

BOOM

★ babies of outstanding mommies ★

Ο ΑΠΟΛΥΤΟΣ
ΟΔΗΓΟΣ ΑΓΟΡΑΣ
ΜΕ ΤΑ *must-haves*
ΤΟΥ ΚΑΛΟΚΑΙΡΙΟΥ

HOLIDAY
CHECKLIST
ΓΙΑ ΝΑ ΜΗΝ
ΞΕΧΑΣΕΤΕ
ΤΙΠΟΤΑ

ΣΚΟΠΕΛΟΣ, ΣΙΦΝΟΣ,
ΤΗΝΟΣ & ΑΛΛΑ 3
ΝΗΣΙΑ ΓΙΑ ΤΕΛΕΙΕΣ
ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΚΕΣ
ΔΙΑΚΟΠΕΣ!

20 BABY NAMES
ΜΕ ΕΜΠΝΕΥΣΗ
ΑΠΟ ΤΗ ΘΑΛΑΣΣΑ!



ΜΕΓΑΛΟ
ΑΦΙΕΡΩΜΑ
ΠΑΙΔΙΚΟ
party

ΤΥΠΟΙ
ΜΑΜΑΔΩΝ
ΣΤΗΝ ΠΑΡΑΛΙΑ

ΕΓΚΥΜΟΣΥΝΗ
ΤΟ ΚΑΛΟΚΑΙΡΙ:
ΟΔΗΓΟΣ ΕΠΙΒΙΩΣΗΣ

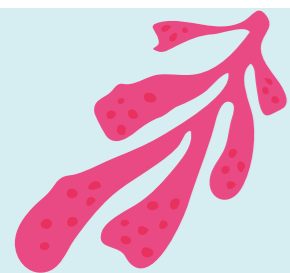
THE
SUMMER
EDITION

ΙΟΥΝΙΟΣ 2024

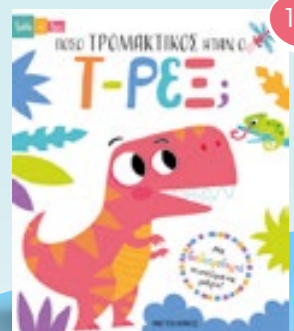
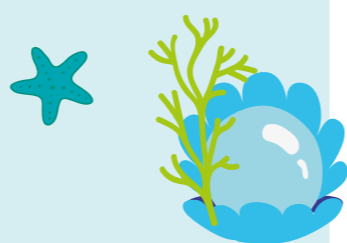
#ISSUE 20

★ 30 ΤΑΙΝΙΕΣ ΓΙΑ ΤΙΣ ΠΙΟ ΣΥΝΑΡΗΑΣΤΙΚΕΣ SUMMER MOVIE NIGHTS ★ NANTIA PAITHI: THE MUSE OF PREGNANCY STYLE

★ ΚΑΛΟΚΑΙΡΙΝΑ ΜΩΡΑ: ΟΔΗΓΙΕΣ ΑΠΟ ΤΗΝ ΠΑΙΔΙΑΤΡΟ ★ HAIRSTYLE TRENDS 2024 ΓΙΑ ΜΙΚΡΕΣ FASHIONISTAS



ΜΕ ΤΑ ΒΙΒΛΙΑ ΜΕΓΑΛΩΝΟΥΜΕ



1-3

Χάρη στα διπλοτραβηχτά ΚΙΝΟΥΜΕΝΑ ΜΕΡΗ του βιβλίου τα παιδιά μαθαίνουν ένα σωρό πράγματα για τους δεινόσαυρους!



ΠΙΟ
Όμορφα



2+

Μια πρωτοποριακή σειρά βιβλίων με δραστηριότητες για την καλλιέργεια των δεξιοτήτων των μικρών παιδιών.



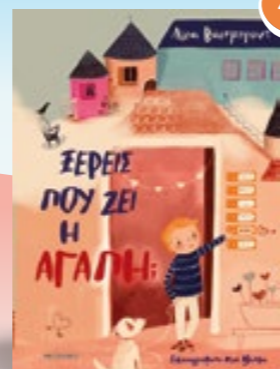
2+

Μια γλυκιά ιστορία που θα βοηθήσει την οικογένεια να απαλλαγεί από προκαταλήψεις σχετικά με την ανατροφή των παιδιών.



3+

Ένα τρυφερό βιβλίο για να προετοιμάσετε το παιδί σας για το αδερφάκι που έρχεται.



4+

Η αγάπη ζει σε κάθε σπίτι, φτάνει εκείνοι που μένουν μέσα να της ανοίξουν την πόρτα.



5+

Τα παιδιά ανοίγουν τα ΠΑΡΑΘΥΡΑΚΙΑ και με τον μαγικό φακό ανακαλύπτουν τα πανέμορφα ζώα της θάλασσας!



5+

Δύο φίλες περνούν το καλοκαίρι μαζί. Ένας φράχτης χωρίζει τα σπίτια τους. Χρόνια αργότερα θα ξανασυναντηθούν δίπλα του...



6+

Ένα βιβλίο που δίνει απαντήσεις στις αμέτρητες ερωτήσεις που κάνουν τα παιδιά για να καταλάβουν τον κόσμο γύρω τους.

Alouette

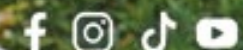


Discover

SPRING/SUMMER
COLLECTION

Shop Online
www.alouette.gr

Follow us



LAPIN HOUSE



lapinkids.com



- POLO RALPH LAUREN
- new balance
- MONCLER
- Barbour
- DSQUARED2
- SCOTCH & SODA
- DKNY
- GOLDEN GOOSE
- ZIMMERMANN
- BOSS
- MARC JACOBS
- Billieblush
- SAVE THE DUCK
- ZADIG & VOLTAIRE
- KENZO KIDS
- Timberland
- MICHAEL KORS
- VEJA

BOOM

★ babies of outstanding mommies ★

JUST FOLLOW US

@boommag.gr

boommag.gr



WWW.BOOMMAG.GR

Παιχνίδια στον ήλιο με... παιδικά αντηλιακά Heliodor από τη PHARMASEPT

SPF mode: ON!



Με ένα 100% φυσικό φίλτρο από οξείδιο του ψευδαργύρου, που δεν προκαλεί φωτοαλλεργίες και φωτοτοξικότητα, τα καινοτόμα παιδικά αντηλιακά της σειράς **Heliodor** προσφέρουν αποτελεσματική προστασία ευρέος φάσματος (UVA, UVB, IR και Blue Light), που ξεκινάει από το 1^ο λεπτό! Είναι δερματολογικά ελεγμένα, κατάλληλα και για ευαίσθητες επιδερμίδες, ενώ έχουν ευχάριστη υφή για εύκολη εφαρμογή.

Heliodor Baby Sun Cream SPF 50:
Βρεφική αντηλιακή κρέμα για άμεση υψηλή προστασία, με καταπραϋντική δράση, που χαρίζει πλούσια ενυδάτωση και μοναδική απαλότητα στην ευαίσθητη βρεφική επιδερμίδα.



Heliodor Kids Sun Cream SPF 50:
Παιδική αντηλιακή κρέμα υψηλής προστασίας για πρόσωπο και σώμα, που δρα αμέσως μετά την εφαρμογή και είναι ανθεκτική σε νερό και ιδρώτα.



Heliodor Kids Sun Spray SPF 50:
Παιδικό αντηλιακό spray για πρόσωπο και σώμα, που προσφέρει άμεση προστασία από το πρώτο λεπτό, ενώ είναι εξαιρετικά ανθεκτικό σε νερό και ιδρώτα.

BOOM note: Τα παιδικά αντηλιακά Heliodor έχουν βιοδιασπώμενη σύνθεση και οι συσκευασίες τους είναι eco-friendly.

PHARMASEPT

www.pharmasept.gr



ΕΤΗΣΙΑ ΣΥΝΔΡΟΜΗ BOOM

Με υάθε νέα συνδρομή, παίρνετε δώρο το απόλυτο αξεσουάρ του καλοκαιριού: ένα παιδικό καπέλο BOOM!

ΔΩΡΟ

Το δώρο ισχύει μέχρι εξαντήσεως των αποθεμάτων



ΕΤΗΣΙΑ ΣΥΝΔΡΟΜΗ ΓΙΑ 4 ΤΕΥΧΗ

ΚΟΣΤΟΣ: **12 ευρώ***

*αφορά αποκλειστικά και μόνο τα έξοδα αποστολής

ΒΗΜΑ 1ο Καταθέτετε το ποσό των 12 ευρώ με αιτιολογία *Ετήσια συνδρομή BOOM* σε έναν από τους λογαριασμούς που ακολουθούν:
Eurobank IBAN: **GR8102600950000510201296374**, ΟΝΟΜΑ ΔΙΚΑΙΟΥΧΟΥ: ΜΥΡΤΩ ΚΑΖΗ Ι.Κ.Ε.
Alpha Bank IBAN: **GR4701403420342002002011255**, ΟΝΟΜΑ ΔΙΚΑΙΟΥΧΟΥ: ΚΑΖΗ ΜΥΡΤΩ Ι.Κ.Ε.

ΒΗΜΑ 2ο Για να ενεργοποιηθεί η συνδρομή σας στο BOOM, στείλτε μας το αποδεικτικό της κατάθεσης στο info@boommag.gr μαζί με τα στοιχεία σας:

👤 Ονοματεπώνυμο 🏠 Διεύθυνση -ΤΚ 📍 Πόλη 📞 Κινητό τηλέφωνο 📞 Τηλέφωνο 📧 Email

BOOM NOTE Για απορίες ή περισσότερες πληροφορίες, καλέστε στο 2130122713 από τις 11.00 ως τις 15.00 όλες τις καθημερινές.

WWW.BOOMMAG.GR



name it

easy 97.2

ο σταθμός που
σε χαλαρώνει

ΜΑΡΙΑ & ΣΤΑΘΗΣ
ΚΩΝΣΤΑΝΤΑΚΗ ΧΡΙΣΤΟΦΟΡΙΔΗΣ

ΔΕΣΠΟΙΝΑ
ΚΡΗΤΙΚΟΥ

ΚΩΣΤΗΣ
ΛΥΜΠΕΡΟΠΟΥΛΟΣ

ΜΑΡΙΑ
ΦΡΑΓΚΑΚΗ

ΙΩΑΝΝΑ
ΚΑΡΑΘΑΝΑΣΗ

ΖΩΗ
ΚΥΡΙΑΚΟΥ



easy Δευτέρα με Παρασκευή 06:30-10:00 | Δευτέρα με Παρασκευή 10:00-14:00 | Δευτέρα με Παρασκευή 14:00-18:00 | Δευτέρα με Παρασκευή 18:00-21:00 | Σάββατο & Κυριακή 10:00-12:00 | Η ΖΩΗ ΓΙΑ ΤΗ ΖΩΗ ΣΑΣ Κάθε Κυριακή 22:00-00:00

LOVE YOUR SKIN
LOVE YOUR SUMMER

Καινοτομία σε κάθε σύνθεση.
Προστασία για κάθε τύπο δέρματος.



ISDIN
LOVE YOUR SKIN

ISDIN (GR) | isdin.greece | isdin.com/el-GR



Ιωσήφ: Λινό πουκάμισο και βερμούδα, sneakers Asics | Όλα Lapin House

Χαρά: Ολόσωμη φόρμα Lapin House, καπέλο Billieblush, πέδιλα Babywalker | Όλα Lapin House

Fashion & Beauty

22. Kids fashion
Lapin House | Name It | Alouette

78. BOOM beauty
INTERMED | UNI-PHARMA | APIVITA
| MUSTELA® | FREZYDERM | PHARMASEPT
| LA ROCHE-POSAY | ISDIN
| BOOM beauty guide



BOOM Approved Brands

BABYLINO | INGLESINA | MUNCHKIN | HAPPY | CYBEX
| PHILIPS AVENT | BABY BLOOM | ΔΙΟΠΤΡΑ | HAPPY CHOICE
| ANEMH | METAIXMIO | PLAYMOBIL

Pregnancy & New Parents

60. Εγκυμοσύνη το καλοκαίρι: Οδηγός επιβίωσης
70. Καλοκαιρινά μωρά: Συμβουλές από την παιδίατρο
76. 20 baby names με έμπνευση από τη θάλασσα!



Μόνιμες στήλες

66. Food for thought | Ένα απόγευμα στην παιδική χαρά: 6 αμήχανα σενάρια και πώς τα αντιμετωπίζουμε
102. Νάντια Ράπτη | The muse of pregnancy style
104. Daddy manual | Ο Μιχάλης Σείτης είναι expert... στην αλλαγή πάνας!
113. BOOM ASTERology | Το καλοκαίρι των μικρών μας αστεριών σε ένα κλικ

SUMMER Topics

18. Τύποι μαμιάδων στην παραλία

28. Ο απόλυτος οδηγός αγοράς

36. Ιδέες για αυτοσχέδια παιχνίδια

38. Τα σχολεία κλείνουν και ανοίγουν οι... οθόνες!
Πώς θα προστατεύσουμε τα μάτια των παιδιών μας;

40. Συνταγές για φρουτένια κέικ με αλεύρι Μύλοι Αγίου Γεωργίου!

112. 30 ταινίες για να δείτε το καλοκαίρι με τα παιδιά σας



BOOM
★ babies of outstanding mummies ★

Αν δεν βρήκατε το BOOM στα σημεία διανομής, κάντε σήμερα μία συνδρομή για να λαμβάνετε τα τεύχη στο σπίτι σας (δείτε στη σελίδα 8).

★ WWW.BOOMMAG.GR ★

@boommag.gr boommag.gr

THE FREE PRESS EDITION: ISSUE 20 | ΙΟΥΝΙΟΣ 2024 | ΔΩΡΕΑΝ ΕΚΔΟΣΗ / ΑΘΗΝΑ

PUBLISHER: ΜΥΡΤΩ ΚΑΖΗ, myrto@boommag.gr | ART DIRECTOR: ΜΑΡΙΑ ΝΑΘΑΝΑΗΛ | PR & COMMERCIAL DIRECTOR: ΝΑΝΣΥ ΠΑΠΑΔΗΜΗΤΡΙΟΥ, nancy@boommag.gr | EDITOR IN CHIEF: ΕΥΑ ΑΝΥΦΑΝΤΗ, eva@boommag.gr | ASSISTANT EDITOR IN CHIEF: ΜΑΡΙΑ ΙΩΑΝΝΑΤΟΥ | EDITORS: ΓΕΩΡΓΙΑ ΚΑΡΚΑΝΗ, ΤΟΝΙΑ ΠΑΠΑΜΙΧΑΛΟΠΟΥΛΟΥ, ΜΑΡΙΑ ΡΟΔΙΤΗ | PHOTOGRAPHERS: ΤΟΝΙΑ & THEODORE PHOTOGRAPHY, ΔΑΝΑΗ ΙΣΑΡΗ | ΔΙΟΡΘΩΣΗ-ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ ΚΕΙΜΕΝΩΝ: ΜΑΤΙΝΑ ΠΑΠΑΔΗΜΗΤΡΙΟΥ | FASHION DIRECTOR: ΜΑΡΙΛΟΥ ΘΕΟΔΩΡΙΔΟΥ | PHOTO DATABASE: SHUTTERSTOCK, FREEPIK, UNSPLASH

ΙΔΙΟΚΤΗΣΙΑ: ΚΑΖΗ ΜΥΡΤΩ ΙΚΕ

Για οποιαδήποτε εμπορική συνεργασία, επικοινωνήστε μαζί μας στο e-mail: info@boommag.gr

Το περιοδικό διατίθεται δωρεάν. Απαγορεύεται η ολική ή μερική ανατύπωσή του χωρίς τη γραπτή άδεια του εκδότη. Το «BOOM» δεν φέρει καμία ευθύνη και δεν ταυτίζεται απαραίτητα με τις απόψεις που εκφράζονται από τους επιστήμονες και τους ειδικούς συνεργάτες του παρόντος τεύχους. Η δημιουργική ομάδα του «BOOM» εμπνέεται από γεγονότα και φωτογραφίες από όλο τον κόσμο. Αν, παρ' όλα αυτά, πιστεύετε ότι κάποια πηγή υπόκειται σε πνευματικά δικαιώματα που δεν γνωρίζουμε, παρακαλούμε να επικοινωνήσετε μαζί μας.

ΤΙΡΑΖ: 15.000 | ΕΚΤΥΠΩΣΗ: ΝΙΚΗ ΕΚΔΟΤΙΚΗ Α.Ε.

ανέμη®

η ποιότητα
που αξίζουν
τα παιδιά μας

Καλοκαίρι
στην
«Ανέμη»



φουσκωτά θαλάσσης,
γλέκα κολύμβησης, μαγιό,
ρούχα & καπέλα Αντι-UV,
πισίνες, παιχνίδια
& τέντες παραλίας

Θεσσαλονίκη

Εμπορικό Florida
(έναντι IKEA)
Τ. 2310474007

Αθήνα

Κέντρο
Παύλου Μελά 35
Τ. 2310237399

Καλαμάτα

Χαλάνδρι
Αγ.Παρασκευής 22
Τ. 2106857390

anemishop.gr

Κέντρο
Βαλαωρίτου 9
Τ. 2721022949

anemishop
anemitoys

editorial

Η διπλή καρδιά

Γράφω αυτό το editorial με το δελφινάκι στην κοιλιά μου. Διανύω τον 8ο μήνα της εγκυμοσύνης μου, είμαι στο γραφείο full time, τα άλλα μου δύο παιδιά συνεχίζουν κανονικά το πρόγραμμά τους -που περιλαμβάνει τη μαμά επίσης full time- και, ενώ είναι στιγμές που φοβάμαι πως δεν θα τα καταφέρω, το ίδιο δευτερόλεπτο μια υπερφυσική δύναμη γεμίζει την καρδιά μου.

Την καρδιά μου, που πλέον είναι διπλή.

Χθες το βράδυ, όταν ξάπλωσα στο κρεβάτι και καληνύχτισα την μπέμπα μου, χάιδεψα την κοιλιά μου και -τι έκπληξη!- ένιωσα τον χτύπο της καρδιάς της. Αφουγκράστηκα αυτόν τον γρήγορο παλμό του «δελφινιού», αυτόν τον παλμό των μωρών που ανυπομονούν να βγουν στον έξω κόσμο, να τον γνωρίσουν, να τον κατακτήσουν και να τον αλλάξουν. Ξαφνικά, ένιωσα αυτήν τη δύναμη της αλλαγής. Συνειδητοποίησα πως εμείς οι μάνες έχουμε στην κοιλιά μας το μέλλον.

Ένα μέλλον διαφορετικό, αισιόδοξο, ελπιδοφόρο.

Στην αρχή σάσιτσα. Λες να άκουγα τη δική μου καρδιά; Ξάπλωσα πιο αναπαυτικά, σήκωσα λίγο περισσότερο την μπλούζα μου, έβαλα και τα δύο χέρια στην κοιλιά μου και έκλεισα τα μάτια μου. Όχι, δεν ήταν η δική μου.

Ήταν μια άλλη καρδιά. Που όμως ήταν κι αυτή δική μου.



PHOTO: Αγγελίας Κολακίλης

Προσπάθησα να μη χάσω την επαφή με τον παλμό της. Κουνούσα τα χέρια μου απαλά και τρυφερά για να της πω πως η μαμά είναι «εδώ» και την περιμένει. Ήταν η στιγμή μας. Αυτούς τους 8 μήνες την έχω δει στους υπερήχους, την έχω ακούσει στα καρδιογραφήματα, την έχω ξαναδεί στις πιο μεγάλες εξετάσεις, αλλά χθες το βράδυ την ένιωσα. Ένωσα την καρδιά της. Την καρδιά της να καλύπτει τη δική μου. Να τη σκεπάζει. Να τη συμπληρώνει.

Μα πείτε μου, πώς το έκανε αυτό η φύση; Να χτυπούν ταυτόχρονα μέσα στο ίδιο σώμα δύο, τρεις ή ακόμα και τέσσερις καρδιές!

Για λίγο σκέφτηκα πως θα ήθελα να την κρατήσω για πάντα εκεί. Προστατευμένη. Δική μου. Να την έχω πάντα μαζί μου. Μέσα στο σώμα μου. Να μένουμε ενωμένες και οι καρδιές μας να χτυπούν παράλληλα. Ταυτόχρονα.

Άνοιξα τα μάτια μου. Μα τι σκέφτομαι; Η καρδιά αυτή πρέπει να ζήσει τη δική της

ζωή και να διαγράψει τη δική της πορεία. Και να έχει την τύχη και την ευλογία να έχει στο πλάι της, ή, πιο σωστά, λίγο πίσω της, άλλες καρδιές. Της μαμάς, του μπαμπά, των αδερφών, της γιαγιάς και του παππού, που θα χτυπούν για εκείνη.

Υπήρξα και εγώ, κι εσείς και όλοι μας αυτή η καρδιά. Αυτή η καρδιά που χτυπούσε μέσα σε μια κοιλιά για 9 μήνες και, όταν εμφανίστηκε, έκανε δύο άλλες καρδιές να χτυπούν ακόμα πιο δυνατά.

Αυτό το καλοκαίρι με βρίσκει με μία καρδιά στην κοιλιά, δύο καρδούλες στο σπίτι και τον μπαμπά μου σε μια δύσκολη κατάσταση υγείας που με φέρνει αντιμέτωπη με τη στιγμή της απώλειας.

Όμως και πάλι σκέφτομαι... Οι καρδιές των παιδιών είναι πάντα άρρηκτα συνδεδεμένες με τις καρδιές των γονιών τους. Και, ό,τι κι αν συμβεί, αυτοί οι χτύποι θα είναι πάντα ενωμένοι. Εδώ ή κάπου αλλού, οι καρδιές μας έχουν δημιουργηθεί για να χτυπούν μαζί.

Ξέρω ότι, για να διαβάζετε αυτό το περιοδικό, έχετε κι εσείς μία καρδιά -ή και περισσότερες- έξω από το σώμα σας. Ξέρω πολύ καλά πως η καρδιά σας χτυπάει πλέον μόνο για εκείνη την καρδιά. Πονάει, γελάει, υποφέρει, αγωνιά, ηρεμεί, ονειρεύεται με γνώμονα αυτήν την άλλη καρδιά. Που είναι μεν άλλη, είναι όμως και θα είναι για πάντα δική σας.

Σας εύχομαι να έχετε ένα ξέγνοιαστο, ανέμελο καλοκαίρι και να θυμάστε ότι η μητρότητα είναι απαιτητική, συχνά εξαντλητική, είναι όμως ευλογία.

Ποιος άλλος μπορεί να ζήσει αυτήν την εμπειρία; Την εμπειρία με τις δύο καρδιές!

Με αγάπη, Μυρτώ

@myrto_kazi

playmobil®

myLife

50

Shopping και διασκέδαση στο νέο Εμπορικό Κέντρο!



71539 Κατάστημα ρούχων



71541 My Figures Ώρα για ψώνια



71538 Fast food



71540 Γλυκοπωλείο



71534 Εμπορικό κέντρο "The Mall of PLAYMOBIL"



71537 Κατάστημα καλλυντικών



71536 Κατάστημα παιχνιδιών

Φύγαμε για ψώνια! Ελάτε στο νέο Εμπορικό κέντρο PLAYMOBIL! Έχει υπέροχα καταστήματα και τόσα πράγματα να κάνεις. Θα περάσουμε τέλεια!



**Πείτε μας την ιδέα σας
κι εμείς θα την κάνουμε
να ανθίσει!**

ΕΛΑΙΑ

Ανθοστολισμοί κοινωνικών εκδηλώσεων,
μελέτη, σχεδιασμός, διακόσμηση,
συντήρηση εσωτερικών και
εξωτερικών χώρων



ANASSA
CITY EVENTS

Μια «ανάσα»
στο κέντρο της πόλης...



Η εταιρεία Golden Food Concept άλλαξε τα δεδομένα στους χώρους εκδηλώσεων,
με το Anassa City Events, έναν χώρο απαράμιλλης αισθητικής και φυσικής
ομορφιάς, που βρίσκεται στην καρδιά της πρωτεύουσας και υπόσχεται να
φιλοξενήσει τα πιο σημαντικά events της ζωής σας.

Δ. Γούναρη 207, Γλυφάδα
Τηλ.: 210 8956156
info@elaianature.gr
@elaia_nature

Κανελλόπουλου 4, Μητροπολιτικό Πάρκο, Αθήνα
Email: info@anassacityevents.gr www.anassacityevents.gr @anassacityevents

It's Britney beach!



Τύποι μαμάδων στην παραλία

Οι μαμάδες στην παραλία χρήζουν κοινωνιολογικής (άλλοτε και ψυχιατρικής) ανάλυσης και, αν τις παρατηρήσει κανείς, ίσως θα μπορούσε να εξάγει σημαντικά και ασφαλή συμπεράσματα για όλα όσα συμβαίνουν γύρω μας. Οι μανούλες της παραλίας είναι όλες τους εντυπωσιακές, μοναδικές και υπέροχες. Αρκεί να μην κάθεσαι κοντά τους.

Σε δύο σελίδες περιοδικού δεν μπορέσαμε να «στριμώξουμε» όλα τα είδη, επιλέξαμε όμως τα 4 επικρατέστερα. Διαβάστε τη συνέχεια στο www.boommag.gr

- Από τη Μυρτώ Κάζη -

EyeEm/Freepik

Freepik

Olesya Kuprina/Shutterstock

Η «Γιωργάκη-έλα-λίγο-στη-μαμά» μαμά

Νιώθεις ότι σου τριβελίζει το μυαλό. Μετά σκέφτεσαι πως πρόκειται για πλάκα ή για κάποιο γύρισμα ενδεχομένως, που γίνεται στην παραλία και η πρωταγωνίστρια επαναλαμβάνει φωνάζοντας την ίδια ατάκα μέχρι να καταφέρει να πάρει το «ναι» του σκηνοθέτη. Ή μήπως το φαντάζεσαι και απλά ακούς ξανά και ξανά την ίδια φράση επειδή έχεις ζαλιστεί από τον ήλιο και τη ζέστη, όπως κάποιες φορές που νομίζουμε ότι χτυπάει το κινητό μας ενώ δεν χτυπάει;

ΟΜΩΣ κάνεις λάθος. Η «Γιωργάκη-έλα-λίγο-στη-μαμά» μαμά είναι αληθινή, είναι υπαρκτή περσόνα και δυστυχώς κάθετα στη διπλανή ξαπλώστρα. Θα πρέπει να το πάρεις απόφαση. Η μέρα στην παραλία θα είναι εφιαλτική. Πρόκειται για κλασική περίπτωση μαμάς, που επιβιώνει στις ελληνικές παραλίες εδώ και δεκαετίες και αναπαράγεται με ταχείς ρυθμούς, καθώς -με βάση πάντα τη δαρβινική θεωρία-, είναι ένα πολύ δυνατό είδος. Η μέρα της περνάει ως εξής:

Φωνάζει το παιδί της.
'Η, εναλλακτικά, φωνάζει στο παιδί της.

Οι φωνητικές της χορδές δουλεύουν από τα 60 ντεσιμπέλ και πάνω (ντεσιμπέλ απογείωσης αεροπλάνου), και για να θεωρήσει την ημέρα της επιτυχημένη θα πρέπει να έχει φωνάξει στο παιδί της τουλάχιστον 462 φορές. Του φωνάζει για τους εξής λόγους:

- Για να βγει από το νερό
- Για να μπει στο νερό
- Για να φάει ώστε να μη λιποθυμήσει
- Για να σταματήσει να τρώει ώστε να μην πνιγεί
- Για να βάλει αντηλιακό
- Για να μη βάλει πολύ αντηλιακό
- Για να πει νερό
- Για να έρθει κοντά της
- Για να φύγει μακριά της
- Για να ξαναέρθει κοντά της
- Και τελικά, για να φύγουν όλοι μαζί από την παραλία. Κι αν ελπίζεις πως θα φύγουν νωρίτερα από εσάς από την παραλία, είσαι γελασμένη. Η «Γιωργάκη-έλα-λίγο-στη-μαμά» μαμά φεύγει πάντα τελευταία.

Η «βιολογικός-ανανάς-με-μιντά» μαμά

Από τότε που έγινα μαμά δεν έχω πάρει ποτέ στην παραλία κάτι πιο σύνθετο από τoστ (γαλοπούλα-τυρί), φρούτα εποχής (ολόκληρα, με την προοπτική να κοπούν με κάποιο υποθετικό μαχαίρι που δεν έχω θυμηθεί να πάρω μαζί) και δροσερό νερό. Η «βιολογικός-ανανάς-με-μιντά» μαμά, αν το έβλεπε αυτό, θα μου έριχνε ένα απαξιωτικό βλέμμα και θα άνοιγε με τα υπέροχα, ενυδατωμένα δάχτυλά της, το organic νεσεσέρ της για να βρει το μαχαίρι bamboo με το οποίο θα καθάριζε αργά και βασανιστικά, σαν βγαλμένη από δανέζικη διαφήμιση, τον ανανά που φέρει ένα τεράστιο καρτελάκι ΒΙΟ, τον οποίο στη συνέχεια θα τοποθετούσε στο σεταρισμένο μπολ (από bamboo, μη λέμε τα ίδια) για να προσθέσει έξτρα σπόρους τσία, κινόα ή, τέλος πάντων, κάτι που το παιδάκι της έχει μάθει να τρώει χωρίς ίχνος παραπόνου. Εμένα πλέον παραπονιούνται και αν τα τσιπς δεν έχουν ρίγανη, αλλά αυτό είναι μια άλλη ιστορία...

