

# Τι νέα παιδιά;

## Τι νέα ΠΣΠΑ;

Το 6/θέσιο Δημοτικό ΠΣΠΑ βγάζει την ολοδική του εφημερίδα. Εδώ θα έχει άρθρα που σας ενδιαφέρουν σπαζοκεφαλιές, γρίφους και ανέκδοτα.



2<sup>ο</sup> τεύχος

Μάιος 2026

### Δράσεις του σχολείου μας

(Μαρίλια Γεωργούλια  
Αναστασία Κουννά)  
(σελ. 3 και 4)

### Ματιές στην επικαιρότητα

Άλκης Νικήτας  
(σελ. 4)

### Οικολογία

Ηλέκτρα Σταθοπούλου  
Μαρία Πανοπούλου  
Θάνος Κρητικός  
(σελ. 4)

### Ταξιδιωτικές εντυπώσεις

Πάρις Αθανασίου, Θάνος  
Κρητικός, Μαρία  
Πανοπούλου  
(σελ. 6)

## Συνέντευξη με μαθήτριες εθελόντριες στον Μαραθώνιο της Αθήνας

(Συλλογικό άρθρο)

Την Κυριακή 9 Νοεμβρίου πραγματοποιήθηκε ο 42ος Μαραθώνιος της Αθήνας. Πάρα πολλοί άνθρωποι βοήθησαν στην διεξαγωγή του ως εθελοντές/τριες. Δύο μαθήτριες του Γυμνασίου Λυκείου ΠΣΠΑ ήταν εθελόντριες σε αυτό το σημαντικό γεγονός. Διαβάστε τη συνέντευξη που μας παραχώρησαν. (Διαβάστε τη συνέντευξη στη σελ. 5)

## Έρευνα για τις αθλητικές δραστηριότητες που προτιμούν οι μαθητές και οι μαθήτριες του σχολείου μας.

(Συλλογικό άρθρο)

Συνέχεια ακούμε ότι ο αθλητισμός κάνει καλό στην υγεία και ότι τα παιδιά πρέπει να αθλούνται για να αναπτύσσονται σωστά. Ειδικά σήμερα όπου τα ηλεκτρονικά παιχνίδια αντικαθιστούν τα παιχνίδια σε αυλές ή πλατείες.

Ρωτήσαμε λοιπόν τους μαθητές και τις μαθήτριες των μεγαλύτερων τάξεων του σχολείου μας για τα αθλήματα με τα οποία ασχολούνται. (Διαβάστε τη συνέχεια στις σελ.2 και 3)

### Ο όμιλος «Μικροί Δημοσιογράφοι» πηγαίνει στην ΕΣΗΕΑ

Μαρίλια Γεωργούλια,  
Μαρία Πανοπούλου  
(σελ. 5)

### Αθλητισμός

Άλκης Νικήτας  
Νικόλας Φατούρος  
(σελ. 6)

### Παιχνίδια και άλλα.

Αναστασία Κουννά,  
Ηλέκτρα Σταθοπούλου  
Νικόλας Φατούρος  
Πάρις Αθανασίου  
Μαρία Πανοπούλου  
Άλκης Νικήτας

(σελ. 8)

### Τηλεόραση

Θάνος Κρητικός  
Κωνσταντίνος  
Παπαχρήστος  
(σελ. 7)

### Γαστρονομία

Κίραν Μακ Μάχον Ζορμπάς  
(σελ. 7)

### Μουσική

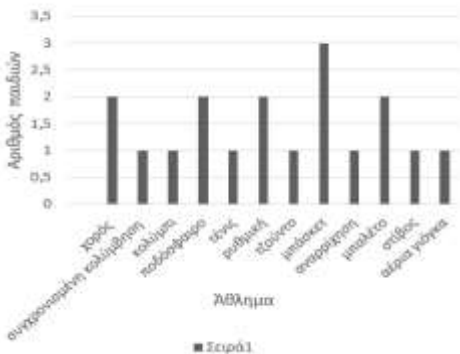
Μαρίλια Γεωργούλια  
Αναστασία Κουννά  
Ηλέκτρα Σταθοπούλου  
(σελ. 7)

### Κόμικ

Κίραν Μακ Μάχον  
Ζορμπάς  
Κωνσταντίνος  
Παπαχρήστος  
(σελ. 8)

## Δ τάξη.

Με ποιο άθλημα ασχολείσαι;

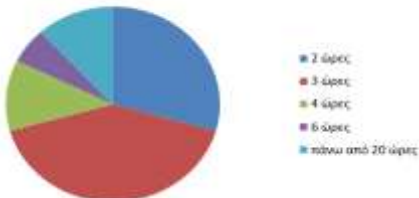


# Έρευνα για τις αθλητικές δραστηριότητες που προτιμούν οι μαθητές και οι μαθήτριες του σχολείου μας.

(Συνέχεια από τη σελίδα 1)

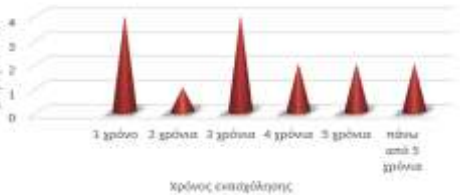
Τα παιδιά της τάξης δραστηριοποιούνται σε μια μεγάλη ποικιλία αθλημάτων όπως χορός, μπάσκετ, αναρρίχηση.

Πόσες ώρες την εβδομάδα;



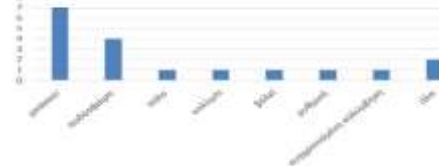
Βλέπουμε ότι τα περισσότερα παιδιά ασχολούνται 2 ως 4 ώρες με το άθλημά τους ενώ εντύπωση προκαλούν δύο παιδιά που αναφέρουν ότι ασχολούνται πάνω από 20 ώρες την εβδομάδα.

Πόσο καιρό ασχολείσαι;



Παρατηρούμε ότι τα περισσότερα παιδιά ασχολούνται λίγο καιρό με τα αθλήματα τους (1-3 χρόνια) αλλά αρκετά παιδιά ασχολούνται και πάνω από 3 χρόνια.

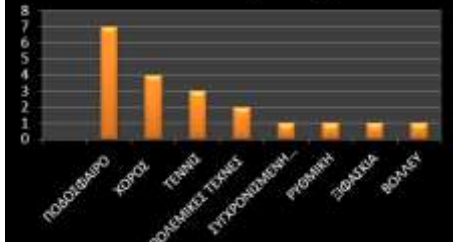
Ποια αθλήματα σου αρέσει να παρακολουθείς;



Παρατηρούμε ότι τα περισσότερα παιδιά προτιμούν να βλέπουν μπάσκετ αντί για ποδόσφαιρο καθώς και ότι δύο παιδιά αναφέρουν ότι τους αρέσει να παρακολουθούν όλα τα αθλήματα.

