

ΔΙΑΜΟΝΗ

Οι συμμετέχοντες θα φιλοξενηθούν στις κατασκηνώσεις της Αγίας Μαρίας του Δήμου Καλαμάτας, που είναι πρόσφατα ανακαινισμένες. Αυτές διαθέτουν 16 ευρύχωρα σπιτάκια με κρεβάτια απλά και κουκέτες, στα οποία θα υπάρχει δυνατότητα θέρμανσης (φορητά καλοριφέρ κ.α). Διαθέτουν επίσης μαγειρείο και τραπέζα (με δυνατότητα θέρμανσης), χωρητικότητας 200 ατόμων, τουαλέτες και ντουζιέρες με ζεστό νερό, ανοιχτό αμφιθέατρο και αρκετούς κοινόχρηστους χώρους.

ΘΑ ΧΡΕΙΑΣΤΕΙΤΕ ΑΠΑΡΑΙΤΗΤΑ

- **Χειμωνιάτικο** Sleeping bag- (υπάρχει δυνατότητα να προσφερθούν κάποια σε όσους δυσκολεύονται να βρουν και εφόσον το δηλώσουν στην αίτησή τους.)
- Κουβέρτα μάλλινη
- Σεντόνια, μαξιλάρι, μαξιλαροθήκη, πετσέτες
- Προσωπικά είδη υγιεινής και οπωσδήποτε μια οδοντόβουρτσα (θα χρειαστεί!!!!)

ΠΡΟΫΠΟΘΕΣΕΙΣ ΚΑΙ ΚΟΣΤΟΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ

- Συμπλήρωση αίτησης συμμετοχής και αποστολή **έως το Σάββατο 5 Απριλίου**, στο fax 2721092525 ή στην ηλεκτρονική διεύθυνση reekre.pel@gmail.com
- Συμπλήρωση αίτησης για να γίνει μέλος της Π.Ε.Ε.Κ.Π.Ε., αν δεν είστε και αποστολή έως το Σάββατο 5 Απριλίου, στο fax 2721092525 και στην ηλεκτρονική διεύθυνση reekre.pel@gmail.com
- **Κόστος συμμετοχής 15 ευρώ** το άτομο για όλες τις ημέρες (φαγητό, λειτουργικά έξοδα, κ.λ.π). Για λιγότερες μέρες **10 ευρώ** το άτομο.
- Η κατάθεση των 15 ευρώ θα γίνει στην Εθνική Τράπεζα της Ελλάδος στον παρακάτω αριθμό λογαριασμού: 788/896329-03 (δικαιούχοι: Πλακονούρη Διονυσία, Στραβάκου Ελένη)
- Αποστολή της απόδειξης της παραπάνω κατάθεσης, που θα φαίνεται με ευκρίνεια το όνομά σας έως το Σάββατο 5 Απριλίου, στο fax 2721092525 ή στην ηλεκτρονική διεύθυνση reekre.pel@gmail.com

ΠΡΟΣΟΧΗ : Η συμμετοχή σας στο Ανοιξιάτικο Σχολείο της Φύσης **ΕΞΑΣΦΑΛΙΖΕΤΑΙ** με την αίτησή σας και την κατάθεση των **15 ευρώ**.

Θα τηρηθεί σειρά προτεραιότητας.

ΜΕΤΑΚΙΝΗΣΗ

Οι εκπαιδευτικοί από όλη την Ελλάδα θα έρθουν με δικά τους έξοδα και στις μικρές διαδρομές, που θα χρειαστεί να κάνουμε, αν επιθυμούν, θα μετακινούνται με τα δικά τους μέσα.

ΔΙΑΤΡΟΦΗ

Θα γίνεται στο χώρο της τραπεζαρίας των κατασκηνώσεων και θα παρασκευάζεται καθημερινά στο μαγειρείο με προϊόντα και παρασκευάσματα, που παράγονται στην περιοχή δίνοντας προτεραιότητα σε τοπικές συνταγές. Παράλληλα θα δοκιμάζουμε και τα γευστικά δημιουργήματα των εργαστηρίων!