Η «μη-με-ενοχλείτε-είμαι-ζεν» μαμά

Ο μικρός Ίωνας θαλασσοπνίγεται, η μικρή Ίριδα έχει αρχίσει να εμφανίζει σημάδια εγκαύματος και η μικρή Διώνη μπορεί να τσακώνεται με άλλα κοριτσάκια που της παίρνουν την μπάλα. Η «μη-με-ενοχλείτε-είμαι-ζεν» μαμά όμως έχει βάλει κάποια αόρατα ακουστικά και δεν ακούει καμία φωνή. Φοράει τα υπερμεγέθη κατάμαυρα γυαλιά της και μπορεί να πιστεύεις ότι την έχει πάρει ο ύπνος. Αλλά κάνει λάθος. Γιατί, πολύ απλά, είναι συνδεδεμένη με κάποια ανώτερα στρώματα της ατμόσφαιρας όπου επικοινωνεί με κάποια άλλα όντα. Πώς επιβιώνουν τα παιδιά της, που τα δικά μου σκουντουφλάνε ακόμα και στο ίσιωμα! Αυτό είναι ένα από τα άλυτα ερωτήματα του σύμπαντος (μαζί με το Big Bang), όμως, σας διαβεβαιώνω πως, για έναν υπερφυσικό λόγο, τα παιδιά της «μη-με-ενοχλείτε-είμαι-ζεν» μαμάς δεν παθαίνουν ποτέ τίποτα. ΤΙΠΟΤΑ.

Παραδόξως μάλιστα, ο μικρός Ίωνας, η μικρή Ίριδα και η μικρή Διώνη δεν ενοχλούν ποτέ τη «μη-με-ενοχλείτε-είμαι-ζεν» μαμά, και σε αυτό το σημείο θα ήθελα να της αποδώσουμε τα εύσημα, καθώς, τελικά, τα έχει όλα ρυθμισμένα. Κάποιες θα πουν ότι τη ζηλεύουν (όχι εγώ!).

Η «σε-πληρώνουμε-και-οι-υπόλοιπες-να-απασχολήσεις-τα-παιδιά-μας» μαμά

Η τσάντα της είναι μεσαίου μεγέθους, όμως, αν έπρεπε να χωρέσω όσα κουβαλάει στη δική μου τσάντα, θα χρειαζόμουν 3 βαλίτσες για υπερ-ρατλαντική πτήση. Η «σε-πληρώνουμε-και-οι-υπόλοιπες-να-απασχολήσεις-τα-παιδιά-μας» μαμά έχει μαζί της τα εξής:

- Οικολογικούς water based μαρκαδόρους για ζωγραφική σε πέτρες
- Τις «Χαρούμενες Διακοπές» σε 8 διαφορετικές εκδόσεις
- Τις «Χαρούμενες Διακοπές» στα αγγλικά
- Τις «Χαρούμενες Διακοπές» στα γαλλικά
- Ένα UNO
- Ένα μαγνητικό σκάκι και 3 ακόμα επιτραπέζια παιχνίδια παραλίας
- Πινέλα σε διάφορα μεγέθη
- Πυργάκια παραλίας
- Καρεκλάκια για τα παιδιά
- Καρεκλάκι για να καθίσει η ίδια
- Ειδική πετσέτα, πάνω στην οποία θα πραγματοποιηθούν οι δραστηριότητες
- 3 στιλό για πάσα χρήση
- 6 λογοτεχνικά βιβλία για κάθε ηλικία - μπορεί πάντα τα παιδιά της να κάνουν νέους φίλους στην παραλία και θα ήταν ντροπή να μη δώσει και σε εκείνα τα καμήνα να διαβάσουν κάτι (είναι σίγουρη πως οι άλλες μανούλες είναι τόσο αχαϊρευτες, που δεν έχουν πάρει τίποτα μαζί τους).

Ποιο παιδάκι θέλει να ζωγραφίσουμε κοχύλια, να «κλέψουμε» λίγη από την αύρα της θάλασσας και μετά να φτιάξουμε κολιέ; Κανένα, αλλά αυτό δεν έχει καμία σημασία. Η «σε-πληρώνουμε-και-οι-υπόλοιπες-να-απασχολήσεις-τα-παιδιά-μας» μαμά θα συνεχίσει να προσπαθεί να κοντράρει τις βουτιές, την μπάλα, τα νεροπίστολα και όλα τα παιχνίδια «του Σατανά» που αγαπούν τα παιδιά όταν βρίσκονται στην παραλία, και κάποια στιγμή θα καταφέρει να «προσηλυτίσει» κάποια παιδάκια, κατά βάση κοριτσάκια, που θα τη λατρεύσουν και θα την τοποθετήσουν ψηλά, στον θρόνο της πιο επιτυχημένης μαμάς της παραλίας. Άλλωστε, αυτός είναι και ο βασικός σκοπός της.

Οι μαμάδες της παραλίας είναι πολλές και είναι όλες τους μοναδικές. Το άρθρο αυτό είναι χιουμοριστικό και φυσικά δεν περιγράφει καμία από εμάς, τις υπέροχες, ισορροπημένες μαμάδες που τα έχουμε όλα οργανωμένα, ρυθμισμένα και τακτοποιημένα, και οι μέρες στην παραλία κυλούν ανέμελα και ξεκούραστα.

Με αγάπη, Μυρτώ

Αφιέρωμα SUMMER



www.boommag.gr

f boommag.gr @boommag.gr



Family holiday checklist

Όλα όσα θα χρειαστείτε στις καλοκαιρινές διακοπές με τα παιδιά!



Baby's & kid's essentials

- Ρουχαλάκια
- Πάνες & υποσέντονα
- Μπιμπερό
- Γάλα σε σκόνη (αν δίνετε στο μωρό)
- Πιπίλες
- Αποστειρωτή μπιμπερό
- Μαξιλάρι θηλασμού & θήλαστρο (αν θηλάζετε και τα χρειάζεστε)
- Σαλιάρες & σελτεδάκια
- Βαμβακερά φανελάκια
- Πιτζαμάκια
- Παπούτσια
- Κουβερτούλα
- Σετ φαγητού
- Στρωματάκι αλλαγής πάνας
- Κάθισμα αυτοκινήτου (αν ταξιδεύετε με το αυτοκίνητο)
- Καρότσι & κουνουπιέρα
- Ηλιοπροστασία για τα τζάμια του αυτοκινήτου
- Μάρσιπο
- Ριλάξ & πορτμπεμπέ



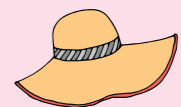
Let me entertain you!

- Παραμύθια
- Μπλοκ ζωγραφικής
- Μαρκαδόρους & ξυλομπογιές
- Επιτραπέζια παιχνίδια σε rocket size
- Το αγαπημένο τους αρκουδάκι
- Πατίνι ή ποδήλατο
- Tablet & ακουστικά (για τα μεγαλύτερα παιδιά)
- Φορτιστές & power bank



Beach time

- Τέντα-σκίαστρο
- Καπέλο
- Μαγιό (σίγουρα 3-4)
- Πετσέτα θαλάσσης
- Αντηλιακό
- Παπουτσάκια παραλίας
- Θερμός & τάπερ
- Παιχνίδια παραλίας
- Γυαλιά ηλίου για μωρά και παιδιά
- Μπρατσάκια
- Σανίδα κολύμβησης
- Βατραχοπέδιλα
- Μάσκα & αναπνευστήρα



Mom, it's your turn!

- Φορέματα & φούστες
- Παντελόνια & σορτς
- Μαγιό
- Καπέλο
- Σαγιονάρες
- T-shirts
- Jacket
- Πέδιλα & sneakers
- Κάλτσες
- Πιτζάμες
- Καλλυντικά



Pampering o'clock!

- Σαμπουάν & αφρόλουτρο
- Βρεφική ενυδατική κρέμα σώματος
- Σφουγγαράκι
- Χτένα ή βούρτσα για τα μαλλιά
- Κοκαλάκια, στέκες, κορδέλες μαλλιών
- Ψαλιδάκι
- Κρέμα αλλαγής πάνας
- Μωρομάντιλα
- Οδοντόβουρτσα
- Οδοντόκρεμα

Safety first

Πριν οργανώσετε το φαρμακείο των διακοπών, επικοινωνήστε με τον παιδίατρό σας για να σας υποδείξει τι ακριβώς χρειάζεται να έχετε μαζί σας.

Μην ξεχάσετε:

- Αντισηπτικά χεριών
- Κρέμα για ηλιακά εγκαύματα
- Θερμόμετρο
- Εντομοαπωθητικά και κρέμα για τσιμπήματα
- Επιθέματα για πληγές
- Φυσιολογικό ορό για τη μύτη και τα μάτια
- Μάσκες προστασίας (προαιρετικά, ώστε να τις χρησιμοποιήσετε, εφόσον επιθυμείτε, σε περίπτωση συνωστισμού)



BOOM note: Έχετε πάντα μαζί σας το βιβλιário υγείας και τον ΑΜΚΑ των παιδιών (και τα δικά σας), καθώς και μια λίστα με όλα τα τηλέφωνα έκτακτης ανάγκης του προορισμού σας.

sea you

Η Χαρά και ο Ιωσήφ
πρωταγωνιστούν στο πιο
summer chic editorial μόδας!

Photos: Tonia & Theodore Photography

Location: DOT Beach Vibes
Fashion director: Μαριλού Θεοδωρίδου
Agency (Ιωσήφ): New Model

Ιωσήφ: Λινό πουκάμισο
και βερμούδα, sneakers
Asics | Όλα Lapin House

Χαρά: Ολόσωμη φόρμα Lapin House,
καπέλο Billieblush, πέδιλα Babywalker
| Όλα Lapin House

Γυαλιά ηλίου: Orama Optics | Props: Lapin House



Χαρά: Φόρεμα Lapin House, στέκα,
τσάντα με χάντρες MC2 Saint Barth,
πέδιλα Kickers | Όλα Lapin House

Ιωσήφ: Μπλούζα Save The Duck,
λινό πουκάμισο και βερμούδα,
καπέλο Moncler, sneakers Veja |
Όλα Lapin House



Ιωσήφ: T-shirt και
τζιν βερμούδα
| Όλα Name It

Χαρά: T-shirt
και σορτς
| Όλα Name It



Χαρά: Μπλούζα
tie-dye και
βαμβακερό σορτς |
Όλα Name It

Ιωσήφ: T-shirt και βερμούδα
| Όλα Name It

Sea + Sun + Sand=Summer



Χαρά: Σετ με κιπούρ κεντήματα και ασορτί κορδέλα, πέδιλα Camper | Όλα Alouette

Ιωσήφ: T-shirt, βερμούδα, παπούτσια Levi's | Όλα Alouette



Χαρά: Φόρεμα με διάτρητα κεντήματα | Alouette

Ιωσήφ: Πουκάμισο με τύπωμα και βερμούδα cargo με τσέπες | Όλα Alouette

SUN-KISSED STYLE

Οι πιο chic swimwear επιλογές, τα πιο fun παιχνίδια και τα must-have items του καλοκαιριού, όλα συγκεντρωμένα στον απόλυτο οδηγό αγοράς του BOOM!

Ολόσωμο μαγιό με UPF 40+ και διπλές παγέτες, Alouette, www.alouette.gr



Μαγιό βερμούδα Paul Frank, Alouette, www.alouette.gr

Μαγιό Bonpoint, Lapin House, www.lapinkids.com



Ολόσωμο μαγιό, Zimmermann Kids Lapin House, www.lapinkids.com



Ολόσωμο μαγιό με UV 50+ προστασία, Lisie's Eyes, Sun of a beach

Μαγιό με tucan print, Lapin House, www.lapinkids.com



Χαλάκι παιχνιδιού & τσάντα 2 σε 1 PLAY & GO, Up Up and Away, www.urupandaway.gr



Ολόσωμο μαγιό με gold-tone, DIOR Kids



Καπέλο, Trixie



Μάσκα κολύμβησης, Bling2o



Παιδικό φουσκωτό παιχνίδι Sunnylife, Lapin House, www.lapinkids.com

Ολόσωμο μαγιό, Tiny Cottons



Γυαλιά κολύμβησης, Bling2o



Ολόσωμο μαγιό φράουλα, Stella McCartney Kids



Μπικίνι με floral pattern, Dolce & Gabbana Kids



Σαμπρέλα θαλάσσης Sunnylife, Lapin House, www.lapinkids.com

Μαγιό Vilebrequin, Lapin House, www.lapinkids.com



Splash Σωσίβιο γυλέκο κολύμβησης, Splash About, Ανέμη, www.anemishop.gr



Μπάλα παραλίας κεράσι, Konges Sløjd

Μαγιό βερμούδα, Kenzo



Μπικίνι με φρου φρου, Marie Raxevsky

Μπικίνι, Zimmermann Kids



Σαμπρέλα θαλάσσης & μπρατσάκια, Konges Sløjd



Σπαστή τέντα παραλίας με πισίνα Anti-UV 50, Ludi, Ανέμη, www.anemishop.gr



Καπέλο, Konges Sløjd



Φουσκωτή πισίνα Sunnylife, Lapin House, www.lapinkids.com



**BOOM
petite**

Νεσεσέρ καλλυντικών
Samiboo - Fruits, Happy Choice,
www.happychoice.gr

Κολιέ μητρότητας Ilado, Tree
of Life - Gold, Happy Choice,
www.happychoice.gr

Φορμάκι,
Monnalisa



Γάντι μπάνιου kikadu
organic, Alouette,
www.alouette.gr

Μουσελίνες Organic cotton -
Oceanic, Aden + Anais



Καρότσι Gazelle S: Το All-in-One
καρότσι που προσαρμόζεται
στις ανάγκες κάθε οικογένειας,
CYBEX, www.cybex-online.com

Formula Pro Advanced: Αυτόματη μηχα-
νή στιγμιαίας παρασκευής γάλακτος σε
μπιμπερό. Έτοιμο γάλα στο πι και φι!,
Baby Brezza, www.babybrezza.gr

Θερμαντήρας μπι-
μπερό, Philips Avent,
www.philips.gr

Σετ βρεφικής περιποίησης,
Philips Avent, www.philips.gr

Adventure Bag: Το σακίδιο
πλάτης που χρειάζεται κάθε
μαμά, σε χρώμα Taiga Green,
Inglesina, www.inglesina.gr

Καρότσι Quid²: Ελαφρύ, compact και
ιδανικό για ταξίδια ακόμα και με το
αεροπλάνο, σε χρώμα Gecko Green,
Inglesina, www.inglesina.gr

Καρέκλα Lemo, CYBEX,
www.cybex-online.com

Φορμάκι, Dolce &
Gabbana Kids

«Ο Ντετέκτιβ Νιαουρό και
το λάθος δωμάτιο» του
Pierdomenico Baccalario,
Εκδόσεις ΔΙΟΠΤΡΑ,
www.dioptra.gr



«Μικρές κυρίες» της Louisa
May Alcott, σε διασκευή για
παιδιά και νέους από την
Αργυρώ Πιπίνη, Εκδόσεις
ΔΙΟΠΤΡΑ, www.dioptra.gr

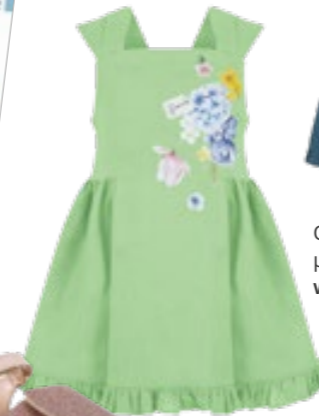
Πέδιλα Lapin Shoes, Lapin
House, www.lapinkids.com

**Kids'
favorites**

Ριγέ φόρεμα με
κουμπάκια, Name It



Πέδιλα Camper, Alouette,
www.alouette.gr



Φόρεμα, Lapin House,
www.lapinkids.com

Ολόσωμη τζιν φόρμα σορτς
με κεντήματα, Alouette,
www.alouette.gr



Φωτογραφική κάμε-
ρα Rookie, Hopstar,
www.hopstar.com



T-shirt με print,
Name It



T-Rex και εξερευνητής με
μοτοσυκλέτα, PLAYMOBIL,
www.playmobil.gr



Το βραβευμένο πατίνι Highwaykick 1 με ασορτί
κράνος, Scoot and Ride, www.scootandride.gr



«Μαμακίαση» της Μάρτα Πράδα,
Εκδόσεις ΜΕΤΑΙΧΜΙΟ,
www.metaixmio.gr



«Το σουπερ βιβλίο για
εμένα που είμαι 6». Για ένα
καλοκαίρι γεμάτο γνώσεις
και παιχνίδια!
Εκδόσεις ΜΕΤΑΙΧΜΙΟ,
www.metaixmio.gr



Ice cream shop,
New Classic Toys



Μαθήματα ιππασίας με όχημα
μεταφοράς αλόγων, PLAYMOBIL,
www.playmobil.gr

Πώς θα αγαπήσει το παιδί μου το διάβασμα;

Τα Εκπαιδευτήρια Γείτονα προτείνουν, όχι έναν, αλλά 15 τρόπους!

Από τη Μαρία Παπαθανασίου, Διευθύντρια Α', Β', Γ τάξεων Δημοτικού Εκπαιδευτηρίων Γείτονα



Jorm Sangsorn/Shutterstock

Το καλοκαίρι, που οι μικροί αναγνώστες είναι απαλλαγμένοι από τις σχολικές υποχρεώσεις, είναι μια ευκαιρία να μνηθούν στον μαγικό κόσμο της λογοτεχνίας. Πώς θα μετατρέψουμε λοιπόν το βιβλίο από πηγή μάθησης σε πηγή ψυχαγωγίας για τα παιδιά μας;

1. Αρχικά, αφήνουμε το παιδί να επιλέξει μόνο του το βιβλίο! Έτσι, θα είναι σαν να γνωρίζει έναν νέο φίλο.

2. Ώρα για DIY! Τι θα λέγατε να φτιάξουμε με χαρτόνια και νερομπογιές «αφίσες» για την ανάγνωση, γράφοντας πάνω ένα μήνυμα όπως «το βιβλίο είναι η καλύτερη παρέα»;

3. Γινόμαστε ρεπόρτερ και ψάχνουμε... αναγνώστες! Βρίσκονται παντού: Στη θάλασσα, στον δρόμο, στο πάρκο, στο δάσος, βλέπουμε συνέχεια ανθρώπους να διαβάζουν βιβλία.

4. Κάθε βράδυ και από μία ιστορία! Η αγαπημένη συνήθεια που γαληνεύει το παιδί και το κάνει να νιώθει ασφάλεια λίγο πριν από τον ύπνο. Μπορούμε να παίξουμε διαβάζοντας και οι δύο μαζί (π.χ. ο ένας διαβάζει τα αποσπάσματα του αφηγητή, ο άλλος τους διαλόγους).

5. Ανάγνωση ή αφήγηση; Μερικές φορές, μπορούμε να αφηγηθούμε στα παιδιά μία ιστορία από ένα βιβλίο, και μάλιστα, ανάλογα με το περιεχόμενό της, να μεταμφιεστούμε, να μιμηθούμε συμπεριφορές, κινήσεις, λόγια. Να επιλέξουμε και το κατάλληλο «σκηνικό», που μπορεί να είναι κάτω από ένα δέντρο, στην παραλία, στη σοφίτα, στη βεράντα...

6. Διαβάζουμε πιστά το κείμενο κι αφήνουμε τα παιδιά να δείχνουν με το δάχτυλό μας, ακολουθώντας την ταχύτητά τους όμως. Η σύνδεση αυτή είναι πολύ χρήσιμη για τα παιδιά.

7. Κατασκευάζουμε με φυσικά υλικά (βότσαλα, κοχύλια, ξυλαράκια) αγαπημένα αντικείμενα των ηρώων που πρωταγωνιστούν στις ιστορίες. Θα είναι, επίσης, συναρπαστικό να αναζητήσουμε στην ακροθλασσία σχήματα γραμμάτων πάνω σε βότσαλα, να σχηματίσουμε την αλφαβήτα και να την αποτυπώσουμε φωτογραφικά!

8. Μαγειρεύουμε... «παραμυθοσαλάτες»! Βρίσκουμε κοινά σημεία μεταξύ των βιβλίων (μέγεθος, σχήμα, συγγραφέα, εικονογράφο κλπ.) και συνθέτουμε τις ιστορίες τους. Έτσι, ξαφνικά, ήρωες από διαφορετικά παραμύθια συμβιώνουν φανταστικά!

9. Κι επειδή «η απόλαυση κρύβεται στην ανάγνωση» (Milan), την ώρα που διαβάζουμε, συγκεντρώνουμε λέξεις (ήρωες, αντικείμενα, πράξεις) μαζί με τα παιδιά, τις «βάζουμε» σε δοχεία, κουτιά, φακέλους και μετά τις «απελευθερώνουμε». Πώς; Διαλέγουμε τυχαία μια λέξη και ξεκινάμε με αυτή μία νέα ιστορία...

10. Επινοούμε παιχνίδια λέξεων με αφετηρία την ιστορία που διαβάσαμε (σταυρόλεξα, κρυμμένες, κολλημένες ή σπασμένες λέξεις, ανακατεμένες φράσεις). Στα παιδιά φαίνεται πολύ διασκεδαστικό!

11. Χρησιμοποιούμε μογιές (μία χρυσαφί είναι απαραίτητη), πινέλα και μεγάλα πανό για να μετατρέψουμε σε έργο τέχνης την αγαπημένη μας φράση ή τον αγαπημένο μας ήρωα!

12. Κυνηγοί εικόνων! Με έναν μεγεθυντικό φακό ζητάμε από τα παιδιά να ανακαλύψουν λεπτομέρειες που «κρύβουν» οι εικόνες της ιστορίας. Μπορούμε να παίξουμε προκαλώντας ο ένας τον άλλο (π.χ. Εγώ βλέπω μία ροζ πεταλούδα. Εσύ;).

13. Αφού διαβάσουμε μία ιστορία, ζητάμε από το παιδί να μας παραχωρήσει μία «ψεύτικη» συνέντευξη, σαν να είναι εκείνο ο ήρωας της ιστορίας.

14. Δοκιμάζουμε να αναπαραστήσουμε κάποιους τρισδιάστατους χώρους στους οποίους εκτυλίσσεται η πλοκή της ιστορίας που διαβάσαμε με φυσικά υλικά, με παλιά υφάσματα ή πηλό. Το σκηνικό της ιστορίας είναι έτοιμο! Ακόμα και σε έναν μεγάλο τοίχο με χαρτί επάνω, μπορούμε να διηγηθούμε με μογιές την ιστορία, ζωγραφίζοντάς τη!

15. Και τέλος, για να μας ανοίξει η όρεξη για ανάγνωση, αγγίζουμε, νιώθουμε, μυρίζουμε τα δικά μας βιβλία! Δημιουργούμε βιβλία για να τα χαρούμε, από βαμβάκι ή και από αρωματισμένα φύλλα χαρτιού και φλούδες φρούτων που μοσχομυρίζουν!

BOOM note: Αν στην περιοχή που παραθερίζετε βρίσκεται μία βιβλιοθήκη ή ένα βιβλιοπωλείο, μη διστάσετε να μιτείτε μέσα! Κάθε χώρος που διευκολύνει την επαφή του παιδιού με το βιβλίο είναι ιδανικός για επίσκεψη!

travnikovstudio/freepik



www.geitonas.edu.gr

Εκπαιδευτήρια Γείτονα

Διεύθυνση: Βάρη Αττικής

Τηλέφωνο: 210 9656200

E-mail: mail@geitonas-school.gr

BOOK your vacation

Μήπως το καλοκαίρι είναι η ιδανική περίοδος να καλλιεργήσουμε πολύτιμες κοινωνικές δεξιότητες, που θα δούμε να ξεφυτρώνουν μέσα από τις σελίδες των αγαπημένων μας βιβλίων;

- Από την Εύα Ανυφαντή -

Ευελξία

Ψυχική ανθεκτικότητα

Ενσυναίσθηση

Επιμονή

Προσαρμοστικότητα

Ευγνωμοσύνη

Υπομονή



Σ' αγαπώ όπως είσαι, Ron van Maerik

Ο Σκαντζόχοιρος και το Ποντίκι είναι φίλοι, τόσο διαφορετικοί κι όμως κολλητοί! Κι αυτό δεν αλλάζει, ακόμα κι όταν μια μέρα ο Σκαντζόχοιρος τσιμπήσει κατά λάθος τον φίλο του. Αυτό συμβαίνει όταν αποδεχόμαστε τη διαφορετικότητα, τη δική μας και των άλλων.



Τρώγεται η ενσυναίσθηση;, Φρόσω Φωτεινάκη, εικόνες: Φωτεινή Τίμου

Πώς αισθάνεται το μόνο παιδί που δεν κάλεσε ο συμμαθητής του στο πάρτι; Θα καταλάβουμε μόνο αν μπούμε στη θέση του, αν καλλιεργήσουμε από νωρίς την ενσυναίσθηση, τη δεξιότητα που είναι η απάντηση σε κάθε μορφή βίας, αλλά και η πυξίδα μας για να χτίσουμε υγιείς και ασφαλείς σχέσεις.

PHOTO: TONIA & THEODORE PHOTOGRAPHY

"It's called reading.

It's how people install new software into their brains."

Γράμμα στο φεγγάρι, Cat Min

Η Κόκο, ένα ντροπαλό κουνελάκι που δεν βγαίνει ποτέ από το εγκαταλελειμμένο γραμματοκιβώτιο όπου ζει γιατί ο έξω κόσμος την τρομάζει, αντιμετωπίζει μια μεγάλη πρόκληση! Θα καταφέρει η δύναμη της δοτικότητας να τη βοηθήσει να νικήσει τους φόβους και την ντροπαλότητά της και να ταξιδέψει πολύ μακριά, για να πραγματοποιήσει την ευχή ενός αγοριού;



Γέτι - Η δύναμη του αιόλη, Μαρίνα Γιώτη

Το Γέτι, ο φανταστικός φίλος του Αγοριού, λέει μόνο τη λέξη ακόμη. Μια λέξη μαγική, που όταν το Αγόρι τη χρησιμοποιεί σωστά, μπορεί να καταφέρει τα πάντα, αρκεί να προσπαθήσει.



Η τελεία, Peter H. Reynolds

Μια ιστορία που έχει μεταφραστεί σε πάνω από 20 γλώσσες και εστιάζει στην αξία της προσπάθειας, αλλά και στη σημασία της αγάπης και της αποδοχής, καθώς έτσι τα παιδιά καλλιεργούν την αυτοπεποίθησή τους και ξεδιπλώνουν τις δυνατότητές τους.

Το Ξενοδοχείο των συναισθημάτων, Lidia Bratkovic

Όλα τα συναισθήματα επισκέπτονται το πιο πρωτότυπο ξενοδοχείο του κόσμου! Η Αγάπη που σκορπίζει φως και γέλιο, ο Θυμός που φωνάζει δυνατά, η Λύπη που πλημμυρίζει με τα δάκρυά της το μπάνιο, και πολλά ακόμα, που είναι περαστικά από εδώ, γιατί ταξιδεύουν συνέχεια...



Το νησί του Ποτέ-Ποτέ, Μαρίνα Γιώτη

Η μικρή στρουθοκάμηλος Ποτέ-Ποτέ ζει πράγματι στο πιο τέλειο νησί του κόσμου και έχει δίκιο που δεν θέλει να φύγει ποτέ. Να όμως που το νησί βουλιάζει κι η στρουθοκάμηλος πρέπει να προσαρμοστεί στις νέες συνθήκες...

PHOTO: ΔΑΝΑΗ ΞΑΦΗ

Όλα τα βιβλία κυκλοφορούν από τις εκδόσεις **ΔΙΟΠΤΡΑ**

Βουνό ή θάλασσα;

Όποιος κι αν είναι ο προορισμός σας φέτος, η Σοφία Παπαφάνη και η Δώρα Χαρατσάρη, λογοθεραπεύτριες και δημιουργοί του Κέντρου Ειδικής Αγωγής Logocare, έχουν τις πιο πρωτότυπες ιδέες για δράσεις και παιχνίδια που μπορείτε να απολαύσετε οικογενειακώς!

Για όσους πάρουν τα βουνά!

Αυτοσχέδιο "JENGA"

Στο δάσος ή το ορεινό χωριό που θα επισκεφθούμε, μπορούμε να συγκεντρώσουμε (με προσοχή πάντα) έναν μεγάλο αριθμό από κλαδάκια, ξυλάκια και διάφορες ξύλινες επιφάνειες για να φτιάξουμε από την αρχή το δικό μας αυτοσχέδιο "Jenga". Διαλέγουμε μερικά κλαδιά που να έχουν όμοιο μέγεθος και μήκος, τα χωρίζουμε ανάλογα με τα άτομα που είμαστε και το παιχνίδι ξεκινάει. Αρχίζουμε να φτιάχνουμε τον πύργο μας με ΠΡΟΣΟΧΗ, γιατί μπορεί το κάστρο να πέσει εύκολα... Αν θέλουμε, μπορούμε να τα ζωγραφίσουμε ή να κολλήσουμε πάνω τους αυτοκόλλητα, για να γίνει ακόμα πιο διασκεδαστική η εικόνα του!

BOOM note: Μέσα από το παιχνίδι αυτό καλλιεργούμε την ανάπτυξη λεπτής κινητικότητας και την τεχνική ισορροπίας, ενώ εξασκούμε την κριτική μας σκέψη και την ικανότητα επίλυσης προβλημάτων.

