



ΔΗΜΟΣ ΛΑΡΙΣΑΙΩΝ  
MUNICIPALITY OF LARISSA



ΑΙΣΘΗΤΙΚΟ  
ΑΛΣΟΣ

12-13  
ΜΑΪΟΥ 2018

ΔΙΑΤΡΟΦΗ  
ΚΑΙ  
ΥΓΕΙΑ

ΣΑΒΒΑΤΟ 12 ΜΑΪΟΥ 18:30 - 21:30  
ΒΡΑΔΙΑ ΤΟΠΙΚΗΣ ΓΑΣΤΡΟΝΟΜΙΑΣ

ΚΥΡΙΑΚΗ 13 ΜΑΪΟΥ 11:30 - 13:30  
ΗΜΕΡΑ ΟΙΝΟΓΝΩΣΙΑΣ

**ΟΜΑΔΕΣ ΣΠΟΡΩΝ**

Ενεργοί Πολίτες Λάρισας  
Πελίτι Λάρισας  
Θεσσαλοί Μπαζεβάνοι  
Ομάδα Τσαορισάνης  
Σπορτίτες Κίλελέρ  
Ιερά Μονή Τ.Π Ανατολής Αγιάς  
Αυλή Αθήνας  
Αιγίλοπας Μαγνησίας