ΜΙΚΡΑ ΜΥΣΤΙΚΑ ΚΑΙ ΧΡΗΣΙΜΕΣ ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ

- Μην χάσετε την *ξενάγηση* στην πόλη της Καλαμάτας την *Τετάρτη το μεσημέρι στις 13.00* πριν φύγουμε για το βουνό.
- Μην χάσετε τα γλέντια που θα οργανώνονται κάθε βράδυ με μουσικές, μουσικούς, όργανα και οργανοπαίχτες.
- Μην ξεχάσετε να πάρετε μαζί σας ρούχα για ΒΑΡΥ ΧΕΙΜΩΝΑ, για να είστε σίγουρα ΠΑΝΤΑ ζεστοί και άνετα παπούτσια.
- Αν δεν έχετε συνηθίσει τον ύπνο σε κοιτώνες, ακριβώς δίπλα υπάρχει το ξενοδοχείο Τουριστικό Ταυγέτου, το οποίο μας κάνει προσφορά το μονόκλινο δωμάτιο στην τιμή των 15 ευρώ τη βραδιά και λίγο πιο κάτω κι άλλα ξενοδοχεία όμορφα, οπότε έχετε και εναλλακτικές λύσεις.
- Αναλυτικές οδηγίες για το ΣΧΟΛΕΙΟ ΤΗΣ ΦΥΣΗΣ στο blog της ΠΕΕΚΠΕ ΠΕΛΟΠΟΝΝΗΣΟΥ <http://peekpepeloponnisou.blogspot.gr>

ΔΙΑΔΡΟΜΕΣ ΣΤΗ ΦΥΣΗ

- **"Τα πέτρινα γεφύρια του ποταμού Νέδοντα στον Ταυγέτο"**

Ορειβατικός Σύλλογος Καλαμάτας, Γιάννης Λύρας, Ηλίας Λάζαρος

Διαδρομή σε περιβαλλοντικό μονοπάτι με στάσεις στα πέτρινα γεφύρια του ποταμού Νέδοντα και επίσκεψη σε νερόμυλο της περιοχής για να ...αλέσουμε σιτάρι, αν τα καταφέρουμε!

- **"Εαρινή πεζοπορία"**

Ορειβατικός Σύλλογος Καλαμάτας

Πεζοπορία στην καρδιά του Ταυγέτου με τον Ορειβατικό Σύλλογο Καλαμάτας.

- **"Στο βορειοανατολικό μπαλκόνι του Ταυγέτου"**

Μιχάλης Βλάχος, Βούλα Λεβεντοπούλου, εκπαιδευτικοί Α/θμιας Εκ/σης
Πεζοπορία και εξερεύνηση στα μονοπάτια του βορειοανατολικού Ταΰγету και αναγνώριση των φυτών με οδηγούς το Μιχάλη και τη Βούλα, που με μεράκι έχουν καταγράψει την πλούσια χλωρίδα της μεσσηνιακής πεδιάδας.

ΠΕΡΙΗΓΗΣΕΙΣ ΣΕ ΧΩΡΙΑ ΤΟΥ ΤΑΪΓΕΤΟΥ

Οργανωμένες διαδρομές στα χωριά του Ταΰγету Αρτεμισία και Αλαγονία και προσέγγιση του ανθρωπογενούς και του φυσικού περιβάλλοντος καθώς και της τοπικής λαϊκής κουλτούρας... με όλες τις αισθήσεις!

ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑ

1) Εργαστήριο για σβόλους - διαδραστικό παραμύθι

Ανώνυμοι Σποροφύλακες

Αγρόκτημα φυσικής και παραδοσιακής καλλιέργειας Φοίφα

ΠΡΟΣΕΧΩΣ κοινωνικός συνεταιρισμός

Θα έρθουμε πρώτη φορά σε επαφή με την σπορά σε σβόλους μέσα από ένα διαδραστικό παραμύθι. Μετά θα είμαστε έτοιμοι και έτοιμες πια για να κάνουμε τους δικούς μας σβόλους. Θα διαλέξουμε τους σπόρους που μας ταιριάζουν, θα σηκώσουμε τα μανίκια και θα ζυμώσουμε! Στο εργαστήριο θα μάθουμε μια από τις πιο σημαντικές αλλά και απλές πρακτικές της φυσικής καλλιέργειας, να κάνουμε σβόλους με σπόρους.