Πύργος ισορροπίας

Μπορεί στα ορεινά μέρη να μην υπάρχει θάλασσα, υπάρχουν όμως λιμνούλες και ποτάμια, από όπου μπορούμε να πάρουμε πετρούλες διαφόρων μεγεθών και χρωμάτων. Όταν επιστρέψουμε στο σπίτι, τις καθαρίζουμε και αρχίζουμε να φτιάχνουμε πύργους ισορροπίας. Παιζουμε εναλλάξ, όλοι με τη σειρά μας, και προσπαθούμε να κατασκευάσουμε τους πιο ψηλούς και εντυπωσιακούς πύργους! Αρχίζουμε από τις μεγαλύτερες πέτρες για να φτάσουμε στη μικρότερη πέτρα που θα είναι η κορυφή του κάστρου μας. **BOOM note:** Φτιάχνοντας τον «πύργο» μας, εξασκούμε στη λεπτή κινητικότητα, την ανάπτυξη δεξιοτήτων ισορροπίας, και μαθαίνουμε να διακρίνουμε τα μεγέθη.

Ταξιδιωτικό ημερολόγιο

Όχι μόνο τα παιδιά, αλλά και η μαμά και ο μπαμπάς μπορούν να διαλέξουν διάφορα «αναμνηστικά» από το μέρος όπου θα πάνε εκδρομή, όπως φύλλα και λουλούδια από το δάσος. Επιστρέφοντας, εκτυπώνουμε ορισμένες φωτογραφίες που βγάλαμε και τις κολλάμε μαζί με τα «σουβενίρ» που έχουμε συλλέξει σε ένα τετράδιο, γράφοντας δίπλα το όνομα του αντικειμένου, μια ανάμνηση που έχουμε από εκείνη τη στιγμή, πληροφορίες για το μέρος όπου ήμασταν και ημερομηνία. Και κάπως έτσι, όπως όλοι οι διάσημοι εξερευνητές, έχουμε κι εμείς το δικό μας ταξιδιωτικό ημερολόγιο!

BOOM note: Παράλληλα, εμπλουτίζουμε το λεξιλόγιό μας και κάνουμε εξάσκηση στην περιγραφή, την απόδοση πληροφοριών και το storytelling!

The beach is my happy place!

Φρουζοσαλάτα στην άμμο

Το ιδανικό παιχνίδι για τα παιδιά που αγαπάνε να λερώνονται! Πριν φύγουμε για την παραλία, παίρνουμε μαζί μας, εκτός από τα κουβαδάκια, και διάφορα φρούτα. Φτιάχνουμε όλοι μαζί μεγάλα κάστρα από άμμο και αρχίζουμε να τα διακοσμούμε με παράθυρα από σταφύλια, πόρτες από ροδάκινα και σκεπές από τριγωνικά κομμάτια καρπουζιού. Μέσα στο κάστρο έχουμε κρύψει κοχύλια, μικρές φιγούρες και διάφορα μικρά κομμάτια φρούτων. Μόλις το κάστρο μας είναι έτοιμο, αρπάζουμε τα φτυαράκια και αρχίζουμε να ψάχνουμε τους κρυμμένους θησαυρούς!

BOOM note: Μέσα από το κατασκευαστικό παιχνίδι με φυσικά υλικά, αφήνουμε τη φαντασία μας να καλπάζει, εκφραζόμαστε, αυτοσχεδιάζουμε, συνεργαζόμαστε, παίζουμε ομαδικά!

Κάδρα κοχυλιών

Συλλέγουμε όσα περισσότερα κοχύλια μπορούμε μέσα σε ένα καλάθι και τα κολλάμε πάνω σε ένα μπλοκ ζωγραφικής ή σε μικρούς καμβάδες. Αρχίζουμε να ζωγραφίζουμε γύρω από αυτά σχέδια ή φτιάχνουμε διάφορα ζώα όπου το κοχύλι να είναι το σώμα του ζώου που έχουμε επιλέξει. Η φαντασία του κάθε παιδιού είναι ο βοηθός για υπέροχα και φαντασμαγορικά έργα τέχνης!

BOOM note: Οι μικροί «καλλιτέχνες» δημιουργούν, εκφράζονται, καλλιεργούν τη φαντασία τους, ενώ προωθούνται ο εμπλουτισμός ιδεών και η αφαιρετική σκέψη.

Καλουαιρινό βιτρό

Μαζεύουμε κοχύλια, βότσαλα, κλαδάκια, ξεραμένους αστερίες και αχινούς, τα πλένουμε πολύ καλά με θαλασσινό νερό για να φύγει η άμμος και τα αφήνουμε να στεγνώσουν. Σε μια μεγάλη, σταθερή επιφάνεια (δίσκο, κάδρο, τραπέζι) απλώνουμε μια μεγάλη ποσότητα από το αγαπημένο μας χρώμα πλαστελίνης, αλλά προσέχουμε να μην είναι πολύ λεπτή η επιφάνεια, για να μπορέσουν να κολλήσουν πάνω τα καλοκαιρινά μας στολίδια. Παίρνουμε τα καθαρά στολίδια και αρχίζουμε να φτιάχνουμε το δικό μας μοναδικό βιτρό! Θα μπορούσε να είναι ένα μεγάλο οικογενειακό βιτρό που θα χαρίσουμε στη γιαγιά για να διακοσμήσει το εξοχικό της!

BOOM note: Τα παιδιά καλλιεργούν τη δημιουργικότητά τους, εκφράζονται, αφήνουν τη φαντασία τους ελεύθερη και εξασκούνται στην προφορική περιγραφή των βημάτων που ακολουθούν.



PHOTOS: ΔΑΝΑΗ ΙΣΑΦΗ

Παιδοοφθαλμολογική Κλινική Παιδιατρικού Κέντρου Αθηνών

**Τα σχολεία κλείνουν και ανοίγουν οι... οθόνες!
Πώς θα προστατεύσουμε τα μάτια των παιδιών μας;**

Όταν έρχεται το καλοκαίρι, ο χρόνος που περνούν τα παιδιά μπροστά σε οθόνες μπορεί να αυξηθεί, ειδικά αν αργούν ακόμα οι οικογενειακές διακοπές και το «μαμά, βαριέμαι» ακούγεται συνέχεια από το στόμα τους.

Όμως η επαφή με την ψηφιακή τεχνολογία κουράζει (και) τα παιδικά ματάκια, που δυσκολεύονται να εστιάσουν στους χαρακτήρες μιας οθόνης. Οι πρώτες συνέπειες είναι οι ενοχλήσεις του λεγόμενου «συνδρόμου ψηφιακής κούρασης»: κεφαλαλγίες, θολή όραση, αίσθημα ξένου σώματος στα μάτια, δακρύρροια. Μακροπρόθεσμα, σε περίπτωση κατάχρησης αυξάνει τον κίνδυνο ανάπτυξης μυωπίας, ακόμα και στην προσχολική ηλικία για τα παιδιά που, σύμφωνα με μελέτες, εκτίθενται σε οθόνες για πάνω από τρεις ώρες την ημέρα σε ηλικία μικρότερη των τριών ετών.



Freepik

Ο «κανόνας του αγκώνα» και άλλες πρακτικές οδηγίες των ειδικών

Για να προστατεύσουμε την παιδική όραση δεν χρειάζεται να δαιμονοποιήσουμε τις οθόνες και να απαγορεύσουμε εντελώς στα παιδιά τη χρήση τους. Το ζητούμενο είναι να βρούμε μια ισορροπία, σύμφωνα με τις συμβουλές που μας δίνει η Χρυσσαυγή Αδαμοπούλου, οφθαλμίατρος παιδών, επιστημονικός συνεργάτης του Παιδιατρικού Κέντρου Αθηνών*.

1. Ο «κανόνας του αγκώνα»: Η οθόνη του υπολογιστή πρέπει να είναι σε απόσταση ίση ή μεγαλύτερη από αυτήν ανάμεσα στον αγκώνα και το χέρι.
2. Ο «κανόνας των δύο ωρών»: Τα παιδιά δεν πρέπει να περνούν μπροστά στην οθόνη πάνω από δύο ώρες την ημέρα.
3. Ο «κανόνας 20/20»: Για κάθε 20 λεπτά έκθεσης σε οθόνη τα παιδιά πρέπει να κάνουν διάλειμμα 20 δευτερολέπτων, κατά το οποίο εστιάζουν μακριά.
4. Ο «κανόνας του παιχνιδιού σε εξωτερικούς χώρους»: Συνιστάται καθημερινή έκθεση στο φυσικό φως (περίπου μία ώρα την ημέρα), π.χ. με παιχνίδι στο πάρκο, που θεωρείται ότι εμποδίζει την έναρξη της μυωπίας στα παιδιά.

Επιπλέον, η Αμερικάνικη Εταιρεία Παιδιατρικής (American Academy of Pediatrics) έχει εκδώσει τις παρακάτω οδηγίες:

- Τα παιδιά μέχρι δύο ετών δεν πρέπει να εκτίθενται σε καμία οθόνη.
- Τα παιδιά 2-5 ετών δεν πρέπει να εκτίθενται σε οθόνη πάνω από μία ώρα την ημέρα (χρόνος που περιλαμβάνει οποιαδήποτε συσκευή, π.χ. τηλεόραση, laptop, smartphone).
- Τα παιδιά ηλικίας 6 ετών και άνω δεν πρέπει να εκτίθενται σε οθόνη πάνω από 2 ώρες την ημέρα.

Η «αόρατη» σημασία του τσεκάπ

Επειδή τα παιδιά σπάνια θα παραπονεθούν για την όρασή τους, βάζουμε στον οικογενειακό προγραμματισμό τα τσεκάπ που προβλέπονται για κάθε ηλικιακό ορόσημο (σύμφωνα με τις συστάσεις της Αμερικανικής Οφθαλμολογικής Εταιρείας και του Βασιλικού Κολεγίου Οφθαλμολογίας του Ηνωμένου Βασιλείου). Για τα τακτικά τσεκάπ, και για όποιο πρόβλημα προκύψει, εμπιστευόμαστε με κλειστά μάτια την Παιδοοφθαλμολογική Κλινική του Παιδιατρικού Κέντρου Αθηνών. Τα τακτικά καθημερινά εξωτερικά ιατρεία της πλαισιώνονται από 24ωρη on-call εφημερία και πλήρη οφθαλμοχειρουργική κάλυψη οποιαδήποτε ώρα της ημέρας ή της νύχτας τη χρειαζομαστε.

Η Παιδοοφθαλμολογική Κλινική του Παιδιατρικού Κέντρου Αθηνών στελεχώνεται από έναν διευθυντή, τέσσερις επιμελητές εξειδικευμένους παιδοοφθαλμιάτρους και πολλούς ακόμα ειδικούς, με άριστη επιστημονική κατάρτιση και εκπαίδευση σε παιδιατρικά νοσοκομεία της Ελλάδας και του εξωτερικού.

Με τον πλέον σύγχρονο ιατρικό εξοπλισμό στη διάθεσή τους, προσφέρουν υπηρεσίες όπως: γενικός παιδοοφθαλμολογικός έλεγχος, διαθλαστικός έλεγχος και συνταγογράφηση γυαλιών και φακών επαφής, διάγνωση και αντιμετώπιση στραβισμού/αμβλυωπίας, προβλημάτων ρινοδακρυϊκού συστήματος, παιδικού και συγγενούς καταρράκτη, παθήσεων κερατοειδούς, παθήσεων αμφιβληστροειδούς (νεογνών και παιδιών), παθήσεων βλεφάρων/οφθαλμικών κογχών, παιδικού γλαυκώματος, παιδικού τραύματος και προβλημάτων χαμηλής όρασης.

Με λίγα λόγια, παρέχουν κορυφαία και ολοκληρωμένη ιατρική υποστήριξη –σε συνεργασία με υποειδικότητες της οφθαλμολογίας, της πλαστικής χειρουργικής και της γναθοχειρουργικής για σύνθετα περιστατικά– ώστε να παραμείνουμε πιστοί στη δέσμευση που πήραμε όταν κρατήσαμε για πρώτη φορά στα χέρια μας το θετικό τεστ εγκυμοσύνης, να προσέχουμε τα παιδιά μας σαν τα μάτια μας.



*Η Χρυσσαυγή Αδαμοπούλου έχει σπουδές στην Ιατρική Σχολή του Πανεπιστημίου Αθηνών, εκπαίδευση στην Οφθαλμολογία και μετεκπαίδευση στην Παιδοοφθαλμολογία και στη Χειρουργική Στραβισμού Ενηλίκων και Παίδων στα Πανεπιστήμια Τζόρτζταουν στην Ουάσινγκτον και στο Μίσιγκαν αντίστοιχα. Είναι επίκουρη καθηγήτρια Οφθαλμολογίας στο Case Western Reserve University και διευθύντρια του τμήματος Παιδοοφθαλμολογίας και Στραβισμού στο MetroHealth Medical Center στο Κλίβελαντ του Οχάιο.

Tutti frutti με... αλεύρι Μύλοι Αγίου Γεωργίου!

Διακοπές σημαίνει να απολαμβάνουμε το πρωινό μας χωρίς βιασύνη, γύρω από μεγάλα τραπέζια με χυμούς και φρουτένια, μοσχομυριστά κέικ όπως αυτά!



Συνταγή & Food styling: Madame Ginger
Φωτογραφία: Αλέξανδρος Ιωαννίδης
Βοηθός παραγωγής: Άννα Χαλικά

#1 Κέικ με νεκταρίνια

Το όνομά τους είναι συνώνυμο του καλοκαιριού και το μεθυστικό άρωμά τους, το πιο γλυκό πρωινό ξύπνημα!

Χρόνος προετοιμασίας: 20 λεπτά | Χρόνος ψησίματος: 40 λεπτά
| Χρόνος αναμονής: 10 λεπτά | Μεριδες: 8-10 | Βαθμός δυσκολίας: Εύκολο
Σκεύη/συσκευές: μίξερ, στρογγυλή φόρμα κέικ (διαμέτρου 26 εκ.)

Υλικά:

- 250 γρ. αλεύρι Ζην Μύλοι Αγίου Γεωργίου
- 3 αυγά
- 230 γρ. ζάχαρη άχνη
- 100 ml σπορέλαιο
- 200 γρ. γιαούρτι στραγγιστό
- ½ κ.γλ. κανέλα
- ½ κ.γλ. αλάτι
- 1½ κ.γλ. μπέικιν πάουντερ
- 2 νεκταρίνια, ξεφλουδισμένα, κομμένα σε φέτες

Βρείτε τη συνταγή στο
www.alevri.com ή
σκανάρετε εδώ



#2 Clafoutis με φράουλες και διάφορα berries

Bonjour à tous με μία πανεύκολη γαλλική συνταγή, γεμάτη χρώματα κι αρώματα!

Χρόνος προετοιμασίας: 15 λεπτά | Χρόνος ψησίματος: 45 λεπτά | Συνολικός χρόνος: 1 ώρα
| Μεριδες: 8-10 | Βαθμός δυσκολίας: Εύκολο
Σκεύη/συσκευές: μπολ, μίξερ, πυρίμαχο σκεύος

Υλικά:

- 40 γρ. αλεύρι για όλες τις χρήσεις Μύλοι Αγίου Γεωργίου
- 40 γρ. αλεύρι Σίκαλης Μύλοι Αγίου Γεωργίου
- 570 γρ. μίξ φράουλες (κομμένες στη μέση), raspberries και blackberries
- 3 μεγάλα αυγά, σε θερμοκρασία δωματίου
- 1 κ.γλ. εκχύλισμα βανίλιας
- 100 γρ. κρυσταλλική ζάχαρη & 45 γρ. για το πασπάλισμα
- 15 γρ. αμύγδαλο φιλέ (προαιρετικά)
- 330 ml γάλα, πλήρες ή χαμηλής περιεκτικότητας σε λιπαρά
- μαλακό βούτυρο, για την προετοιμασία του σκεύους ψησίματος
- ζάχαρη άχνη, για το σερβίρισμα

Βρείτε τη συνταγή στο
www.alevri.com ή σκανάρετε εδώ



ΜΥΛΟΙ ΑΓΙΟΥ ΓΕΩΡΓΙΟΥ



Η φροντίδα είναι η συνταγή.

- f @alevri.com.gr
- @myloiagiougeorgiou
- @myloiagiougeorgiou
- Μύλοι Αγίου Γεωργίου

Αφιέρωμα PARTY

Inspiration

Tips

Gifts

Cakes

Ideas

Entertainment

Επιμέλεια: Εύα Ανυφαντή, Μαρία Ιωαννάτου,
Τόνια Παπαμιχαλοπούλου, Μαρία Ροδίτη

www.boommag.gr

[f boommag.gr](https://www.facebook.com/boommag.gr) [@boommag.gr](https://www.instagram.com/boommag.gr)

Η Melgrouplab βρίσκεται πίσω από τα πιο Instagram-approved παιδικά πάρτι

Το μυστικό για τα πιο επιτυχημένα και διασκεδαστικά πάρτι το γνωρίζει πολύ καλά η εταιρεία event planning Melgrouplab. Ο Μελέτης Παγώνης και η έμπειρη ομάδα του είναι πάντα πρόθυμοι να ανταποκριθούν ακόμα και στο πιο απαιτητικό task, και να δημιουργήσουν το πιο παραμυθένιο σκηνικό για ένα παιδικό πάρτι γενεθλίων που θα αφήσει εποχή.

Top 10 birthday tips by Melgrouplab

1. Ορίστε εξαρχής το budget που μπορείτε να διαθέσετε για να μη βγείτε εκτός προϋπολογισμού.
2. Αν το παιδί θέλει να καλέσει όλα τα παιδιά της τάξης αλλά το budget σας δεν το επιτρέπει, ζητήστε του να επιλέξει τους 10 καλύτερους φίλους του.
3. Στείλτε τις προσκλήσεις περίπου 3 εβδομάδες νωρίτερα.
4. Αν έχετε οργανώσει το πάρτι σε εξωτερικό χώρο, φροντίστε να υπάρχει plan B σε περίπτωση βροχής.
5. Προτιμήστε τις πρωινές ώρες αν το πάρτι είναι για νηπιακία, ώστε να μην επηρεάσει τον μεσημεριανό ύπνο τους. Για τα μεγαλύτερα παιδιά, το απόγευμα είναι ιδανικό.
6. Επιλέξτε το θέμα του πάρτι με βάση το αγαπημένο χόμπι του παιδιού, την αγαπημένη του ταινία ή σούπερ ήρωα.
7. Είτε μαγειρέψετε εσείς είτε αναλάβει το menu κάποιο catering, συμπεριλάβετε φρούτα, σνακ και άλλες υγιεινές επιλογές για παιδικό πάρτι. Προσοχή, λάβετε υπόψη τυχόν τροφικές αλλεργίες!
8. Οργανώστε δραστηριότητες όπως διαγωνισμό χορού, karaoke, κνήγι θησαυρού ή αναθέστε το κομμάτι της ψυχαγωγίας σε κάποια ομάδα επαγγελματιών.
9. Ετοιμάστε μαζί με τα παιδιά τα goodie bags. Δεν χρειάζεται να ξοδέψετε μια περιουσία, το στοιχείο της έκπληξης αρκεί για να εντυπωσιάσει τα παιδιά!
10. Μικροί και μεγάλοι διασκεδάστε με την ψυχή σας! Κάθε χρόνος που περνάτε με τα παιδιά σας είναι μοναδικός και αξίζει να το γιορτάσετε αναλόγως!



Photos: Instagram @melgrouplab



www.melgrouplab.com [f Melgrouplab](https://www.facebook.com/Melgrouplab) [@melgrouplab](https://www.instagram.com/melgrouplab)

Master Fireworks and Balloons Make your party POP!

Παιδικό πάρτι χωρίς πολλά, πολύχρωμα μπαλόνια, που προσθέτουν fun vibes στην ατμόσφαιρα και τη διακόσμηση, δεν γίνεται. Η ομάδα της Master Fireworks and Balloons δημιουργεί τα πιο εντυπωσιακά σκηνικά – εμπνευσμένα πάντα από το θέμα, το ύφος και τη χρωματική παλέτα κάθε πάρτι.

Παραμυθένια backdrops και γιρλάντες, ειδικές κατασκευές για candy bars και ονειρεμένες συνθέσεις, όλα φτιαγμένα με μπαλόνια σε διάφορα μεγέθη και αποχρώσεις, που εναρμονίζονται υπέροχα με τον χώρο του πάρτι και χαρίζουν στους καλεσμένους ανεπανάληπτες στιγμές αλλά και αμέτρητα κλικ για one-of-a-kind δημοσιεύσεις στα social media.



PHOTOS: Instagram @masterfireworks.gr

Your balloons
of happiness



www.pyrotextimata.com



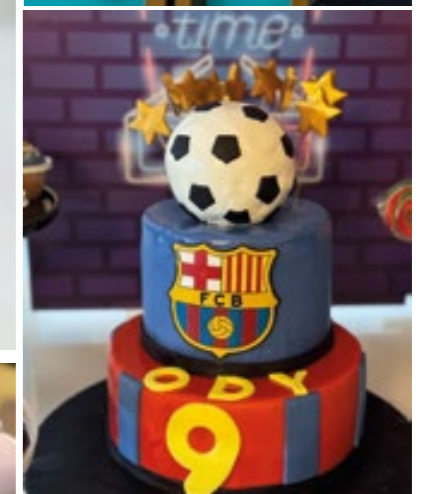
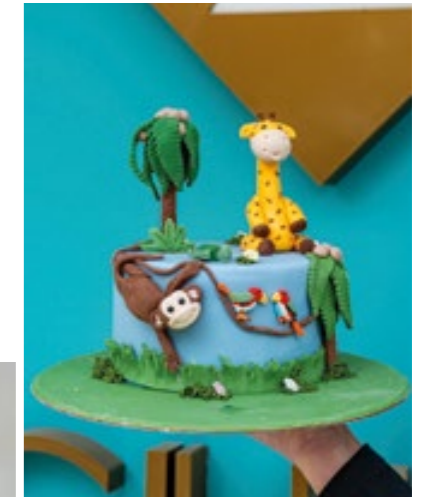
@masterfireworksandballoons



@masterfireworks.gr

Birthday cake με γεύση Zuccherino!

«Θέλω να έχει πάνω... την αγαπημένη μου ομάδα / το ουράνιο τόξο / ένα σύννεφο / τη ζούγκλα / έναν δεινόσαυρο / μονόκερους και νεράιδες / γοργόνες να κολυμπούν στη θάλασσα / αεροπλάνα...». Τα παιδιά μπορούν να δώσουν τις πιο απίθανες απαντήσεις στην ερώτηση «τι θέλεις να έχει πάνω η τούρτα σου;» και ευτυχώς τα ζαχαροπλαστέια Zuccherino είναι εδώ για να πραγματοποιήσουν κάθε request –όσο αδύνατο κι αν μοιάζει!– πάντα με τις πιο αγνές πρώτες ύλες, στις γεύσεις που λατρεύουμε μικροί και μεγάλοι!



www.zuccherino.gr



@zuccherino.gr



@zuccherino.gr

ZUCCHERINO

Η ομάδα της Armonia-Zen μετατρέπει κάθε πάρτι σε αξέχαστη εμπειρία!

Βρήκαμε το location, στείλαμε προσκλήσεις, καταλήξαμε σε τούρτα και μενού... Τι μένει; Να δούμε πώς θα απασχοληθούν δημιουργικά και πώς θα διασκεδάσουν οι επίτιμοι προσκεκλημένοι. Την απάντηση ξέρει η ομάδα Armonia-Zen.

Οι έμπειροι και αεικίνητοι εμψυχωτές της ομάδας παρακινούν μικρούς (και μεγάλους!) να παίξουν τα πιο fun και ψαγμένα παιχνίδια που γυμνάζουν το σώμα και τον νου, και κυρίως προσφέρουν ερεθίσματα. Τσουβαλοδρομίες, γιγάντιο Jenga, ξύλινα σκι, διελκυστίνδα, κινέζικο παζλ Tangram, ομαδική τριλιζα, μουσικά καπέλα, Huila Hoop «σαρανταποδαρούσα», πίστα τύπου Sunning, χαρούμενο τρενάκι με μπαλόνια, τραμπάλα-«πλοίο της αγάπης» και πολύχρωμο αερόστατο είναι μερικά μόνο από τα παιχνίδια που διοργανώνουν. Και φυσικά, η λίστα τους ανανεώνεται συνεχώς, ενώ μπορούν να δημιουργήσουν εντελώς νέα παιχνίδια, προσαρμοσμένα στο concept και την τοποθεσία του κάθε πάρτι. Πείτε τους μόνο πού θα γίνει και αφήστε τα όλα πάνω τους!



PHOTOS: ΑΠΟΣΤΟΛΗΣ ΠΛΑΤΑΝΙΑΣ



Εκπαιδευτήρια Δούκα

The party is here... στον πιο όμορφο κήπο της πόλης!

Γενέθλια, γιορτές, συναντήσεις με συμμαθητές και φίλους. Όποιος κι αν είναι ο λόγος που θέλετε να κάνετε παιδικό πάρτι, ένας είναι ο απόλυτος χώρος: ο καταπράσινος κήπος του Νηπιαγωγείου των Εκπαιδευτηρίων Δούκα. Εδώ οι επιθυμίες μικρών και μεγάλων γίνονται αξέχαστες εμπειρίες γεμάτες χαρά, γέλιο και παιχνίδι.

Εξωτερικός χώρος

Ο σύγχρονος και λειτουργικός κήπος διαθέτει παιχνίδια και εξοπλισμό, που πληρούν όλες τις προδιαγραφές ασφαλείας και είναι κατασκευασμένα από φυσικά υλικά. Γι' αυτό ακριβώς αποτελεί το κατάλληλο περιβάλλον για ατέλειωτο παιχνίδι, άθληση και διασκέδαση.

Στεγασμένοι χώροι

Τι κι αν σας τα χαλάσει ο καιρός; Το πάρτι μπορεί να συνεχιστεί χωρίς εμπόδια στους κλειστούς χώρους και στις ειδικά διαμορφωμένες αίθουσες του σχολείου.

Βιωματικές και δημιουργικές δραστηριότητες

Από φουσκωτά κάστρα και face painting, μέχρι εργαστήρια κατασκευών, οι μικροί μας φίλοι δεν θα βαρεθούν στιγμή!

Υγιεινές και νόστιμες επιλογές φαγητού

Πάρτι χωρίς υπέροχες γεύσεις δεν γίνεται! Στα Εκπαιδευτήρια Δούκα θα βρείτε ποικιλία από μενού με φρέσκα και υγιεινά υλικά, προσαρμοσμένα στις διατροφικές ανάγκες των παιδιών.

Εξατομικευμένες υπηρεσίες

Από τη θεματική διακόσμηση μέχρι το ειδικό πρόγραμμα δραστηριοτήτων, η κάθε εκδήλωση προσαρμόζεται στις ανάγκες και τις επιθυμίες σας.



Το stationery του παιδικού πάρτι έχει την καλλιτεχνική υπογραφή της Twenty2twins!

Από cute προσκλήσεις και ηλεκτρονικά «save the date» μέχρι posters, αυτοκόλλητα, σουπλά, gift bags και πρωτότυπα backdrops, στην Twenty2twins θα βρείτε γραφιστικά αριστουργήματα για ένα παιδικό πάρτι βγαλμένο από όνειρο!

Grafting happy moments

Με προσοχή στη λεπτομέρεια, επαγγελματισμό και σύγχρονη ματιά, οι αδερφές Τίνα και Γιάννα Μαρτινέγκου μπορούν να υλοποιήσουν κάθε ιδέα, και μάλιστα να δημιουργήσουν tailor-made και μοναδικής αισθητικής σχέδια, κάνοντας πραγματικότητα ό,τι ακριβώς έχει φανταστεί ο μικρός πρωταγωνιστής της ζωής σας. Έτσι, επιβεβαιώνουν με τον καλύτερο τρόπο και το motto του brand, που δεν είναι άλλο από το... «we make ideas happen»!



Οι Moutzoures δημιουργούν έργα τέχνης σε παιδικά προσωπάκια!

Ψάχνετε ευφάνταστους τρόπους να απασχολήσετε τους μικρούς και -γιατί όχι;- τους μεγάλους καλεσμένους στο πάρτι γενεθλίων του παιδιού σας; Η ομάδα Moutzoures υπόσχεται να μυήσει τους λιλιπούτειους guests στον μαγικό κόσμο των μεταμορφώσεων και του face painting, δημιουργώντας τα πιο απίθανα σχέδια στα χέρια και τα προσωπάκια τους!

Σούπερ ήρωες ή ζώα του δάσους; Παστέλ λουλούδια ή πριγκίπισσες με γκλίτερ; Είτε προτιμήσετε ένα συγκεκριμένο θέμα είτε αφήσετε τα παιδιά να επιλέξουν, είναι βέβαιο ότι οι Moutzoures θα κάνουν θαύματα με τα πινέλα τους! Χάρη στη δημιουργικότητα και την ανεξάντλητη φαντασία τους, το ζεστό χαμόγελο και τη θετική τους διάθεση, μπορούν να εγγυηθούν την απόλυτη επιτυχία της πιο σημαντικής ημέρας στη ζωή των μικρών σας. Αφήστε τα παιδιά να μπουν στον ρόλο τους, να εκφραστούν με διαφορετικούς τρόπους και να διασκεδάσουν. Και μην ξεχάσετε να βγάλετε τις πιο τέλειες φωτογραφίες!