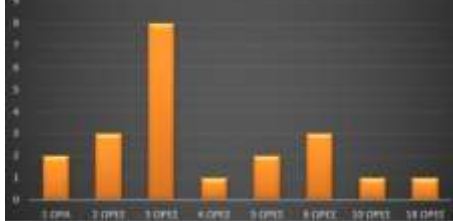
## Ε τάξη.

Με ποιο άθλημα ασχολείσαι;



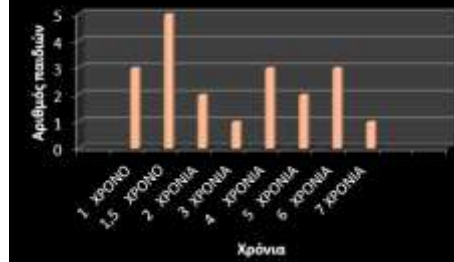
Βλέπουμε ότι τα περισσότερα παιδιά της Ε΄ τάξης παίζουν ποδόσφαιρο και κάνουν χορό. Λιγότερα παιδιά κάνουν ζιφασκία και βόλεις. Παρατηρούμε ότι ίσος αριθμός παιδιών περίπου ασχολείται με ομαδικά και ατομικά αθλήματα.

Πόσες ώρες την εβδομάδα;



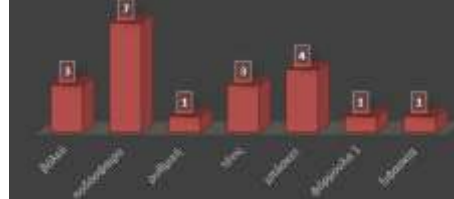
Τα περισσότερα παιδιά ασχολούνται με το άθλημά τους 3 ώρες την εβδομάδα ενώ υπάρχουν και μερικά που ασχολούνται 10 ή ακόμα και 18 ώρες

Πόσο καιρό ασχολείσαι με το άθλημά σου;



Τα περισσότερα παιδιά δεν ασχολούνται καιρό με το άθλημά τους ενώ λίγα παιδιά ασχολούνται μακροχρόνια με το άθλημά τους.

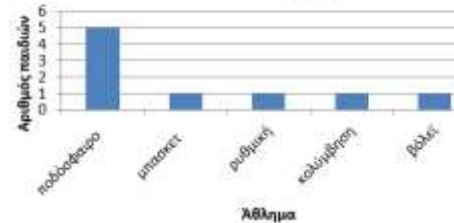
ΤΙ ΑΘΛΗΜΑ ΣΟΥ ΑΡΕΣΕΙ ΝΑ ΠΑΡΑΚΟΛΟΥΘΕΙΣ;



Τέλος παρατηρούμε ότι στην τάξη υπάρχει ποικιλία αθλημάτων που ενδιαφέρουν τα παιδιά να παρακολουθούν.

## Στ τάξη.

Ποιο είναι το αγαπημένο σου άθλημα;

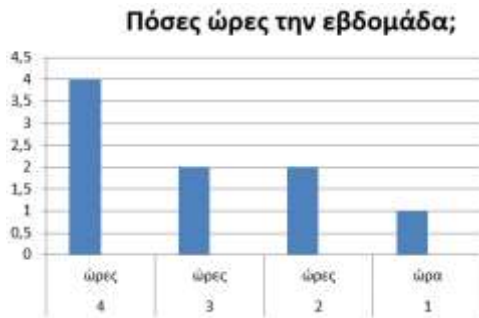


(συνέχεια στη σελ. 3)

## Τι νέα παιδιά;



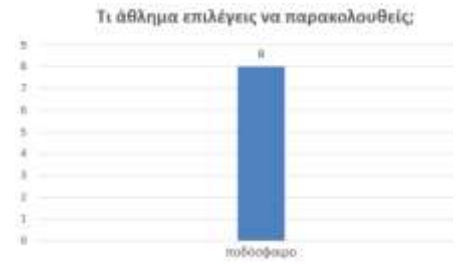
Τα περισσότερα παιδιά της Στ' που ρωτήθηκαν παίζουν ποδόσφαιρο ενώ κάποια παίζουν μπάσκετ, ρυθμική, βόλεϊ, κολύμβηση.



Τα περισσότερα παιδιά ασχολούνται 4 ώρες την εβδομάδα με το άθλημά τους και μόνο 1 παιδί ασχολείται 1 ώρα.



Παρατηρούμε ότι όλα τα παιδιά ασχολούνται πάνω από 1 χρόνο με το άθλημά τους. Θα λέγαμε ότι η Στ είναι ένα αθλητικό τμήμα.



Όλα τα παιδιά της τάξης που ρωτήθηκαν επιλέγουν να παρακολουθούν ποδόσφαιρο.

*Παρατηρούμε ότι όλα τα παιδιά που ερωτήθηκαν ασχολούνται με τον αθλητισμό άλλος/η περισσότερο άλλος/η λιγότερο. Μακάρι αυτή η υγιεινή συνήθεια να συνεχίσει να συντροφεύει τους συμμαθητές και τις συμμαθήτριάς μας και μεγαλώνοντας.*

## Δράσεις του σχολείου μας

**6 Οκτωβρίου –**

### Εκδρομή στην Πάρνηθα

Η Δ' και η Ε' τάξη πήγαν εκδρομή στην Πάρνηθα. Για να φτάσουμε στον προορισμό μας κάναμε περίπου 40 λεπτά με το λεωφορείο. Εκεί συναντήσαμε τις υπεύθυνες του προγράμματος οι οποίες μας χώρισαν σε ομάδες για να μπούμε στα βαγόνια του τελεφερίκ. Η διαδρομή ήταν σύντομη αλλά και λίγο τρομακτική. Η θέα ήταν φανταστική. Το μέρος που φτάσαμε λεγόταν Καζίνο. Δεν μείναμε εκεί, αλλά μάθαμε μερικά πράγματα για το τελεφερίκ και τη λειτουργία του. Στη συνέχεια βγήκαμε για να περπατήσουμε στο βουνό. Ήταν μια μέρα αρκετά κρύα. Περπατώντας ανεβήκαμε στα 315 μέτρα. Γύρω μας βλέπαμε πολλά δέντρα, φυτά και αρκετά σπάνια λουλούδια. Μιλήσαμε για τη φύση, τα λουλούδια και τους κανόνες του δάσους. Στον γυρισμό είδαμε και μια αγριόγατα. Η διαδρομή κράτησε περίπου μία και μισή ώρα. Περάσαμε πολύ ωραία και θα ήθελα να ξαναπάμε στο βουνό της Πάρνηθας.