**ΧΑΤΖΗΓΙΑΝΝΕΙΟ**

ΤΕΤΑΡΤΗ 9 ΜΑΪΟΥ 18:30 - 21:30

**Η ΜΕΡΙΑ ΔΙΑΤΡΟΦΗ ΚΑΙ ΥΓΕΙΑ**

3<sup>η</sup>  
ΟΙΚΟΓΙΟΡΤΗ  
ΛΑΡΙΣΑΣ

# ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ 3<sup>ης</sup> ΟΙΚΟΓΙΟΡΤΗΣ

ΣΑΒΒΑΤΟ 12 ΜΑΪΟΥ 2018

## ΧΩΡΟΣ

## ΔΡΑΣΕΙΣ ΓΙΑ ΠΑΙΔΙΑ ΚΑΙ ΕΝΗΛΙΚΕΣ

Υπεύθυνη λειτουργίας των εργαστηρίων: Καλούδη Εύη

A	10π.μ. - 2μ.μ.	Παραγωγή Παγωμένου Ροφήματος (smoothie)» OPEN MELLON ηλικίες 6-12 ετών
A	10π.μ. - 2μ.μ.	«Βαρελοδρομίες» OPEN MELLON Γυμνάσιο-Λύκειο
A	10π.μ. - 2μ.μ.	OPEN MELLON Smartbox: «Σαπωνοποίηση» άνω των 12 ετών και ενήλικες. Οι μετέχοντες θα παρασκευάσουν δικό τους σαπούνι με απλά υλικά. Διάρκεια 50'
A	10π.μ. - 2μ.μ.	OPEN MELLON Smartbox: « Ακρίβεια μετρήσεων – υπολογισμός πυκνότητας σωμάτων » ηλικίες 10-14 ετών Διάρκεια 40'
A	11π.μ. - 1μ.μ.	ΣΧΟΛΗ ΚΑΡΑΒΑΝΑ: «Τα βότανα και τα αρωματικά φυτά στη διατροφή μας» Παιχνίδια μνήμης και παρατηρητικότητας , παρασκευή δροσερού ροφήματος από βότανα
A	10π.μ. - 2μ.μ.	ΔΡΥΑΣ: « Των δέντρων οι καρποί είναι της υγείας μας φρουροί» βιωματικό εργαστήριο σχετικό με την αξία των καρπών των δέντρων στη διατροφή - κατασκευές
A	10π.μ. - 2μ.μ.	Λέσχης Πολιτισμού Δ. Λαρισαίων- Τα όσπρια ως ψηφίδες στην τέχνη
A	10π.μ. - 2μ.μ.	ΚΠΕ Κισσάβου - Ελασσόνας : «Το οικολογικό αποτύπωμα των τροφών μας
A	10π.μ. - 2μ.μ.	ΚΠΕ Μουζακίου – «Νόστιμα και υγιεινά παρασκευάσματα για δεκατιανό στο σχολείο»
A	11π.μ. - 1μ.μ.	Δημοτικό Αστεροσκοπείο Λάρισας: Παρατήρηση του ήλιου
A	11π.μ.- 1μμ	Σώμα Ελληνικού Οδηγισμού: Βιωματικό παιχνίδι για παιδιά Δημοτικού, «Διατροφή»
B	10π.μ. - 2μ.μ.	Λειτουργία ανταλλακτικής δεντροβιβλιοθήκης για ενήλικες από τους Ενεργούς Πολίτες Λάρισας
B	11π.μ.	ΚΟΛΩΝΑΣ ΒΑΓΓΕΛΗΣ : Αφήγηση παραμυθιού σχετικό με το περιβάλλον
B	10π.μ. - 2μ.μ.	«Διαβάζω όπως μαζεύω τα φρούτα από ένα δέντρο!!» Δενδροβιβλιοθήκη για παιδιά – Ενεργοί Πολίτες Λάρισας
B- ΧΩΡΟΣ ΚΑΛΛΙΕΡΓΕΙΑΣ	10π.μ. - 2μ.μ.	Φύτευση αρωματικών φυτών και βοτάνων στον χώρο καλλιέργειας παραδοσιακών φυτών από τους Ενεργούς Πολίτες Λάρισας – Κατασκευή γλάστρας με πλαστικά μπουκάλια
B	11π.μ. - 1μ.μ.	Επιδαπέδιο σκάκι : Αθλητική σκακιστική ακαδημία Λάρισας
B	10π.μ. - 2μ.μ.	Πρόγραμμα προαγωγής αυτοβοήθειας : «Παιχνίδια του κόσμου» ξύλινα χειροποίητα παιχνίδια για όλους
ΧΩΡΟΣ ΑΜΦΙΘΕΑΤΡΟΥ	10π.μ. - 12μ.μ.	«Αμφιθέατρο-τριδιάστατο φιδάκι», με ζωντανά πόνια! Όταν το παιχνίδι πηγαίνει από τη σκηνή στις κερκίδες! Για να μαθαίνουν οι μικρότεροι και να θυμούνται οι μεγαλύτεροι... Ενεργοί Πολίτες Λάρισας
ΧΩΡΟΣ ΑΜΦΙΘΕΑΤΡΟΥ	12- 2μ.μ.	Θέατρο forum με θέμα την υγιεινή διατροφή – Jean Pierre Besnard – Χρύσα Βελησοπούλου

## ΔΩΡΕΑΝ ΔΙΑΘΕΣΗ ΦΥΤΩΝ ΑΠΟ ΤΗΝ ΥΠΗΡΕΣΙΑ ΠΡΑΣΙΝΟΥ ΤΟΥ ΔΗΜΟΥ ΛΑΡΙΣΑΙΩΝ

Περίπτερο Δήμου  
Λαρισαίων 10π.μ. – 12μ.μ. Διάθεση αρωματικών φυτών και βοτάνων

### ΟΜΙΛΙΕΣ – ΠΡΟΒΟΛΗ ΤΑΙΝΙΩΝ

Υπεύθυνος λειτουργίας χώρου εισηγήσεων : Νταλώσης Γιάννης

Γ 12:30μ.μ. – 2μ.μ.

### ΑΝΤΑΛΛΑΓΗ ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΩΝ ΣΠΟΡΩΝ ΚΑΙ ΦΥΤΩΝ

Δ 10πμ – 2μμ 8 ομάδες διάσωσης παραδοσιακών σπόρων προσφέρουν σπόρους και φυτά ανταλλάσσοντάς τα με τρόφιμα μακράς διάρκειας. Τα τρόφιμα θα δοθούν σε οικονομικά αδύναμες οικογένειες Προμήθεια κουπονιών από τη γραμματεία.

Ε 10 π.μ – 10μ.μ **ΑΓΟΡΑ** -Λειτουργία αγοράς οικοτεχνίας – χειροτεχνίας

**➔ ΒΡΑΔΙΑ ΤΟΠΙΚΗΣ ΓΑΣΤΡΟΝΟΜΙΑΣ ➔**  
**18:30-21:30**

## ΚΥΡΙΑΚΗ 13 ΜΑΪΟΥ 2018

### ΧΩΡΟΣ ΔΡΑΣΕΙΣ ΓΙΑ ΠΑΙΔΙΑ και ΕΝΗΛΙΚΕΣ

Υπεύθυνη λειτουργίας των εργαστηρίων: Καλούδη Εύη

Α 10π.μ. - 2μ.μ. Λέσχες Πολιτισμού Δ. Λαρισαίων- Τα όσπρια ως ψηφίδες στην τέχνη

Α 10π.μ. – 2μ.μ. Α HOUSE OF ENGLISH Βιωματικό Εργαστήρι για παιδιά 4-12 ετών με θέμα I can eat the rainbow (Μπορώ να φάω το ουράνιο τόξο)  
Με βιωματικές δράσεις σε Ελληνικά και Αγγλικά τα παιδιά μαθαίνουν την αξία της υγιεινής διατροφής.