BOOM note: Όλα τα υλικά που χρησιμοποιούν οι Moutzoures είναι πιστοποιημένα σύμφωνα με τις ευρωπαϊκές προδιαγραφές (EEC) και κατάλληλα για επαγγελματική χρήση σε παιδικά πρόσωπα. Τα πινέλα έχουν συνθετική τρίχα, τα χρώματα είναι υδατοδιαλυτά, δεν περιέχουν ζωικά συστατικά και αφαιρούνται εύκολα με σαπούνι και νερό. Τα μέλη της ομάδας φορούν πάντα τα ροζ γάντια τους και απολυμαίνουν τα εργαλεία τους όσο συχνά χρειάζεται.



Dinoverse

Περιπέτεια και διασκέδαση με μία υπέροχη ομάδα παλαιοντολόγων

Αν το μικρό σας τρελαίνεται για δεινοσαύρους και λατρεύει τα μουσικοκινητικά παιχνίδια, τότε όλοι οι δρόμοι οδηγούν στο Dinoverse. Με πολυετή εμπειρία στον χώρο της απασχόλησης και της ψυχαγωγίας των παιδιών, η αγαπημένη ομάδα παλαιοντολόγων υπόσχεται να στήσει το πιο... περιπετειώδες πάρτι σε όποιο χώρο επιθυμείτε, χαρίζοντας στους ανήσυχους εξερευνητές γνώσεις και αξέχαστες στιγμές παρέα με τον τυραννόσαυρο Ross και τη βελουοράττορα Blue.

Ross + Blue + kids = BFF

Μαζί με τους εκπαιδευτές-εξερευνητές του Dinoverse, τα παιδιά θα ταξιδέψουν σε κόσμους προϊστορικούς, θα μελετήσουν απολιθώματα και σπάνια πετρώματα, θα μάθουν πώς να επιβιώνουν στη ζούγκλα παίζοντας, θα ανακαλύψουν θησαυρούς, θα χορέψουν, θα τρέξουν και, φυσικά, θα γίνουν οι καλύτεροι φίλοι του Ross και της Blue.

A dino-mite party

Αδρεναλίνη, αγωνία, ενθουσιασμός και... φύγαμε για το «The Lab Escape Van», το κινούμενο escape room των παλαιοντολόγων! Ναι, καλά καταλάβατε, το Paleontology VAN είναι ειδικά διαμορφωμένο εσωτερικά και εξωτερικά, και μπορεί να βρεθεί οπουδήποτε, για ατέλειωτες ώρες χαράς και διασκέδασης!



Photo: Matthew Miller

Ο Ross και η Blue ανυπομονούν να σας γνωρίσουν!

The Lab Escape Van



instagram: @dinoverse_gr



www.dinoverse.gr @dinoverse_gr

Στο Up Up and Away θα βρείτε όλα όσα θα απογειώσουν το πάρτι σας!

Με πολλή αγάπη και προσοχή, και με γνώμονα την αξεπέραστη ποιότητα, το σύγχρονο design και την υψηλή αισθητική, η Νικολέττα Μακέδου ίδρυσε πριν από λίγα χρόνια ένα από τα πιο αγαπημένα μας e-shop, που δεν χορταίνουμε να χαζεύουμε και να ανακαλύπτουμε τους μικρούς θησαυρούς του. Παιχνίδια, αξεσουάρ για τη μαμά και το μωρό, μικροέπιπλα και διακοσμητικά για το παιδικό δωμάτιο, όλα από κορυφαία διεθνή brands, με υπέροχα σχέδια σκανδιναβικής αισθητικής και patterns, που μορφαίνουν την καθημερινότητα και τη ζωή μας. Εδώ θα βρείτε, μεταξύ άλλων, μοναδικά items για πάρτι, απίθανα δώρα και κυρίως... ιδέες!



Ξύλινη τούρτα με κεράκια



Ξύλινο κουκλόσπιτο



Υφασμάτινη κορόνα γενεθλίων



Φλιπεράκι τσέπης



Σετ προβολής 5 ιστοριών



Φτερά πεταλούδας

Με ένα στρώμα δραστηριοτήτων και ένα υφασμάτινο βιβλιάρκι μπορείτε να δημιουργήσετε ένα baby corner για τους λιλιπούτειους καλεσμένους σας.

www.upupandaway.gr Up Up And Away @upupandaway.gr



Στο πάρτι μας θα καλέσουμε και «Το Χαμόγελο του Παιδιού»!

«Το Χαμόγελο του Παιδιού» δεν χρειάζεται συστάσεις. Εδώ και σχεδόν 30 χρόνια βρίσκεται δίπλα σε κάθε παιδί που το χρειάζεται, 365 ημέρες τον χρόνο, 24 ώρες την ημέρα, πραγματοποιώντας δράσεις πρόληψης για την αποφυγή των φαινομένων βίας, των περιστατικών εξαφάνισης, καθώς και την παροχή προληπτικών ιατρικών εξετάσεων αλλά και δράσεις παρέμβασης για παιδιά θύματα κάθε μορφής βίας, για παιδιά που εξαφανίζονται, παιδιά που αντιμετωπίζουν προβλήματα υγείας και παιδιά που ζουν ή απειλούνται να βρεθούν σε κατάσταση φτώχειας. Γι' αυτό, με κάθε ευκαιρία, αξίζει να γίνουμε αρωγοί στο σπουδαίο έργο που επιτελεί, ακόμα και στο πάρτι μας, και να πω!

Όπου κι αν γίνει το πάρτι, σίγουρα θα βρεθεί χώρος να τοποθετηθεί σε περίοπτη θέση ο κουμπάρς του οργανισμού!

Keep in mind: Οι χρηματικές δωρεές που συγκεντρώνονται, με αξιοπιστία και διαφάνεια, διατίθενται από «Το Χαμόγελο του Παιδιού» αποκλειστικά για την υποστήριξη παιδιών με σοβαρά προβλήματα υγείας.

Στο e-shop του οργανισμού μπορείτε να βρείτε ιδέες για προσκλήσεις αλλά και δεκάδες προτάσεις για τα πιο εντυπωσιακά party favors, από μπάλες και τριλιζες μέχρι τους σπόρους αγάπης «Μη με λησμόνει» σε ειδική συσκευασία. Δεν έχετε παρά να επισκεφθείτε το site του οργανισμού και να βρείτε όλες τις πληροφορίες.



www.hamogelo.gr



@hamogelo.org



@hamogelo

Αφιέρωμα

PREGNANCY, BABY, NEW PARENTS & BAPTISM



www.boommag.gr



boommag.gr

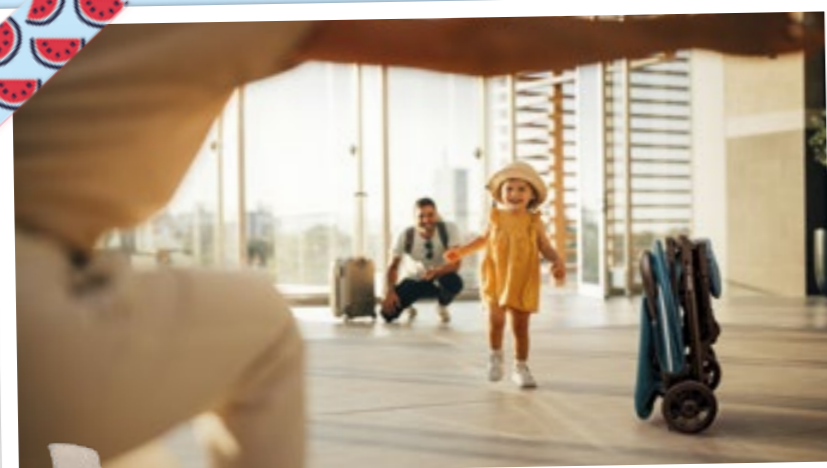


@boommag.gr

Χαρούμενες διακοπές με την Inglesina!

Πρώτες διακοπές με το μωρό και θέλετε να πάρετε μαζί τα ΠΑΝΤΑ, από το κρεβατάκι μέχρι το καρεκλάκι φαγητού του, και φυσικά χρειάζεστε ένα ελαφρύ και compact καρότσι. Η Inglesina έχει φροντίσει για όλα!

- Επιμέλεια: BOOM Team -



Μάρσιπος FRONT για περιπάτους στην ακροθαλασσιά | Με ρυθμιζόμενους ιμάντες για πλήρη οσφυϊκή στήριξη, διασφαλίζει τόσο για το μωρό όσο και για τη μαμά και τον μπαμπά μέγιστη άνεση και τέλεια στάση.



DUAL BAG: Η τσάντα της μαμάς που τα χωράει όλα! Έχει μεγάλες τσέπες, πολυάριθμες θήκες και αποσπώμενο τσαντάκι με ενσωματωμένη αλλαξιέρα για εύκολη αλλαγή πάνας.



Παρκοκρέβατο ταξιδιού LODGE για να κοιμόμαστε ήσυχοι! Είναι πρακτικό και άνετο, εξοπλισμένο με στρώμα και κιτ διπλού ύψους για τους πρώτους μήνες του μωρού. Περιλαμβάνει κουνουπιέρα και όταν είναι κλειστό, μπαίνει στην πιο πρακτική τσάντα μεταφοράς!



Πάμε παντού με το παιδικό κάθισμα αυτοκινήτου COPERNICO (εγκεκριμένο σύμφωνα με το πρότυπο ECE R129/03) | Διαθέτει θέση που περιστρέφεται 360°, για αλλαγή φοράς του καθίσματος ακόμα και για την εύκολη τοποθέτηση του παιδιού, και εργονομικό κάθισμα με ανάκλιση 3 θέσεων για να εξασφαλίζει στο παιδί ένα άνετο και ξεκούραστο ταξίδι μέχρι την ηλικία των 12. Επιπλέον, το μαξιλαράκι-μειωτήρας είναι κατάλληλο για νεογέννητα.



Επιτραπέζιο πτυσσόμενο καρεκλάκι φαγητού FAST και... καλή σας όρεξη! Προσαρμόζεται στους περισσότερους τύπους τραπεζιού σε χρόνο dt, διπλώνει και μπαίνει στην ενσωματωμένη τσάντα μεταφοράς για να το έχετε πάντα μαζί!

Strolling around... Greece!

Με αεροπλάνο, καράβι ή αυτοκίνητο; Όπως κι αν ταξιδέψετε, όποιος κι αν είναι ο προορισμός, τα ελαφριά, άνετα και compact καρότσια περιπάτου της Inglesina θα σας λύσουν τα χέρια!

QUID2 (χρώμα Polka Dot White)

Έτοιμοι για απογείωση!

Το πιο ελαφρύ στην κατηγορία του καρότσι (ζυγίζει μόλις 5,9 κιλά!), ιδανικό για ταξίδια ακόμα και με το αεροπλάνο, διαθέτει στη νέα, εξελιγμένη εκδοχή του ενισχυμένη επένδυση του πλατοκαθίσματος, ενισχυμένο υποπόδιο, παράθυρο εξαερισμού με μαγνητικό κούμπωμα, μεγαλύτερο καλάθι μεταφοράς αντικειμένων και νέα ρύθμιση πλάτης με το ένα χέρι.



NOW (χρώμα Snap Grey)

It's time to have fun!

Διπλώνει μόνο του με ένα άγγιγμα, χάρη στη μοναδική λειτουργία αυτόματης αναδίπλωσης, στέκεται επίσης μόνο του, ζυγίζει μόνο 7,2 κιλά, έχει μεγάλους τροχούς με εμπρόσθιες και οπίσθιες αναρτήσεις, μεγάλη επεκτεινόμενη κουκούλα πλήρους κάλυψης με εξαερισμό και μεγάλο καλάθι μεταφοράς αντικειμένων.



SKETCH (χρώμα Navy) και... φύγαμε!

Είναι άνετο, ζυγίζει μόνο 6,9 κιλά και στην εξελιγμένη εκδοχή του έχει τροχούς με καλύτερη απόδοση και μεγαλύτερη κουκούλα.



TWIN SKETCH (χρώμα Grey)

Δuo δυο!

Για δίδυμα ή αδελφάκια με μικρή διαφορά ηλικίας.



MAIOR (χρώμα Magnet Grey)

Παντός αιρού και παντός εδάφους!

Ιδανικό για τους λάτρεις της περιπέτειας, διασφαλίζει άνετες βόλτες σε κάθε τύπο εδάφους, χάρη στους μεγάλους τροχούς του με μαλακή ανάρτηση, ζυγίζει 7,9 κιλά και διαθέτει αξεσουάρ για όλες τις εποχές, όπως αδιάβροχο και ποδόσακο.



Inglesina

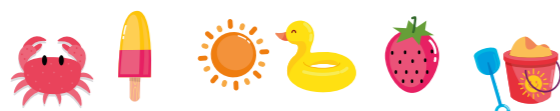


Υγιεινή προστασία, για ατέλειωτο παιχνίδι μέσα στο νερό... από το πρώτο μπανάκι!

Μπορεί τα παιδιά μου πλέον να μεταμορφώνονται κάθε καλοκαίρι σε αμφίβια όντα και να γίνεται μάχη για να βγουν από το νερό, δεν ήταν όμως πάντα έτσι... Δεν θα ξεχάσω πόσο σφιχτά με κρατούσαν με τα χεράκια τους τις πρώτες φορές που τα βάζαμε στη θάλασσα, που σχεδόν έτρεμαν από φόβο, και εννοείται πως δεν ήθελαν καθόλου να με αφήσουν ή να πατήσουν στην άμμο. Χρειάστηκε πολλή υπομονή και προσπάθεια για να τα βοηθήσουμε να αγαπήσουν όσο κι εμείς τις εξορμήσεις στην παραλία.

Αν λοιπόν φέτος ετοιμάζεστε κι εσείς για τα πρώτα σας μπάνια στη θάλασσα, να ορισμένα tips που θα βοηθήσουν το παιδάκι σας να αφεθεί στο απέραντο γαλάζιο χωρίς φόβο αλλά με ενθουσιασμό, χτυπώντας χεράκια και ποδαράκια από χαρά!

- Από τη Μικρού Κάζη -



3 & 1 βήματα για το πρώτο του μπάνιο στη θάλασσα

#1 Αρχίζουμε την προετοιμασία από το σπίτι: Όσο περισσότερο έχει συνηθίσει την επαφή με το νερό και το έχει αγαπήσει, τόσο πιο εύκολη θα είναι η μετάβασή του στη θάλασσα. Γι' αυτό, κάνουμε το μπανάκι στην μπανιέρα μία όσο το δυνατόν πιο διασκεδαστική εμπειρία (αυτό θα διευκολύνει και την καθημερινή ρουτίνα μας).

#2 Το timing μετράει: Για την πρώτη του γνωριμία με τη θάλασσα, επιλέγουμε προσεκτικά και την εποχή και την παραλία –θέλουμε το νερό να είναι ζεστό ώστε να μην το αποθαρρύνει– αλλά και την ώρα της ημέρας: ακόμα και ένα μωράκι πιο δεκτικό σε νέα ξεκινήματα δεν θα έχει την καλύτερη διάθεση αν φτάσουμε στη θάλασσα την ώρα που συνήθως πεινάει ή ησυχάζει.

#3 Μπαίνουμε αγκαλιά στη θάλασσα: Τίποτα δεν συγκρίνεται με την αγκαλιά της μαμάς και του μπαμπά –και το αίσθημα προστασίας που τη συνοδεύει– ειδικά όταν βλέπει για πρώτη φορά τόσο πολύ νερό. Και καλό είναι να μην ξεχνάμε να είμαστε πρώτα απ' όλα εμείς χαρούμενοι και χαλαροί, αφού τα μωρά μας απορροφούν τα συναισθήματα σαν σφουγγάρι!

#4 Φτιάχνουμε λίστα για την τσάντα παραλίας: Βάζουμε μπουρνούζακι, το αγαπημένο του παιχνίδι μπανιέρας, που, σε περίπτωση φόβου, θα λειτουργήσει ως αντικείμενο παρηγοριάς, επιπλέον παιχνίδια που θα δημιουργήσουν μία νέα, συναρπαστική ρουτίνα, αυτήν της παραλίας – αν και μπορεί να καταλήξει να διασκεδάζει με τις ώρες με μια χούφτα άμμο! Από την τσάντα παραλίας δεν πρέπει επίσης να λείπουν το καπελάκι και το αντηλιακό με υψηλό δείκτη προστασίας, το παγούρι ή το μπιμπερό του και ένα σνακ για μετά το μπάνιο. **Και φυσικά, δεν πηγαίνουμε πουθενά χωρίς τις πάνες-μαγιό Babylino Sensitive Swim Pants!**

All around elastic για σταθερή εφαρμογή



Οι πάνες-μαγιό Babylino Sensitive Swim Pants, μιας χρήσης, συγκεντρώνουν όλα τα πλεονεκτήματα μιας πάνας και ενός μαγιό και εμπνέουν για ατέλειωτο παιχνίδι στο νερό.

Χάρη στην τεχνολογία «all around elastic» προσφέρουν 360° ελαστικότητα και εφαρμόζουν τέλεια και στη μεσούλα και στα ποδαράκια, ώστε να μην «κρεμούν» όταν βραχούν.

Με πλαινά φράγματα ασφαλείας βοηθούν στην προστασία από τις διαρροές μέσα στη θάλασσα ή την πισίνα, ενώ παράλληλα επιτρέπουν στο μωράκι να καθίσει και να παίζει άφοβα με την άμμο, καθώς εξασφαλίζουν υγιεινή προστασία. Επιπλέον, αφαιρούνται τόσο εύκολα και γρήγορα, ακόμη και βρεγμένες, οπότε το μωρό δεν μένει ούτε λεπτό παραπάνω με κάτι βρεγμένο πάνω στο δερματάκι του.

Και βέβαια, όπως όλες οι πάνες Babylino Sensitive, είναι φιλικές προς το ευαίσθητο βρεφικό δερματάκι, δερματολογικά ελεγμένες και συνιστώνται από την Ελληνική Εταιρία Παιδιατρικής Δερματολογίας.

Last but not least, τα χαρούμενα, καλοκαιρινά σχεδιάκια τους, εμπνευσμένα από τη θάλασσα, που δεν έχουν να ζηλέψουν τίποτα από τα μαγιό των «μεγάλων», θα πείσουν ευκολότερα το μωρό μας να τις δοκιμάσει και να ποζάρει μαζί μας για τις πιο cute φωτογραφίες από το πρώτο του μπάνιο στη θάλασσα.



Δερματολογικά ελεγμένο

www.babylino.gr

f Babylino @babylino.greece

Οι δύο συσκευές της PHILIPS AVENT που μας είναι απαραίτητες ΚΑΙ στις διακοπές!

Εύκολες στη μεταφορά και στη χρήση, θα γίνουν το δεξί μας χέρι και στην προετοιμασία των πιο υγιεινών γευμάτων του και στην απόλυτη προστασία του ευαίσθητου, μικρού μας πλάσματος, ώστε να απολαύσουμε στο έπακρο το καλοκαίρι μαζί του.

- Από τη Γεωργία Καρυάνη -

Παρασκευαστής υγιεινής βρεφικής τροφής 4-σε-1 SCF883/01
Και απόψυξη, και θέρμανση, και ανακάτεμα, και μαγείρεμα στον ατμό σε μία και μοναδική συσκευή που θα μας διευκολύνει απίστευτα στο σπίτι, στο εξοχικό, σε ένα ενοικιαζόμενο διαμέρισμα, ακόμα και σε ένα μικροσκοπικό δωμάτιο με κουζίνα!

Γιατί είναι must-have:

- Είναι ιδανικός για υγιεινό μαγείρεμα στον ατμό - γιατί, για το μωρό μας, δεν συμβιβάζομαστε με τίποτα λιγότερο από τα πιο ωφέλιμα, θρεπτικά αλλά και πεντανόστιμα σπιτικά γεύματα.

- **Αναμειγνύει τα υλικά στην ίδια κανάτα όπου τα μαγειρεύει:** επομένως, εξοικονομούμε χώρο και χρόνο και από την προετοιμασία ενός γεύματος και από το καθάρισμα της συσκευής! Αν βέβαια έχουμε πλυντήριο πιάτων στις διακοπές, ακόμα καλύτερα, γιατί μπορούμε να πλύνουμε εκεί και την κανάτα και τη λεπίδα. Σε κάθε περίπτωση, η δεξαμενή νερού καθαρίζει και ξαναγεμίζει πανεύκολα, χάρη στον πρακτικό σχεδιασμό της.

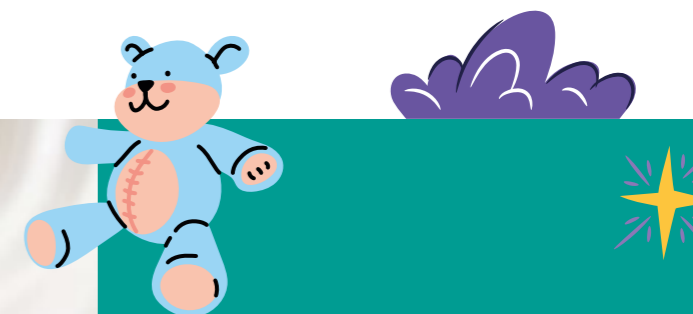
- Δεν θα περάσουμε τις μισές μας διακοπές στην κουζίνα, αφού η κανάτα χωράει 1.000 ml, κι έτσι μπορούμε κάθε φορά να μαγειρεύουμε έως και τέσσερα γεύματα. Το φαγητό που περισσεύει το αποθηκεύουμε στο δοχείο που περιλαμβάνεται στη συσκευασία, το διατηρούμε στο ψυγείο ή την κατάψυξη και, απλά, το αποψύχουμε και το αναθερμαίνουμε όποτε θέλουμε, ενεργοποιώντας τις εύχρηστες λειτουργίες της συσκευής.

- Ακολουθεί κάθε στάδιο απογαλακτισμού και ανάπτυξης του μικρού μας, αφού μπορούμε να επιλέξουμε αν θα αλέσουμε την τροφή ή θα την κόψουμε είτε σε μικρά είτε σε μεγαλύτερα κομμάτια.

- Δεν χρειάζεται να περιμένουμε πάνω από τη συσκευή μέχρι να γίνει το φαγητό, αφού, όταν είναι έτοιμο, μας ειδοποιεί με έναν χαρακτηριστικό ήχο «μπιπ».



Plus 1: Κι αν στερέψουμε από ιδέες, κατεβάζουμε τη συνοδευτική εφαρμογή και ακολουθούμε βήμα βήμα τις πεντανόστιμες συνταγές απογαλακτισμού της Dr. Emma Williams.



Βρεφικό μόνιτορ SCD892/26

Αυτή η συσκευή παρακολούθησης του μωρού μας προσφέρει το αίσθημα ασφάλειας που έχουμε όταν το κρατάμε στην αγκαλιά μας, ακόμα και ενώ κοιμάται στο υπνοδωμάτιο κι εμείς απολαμβάνουμε τον καφέ μας στο living room.

Γιατί είναι must-have:

- Μας επιτρέπει να παρακολουθούμε το μωρό μας μέρα και νύχτα, χάρη στα κορυφαία χαρακτηριστικά που συνδυάζει: ασφαλή και ιδιωτική σύνδεση, παρακολούθηση της θερμοκρασίας του δωματίου του, έγχρωμη οθόνη 3,5" HD με 2x ζουμ και νυχτερινή όραση που ενεργοποιείται αυτόματα στο σκοτάδι, για να έχουμε καθαρή εικόνα ακόμα κι όταν κοιμάται.

- Έχει αρχίσει να περπατάει και να εξερευνά τον χώρο; Η κάμερα με χειροκίνητη περιστροφή μπορεί να μας προσφέρει πλήρη άποψη του δωματίου του.

- Δεν χρειάζεται να έχουμε το βλέμμα μας κολλημένο συνέχεια στην οθόνη. Ο κρυστάλλινος ήχος του μας μεταφέρει κάθε γελάκι, χασμωρητό και λόξιγκα με εκπληκτική ευκρίνεια.

- Το νανορίζει γλυκά, χάρη στο χαλαρωτικό νυχτερινό φωτάκι που διαχέει στο δωμάτιο του μια ζεστή, γαλήνια λάμψη, τη λειτουργία ενεργοποίησης του νυχτερινού φωτός και τη δυνατότητα επιλογής ανάμεσα σε τέσσερις ήχους.

- Επειδή βέβαια κανένας ήχος δεν το καθησυχάζει περισσότερο από αυτόν της φωνής μας, με ένα απλό κλικ μπορούμε να συνδεθούμε μαζί του και να του μιλήσουμε από οποιοδήποτε σημείο του σπιτιού.

- Μεταφέρεται εύκολα χωρίς καλώδιο και λειτουργεί για 10 ώρες* πριν χρειαστεί επαναφόρτιση, με εμβέλεια έως και 300 μέτρα σε εξωτερικούς χώρους ή έως και 50 σε εσωτερικούς**. Δηλαδή, πάει παντού!

*Με χρήση της λειτουργίας ECO.

**Η εμβέλεια λειτουργίας του βρεφικού μόνιτορ διαφέρει ανάλογα με το περιβάλλον και τους παράγοντες που προκαλούν παρεμβολές.



Εγκυμοσύνη και καλοκαίρι

Η κύηση είναι μια υπέροχη και απόλυτα φυσιολογική κατάσταση, το καλοκαίρι όμως χρειάζεται ειδικούς χειρισμούς προκειμένου η μέλλουσα μανούλα να το χαρεί με ασφάλεια! Πριν λοιπόν αρχίσουμε να σχεδιάζουμε τις καλοκαιρινές μας εξορμήσεις, καλό είναι να έχει προηγηθεί μια συζήτηση με τον/τη γιατρό μας.

Η μαιευτήρας-χειρουργός γυναικολόγος Μαριλία Νικολαΐδου μας δίνει μερικά χρήσιμα tips για ασφαλείς και ευχάριστες διακοπές!

Πού να πάμε διακοπές;

Όσο φυσιολογικά και αν εξελίσσεται μια κύηση, υπάρχει πάντα η πιθανότητα «απρόβλεπτων αναταράξεων»! Γι' αυτό πρέπει να είμαστε προνοητικοί... Καλό είναι να προγραμματίσετε τις διακοπές σας σε προορισμούς με γρήγορη και άμεση πρόσβαση σε σημεία παροχής μαιευτικής φροντίδας.

Αν η κύησή σας είναι υψηλού κινδύνου, πρέπει απαραίτητως να βρίσκεστε όσο το δυνατόν πλησιέστερα στον γιατρό σας.

Πώς αντιμετωπίζουμε τις ζεστές ημέρες;

Αποφεύγουμε τις ώρες με μεγάλη ηλιοφάνεια, από τις 10 το πρωί έως τις 3 το μεσημέρι. Καλύπτουμε με άνετα και δροσερά υφάσματα όσο μεγαλύτερη επιφάνεια του δέρματος μπορούμε και βέβαια φοράμε πάντα γυαλιά ηλίου και καπέλο. Φροντίζουμε να είμαστε κάτω από σκιά και φοράμε πάντα αντηλιακό. Απαραίτητη είναι και η ενυδάτωση, πρέπει να πίνουμε τουλάχιστον 3 λίτρα νερό την ημέρα.



Lunamarina/Freepik



Μπάνιο και υύση

Τίποτα καλύτερο από την κολύμβηση σε αυτήν τη φάση! Πάντα όμως με τη σύμφωνη γνώμη του γιατρού μας!

Αποφεύγουμε τις ώρες με έντονη ακτινοβολία, δηλαδή κολυμπάμε πριν από τις 11 το πρωί και μετά τις 4 το απόγευμα. Μπαίνουμε πάντα με παρέα στο νερό, ώστε να έχουμε κοντά μας κάποιον σε περίπτωση κρίμας ή αδιαθεσίας.

Φοράμε πάντα καπέλο και αντηλιακό. Καλό είναι, μόλις βγούμε από τη θάλασσα, να κάνουμε ένα ντουζ και να αλλάξουμε μαγιό (προτιμούμε μπικίνι).

Τι αντηλιακό χρησιμοποιούμε;

Καθώς το δέρμα σας είναι πολύ περισσότερο ευαίσθητο στην κύηση, ενδεχομένως τα αντηλιακά που χρησιμοποιούσατε μέχρι τώρα να μην καλύπτουν τις ανάγκες σας. Εκτός αυτού, ακριβώς λόγω της ευαισθησίας και της αυξημένης πιθανότητας εμφάνισης αλλεργιών και αντιδράσεων, είναι καλύτερα να επιλέξετε ένα φυσικό αντηλιακό («ανόργανο ή ορυκτό») σε σχέση με τα κλασικά, χημικά αντηλιακά (οργανικά), τα οποία έχουν μεγαλύτερες πιθανότητες να προκαλέσουν αλλεργικές αντιδράσεις.

Τα φυσικά αντηλιακά είναι κυρίως κατασκευασμένα από ανόργανα συστατικά, οξειδίο του ψευδαργύρου και διοξειδίο του τιτανίου. Επικάθονται στο δέρμα και αντανακλούν τις ακτίνες UV, ώστε να μη φτάσουν στο δέρμα, και δεν απορροφώνται. Για τον λόγο αυτό, η πιθανότητα αλλεργικής ή άλλης αντίδρασης είναι ελάχιστη. Αυτά τα δύο είναι τα μόνα φυσικά φίλτρα εγκεκριμένα από την ΕΕ, ενώ παρέχουν προστασία ευρέος φάσματος. Αποφεύγουμε προϊόντα που στη σύστασή τους έχουν κάποια από τις ουσίες οξυμπενζόνη, οκτινοξάτη, βιταμίνη Α και παράγωγά της, όπως ρετινόλη, ρετιναλδεΐδη, ανταπαλένη, τρετινοΐνη.