**27 Νοεμβρίου- Απλώνω ευτυχία!**



Το «Απλώνω ευτυχία» είναι μια δράση για τις τάξεις Ε' και ΣΤ' του Δημοτικού και για τις τάξεις του Γυμνασίου (Α', Β' και Γ'). Είναι μια πρωτοβουλία της «Φλόγας» της οργάνωσης που υποστηρίζει τα παιδιά με καρκίνο.

Σε αυτή τη δράση ζωγραφίζουμε μπλούζες με διάφορα σύμβολα και πολλές λέξεις, ό,τι σημαίνει ευτυχία για τον καθένα μας. Έπειτα, τα παιδιά του Γυμνασίου μαζί με τους καθηγητές τους τις πηγαίνουν στην πλατεία Κοτζιά. Εκεί μαζεύονται πολλά σχολεία, ανάμεσά τους και το δικό μας, και οι μπλούζες πωλούνται.

Ο καθένας μπορεί να δώσει όσα χρήματα θέλει και μετά το τέλος της δράσης όλα αυτά τα χρήματα δωρίζονται στον Σύλλογο Φλόγα. Πάντα η δράση πηγαίνει καλά και μαζεύονται αρκετά χρήματα.

Ανυπομονώ για του χρόνου!

**13 Δεκεμβρίου-**

### Το μαγικό Bazaar του ΠΣΠΑ

### Μια γιορτή γεύσεων

### δημιουργικότητας και

### διασκέδασης.

Στις 13 Δεκεμβρίου 2025, το σχολείο ΠΣΠΑ μεταμορφώθηκε σε έναν πολύχρωμο παράδεισο γεμάτο χαρά, γεύσεις και δημιουργικότητα! Το καθιερωμένο σχολικό bazaar άνοιξε τις πόρτες του, προσφέροντας μια αξέχαστη εμπειρία για μικρούς και μεγάλους. Κάθε τάξη είχε ετοιμάσει εκπλήξεις με μεράκι και φαντασία, δημιουργώντας έναν μοναδικό κόσμο..

#### Α' Τάξη: Γλυκές Απολαύσεις!

Η Α' τάξη μας ταξίδεψε σε έναν κόσμο γλυκών απολαύσεων! Μικροί ζαχαροπλάστες ετοίμασαν λαχταριστά γλυκά, όπως σοκολατένια curcakes, τραγανά μπισκότα και φρουτώδεις καραμέλες. Η ατμόσφαιρα γέμιζε με αρώματα ζάχαρης και σοκολάτας, προσκαλώντας όλους να γευτούν τις γλυκές δημιουργίες τους.

#### Β' Τάξη: Ροφήματα για Όλες τις Προτιμήσεις!

Η Β' τάξη μας δρόσισε με μια ποικιλία από ροφήματα για όλα τα γούστα! Ζεστή σοκολάτα, αρωματικό τσάι, φρέσκοι χυμοί και δροσιστικές λεμονάδες περίμεναν τους επισκέπτες. Ήταν το ιδανικό μέρος για να ζεσταθείτε ή να δροσιστείτε, απολαμβάνοντας την ατμόσφαιρα του bazaar.

#### Γ' Τάξη: Γευστικά Ταξίδια!

Η Γ' τάξη μας ταξίδεψε σε γευστικούς προορισμούς! Ετοίμασαν



λαχταριστά φαγητά, όπως αλμυρά πιτάκια, σπιτικά σάντουιτς και φρεσκοψημένες πίτσες. Η γευστική ποικιλία ικανοποίησε όλους τους επισκέπτες, προσφέροντας μια νόστιμη στάση στο ταξίδι τους στο bazaar.

## Δ' Τάξη: Στιγμές Αθανασίας!

Η Δ' τάξη μας απαθανάτισε τις πιο όμορφες στιγμές του bazaar με τις **φωτογραφίες** τους.

Δημιούργησαν ένα φωτογραφικό περίπτερο στην τάξη τους όπου οι επισκέπτες μπορούσαν να βγάλουν αναμνηστικές φωτογραφίες με διάφορα αστεία διακοσμητικά κρατώντας ζωντανές τις όμορφες στιγμές της ημέρας.

## Ε' Τάξη: Στολίδια, Γούρια, Κεριά και Ημερολόγια!

Η Ε' τάξη γέμισε τον χώρο με **στολίδια, γούρια, κεριά και ημερολόγια!** Δημιούργησαν όμορφα διακοσμητικά για το σπίτι και μοναδικά δώρα για τους/τις αγαπημένους/ες τους. Η δημιουργικότητα και η φαντασία τους εντυπωσίασαν όλους/ες.

## ΣΤ' Τάξη: Επιτραπέζια και Βιβλία για Διασκέδαση!

Η ΣΤ' τάξη μας προσέφερε διασκέδαση για όλες τις ηλικίες με **επιτραπέζια παιχνίδια και βιβλία**. Οι επισκέπτες/τριες είχαν την ευκαιρία να δοκιμάσουν νέα παιχνίδια, να διαλέξουν αγαπημένα βιβλία για να περάσουν ευχάριστες στιγμές με φίλους και συγγενείς.

Το bazaar του ΠΣΠΑ ήταν μια υπέροχη γιορτή, γεμάτη χαρά, δημιουργικότητα και αλληλεγγύη. Συγχαρητήρια σε όλους τους μαθητές, τους δασκάλους και τους γονείς που συνέβαλαν στην επιτυχία αυτής της υπέροχης εκδήλωσης! Ανυπομονούμε για το επόμενο bazaar και ελπίζουμε να είστε όλοι εκεί!!!!!!

## 27 Μαρτίου- Ομιλία κ. Διαλυνά.

Στις 27 Μαρτίου ήρθε στο σχολείο μας ο κ. Κωνσταντίνος Διαλυνάς, ερευνητής-συνεργάτης στο γραφείο Διαστημικής Έρευνας και Τεχνολογίας της Ακαδημίας Αθηνών. Μάθαμε πολλά πράγματα για το διάστημα.

Τα πιο ενδιαφέροντα κατά την άποψή μας είναι τα εξής:

- Ο Άρης και η Αφροδίτη παλιά μπορεί να είχαν νερό.
- Ο Κρόνος έχει μικρότερη πυκνότητα από το νερό και αν τον βάζαμε σε μια μπανιέρα γεμάτη νερό, θα επέπλεε.
- Το Cassini έκανε 7 χρόνια να φτάσει στον Κρόνο. Στο τέλος καταστράφηκε χωρίς έκρηξη αλλά έγινε σκόνη.
- Ο Ερμής είναι πάρα πολύ μικρός μπροστά στον Ήλιο.