Α 10π.μ. – 2μ.μ. ΚΠΕ Κισσάβου - Ελασσόνας : «Το οικολογικό αποτύπωμα των τροφών μας

Α 10π.μ. – 2μ.μ. Παραγωγή μπάρας δημητριακών -OPEN MELLON ηλικίες 6-12 ετών

Α 10π.μ. – 2μ.μ. «Αμπελογραφικός χάρτης της Ελλάδας» OPEN MELLON Γυμνάσιο-Λύκειο

Α 10π.μ. – 2μ.μ. OPEN MELLON Smartbox: «Σαπωνοποίηση» άνω των 12 ετών και ενήλικες. Οι μετέχοντες θα παρασκευάσουν δικό τους σαπούνι με απλά υλικά. Διάρκεια 50'

Α 10π.μ. – 2μ.μ. OPEN MELLON Smartbox: « Ακρίβεια μετρήσεων – υπολογισμός πυκνότητας σωμάτων » ηλικίες 10-14 ετών Διάρκεια 40'

Β 10π.μ. – 2μ.μ. «Διαβάζω όπως μαζεύω τα φρούτα από ένα δέντρο!!» Δενδροβιβλιοθήκη για παιδιά – Ενεργοί Πολίτες Λάρισας

Β 11π.μ. Αφήγηση παραμυθιού – Κρύστα Μακατού Λαϊκό παραμύθι από την προφορική παράδοση της Αφρικής για ένα δέντρο που στην καρδιά του έκρυβε θησαυρούς.

Β 10π.μ. – 2μ.μ. Λειτουργία ανταλλακτικής δεντροβιβλιοθήκης για ενήλικες από τους Ενεργούς Πολίτες Λάρισας

5μ.μ. Λέσχη Ανάγνωσης

B- ΧΩΡΟΣ ΚΑΛΛΙΕΡΓΕΙΑΣ	10π.μ. – 2μ.μ	Φύτευση αρωματικών φυτών και βοτάνων στον χώρο καλλιέργειας παραδοσιακών φυτών από τους Ενεργούς Πολίτες Λάρισας – Κατασκευή γλάστρας με πλαστικά μπουκάλια
B	10π.μ. – 2μ.μ.	Πρόγραμμα προαγωγής αυτοβοήθειας : «Παιχνίδια του κόσμου» ξύλινα χειροποίητα παιχνίδια για όλους «Αμφιθέατρο-τρισδιάστατο φιδάκι», με ζωντανά πόνια! Όταν το παιχνίδι πηγαίνει από τη σκηνή στις κερκίδες! Για να μαθαίνουν οι μικρότεροι και να θυμούνται οι μεγαλύτεροι... Ενεργοί Πολίτες Λάρισας
ΧΩΡΟΣ ΑΜΦΙΘΕΑΤΡΟΥ	10π.μ – 12μ.μ.	Όταν το παιχνίδι πηγαίνει από τη σκηνή στις κερκίδες! Για να μαθαίνουν οι μικρότεροι και να θυμούνται οι μεγαλύτεροι... Ενεργοί Πολίτες Λάρισας
ΧΩΡΟΣ ΑΜΦΙΘΕΑΤΡΟΥ	12-2μ.μ.	Θέατρο forum με θέμα την υγιεινή διατροφή – Jean Pierre Besnard – Χρύσα Βελησσαρίου
<b>➔ ΗΜΕΡΑ ΟΙΝΟΓΝΩΣΙΑΣ ➔</b>		
<b>11:30-13:30</b>		
<b>ΠΡΟΒΟΛΗ ΤΑΙΝΙΩΝ</b>		
Υπεύθυνος λειτουργίας χώρου Νταλώσης Γιάννης		
<b>ΑΓΟΡΑ ΟΙΚΟΤΕΧΝΙΑΣ-ΧΕΙΡΟΤΕΧΝΙΑΣ 10: 00 – 22:00</b>		
<b>ΣΑΒΒΑΤΟ 12 ΚΑΙ ΚΥΡΙΑΚΗ 13 ΜΑΪΟΥ 2018</b>		
<b>ΣΤΗΝ 3<sup>η</sup> ΟΙΚΟΓΙΟΡΤΗ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΥΝ ΟΙ ΟΜΑΔΕΣ ΣΠΟΡΩΝ:</b>		
<b>ΕΝΕΡΓΟΙ ΠΟΛΙΤΕΣ ΛΑΡΙΣΑΣ</b>		
<b>ΟΜΑΔΑ ΤΣΑΡΙΤΣΑΝΗΣ</b>		
<b>ΙΕΡΑ ΜΟΝΗ ΤΙΜΙΟΥ ΠΡΟΔΡΟΜΟΥ ΑΝΑΤΟΛΗΣ ΚΙΣΣΑΒΟΥ</b>		
<b>ΘΕΣΣΑΛΟΙ ΜΠΑΞΕΒΑΝΟΙ</b>		
<b>ΣΠΟΡΙΤΕΣ ΔΗΜΟΥ ΚΙΛΕΛΕΡ</b>		
<b>ΠΕΛΙΤΙ ΛΑΡΙΣΑΣ</b>		
<b>ΔΙΚΤΥΟ ΑΙΓΙΛΟΠΑΣ</b>		
<b>ΟΜΑΔΑ ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΩΝ ΣΠΟΡΩΝ «Η ΑΥΛΗ» ΑΘΗΝΑ</b>		
<b>&amp; ΤΟ ΔΙΚΤΥΟ ΕΘΕΛΟΝΤΩΝ ΤΟΥ ΔΗΜΟΥ ΛΑΡΙΣΑΣ</b>		