Το οξειδίο του ψευδαργύρου (zinc oxide) δίνει αποτελεσματική κάλυψη των ακτίνων UVB, UVA1 και UVA2 και έχει φυσικές αντισηπτικές και αντιβακτηριακές ιδιότητες. Βοηθά στη λιπαρότητα του δέρματος, στις λοιμώξεις και στην ακμή, καθώς και στην επούλωση επιδερμικών πληγών, εγκαυμάτων και εξανθημάτων. Από την άλλη πλευρά, το διοξειδίο του τιτανίου έχει ανακλαστικές ιδιότητες σε μικρότερο φάσμα UVB και UVA2.

Επιλέξτε αδιάβροχο αντηλιακό με δείκτη προστασίας τουλάχιστον 30 και να το ανανεώνετε συχνά, και κάθε φορά που βγαίνετε από το νερό. Προτιμούμε αντηλιακά σε μορφή λωσιόν, καθώς τα αντηλιακά σε μορφή stick ή spray μπορεί να αφήσουν περιοχές ακάλυπτες χωρίς να το αντιληφθούμε.

Τι τρώμε το καλοκαίρι;

Προκειμένου να αποφύγετε την αύξηση της θερμοκρασίας του σώματος, η κατανάλωση συγκεκριμένων τροφών και η αποφυγή κάποιων άλλων μπορεί να βοηθήσει σημαντικά.

- Τα καλοκαιρινά φρούτα είναι ιδιαίτερα θρεπτικά και με αυξημένο ποσοστό νερού. Το καρπούζι, το πεπόνι, τα πορτοκάλια αποτελούν πολύ καλές πηγές ενυδάτωσης.
- Καταναλώστε σαλάτες λάχανο, καρότο, σπανάκι.
- Το γιαούρτι είναι μία πολύτιμη πηγή ασβεστίου και είναι πολύ δροσιστικό. Προτιμήστε τα χαμηλά λιπαρά...
- Αποφύγετε το αλάτι, καθώς αυξάνει την κατακράτηση υγρών και οδηγεί σε οίδημα.
- Αποφύγετε τους πολλούς καφέδες και τα αναψυκτικά, καθώς βέβαια και το αλκοόλ.
- Αποφύγετε τα βαριά και πικάντικα φαγητά, καθώς αυξάνουν τη θερμοκρασία του σώματος.
- Αποφύγετε το κόκκινο κρέας και προτιμήστε κοτόπουλο, γαλοπούλα και ψάρι.

Διαβάστε πολύτιμες συμβουλές για την περίοδο της εγκυμοσύνης – αλλά και μετά – στα άρθρα της Μαριλίας Νικολαΐδου που μπορείτε να βρείτε στο www.boommag.gr



Photo: Tonia & Theodore Photography

Μαριλία Νικολαΐδου, Μαιευτήρας-Χειρουργός Γυναικολόγος

Γιατρεία:

Αριστοτέλους 9, Πειραιάς | Τηλέφωνο: 211 4096977
Αγίας Παρασκευής 111, Χαλάνδρι (πλησίον μετρό Αγίας Παρασκευής) | Τηλέφωνο: 211 4096977
Βοιών 8, Μολάσι Λακωνίας | Τηλέφωνο: 27320 23700

www.mnikolaidou.gr

Email: marilianikolaidou@gmail.com

Νικολαΐδου Μαριλία Γυναικολόγος

@marilianikolaidou

ΙΑΣΩ Γενική Κλινική

**Πλήρες και αξιόπιστο Check-Up:
Το πολυτιμότερο δώρο που μπορούν
να uάνουν στον εαυτό τους οι νέοι γονείς**

Όταν έχουμε μικρά παιδιά, οι υποχρεώσεις πολλαπλασιάζονται και ο ελεύθερος χρόνος συρρικνώνεται. Τώρα όμως η επιθυμία και η ευθύνη να προστατεύσουμε την υγεία μας είναι μεγαλύτερες από ποτέ. Και δεν θα βρούμε καλύτερο σύμμαχο από το ΙΑΣΩ Γενική Κλινική.

- Από τη Γεωργία Καυάνη -



Αν θα έπρεπε να κάνουμε μία και μοναδική ευχή για τον εαυτό μας, θα ήταν να είμαστε υγιείς για πολλά πολλά χρόνια, για να τα απολαύσουμε με τα παιδιά μας και να βρισκόμαστε δίπλα τους, ευτυχισμένοι και λειτουργικοί, σε ό,τι χρειάζονται ακόμα και μετά την ενηλικίωσή τους. Για να την κάνουμε πραγματικότητα, δεν χρειάζομαστε κανένα τζίνι σε μπουκάλι, αλλά τους καλύτερους γιατρούς και τον πιο σύγχρονο ιατρικό εξοπλισμό. Θα τους βρούμε στο υπερσύγχρονο Τμήμα Check-Up του ΙΑΣΩ Γενική Κλινική.



Πρόληψη, η καλύτερη θεραπεία

Καμία άλλη φράση δεν είναι περισσότερο αληθινή. Γι' αυτό, για τη μεγαλύτερη προστασία της υγείας μας, απευθυνόμαστε στο ΙΑΣΩ Γενική Κλινική, για την πλήρη και συστηματική καταγραφή του ιατρικού μας ιστορικού και για έναν προληπτικό έλεγχο, όπου θα εντοπίσουμε και θα αντιμετωπίσουμε εγκαίρως τυχόν παθολογικές καταστάσεις.

Επιπλέον, οι κορυφαίοι ειδικοί του ΙΑΣΩ Γενική Κλινική θα μας παρέχουν συμβουλές διατροφής, ανάπαυσης και άσκησης για να βελτιώσουμε τον τρόπο ζωής μας, ώστε να απολαμβάνουμε κάθε στιγμή με την οικογένειά μας και άλλα αγαπημένα πρόσωπα στο έπακρο, μέχρι τα βαθιά γεράματα!

Γιατί το Τμήμα Check-Up του ΙΑΣΩ Γενική Κλινική;

- Για τον πλήρη ιατρικό έλεγχο, σε μία εξατομικευμένη και ταυτόχρονα ολιστική προσέγγιση, που προσφέρει στα εξωτερικά ιατρεία όλων των ειδικοτήτων κυριολεκτικά από το Α ως το Ω (από το Αγγειοχειρουργικό Τμήμα μέχρι το Ω.Ρ.Λ.).

- Για την κορυφαία στελέχωσή του, τόσο σε γιατρούς με πολυετή εμπειρία όσο και σε άριστα εκπαιδευμένο νοσηλευτικό και διοικητικό προσωπικό, που εξασφαλίζει την άμεση και ομαλή εξυπηρέτησή μας.

- Για τον υπερσύγχρονο ιατροτεχνολογικό εξοπλισμό. Όλες οι απαραίτητες εργαστηριακές και απεικονιστικές εξετάσεις πραγματοποιούνται στο Τμήμα των Κεντρικών Εργαστηρίων και στο Τμήμα των Ιατρικών Απεικονίσεων του ΙΑΣΩ Γενική Κλινική, τα οποία έχουν εδραιωθεί για το υψηλό επιστημονικό επίπεδο, το εύρος των εξετάσεων και την εγκυρότητα των αποτελεσμάτων.

- Για τον μοντέρνο, ανακαινισμένο χώρο του, που μετατρέπει ακόμα και μία επίσκεψη σε γιατρό σε ευχάριστη εμπειρία.

- Για τα εξειδικευμένα πακέτα healthUp, που καλύπτουν κάθε ανάγκη για προληπτικό έλεγχο και απευθύνονται σε άντρες και γυναίκες κάθε ηλικίας. Ένα ολοκληρωμένο πρόγραμμα προληπτικού ελέγχου που ανταποκρίνεται στις προσωπικές μας ανάγκες είναι το πιο μεγάλο δώρο που μπορούμε να κάνουμε πρώτα σε εμάς τους ίδιους και μετά στους αγαπημένους μας!



Τμήμα Check Up – Εξωτερικά Ιατρεία

Και αν προύψει υάτι έυταυτο;

Ακόμα και σε απαιτητικές και στρεσογόνες συνθήκες, το ΙΑΣΩ Γενική Κλινική μας κάνει να νιώσουμε πιο ασφαλείς από ποτέ. Το Τμήμα Επειγόντων Περιστατικών του, στελεχωμένο με προσωπικό εξειδικευμένο και πεπειραμένο στην επείγουσα ιατρική και την παροχή άμεσης νοσοκομειακής φροντίδας και εξοπλισμένο με την πιο προηγμένη ιατρική τεχνολογία, λειτουργεί καθημερινά και σε 24ωρη βάση με στόχο την έγκαιρη διάγνωση και αντιμετώπιση εκτάκτων ή οξέων προβλημάτων υγείας. Μπορούμε να προσέλθουμε χωρίς ραντεβού, είτε δικό μας μέσο είτε καλώντας ασθενοφόρο.



Τμήμα Check Up – Εξωτερικά Ιατρεία

ΙΑΣΩ Γενική Κλινική
Για ό,τι πιο πολύτιμο έχετε.

www.iaso.gr

Τμήμα Check-Up, ημέρες και ώρες λειτουργίας:

Δευτέρα έως Παρασκευή, 09:00 – 15:00.

Τηλέφωνα επικοινωνίας: 210 6383090 & 210 6383091.

Email: checkup@iaso.gr

Τηλέφωνο Τμήματος Επειγόντων Περιστατικών: 210 6383080.

Happy Choice

Γιατί η ευτυχία είναι επιλογή!

13 & 1 κομψά και stylish προϊόντα για το μωρό μας από το e-shop που ερωτευτήκαμε με την πρώτη ματιά

Όλα ξεκίνησαν λίγα χρόνια πριν, όταν η Μαριάννα Μαραγκίδη, έγκυος τότε, αναζητούσε προϊόντα υψηλής ποιότητας και αισθητικής, με όλες τις απαραίτητες πιστοποιήσεις ασφαλείας, που θα διευκόλυναν και θα ομορφαιναν τη ζωή της όταν θα έφερνε στον κόσμο το μωρό της. Έτσι γεννήθηκε η εταιρεία **Happy Choice and the rest is history!**

- Από τη Γεωργία Καριάνη -

The Silver Cross lining

Από το 1877, που ο William Wilson εφηύρε το πρώτο καροτσάκι της, η Silver Cross έχει αναδειχθεί σε ένα από τα πιο αξιόπιστα brands στον κόσμο: Έχει μεταφέρει περισσότερα από 10 εκατομμύρια μωρά, ενώ πολλά μέλη βασιλικών οικογενειών, όπως η βασίλισσα Ελισάβετ και ο πρίγκιπας Ουίλιαμ, την έχουν εμπιστευθεί για τα παιδιά τους.

PHOTO: THANASSIS KRIKIS

Η Μαριάννα Μαραγκίδη με καρότσι Silver Cross - Reef - Earth.



Silver Cross Dune - Stone, με ελαφρύ σκελετό που ανοιγοκλείνει με μία κίνηση και καινοτόμο μαγνητικό κούμπωμα Genius.



Η πιο chic, elegant και all-time classic τσάντα αλλαξιέρα της Silver Cross.



Παρκοκρέβατο ταξιδιού Silver Cross 3 σε 1 Slumber: Στήνεται σε δευτερόλεπτα, ζυγίζει μόλις 7 κιλά και χρησιμοποιείται ως λίκνο τους πρώτους μήνες, ως κρεβάτι και ως άνετος και ασφαλής χώρος παιχνιδιού (από νεογέννητο έως 22 κιλά).

Κάθισμα αυτοκινήτου Silver Cross Motion 360° All Size: Έχει περιστροφή 360° για εύκολη πρόσβαση και προσαρμόζεται στο παιδί καθώς μεγαλώνει, χάρη στα εύκολα αφαιρούμενα ένθετα και στη ζώνη που μαζεύει.



Μασητικό Cloud & Cuckoo από 100% καθαρό βιολογικό καουτσούκ από το δέντρο hevea, μαλακό στο μάσημα, κατάλληλα σχεδιασμένο για τα μικρά χεράκια.

Παιχνίδια μπάνιου **Etta Loves - Animals.**



Βαμβακερή κουβέρτα διπλής όψεως 120x120cm, **Etta Loves - Plants.**

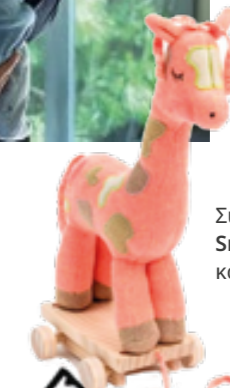
Μάρσιπος Caboo για να είμαστε παντού μαζί, με ασφάλεια και άνεση.

PHOTO: NATALIA RIZOU



Nanit Pro, η No1 κάμερα παρακολούθησης σε πωλήσεις στην Αμερική: Δίνει τα περισσότερα στοιχεία για τον ύπνο και τις συνήθειες του μωρού και παρακολουθεί την αναπνευστική κίνησή του χωρίς αισθητήρα. Όλα αυτά με μία εφαρμογή που κατεβάζουμε στο κινητό.

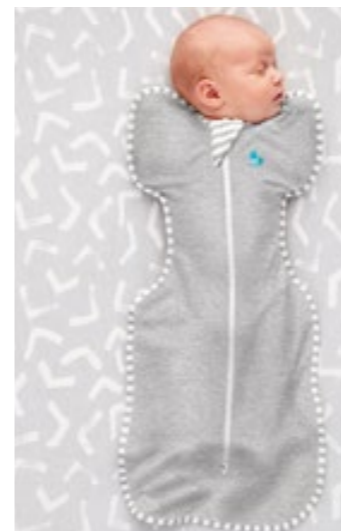
Συρόμενο παιχνίδι **Smallstuff - Πολύχρωμη καμηλοπάρδαλη.**



Βιβλίο δραστηριοτήτων διπλής όψεως **Etta Loves, Keith Haring - Brazil.**



Απαλή πετσέτα **Samiboo - Bunny** 85x85cm, από υπερ-απορροφητικό μπαμπού ύφασμα.



Πολυβραβευμένος υπνόσακος Love To Dream Swaddle Up™: Με φερμουάρ και πατενταρισμένα «φτερά», επιτρέπει στο μωρό να κοιμάται σε πιο φυσική θέση (Arms Up™) για να μπορεί να βάζει τα χέρια στο στόμα και να αυτοκαταπραίνεται (Self-soothing™).

your baby's world
happy choice

Ένα απόγευμα στην παιδική χαρά

5 & 1 αμήχανα σενάρια και πώς θα τα αντιμετωπίσουμε

Είναι ο χώρος όπου τα παιδιά κάνουν τα πρώτα τους βήματα κοινωνικοποίησης με άλλα παιδιά – κι εμείς, με άλλους γονείς.

Βήματα τα οποία μπορεί να είναι άτσαλα σαν του νηπιού, ειδικά όταν αντιμετωπίζουμε καταστάσεις όπου ο σωστός χειρισμός δεν είναι απόλυτα ξεκάθαρος, όπως: Τι κάνουμε αν ένα άλλο παιδάκι προσπαθήσει να πάρει το παιχνίδι του δικού μας ή αν το δούμε να σκαρφαλώνει ανάποδα στην τσουλήθρα;

- Από τη Γεωργία Καριάνη -



FreePick

Σενάριο Νο1:

Ένα άλλο παιδί αρπάζει το παιχνίδι του δικού μας. Στην προσπάθειά μας να μάθουμε στο δικό μας να μοιράζεται τα πράγματά του, ίσως η πρώτη μας αντίδραση να είναι να το ενθαρρύνουμε να παραχωρήσει το παιχνίδι του. Σύμφωνα όμως με τη μοντεσσοριανή παιδαγωγική, είναι προτιμότερο να το ρωτήσουμε: «Θέλεις να δώσεις το παιχνίδι σου για λίγο;». Αν απαντήσει αρνητικά, μπορούμε να εξηγήσουμε στο άλλο παιδί: «Μου φαίνεται ότι αυτήν τη στιγμή παίζει με το παιχνίδι η Μαρία/ο Γιαννάκης. Όταν τελειώσει, θα σου το δώσει». Ακόμα καλύτερα, ανάλογα και με την ηλικία των παιδιών (το ομαδικό παιχνίδι αρχίζει μετά τα 2,5 χρόνια), τους προτείνουμε να παίξουν μαζί.

Σενάριο Νο2:

Το παιδί μας χτυπάει/σπρώχνει ένα άλλο. Μπορεί η δυσκολία αυτοελέγχου των συναισθημάτων του να αποτελεί φυσιολογικό αναπτυξιακό στάδιο, ωστόσο αυτό δεν σημαίνει ότι θα παραμείνουμε άπραγοι. Απομακρύνουμε λοιπόν το παιδί μας με ψυχραιμία, εξηγώντας του ότι δεν μπορούμε να το αφήσουμε να χτυπάει, και, όταν ηρεμήσει, συζητάμε μαζί του το περιστατικό. Αν γίνεται συχνά επιθετικό, ας δοκιμάσουμε να συνδέσουμε την ανεπιθύμητη συμπεριφορά του με μια συνέπεια. Μπορούμε να του πούμε, πριν από την επόμενη επίσκεψή μας στην παιδική χαρά, ότι, αν ξαναχτυπήσει, θα χρειαστεί να φύγουμε αμέσως – και να είμαστε συνεπείς. Σε ένα πολύ μικρό παιδί (1-2 ετών) ενδεχομένως να λειτουργήσει και κάποιος αντιπερισπασμός την ώρα που το βλέπουμε να νευριάζει – για παράδειγμα, να ανακατευθύνουμε την προσοχή του από το παιδάκι που το θύμωσε προς ένα άλλο παιχνίδι.

Σενάριο Νο3:

Ένα άλλο παιδί χτυπάει/σπρώχνει το δικό μας. Αν διαπιστώσουμε ότι η επίθεση δεν ήταν σκόπιμη, το επεισόδιο μπορεί να τελειώσει εκεί. Αν ξέρουμε ότι το άλλο παιδί το έκανε συνειδητά, ακόμα κι αν είναι πολύ μικρό σε ηλικία, μπορούμε να το συζητήσουμε ψύχραιμα και με τα δύο παιδιά – και με τους γονείς του άλλου παιδιού, αν βρίσκονται εκεί, αποφεύγοντας φυσικά τις κατηγορίες προς οποιαδήποτε κατεύθυνση. Όσο συναισθηματικά φορτισμένοι κι αν νιώθουμε, δίνουμε χώρο σε όλους τους συνομιλητές, μικρούς και μεγάλους, να παρουσιάσουν τη δική τους πλευρά των γεγονότων.

Σενάριο Νο4:

Το παιδί μας έχει ένα tantrum. Αν δούμε το ξέσπασμα να έρχεται, προσπαθούμε να αποσπάσουμε την προσοχή του από το ερέθισμα που το πυροδοτεί – για παράδειγμα, να του προτείνουμε να αφήσει την κούνια, που μόλις καταλήφθηκε από ένα άλλο παιδάκι, και να πάμε στην τσουλήθρα. Αν αυτό αποτύχει και αρχίσει να χτυπιέται στο έδαφος κλαίγοντας και φωνάζοντας, επιστρατεύουμε τη δύναμη της επαφής: χαμηλώνουμε στο ύψος του, το κοιτάμε στα μάτια και το αγκαλιάζουμε, ενώ ταυτόχρονα προσπαθούμε να διατηρήσουμε τη δική μας ψυχραιμία. Σε περίπτωση που το tantrum συνεχίζεται, δοκιμάζουμε μια αλλαγή περιβάλλοντος (που, σε αυτή την περίπτωση, μεταφράζεται σε προσωρινή έστω αποχώρηση από την παιδική χαρά).

Σενάριο Νο5:

Ένα άλλο παιδί ανεβαίνει ανάποδα στην τσουλήθρα (ή κάνει κάτι άλλο επικίνδυνο). Επειδή η πειθαρχία του άλλου παιδιού δεν είναι δική μας ευθύνη, μπορούμε να ζητήσουμε ευγενικά από τον γονιό του να του προτείνει να κατεβεί για λίγο για να κάνει το δικό μας τσουλήθρα με ασφάλεια. Αν δεν βρίσκεται κοντά ο γονιός του, το λέμε στο ίδιο, και πάλι με τρόπο ευγενικό («Να κάνει τσουλήθρα και ο Γιαννάκης;») ή προτείνουμε στο δικό μας παιδί κάποιο άλλο παιχνίδι. Η παρέμβασή μας στη συμπεριφορά ενός άλλου παιδιού δικαιολογείται σε περίπτωση που κάνει οτιδήποτε επικίνδυνο προς τον εαυτό του και τους άλλους – για παράδειγμα, πετάει χαλίκια – αλλά πάντα πρέπει να είναι ψύχραιμη και σύντομη.

Τι κάνουμε αν το παιδί μας θέλει να μείνει για πάντα στην παιδική χαρά;

Είναι αρκετά συνηθισμένα τα ξεσπάσματα θυμού, ακόμα και σε ένα μεγαλύτερο παιδί, αν του πούμε ξαφνικά ότι πρέπει να φύγουμε ενώ περνάει τέλεια με τα παιχνίδια και τους φίλους του. Η καλύτερη αντιμετώπιση από την πλευρά μας, για να αποφύγουμε τα tantrums, είναι να το ενημερώσουμε ότι σε λίγο πρέπει να φύγουμε και, ιδανικά, να του υποσχεθούμε ότι το περιμένει κάτι όμορφο στο σπίτι – όπως χειροτεχνίες ή το αγαπημένο του φαγητό.

BOOM Note: Όσο κι αν ανησυχούμε για το «τι θα πουν οι άλλοι γονείς», διαμορφώνουμε τις αντιδράσεις μας σύμφωνα με τις ανάγκες και την ιδιοσυγκρασία του παιδιού μας. Προσπαθούμε να ελέγξουμε τα συναισθήματά μας και αποφεύγουμε, όσο το δυνατόν, τις αντιπαραθέσεις με άλλες οικογένειες.

No

CYBEX Big News

Νέο παιδικό κάθισμα αυτοκινήτου Anoris T2 i-Size για έως και 50% περισσότερη ασφάλεια!

Καινοτομία, λειτουργικότητα, κορυφαία ποιότητα και σύγχρονο design. Η CYBEX, η εταιρεία ηγέτιδα στην παιδική ασφάλεια, πρωτοπορεί για ακόμα μία φορά και παρουσιάζει το νέο μοντέλο του ασφαλέστερου παιδικού καθίσματος αυτοκινήτου, με ενσωματωμένο αερόσακο πλήρους σώματος και φορά προς τα εμπρός. Ο λόγος για το Anoris T2 i-Size, που παρέχει έως και 50% περισσότερη ασφάλεια συγκριτικά με τα συμβατικά παιδικά καθίσματα και υπόσχεται να σας χαρίσει τις πιο ξέγνοιαστες μετακινήσεις παρέα με το μικρό σας.

- Από τη Μαρία Ροδίτη -

Ultimate safety

Μαμάδες και μπαμπάδες, θα αγοράζατε ένα αυτοκίνητο χωρίς αερόσακους; Η απάντηση είναι σίγουρα «όχι». Οι αερόσακοι αποτελούν απαραίτητο χαρακτηριστικό ασφαλείας σε ένα όχημα, και το ίδιο θα έπρεπε να ισχύει με τα παιδικά καθίσματα αυτοκινήτου. Γι' αυτό και η CYBEX δημιούργησε το Anoris T2 i-Size, που εξασφαλίζει ολοκληρωμένη ασφάλεια σε κάθε στάδιο του ταξιδιού - όπως και το προηγούμενο μοντέλο της άλλωστε. Βέβαια, χάρη στην πρωτοποριακή τεχνολογία του αερόσακου που διαθέτει, το Anoris T2 i-Size προσφέρει έως και **50% μεγαλύτερη ασφάλεια** σε σχέση με τα συμβατικά παιδικά καθίσματα με φορά προς τα εμπρός και με σύστημα ζώνης 5 σημείων¹, σε περίπτωση μετωπικής σύγκρουσης.

Ειδικότερα, ο αερόσακος φουσκώνει σε χιλιοστά του δευτερολέπτου και σχηματίζει ένα C γύρω από την ασπίδα πρόσκρουσης, η οποία παρέχει βέλτιστη προστασία για το κεφάλι και τον αυχένα. Έτσι, οι δυνάμεις κατανέμονται σε ολόκληρο το σώμα και το παιδί παραμένει με ασφάλεια στη θέση του.

Enjoy your rides... for so long

Το ολοκαίνουριο Anoris T2 i-Size αποτελεί μία πραγματική επένδυση, καθώς παρέχει ολοκληρωμένη προστασία και ασφάλεια σε παιδιά ηλικίας από 15 μηνών έως 7 ετών, όταν ταξιδεύουν με φορά προς τα εμπρός. Τι σημαίνει αυτό; Ότι τα μικρά σας μπορούν να το χρησιμοποιούν για τρία χρόνια περισσότερο από τα κοινά παιδικά καθίσματα αυτοκινήτου και για έναν χρόνο περισσότερο από το προηγούμενο μοντέλο της CYBEX.

Freedom & comfort

Εκτός από την ασφάλεια, η άνεση και η αίσθηση ελευθερίας είναι ζητούμενα από όλους τους γονείς όταν πρόκειται να επιλέξουν παιδικό κάθισμα αυτοκινήτου. Το Anoris T2 i-Size ξεχωρίζει για τον έξυπνο, εργονομικό σχεδιασμό του, αφού διαθέτει μία συμπαγή **ασπίδα πρόσκρουσης One-Click**, που είναι μάλιστα μικρότερη από εκείνη του προηγούμενου μοντέλου. Έτσι, το παιδί δεν φέρει πλέον το βάρος της ασπίδας πρόσκρουσης, καθώς αυτή συγκρατείται στη θέση της από ένα διαχωριστικό, με αποτέλεσμα να διευκολύνεται η επιβίβαση και η αποβίβασή του, αλλά και να υπάρχει άπλετος χώρος στα πόδια του.

BOOM Note:

Η CYBEX παρουσίασε το 2021 το πρώτο παιδικό κάθισμα αυτοκινήτου με ενσωματωμένο αερόσακο πλήρους σώματος, Anoris T i-Size, και αναδείχθηκε νικήτρια δοκιμών από τον γερμανικό οργανισμό ADAC, με συνολική βαθμολογία 1.5 «πολύ καλό».



¹Σε σύγκριση με ένα παιδικό κάθισμα με φορά προς τα εμπρός σε μετωπική σύγκρουση. Αποτελέσματα εσωτερικών δοκιμών σύμφωνα με τα κριτήρια της δοκιμής μετωπικής σύγκρουσης ADAC 2023.

cybex
for all tomorrow's people

Summer babies

Οδηγίες για τους νέους γονείς από την παιδίατρο Κατερίνα Κατσιμπάρδη

Στα «καλοκαιρινά μωρά», όπως συνήθως τα αποκαλούμε, ακολουθούμε τους γενικούς κανόνες –όπως και για τα μωρά που γεννιούνται οποιαδήποτε άλλη εποχή του χρόνου–, όμως υπάρχουν θέματα που μας απασχολούν περισσότερο.

senipetro/freepik

Νεύσιμο

Ένα από αυτά είναι πώς ντύνουμε ένα νεογέννητο το καλοκαίρι. Γενικώς πρέπει να ντύνουμε τα μωρά λίγο παραπάνω από εμάς. Όπως θα παρατηρήσετε, τα άκρα τους γίνονται μπλε-μοβ όταν εκτίθενται στο κρύο και το δέρμα τους σαν το μάρμαρο (μαρμαροειδές δέρμα). Επομένως, συνήθως καλύπτουμε τα άκρα, ειδικά τις πατούσες. Το καλοκαίρι αρκεί, τις περισσότερες φορές, να φορέσετε στο μωρό σας ένα κοντομάνικο κορμάκι και να βάλετε καλτσάκια όταν το βράδυ έχουμε χαμηλότερη θερμοκρασία. Μπορείτε να το σκεπάσετε με μία ελαφριά, βαμβακερή κουβέρτα ή σεντόνι. Είναι σημαντικό το μωρό να έχει καλή θερμοκρασία και να μην το ντύνουμε πολύ.

Θερμοκρασία δωματίου

Η θερμοκρασία του δωματίου που κοιμάται το μωρό πρέπει να είναι συνήθως στους 22°C, ενώ το καλοκαίρι, ειδικά σε περιόδους καύσωνα, μπορεί να φτάσει έως τους 25-26°C. Το μωρό κοιμάται στο δωμάτιο των γονέων έως την ηλικία των 6 μηνών και μετά πάει στο δωμάτιό του. Επίσης, χρειάζεται να αερίζετε καθημερινά το δωμάτιό του καθώς και όλους τους χώρους του σπιτιού, κάτι που είναι πιο εύκολο τους καλοκαιρινούς μήνες.

Μπορείτε να χρησιμοποιήσετε κλιματιστικό. Τοποθετήστε όμως το μωρό σε σημείο που να μην πέφτει ο αέρας του κλιματιστικού απευθείας πάνω του και φροντίστε να αερίζετε τον χώρο ώστε να ανανεώνεται ο αέρας και να αποφεύγεται η ξηρότητα της ατμόσφαιρας. Φροντίστε να έχει γίνει καλή συντήρηση του κλιματιστικού πριν το χρησιμοποιήσετε και να έχετε αλλάξει τα φίλτρα, εφόσον χρειάζεται.