Μάθαμε πολλά πράγματα, όμως ειδικά όσοι/ες καθόμασταν πίσω δεν ακούγαμε πολύ καλά και κουραστήκαμε. Ο κ. Διαλυνάς φάνηκε πολύ ενδιαφέρον επιστήμονας και θα θέλαμε να είχαμε τον χρόνο να τον ρωτήσουμε περισσότερα πράγματα!!!! (Συλλογικό άρθρο)

## Διαγωνισμός Bebras

Ο διαγωνισμός BEBRAS είναι ένας διαγωνισμός υπολογιστικής σκέψης που συμμετέχουν μαθητές/τριες από την Α' Δημοτικού ως και τη Γ' Λυκείου.

Ο/η διαγωνιζόμενος/η πρέπει να απαντήσει 15 ερωτήσεις μέσα σε 45 λεπτά. Οι ερωτήσεις χαρακτηρίζονται ως εύκολες, μέτριες, δυσκολίες και δύσκολες, και δίνουν διαφορετικούς πόντους. Αν απαντηθεί σωστά μια εύκολη ερώτηση δίνει 6 πόντους, αν την αφήσεις κενή 0, αν την απαντήσεις λάθος σου αφαιρεί δύο πόντους. Αντίστοιχα μια ερώτηση μέτριας δυσκολίας δίνει 9 πόντους, αν την αφήσεις κενή 0, αν την απαντήσεις λάθος σου αφαιρεί 3 πόντους. Τέλος, μια δύσκολη ερώτηση δίνει 12 πόντους αν απαντηθεί σωστά αλλά σου αφαιρεί 4 αν απαντηθεί λάθος. Φέτος στον διαγωνισμό στην Ελλάδα πήραν μέρος 34.706 μαθητές/τριες. Φέτος πήραμε και εμείς μέρος και προτείνω και σε σας να λάβετε μέρος του χρόνου. Παρόλο που κάποιες ερωτήσεις μου φάνηκαν πολύ δύσκολες η εμπειρία ήταν πολύ ωραία, ειδικά αν σου αρέσουν τα Μαθηματικά! Συμβουλή: να σκέφτεστε καλά την κάθε ερώτηση.

## Ματιές στην επικαιρότητα

### Δυστυχήματα

Λίγο πιο έξω από τα Τρίκαλα υπήρχε το εργοστάσιο Βιολάντα. Τα ξημερώματα της Κυριακής 25/1/2026 στις 3.55 το εργοστάσιο ανατινάζεται. Την Τρίτη 27/1/2026 το πρωί βρέθηκε το 5<sup>ο</sup> πτώμα. Οι ανθρώπινες απώλειες είναι ελάχιστες γιατί οι περισσότεροι εργαζόμενοι ήταν έξω για διάλειμμα.

Την Τρίτη 27/1/2026 έγινε ένα



δυστύχημα σε κάποιους οπαδούς του ΠΑΟΚ που πήγαιναν για να δουν τον αγώνα Λυών-ΠΑΟΚ, οι οποίοι τράκαραν με ένα κόκκινο λεωφορείο. Το αποτέλεσμα της σύγκρουσης ήταν 7 νεκροί και 3 τραυματίες.

Το 2026 δεν μπήκε καλά με τόσες απώλειες. Μακάρι να μη συμβούν άλλα

### Απαγόρευση των σόσιαλ μίντια για παιδιά κάτω των 16 ετών για το 2027

Τα σόσιαλ μίντια για παιδιά κάτω των 16 ετών απαγορεύτηκαν και στην Ισπανία. Το ίδιο έχει κάνει και η Αυστραλία.




Υπάρχει η σκέψη να απαγορευτούν τα σόσιαλ μίντια και στην Ελλάδα, και να περάσει ο σχετικός νόμος από τη Βουλή. Πιστεύω ότι καλό θα ήταν να σταματήσουν τα σόσιαλ μίντια για τα παιδιά κάτω των 16 ετών, γιατί θεωρώ ότι είναι επικίνδυνα

## Οικολογία

### Η θάλασσα κινδυνεύει

Οι άνθρωποι δεν καταλαβαίνουν τι κίνδυνο έχει η θάλασσα. Κουτιά από μύτρες, σακούλες, χαρτομάντιλα,  κοκαλάκια, πετρέλαιο και χημικά επιπλέον στα νερά και δε βρίσκονται στα σκουπίδια. Όλα αυτά είναι φονικά για τα ζώα της θάλασσας. Πχ. οι θαλάσσιες χελώνες νομίζουν ότι οι σακούλες είναι μέδουσες και στην προσπάθειά τους να τις φάνε πνίγονται. Για αυτή την κατάσταση ευθύνονται οι άνθρωποι οι οποίοι ξεχνούν πράγματα στη θάλασσα και στις ακτές χωρίς να σκέφτονται τα προβλήματα που δημιουργούνται.

### Ρύπανση της ατμόσφαιρας

Ζούμε στον  πλανήτη Γη. Αν δούμε τον πλανήτη απ' το διάστημα, θα δούμε κάτι να περικλείει τη Γη. Αυτό είναι η ατμόσφαιρα, η οποία έχει πολλά προβλήματα. Τα προβλήματα αυτά εμφανίζονται τα τελευταία περίπου 100 χρόνια και ο λόγος είναι η ρύπανση. Η ρύπανση οφείλεται στους ανθρώπους καθώς όλα αυτά που ο άνθρωπος έχει εφεύρει (π.χ. μεταφορικά μέσα, εργοστάσια κλπ) μολύνουν την ατμόσφαιρα. Δε φτάνουν όλα αυτά τα προβλήματα, μα έγινε και μια μεγάλη τρύπα στην ατμόσφαιρα που κάνει το κλίμα πιο ζεστό. Υπάρχουν τρόποι βέβαιοι για να λυθεί αυτό το πρόβλημα (λιγότερη χρήση αυτοκινήτων, λιγότερη χρήση προϊόντων εργοστασίων).



## Συνέντευξη με μαθήτριες-εθελόντριες στον Μαραθώνιο της Αθήνας (συνέχεια από σελ. 1)

**Καλώς ορίσατε στον Όμιλό μας. Πώς ονομάζεστε;**

Στεφανία: Στεφανία

Δάφνη: Δάφνη.

**Τι κάνατε στον Μαραθώνιο; Πώς ακριβώς βοηθήσατε;**

Ήμασταν λίγο πριν τον τερματισμό και φροντίσαμε οι αθλητές και οι αθλήτριες να περάσουν σωστά στον τερματισμό και να μην τραυματιστούν. Κοιτάγαμε ακόμα αν ήθελε κάποιος περαστικός να περάσει ώστε να τον βοηθήσουμε στην κυκλοφορία.