2) "Η σημασία της μη-λεκτικής πληροφορίας στην "ανάγνωση" του περιβάλλοντός μας"

Ζωή Θεοδοσάκη, εκπαιδευτικός, μέλος της Π.Ο. ΚΠΕ Παρνεστίου

Μια σύντομη θεωρητική εισήγηση για το τι είναι οι αισθητηριακές πληροφορίες και για ποιο λόγο είναι ανώτερες από τις λεκτικές-γνωστικές πληροφορίες. Πώς μας βοηθούν στην γνωριμία μας με τον κόσμο και πώς μπορούμε να τις καλλιεργήσουμε. Ακολουθεί μια σειρά από προτεινόμενες δραστηριότητες που μπορούν να εφαρμοστούν σε ομάδες μαθητών στη φύση.

3)"Ιστορίες δημιουργικής γραφής για τα πέτρινα κτίσματα του νερού"

Μαριάννα Νάστου, εκπαιδευτικός, Υπεύθυνη του ΚΠΕ Φιλιππιάδας, Πρόεδρος ΠΕΕΚΠΕ ΗΠΕΙΡΟΥ

Δημιουργική γραφή σημαίνει παρέμβαση. Είναι ο τρόπος με τον οποίο τα άτομα δεν "περιγράφουν" απλά το περιβάλλον τους και ό,τι συμβαίνει σ' αυτό, αλλά συμμετέχουν ενεργά, παρεμβαίνουν και το αναδημιουργούν, γίνονται ήρωες του μύθου που οι ίδιοι πλέκουν. Στήριγμα της δημιουργικής γραφής είναι η φαντασία, οι εμπειρίες, τα βιώματα, οι επιθυμίες και οι γνώσεις σε έναν κοινό τόπο συνάντησης, τον τόπο της φαντασίας. Οι ασκήσεις δημιουργικής γραφής στοχεύουν στον επαρκή αναγνώστη, δομικό χαρακτηριστικό του μελλοντικού ενεργού πολίτη. Η δημιουργική γραφή μέσα από τη δυναμική των ομάδων καλλιεργεί τη συνεργατικότητα, τη συμμετοχικότητα, τη συνύπαρξη και την καλλιέργεια του διαλόγου καθώς η νέα πρόταση δομείται από όλα τα μέλη της

ομάδας. Σκοπός μας είναι να δημιουργήσουμε μια πραγματικότητα, όπως εμείς, ως ομάδα, τη «βλέπουμε» και τη θέλουμε.

4) "Το ηχοτοπίο του δάσους και η ιστορία του"

Δήμητρα Μπία, εκπαιδευτικός, Αναπληρώτρια Υπεύθυνη του ΚΠΕ Λαυρίου

Αποτυπώνουμε τους ήχους του δάσους και δημιουργούμε μια ηχοϊστορία με αυτοσχέδια όργανα και ήχους που παράγουμε με το σώμα μας και άλλα μέσα....

5)" Εξερευνητής Βιολόγος "

Ανδρέας Αθανασόπουλος, εκπαιδευτικός, Υπεύθυνος του ΚΠΕ Λαυρίου

Ερευνούμε τη χλωρίδα του δάσους παίζοντας τους εξερευνητές και την ονομάζουμε. Αναζητούμε τα φυτά και φτιάχνουμε το " δικό μας βοτανόκηπο".

6)"Από το λάδι στο σαπούνι"

Γιάννης Λύρας, Βιολόγος- Ιστοριοδίφης- Εξερευνητής

Παρασκευή αγνού σαπουνιού από λάδι, ποτάσσα και νερό και για καλύτερα αποτελέσματα και λίγα από τα μαγιοβότανα της περιοχής.

7) " Η αναγέννηση του δάσους"

Μαρδίνης Θεόδωρος, Δρ. Βιολόγος-Περιβαλλοντολόγος , Υπεύθυνος ΚΠΕ Καστοριάς.

Περιβαλλοντική διαδρομή με παρατήρηση και σύγκριση ανάμεσα στα κομμάτια του δάσους του Ταυγέτου που δεν έχουν πληγεί από φωτιά και σε μέρη που έχουν υποστεί τις συνέπειες της καταστροφικής φωτιάς του 2007. Μελέτη της λειτουργίας των μεσογειακών οικοσυστημάτων, της φυσικής αναγέννησης και της τεχνητής αναδάσωσης στις καμμένες εκτάσεις.