Βόλτες

Στα μωρά του καλοκαιριού οι βόλτες είναι πολύ πιο εύκολες, δεδομένου ότι πρέπει να προσέχουμε τις επαφές με πολύ κόσμο, ειδικά τους δύο πρώτους μήνες ζωής, τόσο για το νεογέννητο όσο και για τη λεχιάδα. Το καλοκαίρι έχουμε κατά κανόνα λιγότερες ιώσεις, οπότε, σε συνδυασμό με τις καλύτερες καιρικές συνθήκες, είμαστε πιο άνετοι στις βόλτες του μωρού. Σε κάθε περίπτωση όμως, πρέπει να αποφεύγεται ο συγχρωτισμός και να προτιμούμε τις βόλτες σε ανοιχτούς χώρους.

Μπάνι

Το μπάνιο του μωρού πρέπει να γίνεται σε θερμοκρασία νερού στους 37°C. Μπάνιο στη θάλασσα κάνουν τα μωρά από τους 6 μήνες ζωής και μετά. Στα καλοκαιρινά μωρά, όπως βέβαια και σε όλα τα βρέφη, χρειάζεται προσοχή με τον ήλιο. Αποφύγετε την έκθεση στον ήλιο τις ώρες που η υπερύβη ακτινοβολία είναι αυξημένη, δηλαδή 12:00-16:00. Ειδικά τα νεογέννητα είναι ευάλωτα. Επίσης, κατά τη βόλτα, βάλτε ένα σεντόνι στο καρότσι για να μη ζεσταίνεται το μωρό σας το καλοκαίρι.

Πώς θα υρατήσουμε τα ιουνούπια μαυριά

Τα ιουνούπια είναι ένα ακόμα σημαντικό θέμα για όλα τα βρέφη, ειδικά όμως για τα νεογέννητα. Πολλές φορές οι γονείς αναρωτιούνται πώς θα προφυλάξουν τα μωρά τους και εάν επιτρέπονται εντομοαπωθητικά. Καταρχήν η καλύτερη προφύλαξη είναι η χρήση κουνουπιέρας στο καρότσι της βόλτας, στο λίκνο του μωρού ή όπου κοιμάται. Είναι εύκολο να παραμείνει στη θέση της, διότι το μωρό δεν κινείται ιδιαίτερα σε αυτή την ηλικία. Επίσης, χρησιμοποιήστε σίτες, εφόσον υπάρχουν. Όσον αφορά τα εντομοαπωθητικά, μπορείτε να τα χρησιμοποιήσετε. Μην τα βάζετε όμως στα χέρια του μωρού, γιατί μπορεί να τα βάλει στο στόμα του. Μην βάζετε τα αυτοκόλλητα εντομοαπωθητικά απευθείας στο δέρμα του μωρού, αλλά πάνω στα ρούχα του ή σε επιφάνειες που βρίσκονται κοντά, όπως κάποιο έπιπλο. Εάντσιμπίσει το μωρό κουνούπι, εφαρμόστε αρχικά μια αντιισταμινική γέλη τοπικά.

Γαλατάι!

Τα μωρά σιτίζονται αποκλειστικά με γάλα έως την ηλικία των 5-6 μηνών, ανάλογα εάν πρόκειται για μητρικό θηλασμό ή φόρμουλα. Το γάλα διατηρείται μία ώρα σε θερμοκρασία δωματίου, κάτι που πρέπει ιδιαίτερα να προσέχουμε τους καλοκαιρινούς μήνες που έχει ζέστη.

Οι διακοπές είναι κομμάτι του καλοκαιριού, ακόμα και με το νεογέννητο μωρό σας! Φροντίστε να επιλέξετε έναν κοντινό προορισμό με εύκολη πρόσβαση και δυνατότητα ιατρικής κάλυψης, εφόσον χρειαστεί. Κατά τη μετακίνησή σας κάνετε στάσεις, ανάλογα με την απόσταση.



PHOTO: ΔΑΝΑΗ ΙΣΑΡΗ

Κατερίνα Κατσιμπάρδη, MD, PhD
Παιδίατρος, Διδάκτωρ Ιατρικής ΕΚΠΑ
www.katsibardi.gr

Κάνουμε τα πρώτα μας βήματα στο φαγητό με μοναδικά items που μας ανοίγουν την όρεξη!

Τα πιάτα, τα κύπελλα και τα κουταλάκια που βρήκαμε στο κατάστημα HAPPY είναι ασφαλή, πρακτικά και εύχρηστα ακόμα και για τα πιο μικρά χεράκια. Και φυσικά πανέμορφα, γιατί πιστεύουμε ότι η ομορφιά μπορεί να σώσει τον κόσμο – ειδικά όποτε κοιτάμε το πρόσωπο του μωρού μας.

- Από τη Γεωργία Καρυάνη -

ΣΤΟ ΣΠΙΤΙ

Στις πρώτες του επαφές με τις στερεές τροφές αλλά και το νερό, θα βραχεί, θα λερωθεί από την κορυφή μέχρι τα νύχια και θα δοκιμάσει ξανά και ξανά τον νόμο της βαρύτητας. Με τα προϊόντα που επιλέξαμε, μπορούμε να χαλαρώσουμε και να απολαύσουμε αυτό το messy στάδιο ανάπτυξης.

Δαγκωτό!

Αν κάθε φορά που το βλέπουμε να δαγκώνει το κουτάλι του περνούν από το μυαλό μας τρομακτικές σκέψεις (Μήπως το καταπιεί; Μήπως σπάσει; Μήπως περιέχει βλαβερές ουσίες;), επενδύουμε άφοβα στο παιδικό σετ κουταλιών Gentle Scoop™ της Munchkin, χωρίς BPA, από πολύ μαλακή σιλικόνη που δεν ερεθίζει τα ούλα και με ένα μοναδικό προστατευτικό πνιγμού το οποίο λειτουργεί και ως βάση.

Πρακτική βιωσιμότητα

Επειδή αγάπη για τα παιδιά σημαίνει και αγάπη για τον πλανήτη, βάζουμε στη ρουτίνα φαγητού αυτό το ανθεκτικό πιάτο από ανανεώσιμο μπαμπού Bambou™ της Munchkin, με σταθερή βάση με βεντούζα και τρία ψηλά τοιχώματα για να μην ανακατεύονται διαφορετικές ομάδες τροφίμων και να μην έχουμε παράπονα και κλάματα.

O'est chic

Τα «προχωρημένα» μωρά έχουν το C'est Silicone! Open Training Cup της Munchkin, ένα ανοιχτό κύπελλο σιλικόνης που τα ενθαρρύνει να πίνουν από μικρή ηλικία, χωρίς την ανάγκη για καλαμάκι ή μπιμπερό. Έχει και βαρύ πάτο για να αναποδογυρίζει πιο δύσκολα, μειώνοντας τα ατυχήματα.

Για μωρές μπουιζοές

Μέχρι να κάνει «γκλουπ», κρατάμε την ανάσα μας! Αυτή η πιπίλα φαγητού της Munchkin κάνει το τάισμα πιο ασφαλές από ποτέ. Το μικρό άνοιγμά της επιτρέπει τη ροή φαγητού σε κατάλληλες ποσότητες, είτε είναι φρούτα είτε λαχανικά. Συνοδεύεται από καπάκι, για μεταφορά εκτός σπιτιού ή αποθήκευση στο ψυγείο.

Διαρροές, τέλος

Αν δεν χρησιμοποιήσουμε το σωστό εκπαιδευτικό ποτήρι, κυριολεκτικά θα τα κάνουμε μούσκεμα. Γι' αυτό, το Miracle 360° της Munchkin, με ειδικό σχεδιασμό ώστε να μη στάζει από πουθενά, να σφραγίζει αυτόματα όταν σταματάει το παιδί να πίνει και να ενθαρρύνει τη φυσιολογική ανάπτυξη των μυών του στόματός του, είναι βγαλμένο απ' τα όνειρά μας.

ΣΤΗ ΒΟΛΤΑ

Δεν χρειάζεται να διαμορφώνουμε το πρόγραμμα ενός ταξιδιού ή μιας εξόρμησης στην παραλία σύμφωνα με τη ρουτίνα των βρεφικών γευμάτων. Βάζουμε στην τσάντα αυτά τα gadgets και πάμε παντού.



Μικροί συνδαιτυμόνες

Άραγε, το εστιατόριο θα έχει παιδικά καρεκλάκια; Δεν ανησυχούμε πια, χάρη στο φορητό παιδικό κάθισμα της Munchkin, που είναι σταθερό και ασφαλές για παιδιά έως 15 κιλά. Από ανθεκτικό, πλενόμενο υλικό και επένδυση Xtra-Grip™ για να μη γλιστράει στις καρέκλες, αποθηκευτικό χώρο για πάνες κ.λπ., διπλώνει πανεύκολα και μεταφέρεται σαν τσάντα.

Κύπελλο για (πρωτ)αθλητές

Μία πρακτική θήκη για να μεταφέρουμε σνακ ή να τα αποθηκεύουμε στο ψυγείο, το C'est Silicone! Snack Catcher της Munchkin, από 100% σιλικόνη τροφίμων, είναι ειδικά σχεδιασμένο για να χρησιμοποιείται από μικρά χεράκια –είτε το κρατούν εν κινήσει (η φυσική κατάσταση ενός νηπίου) είτε εξερευνούν το περιεχόμενό του– και για να διατηρεί το φαγητό στο εσωτερικό ακόμα και χωρίς το καπάκι, αν το παιδί το κουνήσει ή το πετάξει. Genius!

Chill out!

Σούπα ζεστή, σαλάτα κρύα έως και έξι ώρες και γεύματα εν κινήσει χωρίς διαρροές: Όλα γίνονται χάρη στα Chilly's δοχεία φαγητού, από ανθεκτικό και υψηλής ποιότητας ανοξείδωτο ατσάλι, για να διατηρείται η γεύση, η φρεσκάδα και η θερμοκρασία του φαγητού ακόμα και στις συνθήκες του ελληνικού καλοκαιριού.



Energy bowl

Το σετ φαγητού Bambou™ της Munchkin είναι τόσο πρακτικό, που μπορούμε να το πάρουμε μαζί και στη θάλασσα και στο βουνό. Με «πράσινο» design, μπόλ από ανανεώσιμο μπαμπού και κουτάλι σιλικόνης, γιατί, για να συνεχίσουμε να απολαμβάνουμε τη φύση, πρέπει να την προστατεύουμε.



Καλή μας όρεξη

Δεν υπάρχει καλύτερη επιλογή από τα κουτάλια με μαλακό άκρο της Munchkin. Δεν ερεθίζουν τα ούλα και είναι αρκετά ρηχά ώστε να κάνουμε πιο εύκολο το τάισμα. Χάρη, μάλιστα, στη μακριά, εργονομική λαβή, φτάνουν μέχρι τον πάτο ενός βάζου με βρεφική τροφή – δηλαδή είναι τέλεια για ταξίδια.



Ποιος είπε ότι δεν υπάρχουν μονόμεροι;

Τα όνειρα κάθε γονιού που κουράστηκε να μαζεύει ψίχουλα από παιδικά σακίδια γίνονται πραγματικότητα με τα snack bags της Bumkins, με φερμουάρ για να κρατάει το περιεχόμενο στο εσωτερικό (είτε σνακ είτε άλλα πράγματα, όπως παιχνίδια) και κυριολεκτικά παραμυθένιο design.



Καψάλη 8, Αθήνα. Τ: 2107294899

@instahappygr www.instahappy.gr



BABY BLOOM

Συνέντευξη με τον ιδιοκτήτη του baptism brand που έχει κερδίσει τις καρδιές νονών και γονιών!



Με όραμα, αγάπη για τη μόδα και σεβασμό στη βάπτιση, που αποτελεί ιερή στιγμή στη ζωή κάθε παιδιού, ο **Θωμάς Μπούργος** έχει δημιουργήσει μία ελληνική εταιρεία που σημειώνει σταθερά ανοδική πορεία και πλέον έχει επεκτείνει τις δραστηριότητές της και στο εξωτερικό. Του ζητήσαμε να μοιραστεί μαζί μας τα στοιχεία εκείνα που καθιστούν την Baby Bloom τόσο ξεχωριστή.

- Από τη Μαρία Ροδίτη -

Κύριε Μπούργο, η τελευταία συλλογή σας, Style di vita Mediterraneo 2024, μας έχει ενθουσιάσει! Το ίδιο και οι προηγούμενες κολεξιόν. Από πού αντλείτε κάθε φορά έμπνευση;

Έμπνευση είναι τα πάντα. Μία εικόνα από κάποιο ταξίδι μας, μία θεατρική παράσταση ή ακόμα και ένα ρούχο διαφορετικής κουλτούρας. Συζητάμε όλες τις ιδέες με το team των designers της εταιρείας και αποφασίζουμε τα τελικά σχέδια, έτσι ώστε να έχουμε ένα αποτέλεσμα ολοκληρωμένο, προσεγμένο και ποιοτικό. Γι' αυτό η φετινή κολεξιόν μας έχει τόσο μεγάλη απήχηση και έχει αγαπηθεί πολύ από τους νονούς και τις νόνες.

Το βαπτιστικό ρούχο είναι το πρώτο επίσημο ένδυμα του παιδιού αλλά και το πρώτο του αναμνηστικό. Μιλήστε μας για τα βασικά στοιχεία που διακρίνουν ένα προσεγμένο βαπτιστικό σύνολο.

Εκτός από το κομμάτι της μόδας, ένα σετ βάπτισης πρέπει να ξεχωρίζει και για την άριστη ποιότητα των υλικών. Γι' αυτό και η Baby Bloom δημιουργεί ρούχα υψηλής ραπτικής, φτιαγμένα με εκλεπτυσμένα υφάσματα και έμφαση σε στοιχεία που κάνουν τη διαφορά. Ομοίως λειτουργούμε και στα πακέτα βάπτισης, καθώς και στα υπόλοιπα αξεσουάρ.

Υπάρχει μόδα στα βαπτιστικά ρούχα;

Φυσικά! Εμείς δημιουργούμε με βάση τα trends, αλλά ενσωματώνοντας και κλασικές πινελιές, που πρέπει πάντα να υπάρχουν σε ένα επίσημο ρούχο. Θα το διαπιστώσετε ανακαλύπτοντας και τη νέα, φθινοπωρινή κολεξιόν μας, που κυκλοφορεί σύντομα.

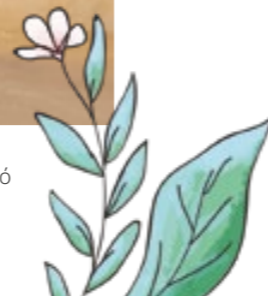
Τι πρέπει να προσέχουν οι γονείς και οι νονοί όταν επιλέγουν βαπτιστικά outfits;

Σίγουρα μία ολοκληρωμένη εικόνα κερδίζει τις εντυπώσεις. Συνεπώς, καλό είναι να ξεκινήσουν από την επιλογή των χρωμάτων και του θέματος της βάπτισης και, έπειτα, να επιλέξουν το σωστό μέγεθος στα ρούχα, έτσι ώστε τη συγκεκριμένη ημέρα να έχει κάθε item τέλεια εφαρμογή και να αποφευχθούν... τα απρόοπτα. Ας μην ξεχνάμε ότι τα παιδιά μεγαλώνουν πολύ γρήγορα!



Photos: Artemis Papageraki
Art Director/Styling: Anna Mandreka

Φόρεμα σε off-white απόχρωση με ασύμμετρη φούστα, μπούστο με κεντημένες πέρλες και τρέσα από χειροποίητα λουλούδια.



Off-white φόρεμα με statement, σατέν ζώνη με χειροποίητο λουλούδι και φούστα με βολάν και διαφάνεια.



Κοριτσίστικο βαπτιστικό πακέτο διακοσμημένο με λευκά τριαντάφυλλα, χρυσές λεπτομέρειες, φτερά και χάντρες.



Σετ με αμάνικο μπουφάν σε μπεζ απόχρωση, λευκό πουκάμισο με ιδιαίτερο print και παντελόνι από λευκή καμπαρντίνα με πιέτες.



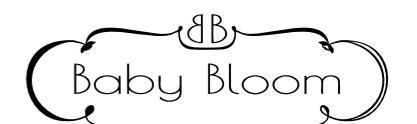
Σετ με γκρι ριγέ γιλέκο και παντελόνι, και λευκό βαμβακερό πουκάμισο.



Αγορίστικο baptism set με ψάθινο, boho καλάθι και ιδιαίτερη, χειροποίητη λαμπάδα με μακραμέ.



Λαδόπανα για κορίτσι σε ιβουάρ χρώμα με πλούσιο βολάν από δαντέλα και τούλι, και ντελικάτη τρέσα με πέρλες.



20

ονόματα για το καλοκαιρινό μωρό σας εμπνευσμένα από τη θάλασσα!

Θαλασσινά, πρωτότυπα, λουσμένα στο ελληνικό φως, με αλμυρή γεύση και υπερφυσικές δυνάμεις, όπως εκείνες των ωκεανών, τα 20 ονόματα που αντλούν έμπνευση από τη θάλασσα (και τα περισσότερα από αυτά από την ελληνική μυθολογία), έρχονται να δώσουν απάντηση στο ερώτημα πώς θα ονομάσετε το καλοκαιρινό μωρό σας!

- Από τη Μιρτώ Κάτζη -



Αμφιτρίτη

Σύζυγος του Ποσειδώνα και μία από τις 50 Νηρηίδες ή αλλιώς η θηλυκή προσωποποίηση της θάλασσας, η μητέρα των ψαριών, των φαλαινών και των δελφινιών.

Άριελ

Η μικρή σας γοργόνα μόλις βρήκε το πιο παραμυθένιο όνομα!

Αρίωνας

Κατά την παράδοση γεννήθηκε τη στιγμή που ο Ποσειδώνας χτυπούσε τον βράχο με την τρίαινά του και ήταν μυθικός ίππος που φημιζόταν πως έτρεχε πιο γρήγορα και από τον άνεμο. Πολύ γνωστός και αγαπητός στα παιδιά βέβαια είναι και ο μύθος του Αρίωνα με το δελφίνι, που πάλι συνδέει τον μυθικό ήρωα με τη θάλασσα!

Αστέρια

Με έμπνευση από τον αστερία, η κορούλα σας θα έχει πάντα πάνω από το κεφαλάκι της ένα λαμπερό αστεράκι που θα τη φροντίζει. Το όνομά της έχει τις ρίζες του στην αρχαιοελληνική λέξη άστηρ, δηλαδή έξοχη, υπέροχη.

Αύγουστος

Όνομα που παραπέμπει απευθείας σε καλοκαίρι, διακοπές και... αυτοκράτορες!

Αύρα

Με το που το προφέρουμε, νιώθουμε να μας τυλίγει μια θαλασσινή αύρα! Ακόμα ένα όνομα που αντλεί την καταγωγή του από έναν μύθο, σύμφωνα με τον οποίο ο Δίας μεταμόρφωσε την Αύρα σε πηνή.

Αφροδίτη

Αναδύθηκε από τη θάλασσα (αφρός + δύω) και αποτελεί το αιώνιο και διαχρονικότερο σύμβολο της ομορφιάς και του έρωτα.

Γαλάτεια

Κατά την ελληνική μυθολογία, η Γαλάτεια ήταν θαλάσσια νύμφη, η πιο όμορφη και πιο αγαπητή ανάμεσα στις 50 Νηρηίδες.

Γιρέτα

Ακούγεται γερμανικό -και είναι- και σημαίνει θαλάσσιο μαργαριτάρι!

Θαλασσινή

Υπέροχο, ταξιδιάρικο αλλά και χριστιανικό όνομα, αφού προέρχεται από τον Όσιο Θαλάσσιο. Η κορούλα σας θα έχει και γιορτή στις 22 Φεβρουαρίου.

Ίκαρος

Μπορεί να είναι άρρηκτα συνδεδεμένο με την πολεμική αεροπορία, αλλά μην ξεχνάμε πως από αυτό έχει πάρει το όνομά του το Ικάριο Πέλαγος αλλά και ένας από τους πιο δημοφιλείς καλοκαιρινούς προορισμούς. Plus: Ο μύθος που συνοδεύει το όνομα φέρει τόσο σπουδαία και διδακτικά μηνύματα!

Ινώ

Θεά της θάλασσας και προστάτιδα των ναυτικών. Για μια κόρη δυναμική, αποφασιστική και με πολύ ισχυρή προσωπικότητα!

Κοραλία

Με έμπνευση από τα εκπληκτικά και τόσο χρωματιστά κοράλλια της θάλασσας. Η μικρή σας θα γιορτάζει κάθε χρόνο την 1η Σεπτεμβρίου.

Λητώ

Κατατρεγμένη από την Ήρα (ως ερωμένη του Δία), η Λητώ βρήκε καταφύγιο στη Δήλο, ένα ως τότε άδηλο νησί που περιφερόταν στο Αιγαίο και αναδύθηκε για να γεννήσει τα παιδιά της: την Άρτεμη και τον Απόλλωνα. Απόλυτα συνυφασμένη λοιπόν με το πιο ιερό νησί της Ελλάδας, η Λητώ έχει στο όνομά της την αλμύρα του Αιγαίου!

Μαρίνα

Ιταλικό, εύηχο, τραγουδιστό. Η κορούλα σας μόλις απέκτησε το πιο θαλασσινό όνομα, αφού Μαρίνα στα ιταλικά σημαίνει θαλασσινή.

Νηρέας

Η πιο γνωστή θαλάσσια θεότητα, προγενέστερη του Ποσειδώνα, και σύζυγος της Ωκεανίδας Δωρίδας που απέκτησε 50 (ή κατά άλλες παραδόσεις 100) κόρες. Το όνομα Νηρέας ταιριάζει πολύ σε αγοράκια με έντονη προσωπικότητα, δυναμισμό και αυτοπεποίθηση!

Νηρηίδα

Οι Νηρηίδες ήταν νύμφες που λατρεύονταν ως θεές της ήρεμης θάλασσας και ήταν κόρες του Νηρέα. Περνούσαν την ημέρα τους κολυμπώντας και παίζοντας με δελφίνια ή καθισμένες σε χρυσούς θρόνους.

Ποσειδώνας

Ένας από τους πιο δυνατούς και δυναμικούς θεούς του Ολύμπου, ο θεός της θάλασσας θα χαρίσει στον γιο σας το πιο powerful και πρωτότυπο όνομα!

Τρίτων

Θεότητα της θάλασσας, γιος του Ποσειδώνα και της Αμφιτρίτης, που κατοικούσε στον βυθό της θάλασσας, στα χρυσά ανάκτορα των γονιών του. Και μπορεί να είχε ανθρώπινο σώμα και κεφάλι, όμως, αντί για πόδια, είχε ουρά ψαριού!

Ωκεανίς

Οι Ωκεανίδες ήταν θαλάσσια μυθικά πλάσματα, όμοιες με τις γοργόνες και θεωρούνταν προστάτιδες των υδάτων. Για μωρά με ταξιδιάρικη ψυχή!



Αφιέρωμα
BEAUTY



Επιμέλεια: Εύα Ανυφαντή, Μαρία Ιωαννάτου, Μαρία Ροδίτη

www.boommag.gr

[f boommag.gr](https://www.facebook.com/boommag) [@boommag.gr](https://www.instagram.com/boommag)

Κρατήστε μακριά κουνούπια και έντομα με Repel® Spray και...

Let the summer begin!

Το καλοκαίρι τίποτα δεν πρέπει να επηρεάζει την ανέμελη διάθεσή μας. Ούτε οι ενοχλητικοί «επισκέπτες» που... караδοκούν για ένα τσίμπημα. Ευτυχώς, γι' αυτό έχει φροντίσει η UNI-PHARMA, με τα εντομοαπωθητικά προϊόντα Repel® Spray για όλη την οικογένεια και το καταπραυντικό gel Repel® After Bite.

PHOTO: TONIA & THEODORE PHOTOGRAPHY

Άοσμο εντομοαπωθητικό Repel® Spray

Για βρέφη, παιδιά & ενήλικες

Η εντομοαπωθητική δράση του διαρκεί 8 ώρες και χαρίζει στην επιδερμίδα προστασία από ένα ευρύ φάσμα εντόμων (κουνούπια, σκνίπες, μέλισσες, σφήκες κ.ά.) χάρη στο δραστικό συστατικό IR 3535 (20% κ.β.) που συστήνεται και από τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας και το ΚΕΕΛΠΝΟ. Το Repel® Spray μπορεί να συνδυαστεί με το αντηλιακό και είναι δερματολογικά ελεγμένο, χωρίς συντηρητικά και parabens. Διατίθεται σε 4 πρακτικά μεγέθη, 15ml, 50ml, 100ml και 150ml, για να το έχετε πάντα μαζί σας.

Καταπραυντικό gel Repel® After Bite

Για παιδιά άνω των 12 μηνών

Ανακουφίζει άμεσα από τον πόνο και τη φαγούρα που σχετίζονται με τα τσιμπήματα εντόμων και την επαφή με μέδουσες ή φυτά. Με προβιταμίνη B5 που ενυδατώνει και καταπραυνει τυχόν ερεθισμούς, έλαιο κράμβης, φυσικό εκχύλισμα χαμομηλιού, αλόης και επιλόβιου. Δερματολογικά ελεγμένο, χωρίς αμμωνία.

UNI-PHARMA
Pharmaceutical Laboratories S.A.

www.uni-pharma.gr

[f UNI-PHARMA](https://www.facebook.com/uni-pharma)

Splish splash

Μπανάκι και στο σπίτι και στη θάλασσα με La Roche-Posay!

Η ώρα του μπάνιου με το μικρό σας μετατρέπεται στην πιο απολαυστική στιγμή της ημέρας χάρη στα εξειδικευμένα και ασφαλή προϊόντα της La Roche-Posay, της Νο1 μάρκας φροντίδας του δέρματος που συστήνουν οι δερματολόγοι παγκοσμίως*!

First things first...

Τα παπάκια στη σειρά και το μπανάκι ξεκινά! Το κρεμώδες αφρόλουτρο LIPIKAR SYNDET AP+ καταπραΰνει άμεσα, αφού προσφέρει ενυδάτωση, ενώ είναι κατάλληλο για το ευαίσθητο, πολύ ξηρό δέρμα με τάση κνησμού, για το τριχωτό των βρεφών και για την αντιμετώπιση της νιρίδας.

Healthy skin, smiley face

Η ρουτίνα περιποίησης του μωρού συνεχίζεται με το balm κατά του κνησμού και κατά της υποτροπής LIPIKAR BAUME AP+M. Καταπραΰνει άμεσα, θρέφει το δέρμα και επανορθώνει τον επιδερμικό φραγμό, ενώ είναι κατάλληλο για το ατοπικό και με τάση αλλεργίας δέρμα με έντονη ξηρότητα.

Unique caring moments

Για τους καθημερινούς ερεθισμούς και την αλλαγή πάνας, επιλέξτε το balm πολλαπλών χρήσεων CICAPLAST BAUME B5+. Χάρη στην ολοκληρωμένη σύνθεσή του, καταπραΰνει, θρέφει και προστατεύει το ξηρό δέρμα, συμβάλλοντας στην αποκατάσταση της λειτουργίας του φραγμού.

PHOTOS: ΔΑΝΑΗ ΓΣΑΦΗ



By the sea

Πριν και μετά τα παιχνίδια στο νερό, στην άμμο και κάτω από την ομπρέλα, φοράμε πάντα αντηλιακό! Τα νέα, καινοτόμα αντηλιακά ANTHELIOS UVMUNE 400 Dermo-Pediatrics Fluid SPF 50+ και ANTHELIOS UVMUNE 400 Dermo-Pediatrics Spray SPF 50+ προστατεύουν από τις ultra μακρές UVA ακτίνες, είναι εξαιρετικά ανθεκτικά, δερματολογικά και παιδιατρικά ελεγμένα, κατάλληλα ακόμα και για το πιο ευαίσθητο δέρμα και το δέρμα με τάση ατοπίας.

*Έρευνα που διεξήχθη στην αγορά δερμοκαλλυντικών από την ArlusA και συνεργάτες, Ιαν.-Μάιος 2023, που περιελάμβανε δερματολόγους από 34 χώρες, αντιπροσωπεύοντας πάνω από το 80% του παγκόσμιου ΑΕΠ.



Beach days and sunscreen rays

Απολαμβάνουμε με ασφάλεια τον ήλιο παρέα με τα **παιδικά αντηλιακά FREZYDERM!**

*Πλατσούρισμα στην ακροθαλασσιά ή κάστρα στην άμμο; Βόλει ή ρακέτες; Θάλασσα ή πισίνα; Σε κάθε δραστηριότητα, τα μικρά σας θα έχουν σύμμαχο τα ειδικά μελετημένα αντηλιακά της **FREZYDERM**, που είναι ιδανικά για παιδιά και εφήβους.*

Your secret family weapon

Το αντηλιακό dry oil σε μορφή mist, **Sea Side Dry Mist SPF 50+** χαρίζει πολύ υψηλή προστασία και είναι κατάλληλο για όλη την οικογένεια. Χάρη στη Wet Skin Formula, είναι ιδανικό για εφαρμογή και σε βρεγμένο δέρμα, χωρίς να χρειάζεται σκούπισμα της επιδερμίδας, ενώ η πρακτική βαλβίδα του προσφέρει ομοιόμορφο, συνεχή ψεκάσμο για άριστη εφαρμογή.