**Ήταν κουραστικό;**

Βασικά έπρεπε να ξυπνήσουμε πολύ νωρίς το πρωί και ήμασταν εκεί αρκετές ώρες γιατί πριν τον Μαραθώνιο έγιναν άλλοι 2 αγώνες (τα 10χλμ, και ο αγώνας παιδιών) και εμείς έπρεπε να είμαστε εκεί. Ήταν αρκετά κουραστικό γιατί ήμασταν όρθιες όλη αυτή την ώρα.

**Πώς ήταν η εμπειρία;**

Ήταν πολύ ευχάριστη. Το 'χουμε κάνει 3 φορές συνολικά και σκεφτόμαστε να το ξανακάνουμε. Ήταν πολύ ωραία! Όλοι και όλες ήταν χαρούμενοι και χαρούμενες. Είναι μια ωραία εμπειρία!

**Σε ποιο μέρος της διαδρομής ήσασταν ακριβώς;**

Ήμασταν λίγο πριν τον τερματισμό, 700 μέτρα πριν το Καλλιμάρμαρο. Ωστόσο έχουμε ξανασυμμετάσχει στον Μαραθώνιο είτε βοηθώντας πριν τους αγώνες κρατώντας τις τσάντες των αθλητών και των αθλητριών είτε δίνοντας νερό στους αθλητές και τις αθλήτριες, κάπου στη μέση της διαδρομής. Ωστόσο το καλύτερο ήταν ο τερματισμός.

**Πόση ώρα καθίσατε;**

Από τις 7 το πρωί, μέχρι τις 2 το μεσημέρι, αν και παραμείναμε στον τερματισμό μέχρι τις 3 ή 4.

**Η βοήθειά σας ήταν σημαντική;**

Σίγουρα, γιατί έπρεπε οι αθλητές/τριες να αντέξουν. Βασικά δουλειά μας ήταν να προσέξουμε τους αθλητές, να βλέπουμε αν θέλουν βοήθεια, αν είναι κουρασμένοι.

**Ήταν πολύ συγκινητικό φαντάζομαι;**

Ναι, γιατί οι αθλητές είχαν τρέξει 40 χλμ, και από την κούραση κινδύνευαν να μην μπορούν να μπουν στον τερματισμό. Κάποιοι πέφταν κάτω, τα πόδια τους δε λειτουργούσαν και εμείς έπρεπε να τους βοηθήσουμε να αντέξουν λίγο περισσότερο για να τερματίσουν.

**Γιατί αποφασίσατε να πάτε στον Μαραθώνιο;**

Γιατί πιστεύουμε ότι είναι πολύ ωραίο να βοηθάμε τους ανθρώπους που έχουν δουλέψει τόσο σκληρά, καθώς για να πάρει κάποιος μέρος στον Μαραθώνιο πρέπει να έχει προετοιμαστεί πολύ καιρό πριν. Επίσης θεωρούσαμε πολύ σημαντικό να είμαστε εκεί για να χειροκροτούμε τους ανθρώπους που τερμάτιζαν. Τέλος είναι σημαντικό για το μέλλον μας να συμμετέχουμε σε τόσο μεγάλες διοργανώσεις εθελοντικά.

**Ξέρετε κάποιον που έτρεξε στον Μαραθώνιο;**

Εμένα έτρεξε ο θείος μου και τον περίμενα στον τερματισμό, κι αυτός ήταν ένας ακόμα λόγος που ήθελα να πάω. Στο παρελθόν είχε τρέξει και ο μπαμπάς μου και κάποιοι παλιοί μας προπονητές.

**Έχετε συμμετάσχει σε άλλες εθελοντικές δράσεις;**

Έχουμε συμμετάσχει σε κάποιες άλλες μικρές δράσεις όπως ημimαραθωνίου. Το σχολείο μας όμως έχει όμιλο εθελοντισμού όπου επισκέπτονται γηροκομεία ή μαζεύουν τρόφιμα ρούχα και βοηθούν ανθρώπους που έχουν ανάγκη.

**Πόσα χρόνια βοηθάτε σε εθελοντικές δράσεις;**

3 χρόνια.

**Ευχαριστούμε πολύ !**

## Ο όμιλος «Μικροί Δημοσιογράφοι» πηγαίνει στην ΕΣΗΕΑ



Την Τετάρτη 14/1/2026 ο όμιλος δημοσιογραφίας επισκέφτηκε την ΕΣΗΕΑ. Τι είναι όμως η ΕΣΗΕΑ; Η ΕΣΗΕΑ είναι η Ένωση Συντακτών Αθηναϊκών Εφημερίδων που δημιουργήθηκε το 1914. Η Ένωση δημιουργήθηκε με αφορμή το λυπητερό γεγονός του θανάτου ενός δημοσιογράφου. Επειδή εκείνα τα χρόνια οι περισσότεροι δημοσιογράφοι ζούσαν δύσκολα, οι φίλοι και οι συνάδελφοί του μάζεψαν χρήματα για την κηδεία του. Έτσι γεννήθηκε η ιδέα να

φτιαχτεί η Ένωση που θα βοηθούσε τους δημοσιογράφους όταν έχουν ανάγκη και θα προασπίζεται τα συμφέροντά τους. Ο Κονδυλάκης ήταν ο πρώτος πρόεδρος της ΕΣΗΕΑ ενώ μέλος της υπήρξε και ο ποιητής Κωστής Παλαμάς. Σημερινή διευθύντρια είναι η Μαρία Αντωνιάδου η οποία κατά τη διάρκεια της επίσκεψής μας βρήκε τον χρόνο να έρθει να μας χαιρετήσει.

Αρχικά εμείς στην ΕΣΗΕΑ θα παρακολουθούσαμε το

εκπαιδευτικό πρόγραμμα «Αυτούς τους ξέρεις;» Δημοσιογραφικές φωνές για την Παιδεία και την Εκπαίδευση. Όμως εκείνη την ώρα στην αίθουσα που θα γινόταν το πρόγραμμα η δημοσιογράφος Χριστίνα Βίδου, έπαιρνε συνέντευξη από τον Πάνο Σόμπολο, έναν πολύ έμπειρο, συνταξιούχο πλέον, δημοσιογράφο, αστυνομικού ρεπορτάζ. Οπότε το πρόγραμμα άλλαξε και είχαμε την ευκαιρία να ρωτήσουμε εμείς τον κ. Σόμπολο πολλές ερωτήσεις. Η πιο σημαντική ερώτηση που

του κάναμε ήταν για το ποια ήταν η μεγαλύτερη επιτυχία του. Εκείνος μας απάντησε για την οδό Λουίζης Ριανκούρ. Μας εξήγησε ότι είχε την πληροφορία από την αστυνομία ότι μια τρομοκρατική οργάνωση θα επιχειρούσε να σκοτώσει έναν δικαστή σε αυτή την οδό. Η αστυνομία πήγε στο μέρος, σώθηκε μεν ο δικαστής, αλλά δεν κατάφεραν να συλλάβουν τους τρομοκράτες.

