους που δεν πρέπει να αγνοούμε.

Ποιοι είναι οι κίνδυνοι;

- Cyber bullying:** Η διαδικτυακή παρενόχληση μπορεί να πάρει πολλές μορφές, από προσβλητικά σχόλια έως εκβιασμούς.
- Ψεύτικα προφίλ:** Πολλοί επιτήδριοι δημιουργούν ψεύτικους λογαριασμούς για να ξεγελάσουν ανυποψίαστους χρήστες.
- Απάτες & Χάκινγκ:** Υπάρχουν διαγωνισμοί-παγίδες που ζητούν προσωπικά στοιχεία, ενώ κακόβουλα λογισμικά μπορούν να κλέψουν δεδομένα.
- Εθισμός:** Η υπερβολική χρήση του διαδικτύου μπορεί να επηρεάσει τη σχολική απόδοση και την κοινωνική ζωή.



10 Συμβουλές για Ασφαλή Χρήση του Διαδικτύου:

Το διαδίκτυο είναι χρήσιμο, αρκεί να το χρησιμοποιούμε σωστά. Η ασφάλειά σου είναι στα χέρια σου!

1. Πρόσεχε τι μοιράζεσαι
2. Διάλεξε δυνατούς κωδικούς
3. Μην εμπιστεύεσαι αγνώστους
4. Πρόσεχε τις απάτες
5. Μάθε να αναγνωρίζεις τις ψεύτικες ειδήσεις
6. Προστάτεψε τις συσκευές σου
7. Απόφυγε το cyberbullying
8. Σκέψου πριν δημοσιεύσεις
9. Πρόσεχε τις συνδρομές και τους διαγωνισμούς.
10. Ξέκοψε όταν χρειάζεται

Bonus Tip: Αν νιώσεις άβολα ή δεις κάτι ύποπτο, μίλα σε έναν ενήλικα που εμπιστεύεσαι. Η ασφάλειά σου είναι πάντα προτεραιότητα!



ΚΟΥΙΖ: Πόσο Cyber – Safe είσαι;;

Απάντησε στις παρακάτω ερωτήσεις και δες πόσο καλά προστατεύεσαι online!

1. Λέχεται ένα αίτημα φιλίας από κάποιον που δεν γνωρίζεις προσωπικά. Τι κάνεις;

- A) Το αποδέχομαι, δεν υπάρχει πρόβλημα.
- B) Ελέγχω πρώτα το προφίλ του για να δω αν είναι αληθινό.
- C) Το απορρίπτω ή το αγνοώ.

2. Σου στέλνουν μήνυμα ότι κέρδισες ένα μεγάλο δώρο, αλλά πρέπει να δώσεις τα προσωπικά σου στοιχεία. Τι κάνεις;

- A) Τα δίνω, αφού φαίνεται πραγματικό.
- B) Ρωτάω κάποιον μεγαλύτερο πριν απαντήσω.
- C) Το αγνοώ και δεν δίνω προσωπικά στοιχεία σε άγνωστες σελίδες.

3. Χρησιμοποιείς τον ίδιο κωδικό πρόσβασης για όλους τους λογαριασμούς σου;

- A) Ναι, για να τον θυμάμαι εύκολα.
- B) Όχι, έχω διαφορετικούς και δύσκολους κωδικούς.
- C) Έχω έναν βασικό κωδικό, αλλά προσθέτω κάποια παραλλαγή.

4. Ένας φίλος σου δημοσιεύει μια προσωπική σου φωτογραφία χωρίς την άδειά σου. Τι κάνεις;

- A) Δεν με πειράζει, ας με δουν όλοι.
- B) Του ζητάω να τη διαγράψει και αν αρνηθεί, το αναφέρω.
- C) Το αγνοώ, δεν μπορώ να κάνω κάτι.

5. Βλέπεις ένα αρνητικό σχόλιο ή μήνυμα εκφοβισμού προς κάποιον συμμαθητή σου. Τι κάνεις;

- A) Δεν ανακατεύομαι, δεν είναι δική μου υπόθεση.
- B) Υποστηρίζω το θύμα και το αναφέρω σε κάποιον ενήλικα.
- C) Συμμετέχω για πλάκα.