Safety net alert

Το παιδικό αντηλιακό spray **Kids Sun Care Cream Spray SPF 50+** για πρόσωπο και σώμα έχει ειδική αντλία στοχευμένου ψεκασμού, που μετατρέπει την κρέμα σε μικροσταγονίδια για ομοιόμορφη και ταχύτερη εφαρμογή, χωρίς να κυλά το προϊόν στο δέρμα. Επίσης, είναι πλούσιο σε ενυδατικές και περιποιητικές ιδιότητες, αφήνει μία ευχάριστη, ελαφριά, μη κολλώδη αίσθηση και παρέχει υψηλή αντιοξειδωτική προστασία.



Dives and happy vibes

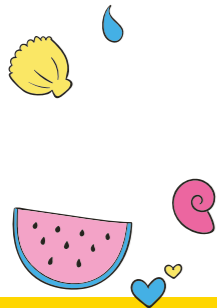
Κανένα παιδί δεν θέλει να διακόψει τα παιχνίδια στην παραλία! Το παιδικό αντηλιακό spray πολύ υψηλής προστασίας **Kids Sun Care Wet Skin Spray SPF 50+** ψεκάζεται απευθείας και στο βρεγμένο δέρμα, χωρίς να χρειάζεται σκούπισμα με την πετσέτα, έχει στοχευμένο ψεκάσμο για εύκολη εφαρμογή ακόμα και σε συνθήκες ισχυρού ανέμου, ενώ, χάρη στη λεπτόρρευστη, διάφανη και υγρή σύνθεσή του, δεν αφήνει λευκά ίχνη. Δεν περιέχει οινόπνευμα και χρώμα.

FREZYDERM

Τα κουβαδάκια μας και... ξανά στην παραλία με MUSTELA®

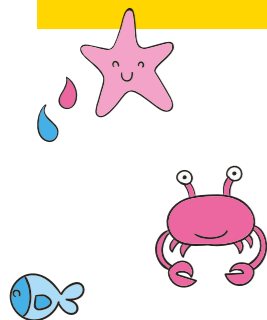
Βρίσκεται δίπλα στους γονείς από το 1950, προσφέροντας εξειδικευμένα και ασφαλή στη χρήση προϊόντα από την πρώτη ημέρα της γέννησης* για όλες τις καθημερινές ρουτίνες περιποίησης του μωρού και του παιδιού. Πώς θα μπορούσε να λείπει από το νεσεσέρ των καλοκαιρινών μας διακοπών;

Η Νο1 μάρκα στη Γαλλία¹ έχει φροντίσει και για την αντηλιακή μας προστασία, με προϊόντα κατάλληλα για όλους τους τύπους δέρματος, συμπεριλαμβανομένου του ευαίσθητου, του μη ανεκτικού, του αποπικτού και του φωτοευαίσθητου, για μωρά, παιδιά, εγκύους αλλά και όλη την οικογένεια!



High Protection Sun Spray SPF 50 Mustela®

Μαγιό τσεκ, καπέλο τσεκ, γυαλιά τσεκ... Τι μας λείπει; Το αντηλιακό σώματος και προσώπου υψηλής προστασίας σε μορφή σπρέι Sun Face & Body Spray Mustela®, με δείκτη SPF 50 και Βιολογικό αβοκάντο. Προστατεύει από τις ακτίνες UVA και UVB, ενδυναμώνει τον δερματικό φραγμό και διατηρεί τον κυτταρικό πλούτο του δέρματος από τις ακτίνες UV. Είναι εύκολο στην εφαρμογή και με φόρμουλα πολύ ανθεκτική στο νερό και στην άμμο.



PHOTOS: TONIA & THEODORE PHOTOGRAPHY



Τα προϊόντα Mustela®:

- Έχουν ως βασικό ενεργό συστατικό το Βιολογικό αβοκάντο και 96% φυσικά συστατικά κατά μέσο όρο**

*Συμπεριλαμβανομένων των νεογνών που βγήκαν από τη Νεογνική Μονάδα Εντατικής Θεραπείας
 **Κατά μέσο όρο στη βρεφική και παιδική σειρά
¹Quintiles IMS, Pharmatrend Database, Baby Care market, MAT Sept. 2019 τμχ. & αξία, Γαλλία

Very High Protection Sun Lotion SPF 50+ Mustela®

Ξένοιαστο παιχνίδι στην άμμο με το αντηλιακό γαλάκτωμα σώματος και προσώπου πολύ υψηλής προστασίας Sun Body & Face Lotion Mustela®, με δείκτη SPF 50+ και Βιολογικό αβοκάντο. Προστατεύει από τις ακτίνες UVA και UVB, ενώ είναι εύκολο στην εφαρμογή, δεν αφήνει λευκές γραμμές και είναι ανθεκτικό στην άμμο, στο νερό, αλλά και στην επαφή με την πετσέτα και τα ρούχα.
 (Διατίθεται σε σωληνάρια των 40 & 100 ml.)



Mustela®

www.mustela.com.gr Mustela Greece @mustelagreece

MomMY summertime with APIVITA

No1 στην bucket list των φετινών διαυοπών

Μαμάδες, όσο δύσκολο κι αν φαίνεται, φροντίστε να εξασφαλίσετε έστω μία ώρα την ημέρα μόνη σας στην παραλία με τα απολύτως απαραίτητα: τα μεταξένια λάδια σώματος και τις δροσιστικές κρέμες με βελούδινη υφή της σειράς APIVITA BEE SUN SAFE.

Τώρα, περισσότερο από ποτέ, η επιδερμίδα μας «διψάει» και χρειάζεται άμεση δροσιά και καταπράνιση. Ακριβώς αυτό της προσφέρει το **ενυδατικό after sun με υφή κρέμας-gel** για πρόσωπο και σώμα, εμπλουτισμένο με αντιοξειδωτικά συστατικά.

Ναι στο μαύρισμα, αλλά με μέτρο, προσοχή και το κατάλληλο αντηλιακό **λάδι σώματος SPF 30**, με ελαφρύ άρωμα και μεταξένια, μη λιπαρή υφή, που θρέφει και περιποιείται την επιδερμίδα, αφήνοντάς την απαλή και ενυδατωμένη.

Info: Ανακαλύψτε τα ολοκληρωμένα σετ φροντίδας της APIVITA στα συλλεκτικά καλοκαιρινά τσαντάκια, που θα γίνουν το απόλυτο αξεσουάρ του καλοκαιριού.

Τα αντηλιακά APIVITA BEE SUN SAFE προστατεύουν την επιδερμίδα και αγαπούν τη φύση. Επιπλέον:





- Είναι εμπλουτισμένα με το πολυδύναμο θαλάσσιο φύκος *Laminaria Digitata* και το πατενταρισμένο εκχύλισμα πρόπολης της APIVITA, προσφέροντας άμεση ενυδάτωση που διαρκεί και προστασία από τη φωτογήρανση.
- Έχουν δημιουργηθεί σύμφωνα με την προσέγγιση CLEAN BEAUTY, CLEAN OCEAN, είναι ασφαλή και φιλικά προς την επιδερμίδα και το περιβάλλον, και τηρούν τις αρχές βιώσιμης ανάπτυξης.
- Προσφέρουν ολοκληρωμένη προστασία ευρέος φάσματος, καθώς δεν προστατεύουν μόνο από την UVA και UVB ηλιακή ακτινοβολία, αλλά και από τις ακτίνες IR, όπως και από τις ακτίνες Blue Light, που προέρχονται από τον ήλιο και τις οθόνες κι επιταχύνουν την πρόωρη γήρανση.

Η σειρά APIVITA BEE SUN SAFE περιλαμβάνει αντηλιακά που απαντούν στις ξεχωριστές ανάγκες κάθε επιδερμίδας, όπως είναι η λεπτόρρευστη κρέμα προσώπου **Dry Touch SPF 50**, για υψηλή προστασία, με εξαιρετικά ελαφριά, μη λιπαρή, cream-gel υφή, που απορροφάται άμεσα και χαρίζει ένα αόρατο στενό φινίρισμα.

Κρατάμε τη λάμψη του ήλιου, όχι τα σημάδια του! **Κρέμα προσώπου κατά των πανάδων και των ρυτίδων με βελούδινη υφή και δείκτη προστασίας SPF 50**, για πρόληψη ή/και αντιμετώπιση των σημάδων φωτογήρανσης και γήρανσης. (Διατίθεται με χρώμα ή χωρίς.)

Για τις always on the move mommies, είναι απαραίτητο ένα αντηλιακό όπως το **ενυδατικό spray ελαφριάς υφής για πρόσωπο και σώμα SPF 30**, με μοναδική υφή που απορροφάται άμεσα και δροσερό, καλοκαιρινό άρωμα.

www.apivita.com

 @apivita
 @TheApivitaExperienceStore
 @apivitagreece
 @theapivitaexperiencestore

APIVITA

It's beauty ADVENTURES' SEASON!

Ζήστε μοναδικές περιπέτειες και απολαύστε την πιο ανέμελη εποχή του χρόνου παρέα με τα must-have items περιποίησης για όλη την οικογένεια.

hello little sunshines!

Γεμίστε το summer kit των μικρών σας με όλα τα απαραίτητα, που θα τους χαρίσουν την απόλυτη rampering εμπειρία.



Αντηλιακό προσώπου με βάση το νερό, κατάλληλο από 6 μηνών και άνω, Fotoprotector FusionWater Pediatrics SPF 50, **ISDIN**.

Αναζωογονητικό, διάφανο αντηλιακό σπρέι σώματος για χρήση σε βρεγμένο δέρμα, για παιδιά από 6 μηνών και άνω, Fotoprotector Transparent Spray Wet Skin Pediatrics SPF 50, **ISDIN**.

Νερό φρεσκαρίσματος για το σώμα και τα μαλλιά των μωρών και των παιδιών, κατάλληλο για καθημερινή χρήση, Hair Styler & Skin Freshener, **MUSTELA**®.

Μικκυλιακό νερό καθαρισμού, χωρίς ξέβγαλμα, για το πρόσωπο, το σώμα και τη μηρογεννητική περιοχή των μωρών και των παιδιών, No Rinse Cleansing Water, **MUSTELA**®.

Παιδικό αποσμητικό για την προσρόφηση των οσμών και του ιδρώτα, που σέβεται τη φυσιολογική χλωρίδα της επιδερμίδας και δεν φράσσει τους πόρους Sensitive Kids Deodorant Cream, **FREZYDERM**.

Βρεφικό γαλάκτωμα προσώπου και σώματος για άμεση ενυδάτωση, εντατική θρέψη και απαλότητα Baby Care Hydrating Milk, **PHARMASEPT**.

Αντηλιακό σπρέι πολύ υψηλής προστασίας, κατάλληλο από 6 μηνών και άνω, 50+ SPF Sun Spray, **CHILDS FARM**.

Balm κατά του κνησμού και κατά της υποτροπής, με σύνθεση κατάλληλη για βρέφη, παιδιά και ενήλικες με πολύ ξηρό, ατοπικό ή με τάση αλλεργίας δέρμα, Lipikar Baume AP+M, **LA ROCHE-POSAY**.

Κρεμώδες αφρόλουτρο χωρίς άρωμα, κατάλληλο για νεογέννητα, βρέφη, παιδιά και ενήλικες με δέρμα με τάση ατοπίας, Lipikar Syndet AP+, **LA ROCHE-POSAY**.

Mommy's paradise found

Ο παράδεισος της ομορφιάς κάθε μαμάς περιλαμβάνει δροσερές υφές και κορυφαία προϊόντα για λάμψη και προστασία... from head to toe.



Οδοντόπαστα ενάντια στην κακοσμία του στόματος Unident Pharma Fresh Breath Care, **INTERMED**.

Τζελ για μείωση της κυτταρίτιδας, ιδανικό για εντατικό αδυνάτισμα και σύσφιξη σε μηρούς, γλουτούς, μπράτσα και κοιλιά Triple Effect Body Contouring Frosted Gel, **FREZYDERM**.

Απαλό υγρό καθαρισμού για την ευαίσθητη περιοχή Everyday Chamomile Care, **MEGA**.

Ορός για την ενίσχυση των βλεφαρίδων The Skin Pharmacist Restore & Renew Eyelash Booster, **INTERMED**.

Αντηλιακή κρέμα προσώπου με χρώμα, για πλούσια ενυδάτωση και φυσικό, ματ αποτέλεσμα, Heliodor Face Tinted Sun Cream SPF 50, **PHARMASEPT**.

Αντηλιακή κρέμα-gel προσώπου υψηλής προστασίας με ελαφριά, μη λιπαρή υφή Bee Sun Safe Hydra Fresh Face & Body Milk SPF 50, **APIVITA**.

Ορός με καφεΐνη, ενάντια στους μαύρους κύκλους και τις σακούλες κάτω από τα μάτια, The Skin Pharmacist Caffeine Eye Serum, **INTERMED**.

Υγρά μαντήλια ντεμακιγιάζ με υαλουρονικό οξύ Pom Pon All Skin Types, **MEGA**.

Αντηλιακό γαλάκτωμα προσώπου με προβιοτικά Luxurious Sun Care Probiotics Fluid SPF 30, **INTERMED**.

Create hair magic!

Από την παραλία και το ταξίδι μέχρι το παιδικό πάρτι και τη βάπτιση, οι μικρές influencers προτείνουν τα πιο παιχνιδιάρικα χτενίσματα, που θα ανακηρύξουν την κόρη σας σε... beauty icon.

- Από τη Μαρία Ροδίτη -

BALLERINA BUN

Φανταστείτε την κόρη σας με έναν τόσο elegant κότσο και το πιο fashion-forward φόρεμα της γκαρνταρόμπας της. Απλά υπέροχη!



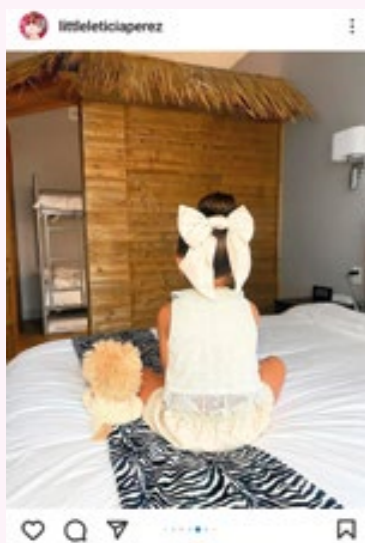
BUBBLE PONYTAIL

As playful as it gets! Η Leticia Perez, το It girl της παιδικής μόδας από τη Χιλή επιλέγει ξανά και ξανά το συγκεκριμένο χτένισμα. Μία δοκιμή αρκεί για να το λατρέψει και η δική σας πριγκίπισσα.



ACCESSORIZED HAIR

Τα αξεσουάρ μαλλιών είναι το απόλυτο must! Προτιμήστε για τη μικρή δεσποινίδα σας έναν oversized φιόγκο -που αποτελεί hot summer trend- και αφήστε τη να κλέψει τις εντυπώσεις.



MERMAID WAVES

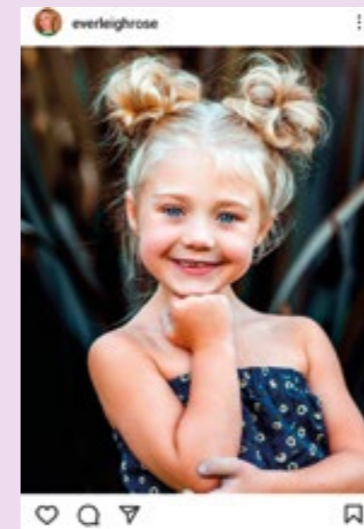
Αν θέλετε η κόρη σας να θυμίζει μικρή γοργόνα, όπως η 6χρονη Βρετανίδα Elise Lily, υπάρχει τρόπος: πιάστε το βράδυ τα μαλλιά της σε δύο πλεξούδες και... το πρωί θαυμάστε το εντυπωσιακό χτένισμα!



Πηγή φωτογραφιών: Instagram

SPACE BUNS

Θυμάστε τα κεφτεδάκια που κάνατε στα μαλλιά σας όταν ήσασταν παιδί; Ήρθε η ώρα να τα μάθει και η κορούλα σας με τη... «βοήθεια» της 11χρονης Καλιφορνέζας Everleigh Rose!



HALF UP SPACE BUNS

'90s calling... με μία αξέχαστη τάση της θρυλικής δεκαετίας. Δώστε κι εσείς λοιπόν cool vibes στην εμφάνιση του παιδιού σας υιοθετώντας τη!



DOUBLE PONYTAIL

Χαριτωμένο, εξαιρετικά εύκολο και Instagram-approved! Αυτό το hairstyle θα μετατρέψει την κόρη σας σε trendsetter.



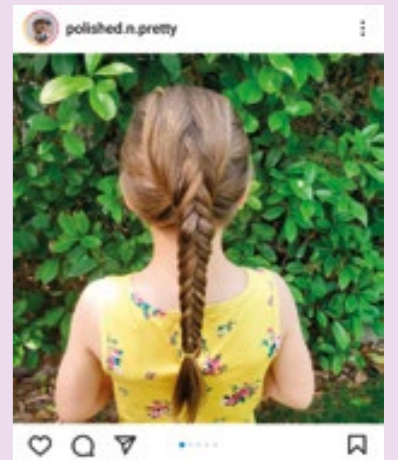
HIGH PONYTAIL

Είναι διαχρονική και κομψή, αναβαθμίζει τα μακριά μαλλιά, ενώ γίνεται σε χρόνο dt. Η κλασική αλογοουρά της 4χρονης Ryder Bird παραμένει αξεπέραστη όσα χρόνια κι αν περάσουν.



FISHTAIL BRAID

Πείτε «αντίο» στις βαρετές hair days της μικρής σας με την πιο chic πλεξούδα όλων των εποχών. **Plus:** Τέλεια επιλογή για τις ημέρες με καύσωνα.



HALF UP PONYTAIL

So cute! Οι 8χρονης δίδυμες Taytum και Oakley Fisher από το Λος Άντζελες προτείνουν ένα πανεύκολο και ultra stylish hair look, ιδανικό για κάθε περίσταση.



BOOM
STARS

Your attention please!

Αυτά είναι τα προϊόντα «αστέρια» που ξεχώρισε η ομάδα του BOOM σε αυτό το τεύχος.



Σετ Moovers με την υπογραφή της Alouette ...And strike a pose!

Στο πάρτι, στο πάρκο, στην παραλία, στην εκδρομή, στις βόλτες, στα play dates, το πρωί, το απόγευμα ή το βράδυ, στο αεροπλάνο ή στο καράβι, στις διακοπές ή στην πόλη... Ένα super stylish και άνετο outfit όπως αυτό, με αμάνικη crop μπλούζα και σορτς από εξαιρετικά απαλό, τζιν ύφασμα, είναι ιδανικό για κάθε περίπτωση. Ανακαλύψτε ολόκληρη την καλοκαιρινή συλλογή στο alouette.gr



Unident Kids Mouthwash της InterMed Αστραφτερά χαμόγελα!

Το καλοκαίρι αφήνουμε πίσω μας τους κανόνες εκτός από έναν: Δεν ξεχνάμε ΠΟΤΕ να φροντίζουμε τα δοντάκια μας. Και μετά το βούρτσισμα, σειρά έχει το φθοριούχο στοματικό διάλυμα καθημερινής χρήσης με γεύση τσιχλόφουσкас, που καταπολεμά την τερηδόνα, δυναμώνει τα δόντια και τα ούλα, και αναστέλλει τη δημιουργία πλάκας.

**Μην το καταπίνετε! Η εφαρμογή του προϊόντος να γίνεται υπό την επίβλεψη ενήλικα. Για παιδιά κάτω των 6 ετών, συμβουλευθείτε τον οδοντίατρό σας.*



Υγρό πλυντήριο βρεφικών ρούχων Baby PLANET Προστατεύει φυσικά ό,τι αγαπάς

Από τη στιγμή που γινόμαστε γονείς, απόλυτη προτεραιότητά μας είναι η προστασία του μωρού μας με κάθε τρόπο. Γι' αυτό, για να πλένουμε τα ρουχαλάκια που έρχονται σε επαφή με την ευαίσθητη –και πιο λεπτή από τη δική μας– επιδερμίδα του, επιλέγουμε προϊόντα που δεν προκαλούν ερεθισμούς, όπως αυτό το υγρό πλυντήριο με την ειδικά μελετημένη Baby Care Formula. Περιέχει ενεργά συστατικά φυτικής προέλευσης, είναι υποαλλεργικό, δερματολογικά ελεγμένο και καθαρίζει σε βάθος ακόμα και τους πιο επίμονους μωρουδιακούς λεκέδες.



It's not magic, it's MEGA Hygiene KIDS!

Κι όμως, το εκπαιδευτικό κρεμοσάπυνο MEGA Hygiene KIDS, χάρη στην καινοτόμο σύνθεσή του, αλλάζει χρώμα από μπλε σε λευκό όταν τα χεράκια έχουν καθαρίσει! Έτσι, εκπαιδεύει τα παιδιά στο προσεκτικό πλύσιμο των χεριών, συμβάλλοντας στο να αποκτήσουν σωστές συνήθειες καθημερινής υγιεινής από την παιδική ηλικία με τον πιο διασκεδαστικό τρόπο! Δεν είναι τυχαίο ότι αναδείχθηκε «Προϊόν της Χρονιάς 2024» στην κατηγορία του, μετά από ανεξάρτητη καταναλωτική έρευνα*.

*Ανεξάρτητη καταναλωτική έρευνα που διεξήχθη από την CIRCANA σε δείγμα 3.200 καταναλωτών στην Ελλάδα.





Η φάρμα των ζώων του Τζορτζ Όργουελ, εκδόσεις ΔΙΟΠΤΡΑ ...αλλιώς!

Σε αυτήν τη φάρμα τα ζώα υποφέρουν και υπομένουν την τυραννία και την αδικία, ώσπου κάποια στιγμή δεν αντέχουν άλλο, κάνουν επανάσταση και διώχνουν την οικογένεια του αγρότη, του κυρίου Τζόουνς. Τι θα συμβεί όμως όταν το αγρόκτημα γίνει δικό τους και δύο μεγάλα γουρούνια πιστέψουν πως είναι «πιο ίσα από τους άλλους»; Το διαχρονικό αριστούργημα της παγκόσμιας λογοτεχνίας κυκλοφορεί σε διασκευή του Μιχάλη Μακρόπουλου από τις εκδόσεις ΔΙΟΠΤΡΑ, στο πλαίσιο της νέας σειράς «Τα παιδιά διαβάζουν κλασικά» (για παιδιά από 9 ετών).



Τηλεκατευθυνόμενο όχημα Sonic (Performance Version) Carrera (σε κλίμακα 1:18)

...Και φύγαμεεε

Ο θρυλικός μπλε σκαντζόχοιρος από τα δημοφιλή βιντεοπαιχνίδια έρχεται απευθείας στο σπίτι σας! Τα φώτα LED εντυπωσιάζουν κατά τη διάρκεια νυχτερινών αγώνων, ενώ το χειριστήριο και η τεχνολογία 2,4 GHz επιτρέπουν ακόμα και στους νεότερους οπαδούς του Sonic να κυριαρχούν στις πίστες, από την ηλικία των 6 ετών.



AQUA Carpatica Kids Το νεράι με το έξυπνο υαπάι!

Εσείς γνωρίζατε ότι υπάρχει ένα φυσικό μεταλλικό νερό, ειδικά σχεδιασμένο για παιδιά, με καπάκι ασφαλείας που προστατεύει από τις διαρροές; Το μπουκάλι των 250 ml είναι ιδανικό για μικρά χεράκια, ενώ κρατάει το παιδάκι σας χαρούμενο και ενυδατωμένο όλη την ημέρα.



NEO

4 Colours® pastel BIC® A pen for every side of you

Μαύρο, μπλε, κόκκινο ή πράσινο; Δεν χρειάζεται να επιλέξετε, γιατί με το νέο στυλό της BIC® έχετε και τα τέσσερα χρώματα σε ένα! Έχει μεσαία μύτη, μηχανισμό προώθησης και ανάκλησης και θα το βρείτε σε τρεις υπέροχες, παστέλ αποχρώσεις.

Mommy's TALK

2 μαμάδες απαντούν σε 10 «τι». 2 μαμάδες ανοίγουν την καρδιά τους. 2 υπέροχες μαμάδες μοιράζονται τα δικά τους μυστικά. Ας τις ακούσουμε.

- Από τη Μιρτώ Κάζη -

ΕΛΕΝΗ ΚΑΦΕΤΖΟΠΟΥΛΟΥ
Managing Director της εταιρείας
Happy Mommy Happy Baby

Ελένη, τι σου έμαθαν οι γονείς σου που θα ήθελες να μεταφέρεις κι εσύ στα δικά σου παιδιά;

Οι γονείς μου με έμαθαν να εμπιστεύομαι τον εαυτό μου και να βάζω στόχους στη ζωή μου σε κάθε επίπεδο. Και εγώ με τη σειρά μου θα ήθελα τα παιδιά μου να έχουν αυτοπεποίθηση και να καταλάβουν τη δύναμη και την αξία της προσπάθειας.

Υπάρχει κάτι που σε φοβίζει πιο πολύ στον κόσμο;

Η αδιαφορία και η έλλειψη σεβασμού μεταξύ των ανθρώπων.

Και τι είναι αυτό που σε κάνει αληθινά ευτυχισμένη;

Με κάνει ευτυχισμένη ένα οικογενειακό τραπέζι!

Τι έχεις πάντα μέσα στην τσάντα σου;

Έχω πάντα μαζί το Chilly's μου και την ατζέντα μου, γεμάτη με αυτοκόλλητα για καλύτερη οργάνωση και περισσότερο χρώμα.

Ποιο είναι το πρώτο πράγμα που κάνεις μόλις ξυπνήσεις το πρωί;

Το πρώτο πράγμα που κάνω είναι να τεντωθώ! Μετά αναζητώ τις αγκαλιές του άντρα μου και των παιδιών μου, για να ξεκινήσω με θετική ενέργεια και διάθεση την ημέρα μου!

Ποιο είναι εκείνο το χαρακτηριστικό που θαυμάζεις περισσότερο στα παιδιά σου;

Στη Χριστιάνα θαυμάζω τη δημιουργικότητα, τον αυθορμητισμό και το πάθος της σε ό,τι κάνει! Στον Γιώργο θαυμάζω τη μαθηματική σκέψη του, τη μεθοδικότητα και την οργάνωσή του, που εγώ στα 40 μου απέχω μιλια μακριά...



Μαμά της Χριστιάννας και του Γιώργου

Άραγε, τι μας διδάσκουν τα παιδικά παραμύθια;

Να ονειρευόμαστε!

Τι σου έχουν μάθει τα παιδιά σου που σε έκανε να αλλάξεις όλη σου την κοσμοθεωρία;

Να ενθουσιάζομαι με τα απλά πράγματα της καθημερινότητας, τις μικρές και μεγάλες ομορφιές της ζωής και να το δείχνω!

Αν τα παιδιά σου ήταν σήμερα 18 ετών, τι θα τα συμβούλευες;

Ήρθε η ώρα να ανοίξουν τα φτερά τους και να ταξιδέψουν. Να κυνηγήσουν με πάθος και αφοσίωση τους στόχους τους, σεβόμενα πάντα τον εαυτό τους.

Και τι θα έλεγες στον εαυτό σου λίγο πριν γίνεις μαμά;

Να ετοιμαστώ για τη μεγαλύτερη περιπέτεια και αγάπη της ζωής μου!

Μαμά του Δήμου, του Κωνσταντίνου και του Πάνου

ΝΕΚΤΑΡΙΑ ΜΠΕΣΣΑ
Marketing & PR Manager

Νεκταρία, τι σου έμαθαν οι γονείς σου που θα ήθελες να μεταφέρεις κι εσύ στα δικά σου παιδιά;

Από όταν θυμάμαι τον εαυτό μου ήμουν ένα αυτόνομο παιδί και έκανα τα πάντα με τον δικό μου τρόπο. Ακόμα κι αν, ορισμένες φορές, αποτύγχανα και απογοητεύομουν, μου έμαθαν να έχω πείσμα και να ξανασηκώνομαι. Έτσι, μεγαλώνοντας, κατάλαβα ότι οι αποτυχίες μας είναι μέρος της διαδρομής για να φτάσουμε στους στόχους μας. Αυτό θέλω να μεταφέρω στα παιδιά μου. Να κάνουν τα πράγματα με τον δικό τους τρόπο και να έχουν πίστη στον εαυτό τους. Να τολμούν. Να ξανασηκώνονται.

Υπάρχει κάτι που σε φοβίζει πιο πολύ στον κόσμο;

Από την ημέρα που έγινα μαμά κατάλαβα ότι, στο εξής, εγώ και ο φόβος θα περπατάμε χέρι χέρι. Τα παιδιά μας μεγαλώνουν σε ένα περιβάλλον αβέβαιο και πολλές φορές βίαιο. Ακόμα και κάποιες αρχές που στο παρελθόν τις θεωρούσαμε θεμελιώδεις για μια κοινωνία, σήμερα φαίνεται να υποχωρούν. Έχει αλλάξει η κατεύθυνση του κόσμου, αυτό με φοβίζει. Αναζητώ όμως πάντα τη θετική πλευρά των πραγμάτων και προσπαθώ να μην επηρεάζεται η ζωή των παιδιών μου από τις δικές μου ανησυχίες.