Ήταν πολύ ενδιαφέρον που είχαμε την ευκαιρία να δούμε ζωντανά πώς γίνονται οι τηλεοπτικές συνεντεύξεις!





## Ταξιδιωτικές εντυπώσεις

### Εύβοια



Η Εύβοια είναι το δεύτερο μεγαλύτερο νησί της Ελλάδας. Η έκτασή της είναι 4.164 τ.χλμ. Η λέξη Εύβοια βγαίνει από τις λέξεις βους (που σημαίνει βόδι) και την αρχαία ελληνική λέξη ευ (που σημαίνει καλό). Άρα η σημασία της λέξης Εύβοια είναι καλό βόδι.

Η Εύβοια κατοικείται από πολύ παλιά. Μάλιστα στην περιοχή του Αλμυροποτάμου υπάρχουν φήμες ότι έχουν βρεθεί σκελετοί δεινοσαύρων. Το πιο γνωστό προϊόν της Εύβοιας είναι τα σύκα της Κύμης τα οποία πωλούνται αποξηραμένα. Άλλα προϊόντα είναι το λάδι, το σταφύλι, το κρασί, τα λαχανικά, τα πρόβατα, οι αγελάδες, και το ρετσίνι.

Το νησί είναι ορεινό και καταπράσινο. Ο πιο μεγάλος ποταμός της Εύβοιας είναι ο Λήλας, ο οποίος πηγάζει από την οροσειρά Δίρφου. Το τοπίο

έχει πολλά δέντρα, ποτάμια, βουνά και λίμνες. Το ψηλότερο βουνό της Εύβοιας είναι η Δίρφος και η μεγαλύτερη λίμνη είναι η λίμνη Δύστος. Η Εύβοια, όπως και η Λευκάδα, είναι τα μόνα νησιά της Ελλάδας που συνδέονται με τον κορμό της Ελλάδας με γέφυρα. Πρωτεύουσα της Εύβοιας είναι η Χαλκίδα.

### Το χωριό μου η Γκούρα



Το χωριό μου βρίσκεται στην Πελοπόννησο, στην Κόρινθο απέναντι από τον κάμπο του Φενεού, πάνω στο βουνό Ζήρια. Τον χειμώνα χιονίζει και κάνει περίπου 5 βαθμούς και πολύ συχνά 0 βαθμούς ή και κάτω από το μηδέν. Η πιο υψηλή θερμοκρασία τον χειμώνα στην Γκούρα είναι 7 βαθμοί.

Το καλοκαίρι όμως είναι υπέροχα. Έχει τέλειο καιρό και περνάμε υπέροχα. Με τους

φίλους μου πηγαίνουμε στον Κατσαούνι και αγοράζουμε ζελεδάκια ή παγωτό και πάμε στην πλατεία. Παίρνουμε τα ποδήλατα και κάνουμε βόλτες ή κατεβαίνουμε τις κατηφόρες χωρίς φρένα (πράγμα πολύ επικίνδυνο για παιδιά 9-11 ετών).

Ακόμη, περνάω τέλεια με τον φίλο μου τον Γιώργο που μένει στο χωριό. Μερικές φορές πηγαίνω στο ΜΠΟΥΚΟΥΝΙ το εστιατόριο του χωριού ή στο καφέ. Και τα δύο ανήκουν στον μπαμπά του Γιώργου.

Το χωριό έχει περίπου 200 σπίτια και κάπου 400 ανθρώπους. Το σπίτι μου είναι το τελευταίο κατοικημένο σπίτι στο πιο ψηλό σημείο του χωριού. Λίγο πιο κάτω είναι το Γυμνάσιο και το Λύκειο. Λίγο πιο δίπλα είναι το Κέντρο Υγείας. Το χωριό έχει ακόμα και φαρμακείο αλλά και οδοντιατρείο το οποίο ανήκει στη γιαγιά μου. Πιο κάτω βρίσκεται ο φούρνος, το αστυνομικό τμήμα, η πλατεία και το παντοπωλείο του παππού μου.

### Επίσκεψη στον ζωολογικό κήπο του Βερολίνου



Φέτος τον Νοέμβρη πήγα ταξίδι στο Βερολίνο και με ενθουσίασε πολύ ο ζωολογικός κήπος. Είχε πολλά είδη ζώων και πουλιών, όπως μαϊμούδες, πιγκουίνους, τίγρεις, γύπες, γεράκια κ.α. Με εντυπωσίασε ότι κάθε ζώο ήταν σαν να ζούσε στο φυσικό του περιβάλλον και είχαν και δικά τους σπίτια.

Μου άρεσαν πολύ τα θαλάσσια λιοντάρια, που μοιάζουν με φώκιες, αλλά έχουν μουστάκια γάτας. Ζούσαν σε μια τεράστια πισίνα όπου κολυμπούσαν και έκαναν μεγάλα άλματα σαν δελφίνια. Μου άρεσαν επίσης τα γιγάντια πάντα που έτρωγαν συνέχεια μπαμπού, οι γορίλλες που έπαιζαν μεταξύ τους, οι ρινόκεροι που είναι είδος υπο εξαφάνιση και οι πιγκουίνοι που έκαναν ωραία μακροβούτια. Είναι μια εμπειρία που θα πρότεινα σε κάθε παιδί για να δει από κοντά άγρια ζώα από όλο τον κόσμο.

### Ένας καταπληκτικός αγώνας μπάσκετ!

Ο αγώνας Ρεάλ- Εφές το 2024, που τον παρουσίαζε ο Θάνος Σολούκας ήταν ένας καταπληκτικός αγώνας. Το μεγάλο ντέρμπι κράτησε 3 ώρες και 4 λεπτά πράγμα που το κάνει ΤΕΡΑΣΤΙΟ αγώνα (με 4 παρατάσεις και πολλές ανατροπές στο σκορ). Ο Μούσα της Ρεάλ έβαλε 40 πόντους και ήταν ο MVP του αγώνα. Από αυτό τον αγώνα έχει μείνει σε

## Αθλητισμός

όλους η περιγραφή του Θάνου Σολούκας που έβγαζε ψευδώνυμα στους παίκτες. Το πιο πετυχημένο ψευδώνυμο ήταν το Insane Larkin γιατί ήταν ο MVP της Εφές. Το όνομα αυτό του δόθηκε γιατί έβαλε πολλά τρίποντα). Για την ιστορία η Ρεάλ κέρδισε 130-126.