8) "Δημιουργία αυτοσχέδιου κομποστοποιητή"

Η ομάδα του του project RE:THINK- ένα καλλιτεχνικό εγχείρημα κοινωνικής και περιβαλλοντικής αφύπνισης για την πόλη της Καλαμάτας, το οποίο ξεκίνησε από την εικαστικό- εκπαιδευτικό-βιοκαλλιεργήτρια Μυρτώ Φοίφα και αγκαλιάστηκε από μια ομάδα ανθρώπων

Στο πλαίσιο του συγκεκριμένου εργαστηρίου θα δείξουμε πώς δημιουργούμε έναν αυτοσχέδιο κομποστοποιητή, με απλά καθημερινά υλικά και θα δείξουμε τις διαφορετικές εκδοχές του (ανοιχτού τύπου κομποστοποίηση- κλειστού τύπου κομποστοποίηση). Θα γνωρίσουμε με βιωματικό τρόπο πώς δημιουργείται το κομπόστ και ποια τα οφέλη του για το περιβάλλον. Θα εγκαταστήσουμε κομποστοποιητή στις κατασκηνώσεις της Αγ.Μαρίνας , θα εκπαιδευτούμε στην χρήση του και στην επιμέλειά του , δημιουργώντας έτσι τον κομποστοποιητή που χρειαζόμαστε για την διαμονή μας και μειώνοντας σε τεράστιο βαθμό το περιβαλλοντικό μας αποτύπωμα. Τέλος θα ενημερωθούμε για το δίκτυο Συνοικιακής κομποστοποίησης του RE:THINK PROJECT ,που υλοποιείται στην Καλαμάτα και πώς μπορούμε να το διευρύνουμε και στην δική μας πόλη!!!! γιατί η αυτοδιαχείριση των σκουπιδιών μας είναι στοιχείο καθημερινού πολιτισμού!!!

9)"Δρόμος γεμάτος βότανα, δρόμος γεμάτος... μάγια "

Γιάννης Λύρας, Βιολόγος-Ιστοριοδίφης-Εξερευνητής

Διαδρομή σε μονοπάτι και συλλογή θεραπευτικών-φαρμακευτικών φυτών, αγριόχορτων και μαγιοβότανων .

10) "Αφυπνίζοντας την καρδιά!" διάρκεια : 1.30 ώρα*Αθηνά Μακρή , οικονομολόγος, δασκάλα Ρέικι, θεραπεύτρια κρανιοϊερέας και timetherapy* Θα εξασκηθούμε στο πώς να ενδυναμώνουμε την καρδιά μας, χρησιμοποιώντας την ανεξάντλητη πηγή ενέργειας που υπάρχει διαθέσιμη γύρω μας. Όταν αφυπνίζεται η καρδιά, είμαστε χαλαροί, βιώνουμε εσωτερική ηρεμία και γαλήνη, αυξάνουμε την ζωτικότητα και το δυναμικό μας.

11) "Γιατί ο χορός είναι στη φύση μας..."
Ελένη Γκλεγκλέ , καθ. Φυσικής Αγωγής , ΜΑ, Διευθύντρια στο Γυμνάσιο Κορώνης και Υπεύθυνη της ομάδας "Εν χορώ"
Μια χορευτική διαδρομή στην Πελοπόννησο και στα ακούσματα της περιοχής, με τον ρυθμό και το χορό , που είναι στη φύση μας ... μέσα στη ΦΥΣΗ.

12) "Η θεατρική τέχνη ως μέθοδος ψυχαγωγίας και αυτογνωσίας"
Βασίλης Φλώρος, ηθοποιός , σκηνοθέτης
Ένα εργαστήριο που θα περιλαμβάνει:

- Ασκήσεις αναπνοής
- Χοροκίνηση
- Ασκήσεις χαλάρωσης και συγκέντρωσης
- Ασκήσεις αυτοσχεδιασμού
- Δραματοποίηση ιστοριών και προσωπικών συμβάντων

13) "Η παραδοσιακή διατροφή μας πρότυπο για το αύριο"
Νίνα Καρκατζούλη, Διαιτολόγος - Διατροφολόγος, M.Sc.
Μέσα από τη διαδραστική σχέση της ομάδας θα κάνουμε ένα ταξίδι από το παραδοσιακό χθες στο σήμερα και θα βάλουμε στο "μικροσκόπιο" τη διατροφική μας συμπεριφορά. Θα εξετάσουμε το τι μπορούμε να κάνουμε για ν' αλλάξει και το πώς θα το καταφέρουμε με αλλαγές στις διατροφικές μας συνήθειες και δίνοντας έμφαση στη φυσική δραστηριότητα και ... πώς θα αρχίσουμε να το κάνουμε ΠΡΑΞΗ!

