

Τα πρωτάκια αρθρογραφούν.....

Εφημερίδα Οικιακής Οικονομίας της Α' τάξης του 5ου Γυμνασίου Παλαιού Φαλήρου

Τρίμηνη έκδοση: Σεπτέμβριος.– Νοέμβριος, 2018 / Τεύχος 1 / δωρεάν διάθεση

Περιεχόμενα τεύχους:

Η υπερβολική έκθεση στις οθόνες	1
Επικοινωνία	1
Οι διαφημίσεις μας επηρεάζουν;	2
Λαϊκό Παραμύθι Ο Γέρος και τα Τρία Αδέλφια	2

Η υπερβολική έκθεση στις οθόνες

Αναρωτηθήκατε ποτέ τι επιπτώσεις μπορεί να έχει η υπερβολική έκθεση στις οθόνες;

Στη σημερινή εποχή όμως έχουν γίνει μέρος της καθημερινότητάς μας.

Με την υπερβολική έκθεση στις οθόνες διαταράσσεται το εσωτερικό «ρολόι» του οργανισμού καθώς και το σύστημα ανταμοιβής, το άτομο δεν μπορεί να νιώσει ικανοποιημένο και χαρούμενο εύκολα. Αυτοί που περνούν πολλές ώρες μπροστά σε οθόνες έχουν αδυναμία συγκέντρωσης, διαταραχές της μνήμης, της ακοής και της όρασης. Η πολύωρη παρακολούθηση των προγραμμάτων στις οθόνες κάνει τα άτομα παθητικούς δέκτες και τους προκαλεί κατάθλιψη και στρες.



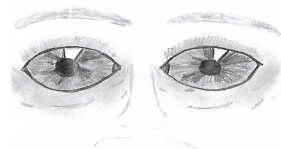
Μυτικίδης Γιάννης

Ειδικά τα παιδιά, έχει βρεθεί από μελέτες ότι μαθαίνουν περισσότερα πράγματα όταν δρουν ομαδικά και δεν εκτίθενται σε οθόνες.

Εδώ θα πούμε και τον κανόνα 3-6-9-12, που προβλέπει μέχρι τα 3 δεν πρέπει να βλέπει ένα παιδί τηλεόραση, μέχρι τα 6 δεν πρέπει να παίζει βιντεοπαιχνίδια, μέχρι τα 9 να μην έχει πρόσβαση στο διαδίκτυο και στα 12 δεν πρέπει να έχει πρόσβαση σε κοινωνικά δίκτυα.

Παρ' όλα αυτά κάποιες ώρες μπροστά από μία οθόνη μπορούν να φανούν χρήσιμες και να βρούμε πληροφορίες ιδιαίτερα ωφέλιμες.

Γενικά δεν πρέπει να παρακολουθούμε προγράμματα στις οθόνες πάνω από 2 ώρες την ημέρα!



Παπαγγελή Χριστίνα

Οπότε την επόμενη φορά που θα καταλάβετε ότι χρησιμοποιείτε μια ηλεκτρονική συσκευή για περισσότερη ώρα ξανασκεφτείτε τις συνέπειες και προσπαθήστε να βρείτε μια πιο..... δημιουργική απασχόληση.

Τμήμα Α3 συντάκτες:

Α. Νακκάς, Ε. Μαυριδάκη, Ε. Ξανθούλη, Σ. Λαμπροπούλου, Ε. Παπαδάκη, Κ. Μπογοσιάν και Τζ. Μπουσαιϊ



Μιχαηλίδης Φίλιππος

Επικοινωνία

Για να υπάρχει επικοινωνία μεταξύ των ανθρώπων θα πρέπει ο ένας να σεβεται τον άλλο και να ακούει ο ομιλητής τον συνομιλητή του. Φυσικά χωρίς να μεσολαβεί ο καυγάς!

Ένα άλλο βασικό κριτήριο της επικοινωνίας είναι

η ελευθερία έκφρασης όπως και η ειλικρίνεια. Αν έχει δημιουργηθεί μια παρεξήγηση θα πρέπει να είμαστε διαθεσιμείς να την λύσουμε με ειρηνικό τρόπο. Πρέπει να είμαστε καλοπροαίρετοι.

Η σαφήνεια και ο σεβασμός της προσωπικότητας του άλλου αποτελεί ένα σημαντικό κομμάτι της επικοινωνίας.

Τμήμα Α2 συντάκτες :

Ε. Κλέντου

Χριστουγεννιάτικο Bazaar στο σχολείο μας

Ανοιχτό από 18-20 /12/ 2018

ΚΛΗΡΩΣΗ ΔΙΗΜΕΡΩΝ ΕΚΔΡΟΜΩΝ.

Κληρώνουμε τρεις διήμερες εκδρομές, για δύο άτομα σε Ιωάννινα, Πόρτο Χέλι και Καρπενήσι.