### Ronaldo

Ο Ronaldo είναι ο καλύτερος ποδοσφαιριστής για πολλούς. Έχει παίξει στη Ρεάλ Μαδρίτης, τη Γιουβέντους, τη Μάντσεστερ Γιουνάιτεντ τη Σπόρτινγκ Λισαβόνας και τώρα παίζει στην Al Nasar. Είναι 41 χρονών και είναι ο πιο επιτυχημένος παίκτης στον κόσμο. Μεγάλωσε στην Πορτογαλία. Πρόσφατα κατάφερε να σκοράρει με ανάποδο ψαλίδι.





## Μουσική

**Blackpink, τα χρυσά κορίτσια της K-pop**



Ξέρετε πολλά πράγματα για τις BlackPink; Διπλασιάστε τις γνώσεις σας. Jennie, Jisoo, Lisa, Rosé. Η Jennie η ράπερ, η Jisoo τα visual, η Lisa η χορεύτρια, και η Rosé, η πρώτη φωνή ένας τέλειος συνδυασμός. Το πρώτο τους τραγούδι ήταν το Whistle, αλλά ένα από τα πιο δημοφιλή τους τραγούδι είναι το JUMP που κυκλοφόρησε στα τέλη του 2025.

Οι BLACKPINK φτιάχτηκαν στις 12 Αυγούστου του 2016. Η Jennie γεννήθηκε το 1996, η Jisoo το 1995, η Lisa το 1997 όπως και η Rosé. Με την καλύτερη μου φίλη πιστεύουμε ότι είμαστε οι μεγαλύτερες φαν των BLACKPINK στο σχολείο του αστείου. Και οι δυο μας ακούμε τη μουσική τους από την πρώτη μέρα που κυκλοφόρησε.

### Η ιστορία των Katseye



Οι Katseye είναι ένα ποπ συγκρότημα με όχι μεγάλη ιστορία. Ήταν το έτος 2022 όταν η εταιρεία Dream Academy είχε διαλέξει 30 κορίτσια για να διαγωνιστούν για το συγκρότημα το οποίο θα αποτελούνταν από 6 μέλη. Ο διαγωνισμός έγινε στο L.A. το 2023. Μάλιστα ένα κορίτσι από τα πρώτα που επιλέχθηκαν έφυγε. Τα κορίτσια δούλευαν πολύ σκληρά στον χορό και στο τραγούδι. Χόρευαν και τραγουδούσαν κομμάτια άλλων μουσικών όπως π.χ. Lesserafim, BTS κ.α. Τα κορίτσια που επιλέχθηκαν τελικά ήταν η Sophia, η Yoonchae, η Daniela, η Megan, η Manon και η Lara. Το συγκρότημα έχει πλέον πολλά τραγούδια. Τα πιο διάσημα από αυτά είναι: Touch, Debut, Gabriela, Mg nag, Internet girl, Gnarly, I'm pretty, Tonight I might, Flame, Time Lapse, Game Boy κ.α.

## Τηλεόραση

**Κωνσταντίνου και Ελένης**



Το «Κωνσταντίνου και Ελένης» είναι μια αρκετά παλιά κωμική σειρά. Η ηλικία της είναι περίπου 33 ετών. Σε αυτή τη σειρά πρωταγωνιστούν η Ελένη Ράντου και ο Χάρης Ρώμας. Υπάρχουν περίπου 100 επεισόδια. Η υπόθεση είναι η εξής: Ένα σπίτι στον Δήμο Αμαρουσία το κληρονομούν δύο τελείως διαφορετικοί άνθρωποι: ο Κωνσταντίνος Κατακουζηνός (Χάρης Ρώμας και η Ελένη Βλαχάκη (Ελένη Ράντου). Ο Κωνσταντίνος είναι καθηγητής βυζαντινολογίας και η Ελένη σεβιτιόρα σε ένα μπαρ. Και οι δύο πιστεύουν ότι το σπίτι τους ανήκει αποκλειστικά καθώς υπάρχουν δύο διαφορετικές διαθήκες. Έτσι λοιπόν τσακώνονται συχνά, μερικές φορές έρχεται μέχρι και η αστυνομία. Τα αστεία της σειράς είναι πολύ επιτυχημένα και αυτός είναι ο λόγος που την προτιμώ.

### Έχω παιδιά

Το «Έχω παιδιά» είναι μια πολύ αστεία σειρά του mega το οποίο ξεκίνησε το 2024. Το θέμα της σειράς είναι 2 γονείς με τα 2 παιδιά τους τα οποία κάνουν συνέχεια τρέλες. Οι 2 γονείς που τους λένε Σάρα και Μιχάλης πρωταγωνιστούν προσπαθώντας να μάθουν πράγματα στα παιδιά τους, που ονομάζονται Τάσος και Χαρά. Ο φίλος του Μιχάλη ο Σταύρος είναι λίγο τρελός και συνέχεια θέλει να κάνει πράγματα μαζί με τον Μιχάλη, ενώ έχει και έναν γάτο τον Πεπίτο. Η Σάρα έχει μια φίλη τη Στέλλα η οποία βασικά είναι τόσο περιεργή που δεν μπορώ να την περιγράψω. Στη σειρά εμφανίζεται και η αδερφή της Σάρας, η Ιωάννα, η οποία είναι παντρεμένη με τον Έκτορα. Είναι πλούσιοι και όχι πολύ υπεύθυνοι γιατί το παιδί τους τον Μαξιμιλιανό τον είχαν αφήσει αρκετό καιρό μόνο του. Η μαμά

της Σάρας και της Ιωάννας συνέχεια συγκρίνει τη Σάρα με την Ιωάννα και θεωρεί ότι η Σάρα τα κάνει όλα λάθος. Άλλος χαρακτήρας είναι ο κυρ Στέλιος, ο οποίος είχε ζήσει κατά τη διάρκεια του πολέμου και θέλει να μάθει τα παιδιά τις μεθόδους του τότε. Η Σάρα δουλεύει σε μια εταιρεία με μπύρες που την έχουν ο Στεφ και η Σόφη. Ο Στεφ και η Σόφη δε νοιάζονται για το κόστος και συχνά συμπεριφέρονται σαν παιδιά. Τέλος το αφεντικό του Μιχάλη είναι ο Τόνι, ο οποίος έχει μια εταιρεία δημοσιογραφίας. Του Τόνι του αρέσει το ποδόσφαιρο, αλλά τα άρθρα που γράφει ο Μιχάλης δεν του αρέσουν. Θέλει ο Μιχάλης να γράφει άρθρα που δεν έχουν νόημα όπως π.χ. τι έγινε όταν έβαλε κέτσαπ στο κεφάλι του. Τέτοια αστεία είναι που κάνουν τη σειρά επιτυχημένη και διασκεδαστική.