14) "Ένα δάσος... παραμύθια"
Φανή Νικολοπούλου, Δασκάλα, πτυχιούχος Ανώτερης Σχολής Δραματικής Τέχνης και Παιδαγωγικού Τμήματος Δημοτικής Εκπαίδευσης, με εμπειρία στη Διδασκαλία θεατρικού παιχνιδιού

- Ασκήσεις για χαλάρωση και συγκέντρωση.
- Τεχνικές αφήγησης και δραματοποίησης παραμυθιού.

15) "Παιχνίδια στη φύση μέσα από τις αισθήσεις"
Νίκος Στεφανόπουλος, Υπεύθυνος Π.Ε. Δ' Δ' /σης Α/θμιας Εκπ/σης Αθηνών Πρόεδρος Π.Ε.ΕΚ.Π.Ε.

Ένα ταξίδι γεμάτο δημιουργία και φαντασία που ξυπνάει και τις 5 αισθήσεις μας. Γνωριμία με το δάσος του Ταΰγετου μέσα από την όραση, την όσφρηση, την ακοή, την αφή και τη γεύση. Στη συνέχεια μέσα από το παιχνίδι της ανακάλυψης, παρατηρούμε την επίδραση της "ενεργοποιημένης" αίσθησης. Παιχνίδια με πολύ γέλιο και έμπνευση που μας μεταμορφώνουν σε μικρούς εξερευνητές μες τη φύση, που μας αποκαλύπτει όλο το μεγαλείο της.

16) " Τέχνη στη φύση"

Καζακώνη Πηνελόπη, εκπαιδευτικός, Υπεύθυνη ΚΠΕ Καστρίου

Στόχος μας είναι η δημιουργία Τέχνης με υλικά της φύσης, η δημιουργία κατασκευών με ξύλα, πέτρες, φύλλα και άλλα φυσικά υλικά απελευθερώνοντας τη φαντασία και ανακαλύπτοντας τη δημιουργικότητα. Αυτές οι πρωτότυπες φυσικές εγκαταστάσεις θα είναι σημάδια αναγνωρίσιμα στο δάσος, σημεία ανθρώπινης παρέμβασης που θα στέλνει τα δικά της εικαστικά και περιβαλλοντικά μηνύματα.

17) " Στο Καλάθι ... το καλάθι του βουνού"

Δεμπεγιώτης Αντώνης , Καθηγητής Εικαστικών -Ζωγράφος

Πάντα η πρώτη ύλη της φύσης αποτελούσε πηγή δημιουργικότητας και κατασκευών χρηστικών αντικειμένων. Έτσι, τα άφθονα κουκουνάρια πάντα γεννούσαν ιδέες πρωτότυπες και δημιουργίες, που στόλιζαν τα σπίτια στο βουνό. Αυτές τις κατασκευές θα κάνουμε, που θα αποτελούν και το ενθύμιο του τριήμερου σχολείου της φύσης στον Ταΰγετο.

18) " Υλικά της φύσης στην καθημερινή μας ζωή"

Χρυσομπόλη Διονυσία, φωτογράφος, πρόεδρος του φεστιβάλ «Μεσσηνίας Όψεις» με ομάδα γυναικών

Μαθαίνω να αναγνωρίζω και να συλλέγω την τροφή, που θα μπει στο πιάτο μου από το βουνό. Μαθαίνω τα χόρτα και τα βότανα, τα δώρα της φύσης που μας χαρίζει απλόχερα ο Ταΰγετος σε μια διαδρομή που θα εξασφαλίσει μέρος της διατροφής μας.