Λαχνοί υπάρχουν στο τραπέζι του Bazaar και στη διεύθυνση του σχολείου.

Τα έσοδα θα διατεθούν για την πενήμη εκδρομή της ομάδας παραδοσιακών χορών του σχολείου μας στο Άμστερνταμ.

Ευχαριστούμε για τη συμμετοχή σας. Πολλές ευχαριστίες και ευχές!!!

Από τη Διεύθυνση του 5ου Γυμνασίου Π. Φαλήρου.

Οι διαφημίσεις μας επηρεάζουν;

Οι διαφημίσεις πλέον αποτελούν ένα κομμάτι της καθημερινής μας ζωής. Ακούμε διαφημίσεις στο ραδιόφωνο και παρακολουθούμε διαφημίσεις στην τηλεόραση και στο διαδίκτυο. Όλες αυτές οι διαφημίσεις προσπαθούν να μας κάνουν να αγοράσουμε το προϊόν που διαφημίζεται με πολλούς τρόπους που συχνά υποτιμούν την νοημοσύνη μας. Βάζοντας στο τηλεοπτικό σποτ χαρούμενη και ζωντανή μουσική προσπαθούν να μας πείσουν ότι το προϊόν είναι αξιόλογο. Τα πολλά χρώματα όπως και η ομοιοκαταληξία μας οδηγούν στο να αγοράσουμε καθένα από τα προϊόντα που διαφημίζονται χωρίς να ελέγχουμε την αξιοπιστία τους!

Τμήμα Α2 συντάκτης : Ε. Κλέντου

Παραμύθι

Ο γέρος και τα τρία αδέρφια



Μια φορά και έναν καιρό ήταν τρία αδέρφια που ζούσαν σε ένα μικρό χωριό . Μια μέρα ξεκίνησαν να πάνε στην πόλη για να βρουν δουλειά. Η πόλη ήταν αρκετά μακριά και είχαν κάνει αρκετό δρόμο και πεινούσαν, ήξεραν πως εκεί κοντά υπήρχε μια πηγή έτσι όταν έφτασαν εκεί, κάθισαν να φάνε.

Ξαφνικά εμφανίζεται ένας γέρος κουρασμένος από τα χρόνια και τους είπε πως θα τους εκπλήρωνε όποια ευχή ήθελαν υπό έναν όρο, όταν έβρισκαν ένα φτωχό θα του χάριζαν από όλα τα καλά που θα του εύχονταν.

Πρώτος ξεκίνησε ο μεγαλύτερος αδελφός και ευχήθηκε να αποκτήσει πολλά πρόβατα ώστε να έχει γάλα, τυρί και κρέας για να το πουλάει. Ο γέρος τον ρώτησε: Θα τηρήσεις τον όρο; Ο μεγαλύτερος αδελφός του απάντησε: Ναι! Τότε ο γέρος του εκπλήρωσε την ευχή και ξάφνου ένα χωράφι που βρισκόταν απέναντί τους γέμισε με πρόβατα, ένα σφαγείο και ένα τυροκομείο.

Ο δεύτερος αδελφός ζήτησε έναν μεγάλο ελαιώνα για να κάνει λάδι, ο γέρος έκανε την ίδια ερώτηση που είχε κάνει στον μεγαλύτερο αδελφό και του απάντησε ναι . Εκείνη την στιγμή το χωράφι που ήταν πίσω τους γέμισε ελιές και ένα ελαιοτριβείο.

Ο μικρότερος αδελφός εντυπωσιασμένος με όσα είχαν δει τα μάτια του, ζήτησε η πηγή που υπήρχε πιο κάτω αντί για νερό να τρέχει μέλι. Ο γέρος παραξενεύτηκε γιατί η ευχή αυτή ήταν πολύ απλή σε σχέση με τις άλλες ευχές που είχαν κάνει τα αδέρφια του αλλά την εκπλήρωσε με χαρά αφού πρώτα τον ρώτησε αν θα τηρήσει τον όρο και του απάντησε ναι.

Αφού πέρασε αρκετός καιρός ο μικρότερος αδελφός θέλησε να επισκεφτεί τα αδέρφια του. Όταν έφτασε στο σημείο που ήταν ο ελαιώνας του μεγάλου αδελφού βρήκε απλά το χωράφι. Προχώρησε να βρει και τα πρόβατα του μεσαίου αδελφού μα πουθενά και αυτά. Απορημένος κοίταξε γύρω του και τότε εμφανίστηκε ο γέρος, ο οποίος του εξήγησε πως αναγκάστηκε να πάρει πίσω τις ευχές των αδελφών του γιατί δεν τηρήσαν τις υποσχέσεις τους.

Και έζησαν αυτοί καλά και εμείς καλύτερα.....

Τμήμα Α4 συντάκτης : Δ. Σίμος,

Ένα παραμύθι από την γιαγιά Ρία