Αποτελέσματα

Περισσότερα Α: Χρειάζεται να προσέχεις περισσότερο! Το διαδίκτυο κρύβει κινδύνους, γι' αυτό είναι σημαντικό να μάθεις να προστατεύεσαι.

Περισσότερα Β: Είσαι σε καλό δρόμο! Κάνεις αρκετές σωστές επιλογές, αλλά πάντα μπορείς να μάθεις περισσότερα.

Περισσότερα C: Συγχαρητήρια! Χρησιμοποιείς το διαδίκτυο με ασφάλεια και ξέρεις πώς να προστατευτείς από τους κινδύνους. Συνέχισε έτσι!

Ιωάννου Έλλη (Εκπαιδευτικός ΠΕ 86)

Γεωργιάδης Θεοδωρής-Σωτήριος (Μαθητής Δ' Γυμνασίου)

Ένας ύμνος γεννά τη δημιουργία: Τα παιδιά υμνούν την
<<αγάπη>>!!!

Εάν τις γλώσσες των ανθρώπων
μιλώ και των αγγέλων, αλλά δεν έχω
αγάπη, έγινα χαλκός που ηχεί ή
κύμβαλο που αλαλάζει [...] Η αγάπη
όλα τα ανέχεται, όλα τα πιστεύει, για
όλα ελπίζει, όλα τα υπομένει. Η
αγάπη ποτέ δεν θα πάψει να
υπάρχει..

Α' προς Κορινθίους επιστολή,
Απ' Παύλου

Αγάπη Είναι ...

Η αγάπη είναι πράγμα ιερό...
Μία μεγάλη καρδιά που μας ενώνει.
Μπαίνει στη ζωή μας ξαφνικά και απότομα
και μας γεμίζει όνειρα και αναμνήσεις.

Αγάπη είναι δύο χέρια που σφίγγουμε
και η καρδιά μας γεμίζει από χαρά.
Είναι κύμα που έρχεται
και μας ταξιδεύει σε θάλασσες, ήλιους κι αστέρια.

Η αγάπη είναι ζήτημα σημαντικό!
Είναι το καλύτερο φάρμακο και γιατρεία!
Είναι χαρά, είναι κουράγιο, συμπόνια και παρηγοριά!

Βουλγαράκη Μαρία (Εκπαιδευτικός ΠΕ 02)
Φωτάκη Ελένη (Μαθήτρια Δ' Γυμνασίου)
Γεωργιάδης Θοδωρής-Σωτήριος (Μαθητής Δ' Γυμνασίου)
Παχούμης Παρασκευάς (Μαθητής Α' Λυκείου)



ΛΟΓΟΤΕΧΝΙΖΕΙΝ...

Έχοντας ως αφορμή το ποίημα <<Όσο μπορείς>> του **Κ. Π. Καβάφη** δίνουμε νουθεσίες στους συμμαθητές μας!



Όσο μπορείς (1913)

Κι αν δεν μπορείς να κάμεις την ζωή σου όπως την θέλεις,
τούτο προσπάθησε τουλάχιστον
όσο μπορείς: μην την εξευτελίζεις
μες στην πολλή συνάφεια του κόσμου,
μες στες πολλές κινήσεις κι ομιλίες.



Μην την εξευτελίζεις πηαίνοντάς την,
γυρίζοντας συχνά κι εκθέτοντάς την
στων σχέσεων και των συναναστροφών
την καθημερινήν ανοησία,
ως που να γίνει σα μια ξένη φορτική.

Κ.Π. Καβάφης, *Ποιήματα*, τόμ.1, Ίκαρος

Όσο μπορείς... να αγαπάς!	Όσο μπορείς... να σέβεσαι!
Όσο μπορείς... να προσέχεις!	Όσο μπορείς... να βοηθάς!
Όσο μπορείς... να ονειρεύεσαι!	Όσο μπορείς... να χαμογελάς!