## ΟΡΓΑΝΩΤΕΣ

ΔΗΜΟΣ ΛΑΡΙΣΑΙΩΝ-ΕΝΕΡΓΟΙ ΠΟΛΙΤΕΣ ΛΑΡΙΣΑΣ-ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ  
ΤΕΙ ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ-ΓΕΩΠΟΝΙΚΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ

### ΣΤΙΣ ΔΡΑΣΕΙΣ ΠΑΙΔΙΩΝ ΚΑΙ ΕΝΗΛΙΚΩΝ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΥΝ

ΛΕΣΧΕΣ ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ ΤΟΥ ΔΗΜΟΥ ΛΑΡΙΣΑΙΩΝ-OPEN MELLON-A HOUSE OF ENGLISH-  
ΔΡΥΑΣ-ΚΙΠΕ ΚΙΣΣΑΒΟΥ-ΕΛΑΣΣΟΝΑΣ-ΚΙΠΕ ΜΟΥΖΑΚΙΟΥ-ΕΝΕΡΓΟΙ ΠΟΛΙΤΕΣ ΛΑΡΙΣΑΣ-ΣΧΟΛΗ  
ΚΑΡΑΒΑΝΑ-ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΑΣΤΕΡΟΣΚΟΠΕΙΟ ΛΑΡΙΣΑΣ-ΣΟΜΑ ΕΛΛΗΝΙΚΟΥ ΟΔΗΓΙΣΜΟΥ-ΑΘΛΗΤΙΚΗ  
ΣΚΑΚΙΣΤΙΚΗ ΑΚΑΔΗΜΙΑ ΛΑΡΙΣΑΣ-ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΠΡΟΑΓΩΓΗΣ ΑΥΤΟΒΟΗΘΕΙΑΣ  
ΒΑΓΓΕΛΗΣ ΚΟΛΩΝΑΣ – ΚΡΥΣΤΑ ΜΑΚΑΤΟΥ – JEAN PIER BESNARD – ΧΡΥΣΑ ΒΕΛΙΣΣΑΡΙΟΥ  
ΛΕΣΧΕΣ ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ – ΚΔΑΠ ΔΗΜΟΥ ΛΑΡΙΣΑΙΩΝ

#### **Σάββατο πρωί:**

Μίλτος Τζοτζός , Πάρης Μακρής, Θύμιος Μαρτσέλης, Βασίλης Παπάρας, Χρήστος Λάσκαρης,  
Ντανιέλα Πάβλοβικ, Θανάσης Μακρής

#### **Κυριακή πρωί:**

Κατερίνα Μπέσσα, Γιώργος Καλαμάρας, Ζωή Καραμαλιγκα, Μαριάννα Γκουντουβά, Γεωργία  
Γιωτάκη, Δέσποινα Βανιώτη