...και βέβαια κρέμες προσώπου και αλοιφές με υλικά που βρίσκω στη φύση, με βότανα και κερί

... και πλέκουμε με υλικά τη φύσης

19) "Αστροπαρατήρηση"

Υπεύθυνοι ομάδας Μεσσηνίας

Αναζητώντας στον ουρανό άστρα και πλανήτες, εφόσον βοηθήσει ο καιρός!

20) "Μύθοι για θεούς και νύμφες"

«Οι αρχαίοι Έλληνες και η προστασία του φυσικού περιβάλλοντος : Δημιουργική ανάπτυξη των μύθων για τους θεούς του βουνού και τις νύμφες του δάσους με την χρήση των θεατρικών τεχνικών».

Πηνελόπη Αβούρη, εκπαιδευτικός, Υπεύθυνη ΚΠΕ Λιθακιάς Ζακύνθου, Μ.Α. στο Αρχαίο Ελληνικό θέατρο

Στο εργαστήριο θα διερευνηθεί η χρήση των παρακάτω θεατρικών τεχνικών:

Μεταμόρφωση: οι συμμετέχοντες, είτε ατομικά είτε ομαδικά, αναπαριστούν με τα σώματά τους αντικείμενα, περιβάλλοντα ή πλάσματα της φαντασίας, μέσα από τα οποία μιλούν

και εκφράζουν ιδέες και απόψεις σε σχέση πάντα με το θέμα του δράματος. Μια μέρα στη ζωή: μπορεί να χρησιμοποιηθεί, προκειμένου να παρουσιαστούν διάφορα στιγμιότυπα από την καθημερινότητα ενός ρόλου. Επίσης, η τεχνική μπορούν να εφαρμοστεί, προκειμένου να αναζητηθούν στοιχεία και να διερευνηθούν γεγονότα που οδήγησαν σε συγκεκριμένες καταστάσεις.

Διάδρομος της συνείδησης: Οι συμμετέχοντες στέκονται σε δύο γραμμές ή μια γραμμή απέναντι στην άλλη και σχηματίζουν ένα διάδρομο με το σώμα τους. Ένας ή περισσότεροι συμμετέχοντες περνάνε με τη σειρά από το διάδρομο υποδύομενοι ένα ρόλο που έχει κάποιο δίλημμα. Καθώς περνάει, τα άτομα που σχηματίζουν το διάδρομο (σε ρόλο ή εκτός ρόλου) του δίνουν συμβουλές για το ποια απόφαση να πάρει. Οι συμβουλές πρέπει να είναι αντικρουόμενες. Έτσι αφού ο καθένας περάσει από το διάδρομο και ακούσει τις «φωνές της συνείδησης» καταλήγει σε μια απόφαση. Έτσι, η ομάδα εξασκείται στη συνεργασία, στην προσοχή και στη συγκέντρωση.

21) "Ένα δρώμενο ευετηρίας"

Αντώνης Καζάκος, Χρήστος Ζερίτης, εκπρόσωποι του Τοπικού Συλλόγου

Θα παρουσιαστεί μέσα από μια 20' προβολή το Καρναβάλι της Νέδουσας. Αυτό είναι ένα Δρώμενο Ευετηρίας και γίνεται κάθε χρόνο την Καθαρά Δευτέρα στο ομώνυμο χωριό, το οποίο βρίσκεται στον Ταΰγετο. Για την αξία του Καρναβαλιού της Νέδουσας μίλησε διεξοδικά σε εκπομπή της ET1 το 1999, ο καθηγητής κ. Μιχάλης Μερακλής και ανέλυσε τα βασικότερα στοιχεία του. Ιδιαίτερα η συνύπαρξη τριών τελετουργικών πράξεων που συναντώνται στα ευετηρικά δρώμενα, δηλαδή Όργωμα-Σπορά, Γάμος, Θάνατος- Ανάσταση, είναι στοιχεία που δεν απαντούν σήμερα όλα μαζί, σε άλλα παρόμοια γνωστά καρναβάλια- δρώμενα, ιδιαίτερα σε αυτά τα πανελληνίως γνωστά που τελούνται στη Β. Ελλάδα. Ένα αυθεντικό Αγροτικό Καρναβάλι, στο οποίο δεν υπάρχουν θεατές, παρά μόνο συν-εορταστές και συμ-ποσιαστές.