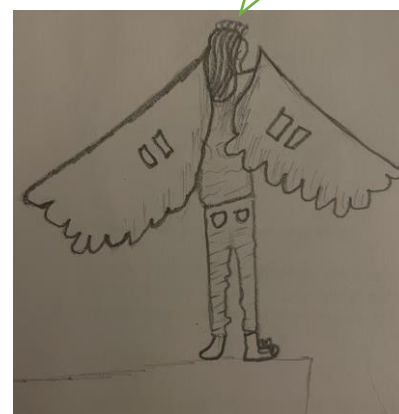
Όσο
μπορείς...
να
<<πετάς>>!

Μήσιου Μαρίνα (Εκπαιδευτικός ΠΕ 02)

Μεμέτογλου Ιλκέρ (Μαθητής Β' Γυμνασίου)

Κατονλού Γκιουλνάζ (Μαθήτρια Γ' Λυκείου)

Γεωργιάδης Θεοδωής-Σωτήριος (Μαθητής Δ' Γυμνασίου)



Μαμά & σχολείο VS μαθητή!

Σε 4 μέρες
αρχίζουν τα
σχολεία!

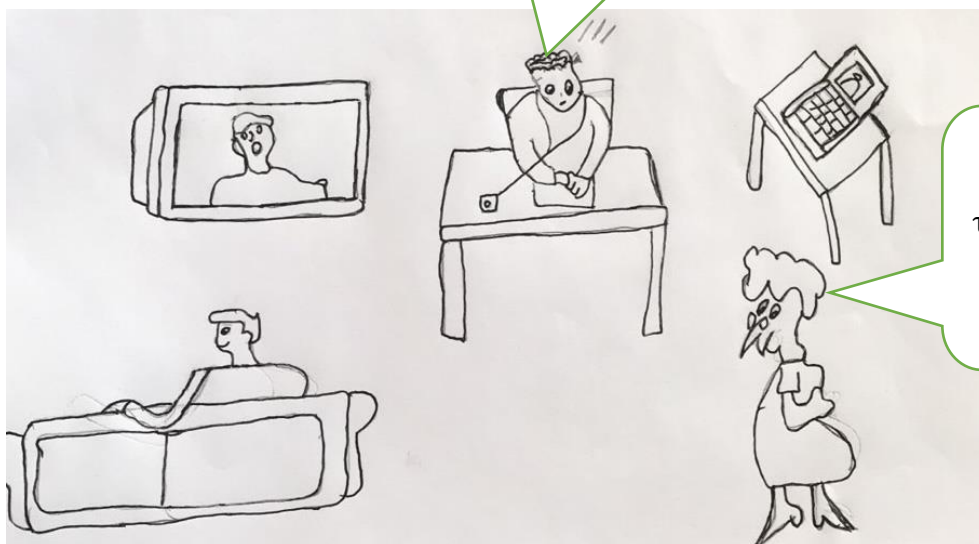
7 ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΥ

Πάλι;
Κάθε χρόνο δε
βαρέθηκαν τα
ίδια;



Μεμέτογλου Ιλκέρ (Μαθητής Β΄ Γυμνασίου)

Πρώτον δεν μπορώ
να συγκεντρωθώ και
δεύτερον πού να
βρω τον χρόνο;