## Γαστρονομία

Σας αρέσει το ιαπωνικό φαγητό; Μπορείτε να πάτε στο Hokyo Japan Eats, το οποίο βρίσκεται στην οδό Φανερωμένης 8 στον Χολαργό. Σας προτείνω να πάρετε τηγανητή γαρίδα tempura και τα dragon rolls τα οποία περιέχουν χέλι. Καλύτερα είναι να συνοδεύετε το φαγητό σας με κάποιο είδος αναψυκτικού αντί για νερό. Το εστιατόριο αυτό είναι πάρα πολύ φθινό και σας προτείνω να το δοκιμάσετε γιατί είναι εξαιρετική η ποιότητα του φαγητού.



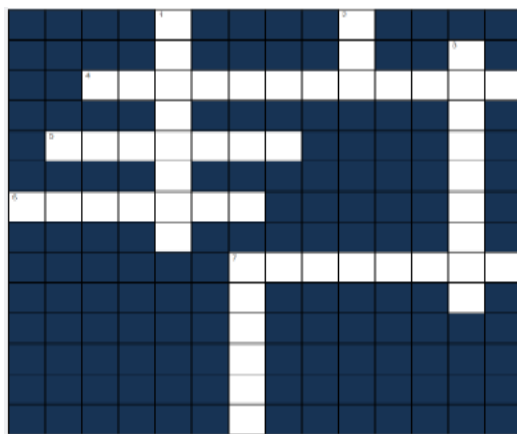


<p>Ο μπαμπάς του Τακη είναι διάσημος ποδοσφαιριστής. Μια μέρα που ετοιμαζόταν να φύγει για αγώνα:</p>	<p>Πρώτα δοκίμασε το χαντμπολ. Αλλά δεν το καταλάβαινε.</p>	<p>Μετά δοκίμασε το βόλεϊ αλλά δεν μπορούσε να κάνει σερβίς.</p>	<p>Ύστερα δοκίμασε τον στίβο. Αλλά ... κουραζόταν εύκολα.</p>
<p>Κατόπιν, δοκίμασε το άλημα επί κοντώ, αλλά ... φοβόταν τα ύψη.</p>	<p>Στη συνέχεια, δοκίμασε το ποδόσφαιρο! Όμως όταν σούταρε η μπάλα έβρισκε πάντα δοκάρι!</p>	<p>Τέλος, δοκίμασε το μπάσκετ! Αυτό ήταν το άθλημά του! Πήρε και κύπελλο!</p>	<p>Και όταν μεγάλωσε... πήρε και το Euroleague!</p>

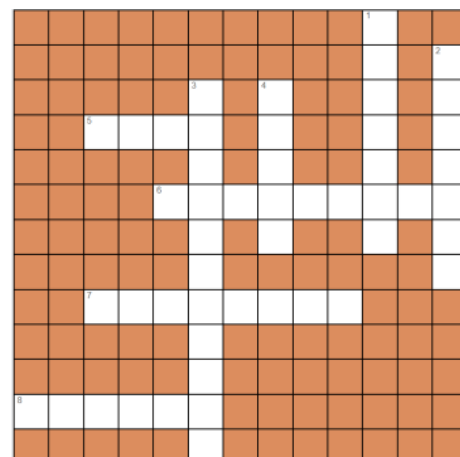
**Βρείτε τα ζώα της θάλασσας που κρύβονται στο κρυπτόλεξο.**

Ι Π Π Ο Κ Α Μ Π Ο Σ  
 Β Ω Ο Σ Μ Ε Ρ Ν Α Ζ  
 Β Χ Ε Λ Ι Ω Ρ Κ Α Ν  
 Κ Ε Φ Α Λ Ο Σ Σ Υ Σ  
 Ο Μ Ο Υ Ρ Μ Ο Υ Ρ Α  
 Ν Δ Ρ Α Κ Α Ι Ν Α Λ  
 Υ Δ Π Α Λ Α Μ Ι Δ Α  
 Σ Κ Ο Υ Μ Π Ρ Ι Ζ Χ  
 Σ Κ Ο Ρ Π Ι Ν Α Γ Ι  
 Κ Α Ρ Χ Α Ρ Ι Α Σ Ω

<p>Οι γονείς μου είναι όταν μεγαλώσω</p>
<p>να γίνω ελεύθερο φάρι ...</p>
<p>Το μόνο πρόβλημα είναι ...</p>
<p>Πώς να είμαι ...</p>



- |   |  |
|---|--|
| <b>Οριζόντια</b>  | <b>Κάθετα</b>  |
| 4 Ο καλύτερος παίκτης του ΠΑΟΚ (12)                       | 1 Έβαλε το πρώτο γκολ στον αγώνα Ολυμπιακού εναντίον της Leverkusen. (8) |
| 5 Σε ποια ομάδα έπαιξε ο Κουντέ πριν την Μπαρτσελόνα; (7) | 2 Ποιος είναι ο βασικός μέσος του Ολυμπιακού; (3)                        |
| 6 Έχει παίξει στη Ρεάλ και τώρα στην ΑΕΚ (7)              | 3 Ποιος είναι ο GOAT της MAN UNITED (9)                                  |
| 7 Ποιος τερματοφύλακας έβαλε γκολ στη Ρεάλ; (8)           | 7 Σε ποια ομάδα έπαιξε ο Κουρτουά πριν από την Ρεάλ; (6)                 |



- |  |   |
|--|---|
| <b>Οριζόντια</b>   | <b>Κάθετα</b>   |
| 5 Το 1867 γεννήθηκε η (4)                                  | 1 Ποια τμήν οργάνωσε το ροφήμα στο χριστουγεννιάτικο μπαζό. (7) |
| 6 Αυτό το άθλημα μας ανέβασε στο βουνό της Παρθενίας. (9)  | 2 Το άθλημα που τελικά παύθηκε στον Έσκι. (7)                   |
| 7 Το πρώτο τραγούδι των kasabye (8)                        | 3 Σε αυτήν την οδό είναι το εστιατόριο Hako Japanese (11)       |
| 8 Μια από τις πόλεις που πήρε μέρος στη δράση "ΦΑΝΟΧΑ" (8) | 4 Έτσι λέγεται η συνδυαστική έκθεση δημοσιογραφίας. (5)         |

Συντακτική ομάδα: Όμιλος Δημοσιογραφίας 2025-26  
 Υπεύθυνη εκπαιδευτικός: Ξυνογαλά Αναστασία  
 Δ τάξη: Θάνος Κρητικός, Κίραν Μακ Μάχον Ζορμπάς, Άλκης Νικήτας, Μαρία Πανοπούλου, Κωνσταντίνος Παπαχρήστος, Ηλέκτρα Σταθοπούλου,  
 Ε τάξη: Μαρία Ηλιάννα Γεωργούλια, Αναστασία Κουννά,  
 Στ τάξη: Πάρις Αθανασίου, Νικόλας Φατούρος