22) "Περπατώ περπατώ εις το δάσος, όταν ο φόβος δεν είναι εδώ"

Εβελίνα Μπεσσή, εκπαιδευτικός Α'θμιας Εκ/σης

Βιωματικά παιχνίδια διαχείρισης του φόβου μας στο δάσος και μια παιδαγωγική ματιά στα κλασσικά παραμύθια του ΔΑΣΟΥΣ

23) " Έλα να του δώσουμε μια δεύτερη ζωή" - Εργαστήριο για παιδιά

Τενέντε Άννα- Χαρά, Νηπιαγωγός

Κατασκευές με ανακυκλώσιμα υλικά για τα παιδιά, που θα είναι μαζί μας στην κατασκήνωση με πολύ φαντασία, μεταμορφώνοντας τα υλικά και δίνοντάς τους μια δεύτερη ευκαιρία ...ζωής!

24) "Τάι Τσι Τσουάν-太极拳"

Γιάννης Λάζαρης, εκπαιδευτικός Β'θμιας Εκ/σης

Μια πρώτη γνωριμία και παρουσίαση μιας πολεμικής τέχνης ήπιας εξάσκησης, που στηρίζεται πάνω στις αρχές της χαλάρωσης και της απαλότητας τόσο στην εξάσκηση της όσο και στην καθημερινή ζωή, που χρησιμοποιείται και για θεραπευτικούς σκοπούς. Η εκπαίδευση στο Τάι τσι Τσουάν αναπτύσσει εσωτερική δύναμη και αρμονία μέσω του συντονισμού και της χαλάρωσης του Νου και του Σώματος. Εξωτερικά το Τάι τσι είναι μια τέχνη για την υγεία και αυτοάμυνα. Εσωτερικά είναι μια επιστήμη του Νου και της εσωτερικής ενέργειας.

25) "Γεύσεις του τόπου μας"

Σύλλογοι γυναικών

Εργαστήρια δημιουργίας τοπικών συνταγών με προϊόντα και παρασκευάσματα που παράγονται στην περιοχή μας. Εδέσματα ... ΕΚΠΛΗΞΗ

26) «Φτιάχνουμε κέικ με..... »

Ξεπαπαδέα Μαρία, εκπαιδευτικός - καλλιεργήτρια

Από το Φυσικό Αγρόκτημα Τενέντε στα Ρίζα Καλαμάτας του Ν. Μεσσηνίας μάς φέρνει η Μαρία την πρώτη ύλη για να φτιάξουμε ένα διαφορετικό κέικ με άλλο αλεύρι.

27) «Ρούνι-Ρούνι, το νόστιμο... παστό γουρούνι»

Γυναίκες σε δράση...

Αυτό που δεν έλειπε ποτέ από κανένα νοικοκυριό ήταν το χοιρινό που τρεφόταν σχεδόν όλο το χρόνο για να αποδώσει κρέας αλλά και άλλα προϊόντα, απαραίτητα σε παλαιότερες εποχές όπως παστό, οματιά και σαπούνι. Το παστό εξυπηρετούσε την διαδικασία φύλαξης του κρέατος την εποχή που δεν υπήρχε ψυγείο και σήμερα είναι ένα εξαιρετικός μεζές, που θα δοκιμάσουμε !

28) "Στην υγεία μας ... βρε παιδιά"

Σύλλογοι γυναικών

Φτιάχνουμε αφεψήματα με τα ...δώρα του δάσους.

29) "Από το σκοτεινό δωμάτιο μέχρι τον κρυμμένο θησαυρό και από την πόλη έρχομαι και στην κορφή κανέλλα"

Η ομάδα της ΠΕΕΚΠΕ Πελοποννήσου

Περιβαλλοντικά παιχνίδια για δυνατούς παίχτες!

30) «Ακολουθώντας τη ματιά του φωτογράφου»

Πάνος Λαχανάς, λογιστής , φωτογράφος

Να έχετε σίγουρα μαζί σας τη φωτογραφική μηχανή !

30+1) «Εργαστήριο ...έκπληξη»

Ανώνυμοι Σποροφύλακες

Αγρόκτημα φυσικής και παραδοσιακής καλλιέργειας Φοίφα

...Για να πάρετε κάτι μαζί σας