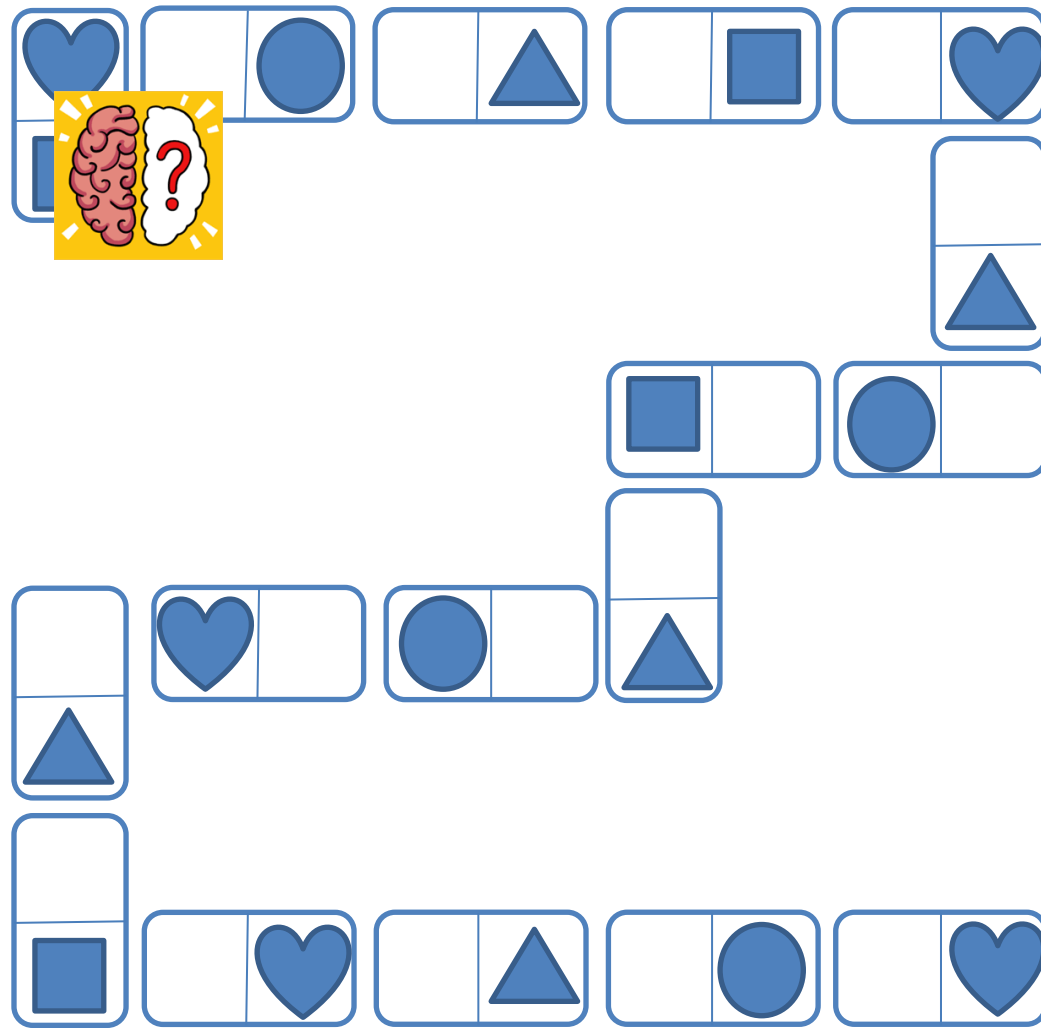


Τελείωσες
τα μαθήματά
σου για
αύριο;



BRAIN GAMES

Συμπλήρωσε σωστά το ντόμινο σχεδιάζοντας το σωστό σχήμα!

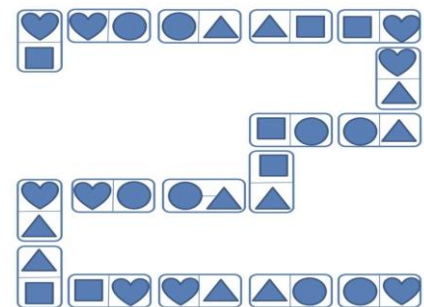


ΛΥΣΗ

Δραμπίδου Αικατερίνη (Εκπαιδευτικός ΠΕ 03)

Βίντος Αλέξανδρος-Βασίλειος (Μαθητής Β' Γυμνασίου)

Μαυρόπουλος Δημήτριος (Μαθητής Α' Γυμνασίου)



BRAIN GAMES

ΑΡΙΘΜΟΛΕΞΟ



				23		40						
				-		-						
	/		=	7		/	2	=				
+				=		=						-
26			+		=							
=												=
47	+	19	=			14	-	11	=			
			+						+			
							+	9	=	19		
83	-	27	=			23	+		=	53		

				23		40						
				-		-						
21	/	3	=	7		18	/	2	=	9		
+				=		=						
26			6	+	16	=	22					6
=												=
47	+	19	=	66		14	-	11	=	3		
83	-	27	=	56		23	+	30	=	53		

- | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|----|----|----|----|----|----|----|----|
| 3 | 3 | 6 | 6 | 8 | 9 | 10 | 16 | 18 | 21 | 22 | 30 | 56 | 66 |
|---|---|---|---|---|---|----|----|----|----|----|----|----|----|

ΚΡΥΠΤΟΛΕΞΟ Ξάνθη η πόλη με τα 1000 χρώματα

Χ	Τ	Ι	Σ	Π	Α	Ο	Ρ	Σ	Κ	Ν
Μ	Α	Ι	Α	Ν	Δ	Ρ	Ο	Ι	Ο	Ε
Β	Α	Τ	Ρ	Χ	Ψ	Ω	Β	Ι	Σ	Σ
Ι	Ζ	Ε	Ζ	Α	Υ	Π	Π	Θ	Υ	Τ
Σ	Ο	Μ	Π	Η	Λ	Α	Ο	Ι	Ν	Ο
Τ	Ω	Π	Β	Ν	Δ	Ζ	Λ	Μ	Θ	Σ
Ω	Ι	Η	Θ	Ε	Τ	Α	Η	Θ	Ο	Η
Ν	Ο	Ξ	Λ	Π	Β	Ρ	Κ	Γ	Σ	Α
Ι	Σ	Ε	Φ	Α	Α	Ι	Α	Ε	Ω	Ο
Δ	Δ	Φ	Ν	Η	Ι	Λ	Ο	Ψ	Ι	Β
Α	Δ	Ρ	Ο	Λ	Ο	Ι	Ι	Ν	Τ	Ο
Ρ	Α	Θ	Ι	Τ	Υ	Ν	Μ	Α	Ω	Ε
Κ	Λ	Ι	Ρ	Υ	Α	Ι	Δ	Β	Γ	Φ
Ν	Μ	Ο	Τ	Ι	Λ	Α	Ω	Ε	Υ	Γ
Χ	Π	Ι	Ν	Α	Κ	Ο	Θ	Η	Κ	Η

- ΝΕΣΤΟΣ
- ΤΕΜΠΗ
- ΜΑΙΑΝΔΡΟΙ
- ΧΑΤΖΗΔΑΚΕΙΟ
- ΠΙΝΑΚΟΘΗΚΗ
- ΚΑΡΝΑΒΑΛΙ
- ΠΑΖΑΡΙ
- ΒΙΣΤΩΝΙΔΑ
- ΠΟΡΤΟ ΛΑΓΟΣ
- ΚΟΣΥΝΘΟΣ
- ΛΙΜΝΙΟ
- ΡΟΛΟΙ
- ΠΑΛΙΑ ΠΟΛΗ

ΛΥΣΗ

Χ	Τ	Ι	Σ	Π	Α	Ο	Ρ	Σ	Κ	Ν
Μ	Α	Ι	Α	Ν	Δ	Ρ	Ο	Ι	Ο	Ε
Β	Α	Τ	Ρ	Χ	Ψ	Ω	Β	Ι	Σ	Σ
Ι	Ζ	Ε	Ζ	Α	Υ	Π	Π	Θ	Υ	Τ
Σ	Ο	Μ	Π	Η	Λ	Α	Ο	Ι	Ν	Ο
Τ	Ω	Π	Β	Ν	Δ	Ζ	Λ	Μ	Θ	Σ
Ω	Ι	Η	Θ	Ε	Τ	Α	Η	Θ	Ο	Η
Ν	Ο	Ξ	Λ	Π	Β	Ρ	Κ	Γ	Σ	Α
Ι	Σ	Ε	Φ	Α	Α	Ι	Α	Ε	Ω	Ο
Δ	Δ	Φ	Ν	Η	Ι	Λ	Ο	Ψ	Ι	Β
Α	Δ	Ρ	Ο	Λ	Ο	Ι	Ι	Ν	Τ	Ο
Ρ	Α	Θ	Ι	Τ	Υ	Ν	Μ	Α	Ω	Ε
Κ	Λ	Ι	Ρ	Υ	Α	Ι	Δ	Β	Γ	Φ
Ν	Μ	Ο	Τ	Ι	Λ	Α	Ω	Ε	Υ	Γ
Χ	Π	Ι	Ν	Α	Κ	Ο	Θ	Η	Κ	Η

Κάνουρα Αγαθή (Εκπαιδευτικός ΠΙΕ 86)

Συμμετέχοντες Μαθητές και Μαθήτριες της Δ' Λυκείου