Και τι είναι αυτό που σε κάνει αληθινά ευτυχισμένη;

Είναι κλισέ αυτό που θα πω, αλλά η απάντησή μου βγαίνει εντελώς αυθόρμητα. Με κάνει ευτυχισμένη ο χρόνος που περνάω με την οικογένειά μου, τον άντρα μου και τα παιδιά μας. Επειδή η δουλειά μου είναι απαιτητική και όλοι μας έχουμε έντονα προγράμματα, τα Σαββατοκύριακά μας τα περιμένω με ανυπομονησία.

Τι έχεις πάντα μέσα στην τσάντα σου;

Έχω πάθει εμμονή με το κραγιόν Rouge Coco Flash της Chanel και το έχω πάντα μαζί μου!

Ποιο είναι το πρώτο πράγμα που κάνεις μόλις ξυπνήσεις το πρωί;

Θα ήθελα να απαντήσω ότι το πρώτο πράγμα που κάνω είναι «χαιρετισμός στον ήλιο», αλλά ίσως σε κάποια άλλη ζωή (γέλια). Συνήθως ξυπνάμε με τον άντρα μου και αρχίζει το «τρέξιμο» για να προλάβουμε να ετοιμάσουμε 3 παιδιά για το σχολείο, να πάμε βόλτα τον σκύλο και κατευθείαν ετοιμαζόμαστε να πάμε στις δουλειές μας. Είναι πολλά τα logistics όπως αντιλαμβάνεστε...

Ποιο είναι εκείνο το χαρακτηριστικό που θαυμάζεις περισσότερο στα παιδιά σου;

Σαν μαμά-κουκουβάγια απαντώ ότι αυτή η λίστα δεν περιορίζεται σε μία παράγραφο, αλλά θα προσπαθήσω να τα ιεραρχήσω. Ο Δήμος, που είναι 13 ετών, είναι πολύ συνεπής σε όλα και πολλές φορές θαυμάζω την πειθαρχία και την αφοσίωσή του. Ο Κωνσταντίνος, 12 ετών, είναι εξαιρετικά υπεύθυνος και συμπονετικός με όλους και συχνά με συγκινεί με την ενσυναίσθησή του.



Ο Πάνος, που μόλις έκλεισε τα 4, έχει πολύ χιούμορ και τον αποκαλούμε rock star. Είναι ανεξάρτητος και ανήσυχος πνεύμα.

Άραγε, τι μας διδάσκουν τα παιδικά παραμύθια;

Το περιεχόμενο των σύγχρονων παραμυθιών που εκδίδονται τα τελευταία χρόνια είναι πιο politically correct από εκείνα που διάβαζαν σε εμάς όταν ήμασταν μικρά, που στην πλειοψηφία τους αναπαρήγαγαν κοινωνικά στερεότυπα. Πλέον οι μαμάδες είναι πιο ενημερωμένες και μπορούν να αξιολογήσουν πιο σωστά μία καλή έκδοση, τα μηνύματα που περνάνε στα παιδιά τους τα παραμύθια, τους ήρωες που πρωταγωνιστούν. Μέσα από ένα «σωστό» παραμύθι, μπορεί ένα παιδί να αναπτύξει τη φαντασία του, να διδαχθεί, να αφομοιώσει.

Τι σου έχουν μάθει τα παιδιά σου που σε έκανε να αλλάξεις όλη σου την κοσμοθεωρία;

Με έχουν μάθει να είμαι πιο πολύ ο εαυτός μου, αλλά κυρίως να μη σπαταλώ την ενέργειά μου σε πράγματα που δεν έχουν καμία σημασία.

Αν τα παιδιά σου ήταν σήμερα 18 ετών, τι θα τα συμβούλευες;

Να ανοήσουν τις συμβουλές μου και να κάνουν τα δικά τους λάθη. Στα 18 τα παιδιά είναι ολοκληρωμένες προσωπικότητες και πρέπει να τα ενθαρρύνουμε να κάνουν τις επιλογές τους. Το μόνο που μάλλον θα συνεχίσω να λέω για πάντα είναι να παίρνουν τη ζακέτα τους μαζί!

Και τι θα έλεγες στον εαυτό σου λίγο πριν γίνεις μαμά;

Να κοιμηθώ όσο περισσότερο γίνεται.

Νάντια Ράπτη

The muse of pregnancy style

Δεν γίνεται να κάνεις scroll στο Instagram και να μη σταθείς –για αρκετή ώρα μάλιστα– στο account της Νάντιας Ράπτη για να θαυμάσεις τόσο την αισθητική όσο και τα ultra chic outfits της. Η επιτυχημένη σχεδιάστρια μόδας και νέα μαμά παρέδωσε κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης της μαθήματα pregnancy style, υπενθυμίζοντας πως... τα ρούχα μιας mom-to-be μπορούν να είναι ταυτόχρονα άνετα αλλά και statement. Κρατήστε σημειώσεις!

- Από τη Μαρία Ροδίτη -



Πηγή φωτογραφιών: Instagram @nadia_rapti



Ένα λινό suit dress θα σας αναδείξει στην πιο fashion-forward μέλλουσα μαμά της σεζόν.



Where style speaks volumes...



Η ακάλυπτη φουσκωμένη κοιλίτσα είναι η κορυφαία τάση στον κόσμο του pregnancy style. Με τζιν παντελόνι και crop T-shirt θα γίνετε κι εσείς trendsetter!



She is a '90s queen!



Το πιο άνετο και elegant ρούχο εγκυμοσύνης για everyday εμφανίσεις είναι η σαλοπέτα.



Πείτε «ναι» σε ένα αέρινο, co-ord set για τις βραδινές βόλτες σας στην πόλη ή το νησί.

Μιχάλης Σεΐτης

Ένας μπαμπάς expert... στην αλλαγή πάναας!

Τρελαίνεται να περνά τα πρωινά με την 6 μηνών κόρη του, έχει «ειδικότητα» στην αλλαγή πάναας, ενώ παραδέχεται πως ήταν από καιρό έτοιμος για το μαγικό ταξίδι της πατρότητας. Ο παραολυμπιονίκης του στίβου Μιχάλης Σεΐτης, λίγο πριν ντυθεί γαμπρός και βαπτίσει την μπέμπα του, μας συστήνεται καλύτερα μέσα... από τον πιο ωραίο ρόλο της ζωής του!

- Από τη Μαρία Ροδίτη -



Διαβάστε στο www.boommag.gr όλα τα manuals που έχουν γράψει αποκλειστικά για εμάς διάσημοι μπαμπάδες

“Life doesn't come with a manual: it comes with a mother”

(AND A  *Father* TOO - ΕΙΜΑΣΤΕ ΚΙ ΕΜΕΙΣ ΕΔΩ!)

Μιχάλη, τον Δεκέμβριο του 2023 γεννήθηκε το παιδί σου. Θυμάσαι να λες από μικρός ότι θέλεις να γίνεις μπαμπάς ή αυτή η επιθυμία προέκυψε στην πορεία της ζωής σου; Πάντα μου άρεσε η ιδέα της οικογένειας. Το ήθελα πολύ, χωρίς όμως να το επιδιώκω ή να το κυνηγάω. Έλεγα ότι, κάποια στιγμή στη ζωή μου, βρω τον κατάλληλο άνθρωπο, θα γίνει και αυτό. Και να που συνέβη!

Flashback στην εγκυμοσύνη της συντρόφου σου. Πώς ήταν αυτή η περίοδος;

Δεν είχαμε καθόλου άγχος. Ούτε εγώ ούτε εκείνη. Η εγκυμοσύνη της ήταν καλή, όλα κυλούσαν ομαλά, οπότε κι εμείς ανυπομονούσαμε να υποδεχθούμε στον κόσμο το μωράκι μας. Μέχρι την τελευταία στιγμή που φτάσαμε στο μαιευτήριο, νομίζαμε ότι έχουμε πολύ χρόνο μπροστά μας, αλλά τελικά όλα αλλάζουν σε δευτερόλεπτα. Με το που έρχεται το βρέφος στον κόσμο τα πάντα είναι διαφορετικά. Είναι σοκαριστικό.

Ήσουν παρών στον τοκετό;

Ναι! Είναι η πιο συγκλονιστική εμπειρία που έχω ζήσει.

Πώς ένιωσες όταν κράτησες την κόρη σου για πρώτη φορά στην αγκαλιά σου;

Απλά έλιωσα. Όλοι σου λένε ότι αυτή η στιγμή είναι πολύ δυνατή, αλλά, μέχρι να το ζήσεις, δεν μπορείς να το καταλάβεις.

Και το πρώτο 24ωρο με το νεογέννητο στο σπίτι; Ήταν όπως το φανταζόσουν;

Ναι. Δεν με τρόμαζε τίποτα. Ήμουν από καιρό έτοιμος για αυτό το νέο και μαγικό ταξίδι. Οπωσδήποτε, έπαιξε ρόλο το γεγονός ότι η γυναίκα μου έχει σπουδάσει μαιευτική και έχει εργαστεί σε μονάδα με πρόωρα μωράκια, οπότε γνωρίζει πολύ καλά το αντικείμενο. Ένιωθα ασφάλεια μαζί της.

Ύπνος, τάισμα, αλλαγή πάναας. Ποια είναι η «ειδικότητά» σου;

Είμαι πάρα πολύ καλός στην αλλαγή πάναας, αλλά κάνω και όλα τα υπόλοιπα. Μοιραζόμαστε τα πάντα με τη σύντροφό μου. Εγώ αναλαμβάνω τη μικρή κυρίως τις πρωινές ώρες και η μαμά της το βράδυ. Η αλήθεια είναι ότι πρέπει να κοιμάμαι καλά για να μπορώ να κάνω προπόνηση την επόμενη μέρα, οπότε η Κωνσταντίνα έχει αναλάβει τη βραδινή βάρδια. Χωρίς αυτό να σημαίνει ότι κοιμάμαι πάντα τα βράδια. Απλώς κοιμάμαι λίγο περισσότερο.

Μένεις, αν χρειαστεί, μόνος σου με το μωρό;

Εννοείται! Ποτέ δεν φοβήθηκα να μείνω μόνος μου μαζί της. Από την πρώτη στιγμή που γεννήθηκε, περνάμε πολλές ώρες παρέα και έχουμε αναπτύξει μία υπέροχη σχέση.

Η πρώτη φορά που αφήσατε το μωρό στη γιαγιά και τον παππού ήταν...

Πριν από δύο μήνες περίπου. Εκείνο το βράδυ έπαιζα μουσική σε ένα μαγαζί –είμαι και DJ, εκτός από αθλητής–, και ήθελε η

γυναίκα μου να έρθει να με δει. Αφήσαμε λοιπόν την μπέμπα στη γιαγιά της για... 45 λεπτά. Είχαμε αρκετό άγχος και οι δύο, την παρακολουθούσαμε συνέχεια από την κάμερα, και μόλις είδαμε ότι ξύπνησε, η γυναίκα μου επέστρεψε αμέσως κοντά της. Ευτυχώς, το μαγαζί βρισκόταν μόλις 5 λεπτά μακριά από το σπίτι.

Είσαι 6 μήνες μπαμπάς. Ποια πιστεύεις ότι είναι η μεγαλύτερη πρόκληση για έναν γονέα στις μέρες μας;

Το μεγαλύτερο θέμα που έχουν να αντιμετωπίσουν οι γονείς σήμερα είναι οι πολλές ώρες εργασίας. Μπορεί να χρειάζονται 2 ώρες στους δρόμους για να φτάσουν και να επιστρέψουν από τη δουλειά τους, και άλλες 8-10 ώρες για να εργαστούν, οπότε, πρακτικά, λείπουν από το σπίτι το μεγαλύτερο μέρος της ημέρας. Νιώθω πολύ τυχερός που έχω τη δυνατότητα να περνάω πολλές ώρες καθημερινά με την κόρη μου.

Θέλω να μιλήσουμε και για το σοβαρό τροχαίο ατύχημα που είχες το 2013. Μετά τον ακρωτηριασμό του δεξιού ποδιού σου, απέκτησες πρόσθετο μέλος και διαχειρίστηκες τη νέα σου ζωή με απίστευτο θάρρος, αισιοδοξία και δύναμη. Έχεις δηλώσει, μάλιστα, ότι «το σημαντικό είναι πώς προβάλλουμε το πρόβλημα. Επειδή δεν με νοιάζει που έχω πρόσθετο μέλος, ο κόσμος δεν το βλέπει». Τι θέλεις να μάθει το παιδί σου από αυτή την ιστορία;

Θέλω να μάθει την ιστορία μου όπως είναι και να καταλάβει πως, ότι και να μας συμβεί, δεν το βάζουμε κάτω. Αν αγαπήσουμε τον εαυτό μας και το οποιοδήποτε θέμα αντιμετωπίζουμε, θα το αγαπήσει και ο κόσμος.

Στην Ελλάδα, σήμερα, τα ΑμεΑ –ειδικά οι άνθρωποι που κινούνται με αναπηρικό αμαξίδιο– στερούνται προσβασιμότητας σε πολλούς τομείς (ράμπες, ασανσέρ, ειδικές θέσεις parking, κλπ.), με αποτέλεσμα την περιθωριοποίησή τους. Έχεις σκεφτεί πώς, μελλοντικά, θα περάσεις στο παιδί σου κάποια μηνύματα για την ισότητα όλων, μέσα και από το δικό σου βίωμα;

Το πρώτο πράγμα που σίγουρα θα φροντίσω είναι να μάθει η κόρη μου να κινείται σωστά, ώστε να μην είναι η ίδια η αιτία που θα βρει εμπόδιο ένας άλλος άνθρωπος. Όσο για την ισότητα, θεωρώ πως, μεγαλώνοντας με έναν μπαμπά ΑμεΑ και μαθαίνοντας από πρώτο χέρι την καθημερινότητα και τις ανάγκες του, θα έχει ανεπτυγμένη ευαισθησία.

Θα αλλάξω τώρα εντελώς θέμα και θα σε ρωτήσω για τον γάμο σου, αφού μας αποκάλυψες ότι παντρεύεσαι τον Σεπτέμβριο στον τόπο καταγωγής σου, τη Ρόδο. Σκοπεύετε να κάνετε και τη βάπτιση μαζί; Ναι, θα γίνει γάμος και βάπτιση μαζί. Η αλήθεια είναι ότι ακόμα δεν έχουμε οργανώσει τα πάντα. Πρέπει να διευθετηθούν μερικές λεπτομέρειες, αλλά δεν αγχώνομαι καθόλου.

Έχετε αποφασίσει το όνομα της μικρής;

Η μπέμπα θα πάρει δύο ονόματα – το πρώτο είναι δική μας έμπνευση και το δεύτερο είναι της μητέρας μου. Δεν το αποκαλύπτουμε όμως ακόμη, γιατί δεν έχουμε καταλήξει 100%.

Έξι νησιά για τέλειες οικογενειακές



Κυκλάδες, Σποράδες ή Κρήτη; Για όπου κι αν βάλουμε πλώρη φέτος το καλοκαίρι, οι προορισμοί στους οποίους μας ταξιδεύει η SEAJETS σε αυτό το αφιέρωμα είναι απaráμιλλης ομορφιάς, προσίτοι και φιλόξενοι ακόμα και για μικρά παιδιά.

- Από τη Γεωργία Καριάνη -

ΝΑΞΟΣ Κυνήγι θησαυρού σε περιβόλια

Το μεγαλύτερο νησί των Κυκλάδων είναι τόσο kids-friendly και πλούσιο σε επιλογές, που μία επίσκεψη δεν είναι ποτέ αρκετή για να το ανακαλύψουμε – είναι όμως για να το λατρέψουμε!



και

The wishlist:

- ✦ Θέλουμε μεγάλες, οργανωμένες αμμουδιές; Θα πάμε στην Πλάκα. Θέλουμε ηρεμία και εξωτικά νερά; Στο Αλυκό. Ή μήπως ρηχή θάλασσα σε σχεδόν παρθένο τοπίο; Τότε φύγαμε για Αγιασσό.
- ✦ Έτοιμοι για ένα ταξίδι στον χρόνο; Ξεκινάμε από την αρχαιότητα και τον εμβληματικό Ναό του Απόλλωνα (Πορτάρα) ή τον λιγότερο διάσημο Ναό της Δήμητρας, συνεχίζουμε στην εποχή των Ενετών και το Κάστρο της Χώρας και καταλήγουμε στον 19ο αιώνα και το Ελαιοτριβείο των Εγγαρών.
- ✦ Στον δρόμο από τη Χώρα προς το χωριό Μέλανες υπάρχει μια τοποθεσία που είναι η χαρά του εξερευνητή! Μονοπάτια σε κατάφυτα περιβόλια οδηγούν σε «κρυμμένους» Κούρους αλλά και σε θραύσματα μαρμάρου διάσπαρτα ανάμεσα στις καλλιέργειες.
- ✦ Χάρη στην αφθονία της Νάξου σε μάρμαρο, το νησί προικίστηκε με έναν από τους ωραιότερους οικισμούς, την Απείρανθο, όπου θα πάμε για βόλτα και παιχνίδι στα σοκάκια αλλά και για ένα βιωματικό μάθημα ιστορίας στο Αρχαιολογικό Μουσείο.
- ✦ Πύρω από την Απείρανθο εκτείνονται χωριά που δεν έχει αγγίξει ακόμα ο τουρισμός, με καφενέδες και ταβέρνες όπου θα φάμε σπιτικά φαγητά, είτε παραγγέλουμε ψάρια και θαλασσινά είτε κρατικά. Σε κάθε περίπτωση, θα καταλήξουμε για βράδες στη Χώρα, στη γωνιά που θα γίνει αμέσως η πιο απολαυστική ρουτίνα των διακοπών μας.

Πώς θα πάτε:

Μπορείτε να επιλέξετε μεταξύ των 5 καθημερινών δρομολογίων της SEAJETS από το λιμάνι του Πειραιά και της Ραφήνας.

Chris Barbalis/Unsplash

ΣΙΦΝΟΣ Σαν ζωγραφιά

Κουκλίστικοι οικισμοί, αμέτρητες παραλίες, πλούσια ιστορία και γαστρονομία συνθέτουν έναν προορισμό που πολλοί γνωρίσαμε με αφορμή έναν γάμο ή μια βάπτιση στην Παναγία τη Χρυσοπηγή – αλλά σίγουρα αξίζει να επισκεφθούμε ξανά.

The wishlist:

- ✦ Ασφάλεια και άνεση είναι το μεγάλο πλεονέκτημα στις παραλίες του νησιού, ανάμεσά τους και αμμουδιές με εύκολη πρόσβαση. Πρώτος σταθμός, ο Πλατύς Γιαλός, όνομα και πράγμα, στη συνέχεια στο Αποκοφτό για βουτιές με θέα στην Παναγία τη Χρυσοπηγή και, στο τέλος, Καμάρες (και) για το συγκλονιστικό ηλιοβασίλεμά τους.
- ✦ Η επίσκεψη στα αξιοθέατα κρύβει εκπλήξεις για όλη την οικογένεια. Στη χερσόνησο της Χρυσοπηγής θα βγάλουμε τις πιο instagram-ικές φωτογραφίες με φόντο το γαλάζιο, ενώ στον οικισμό του Κάστρου θα ταξιδέψουμε στις Κυκλάδες του Μεσαίωνα, αλλά και της αρχαιότητας, μέσα από τα εκθέματα του Αρχαιολογικού Μουσείου του.

✦ Το βράδυ όλοι οι δρόμοι οδηγούν στην Απολλωνία, την πρωτεύουσα του νησιού που ατενίζει τη Σίφνο από ψηλά. Θα περπατήσουμε στα γραφικά σοκάκια και θα αγοράσουμε αυθεντικά χειροποίητα σουβενίρ από ντόπιους κεραμίστες και κοσμηματοποιούς.

✦ Στην πατρίδα του Νικόλαου Τσελεμεντέ θα δοκιμάσουμε όσο το δυνατόν περισσότερες τοπικές γεύσεις, όπως την παραδοσιακή ρεβυθάδα, το κοκκινιστό με τα μακαρόνια, το μαστέλο και φυσικά τα αμυγδαλωτά, τη μελόπιτα και όλα τα καλούδια των εργαστηρίων του νησιού.

Πώς θα πάτε:

Με τον πρωταθλητή Αιγαίου, **CHAMPION JET 2** της SEAJETS. Έχει 2 καθημερινές αναχωρήσεις από το λιμάνι του Πειραιά προς τη Σίφνο.

William Eskdale/Shutterstock



ΣΚΟΠΕΛΟΣ

Mamma mia, here I go (again)!

Το πράσινο ξεκινάει από τους κατάφυτους λόφους και φτάνει μέχρι τα κρυστάλλινα νερά της θάλασσας. Τα γυρίσματα της ταινίας με τη Meryl Streep και τον Pierce Brosnan ήταν αρκετά για να φτάσει η φήμη της Σκοπέλου στα πέρατα του κόσμου, και όχι άδικα.



Aerial-motion/Shutterstock

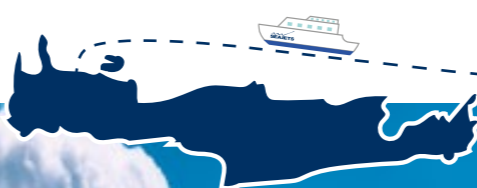


The wishlist:

- ✦ Beach hopping μέχρι να δύσει ο ήλιος! Δεν θα ξέρουμε ποια παραλία να πρωτοδιαλέξουμε, αλλά σίγουρα θα αποτίσουμε φόρο τιμής στην Καστάνη (φυσικό σκηνικό της ταινίας «Mamma Mia!»), τη Μηλιά με τα τρκουάζ νερά και τους βράχους σαν φυσικά γλυπτά μέσα στη θάλασσα, και το λιμανάκι του Αγνώνα.
- ✦ Θα δοκιμάσουμε θαλάσσια σπορ, ανάλογα φυσικά και με την ηλικία των παιδιών, από kayak μέχρι ιστιοπλοΐα και πολλά άλλα.
- ✦ Οι οικογενειακές βόλτες στο λιμάνι και τα σοκάκια της Χώρας, νωρίς το πρωί ή το σούρουπο, θα μπουν οπωσδήποτε στο πρόγραμμα.
- ✦ Η εξερεύνηση της Χώρας θα καταλήξει, ιδανικά, στην Παναγίτσα του Πύργου για πανοραμικές φωτογραφίες ή στο Αρχοντικό Βακράτσα, άλλοτε οίκημα και σήμερα μουσείο με ειδυλλιακό κήπο για καφέ.
- ✦ Θα βουτήξουμε ΚΑΙ στη γαστρονομία του νησιού, δοκιμάζοντας τη φημισμένη σκοπελίτικη τυρόπιτα, συνταγές με δαμάσκηνα, αλλά και σπιτικά, μυρωδάτα αμυγδαλωτά.

Πώς θα πάτε:

Από το Μαντούδι Ευβοίας ή τον Βόλο με τη SEAJETS.



ΧΑΝΙΑ

Ένας υόσμος γεμάτος θαύματα

Δεν είναι απλά μια πόλη και ένας νομός, αλλά ένα σύμπαν εμπειριών που μας καλεί, ξανά και ξανά, να επιστρέψουμε για να συνεχίσουμε από εκεί όπου είχαμε μείνει.

imankashai2002/Freepik



The wishlist:

- ✦ Θα κάνουμε βόλτες στο Παλιό Ενετικό Λιμάνι, βγάζοντας φωτογραφίες που δεν χρειάζονται κανένα φίλτρο μέχρι να τελειώσει η μπαταρία του κινητού μας! Όποτε κουραστούμε, θα κάνουμε μια στάση μπροστά στη θάλασσα ή σε κάποιο γραφικό σοκάκι για παγωτό.
- ✦ Θα ζήσουμε την immersive, 9D κινηματογραφική εμπειρία του Minoan's World, που μας ταξιδεύει στην ιστορία και τη μυθολογία της Κρήτης και για την οποία τα παιδιά θα (παρα)μιλούν για καιρό.
- ✦ Από τις διάσημες παραλίες του νομού Χανίων, η πιο kids-friendly είναι το Ελαφονήσι, απίστευτα ρηχή και με εξωτικά νερά. Στην τροπική ζώνη θα μας διακτινίσουν και οι Γραμβούσα και Μπάλος, που προσεγγίζονται πιο ξεκούραστα με παραβόκι. Το Φραγκοκάστελλο φημίζεται για το Κάστρο των Φράγκων και τις ιστορίες φαντασμάτων με πρωταγωνιστές τους Δροσουλιτές.

- ✦ Αν καταφέρουμε να απαρηθούμε για λίγο το αλμυρό νερό, θα μας αποζημιώσει η λίμνη Κουρνά, με τα θαλάσσια ποδήλατα και τα κοπάδια υδρόβιων πτηνών – έχει ενταχθεί και στο δίκτυο Natura 2000.

- ✦ Λέμε πάντα «ναι» στα ζεστά καλτσούνια, τα ξεροτήγανα με μέλι, το μπουρέκι, τα αυγά με στάκα και σε όλα τα εδέσματα που προσφέρει απλόχερα η χανιώτικη και κρητική κουζίνα.

Πώς θα πάτε:

Με τη SEAJETS φτάνετε σε μόλις 5 ώρες και 15 λεπτά από το λιμάνι του Πειραιά. Καθημερινές αναχωρήσεις από τις 21 Ιουνίου.

ΤΗΝΟΣ

Μαρμάρινη βασίλισσα

Στους προσκυνητές του φημισμένου ναού έχουν προστεθεί τα τελευταία χρόνια όλοι όσοι δεν χορταίνουν τις περιηγήσεις στα ονειρεμένα χωριά της, τις χαρακτηριστικές γεύσεις, την πολιτιστική κληρονομιά και τις θείκες παραλίες της.

The wishlist:

✦ Το ένα χωριό της είναι, χωρίς υπερβολή, ομορφότερο από το άλλο και με θέα που κόβει την ανάσα. Πύργος, Καρδιανή, Υστέρνια, Τριαντάρος, Φαλατάδος βρίσκονται ανάμεσα στους οικισμούς που μας προσκαλούν για εξερεύνηση.

✦ Όταν φυσάει, η πυξίδα δείχνει στις παραλίες του νότου, όπως ο Άγιος Πέτρος και τα Καλύβια. Τις απάνεμες ημέρες αναζητάμε ανατολικά την Κολυμπήθρα ή, βόρεια, την πιο «ανέγγιχτη» Ρόχαρη ή τη Λιβάδα.

✦ Ένα road trip στην ενδοχώρα προσφέρεται για παιχνίδια όπως: Ποιος θα μετρήσει τους περισσότερους περισσότερους; Ποια ιστορία κρύβεται πίσω από τους θεόρατους βράχους του χωριού Βώλαξ; Μήπως είναι ό,τι απέμεινε από πετροπόλεμο γιγάντων;

✦ Το Μουσείο Μαρμαροτεχνίας του δικτύου ΠΙΟΠ βρήκε, ταιριαστά, τη θέση του στο νησί του Γιαννούλη Χαλεπά. Μυεί μικρούς και μεγάλους στα μυστικά της τέχνης με εκπαιδευτικές ταινίες αλλά και επιτόπιες επιδείξεις από τεχνίτες.

✦ Say cheese: Όσο παράξενα κι αν ακούγονται τα ονόματα των τηνιακών τυριών, άλλο τόσο νόστιμα είναι! Ανάμεσα σε παραδοσιακές συνταγές, όπως το βολάκι, το καρίκι ή το μαραθούνι, ακόμα και ο πιο «δύσκολος» μικρός γευσισγνώστης θα βρει αυτήν που του ταιριάζει.

Πώς θα πάτε:

Μπορείτε να επιλέξετε μεταξύ των **2 καθημερινών δρομολογίων της SEAJETS** από τον Πειραιά ή τη Ραφήνα.



Sven Hansche/Shutterstock

ΣΥΡΟΣ

Η πιο γλυυιά συνήθεια



yiannisscheit/Shutterstock

Με αρχοντική ατμόσφαιρα, πλούσια πολιτιστική κληρονομιά και οικογενειακές παραλίες, είναι δύσκολο να πιστέψει κανείς ότι ένας προορισμός που έχει τόσα πολλά βρίσκεται τόσο κοντά στην Αθήνα.

The wishlist:

✦ Εδώ υπάρχει σοβαρός κίνδυνος να λιώσουμε τα καλοκαιρινά μας πέδιλα καθώς δεν θα χορταίνουμε τους περιπάτους στα εντυπωσιακά Βαπόρια της Ερμούπολης και τα στενάκια της γραφικής Άνω Σύρου με τη φανταστική θέα.

✦ Όλες οι βόλτες καταλήγουν στην πλατεία Μιαούλη, την καρδιά της πρωτεύουσας του νησιού, για ποδήλατο και παιχνίδι. Και φυσικά θα επισκεφθούμε το Δημαρχείο, έργο του Ernst Ziller.

✦ Κι αν έχουμε ακόμα όρεξη για τέχνη και ιστορία, θα σημειώσουμε οπωσδήποτε στον χάρτη μας το Θέατρο Απόλλων, ηλικίας 160 ετών, το Αρχαιολογικό Μουσείο Ερμούπολης και τη Δημοτική Βιβλιοθήκη.

✦ Τις πιο ζεστές ώρες της ημέρας θα τις περάσουμε σε παραλίες όπως η ρηχή αμμουδιά του Γαλησσά (όταν δεν φυσάει), η Βάρη με ρηχά νερά και πολλές επιλογές για φαγητό, οι κοσμοπολίτικες Αγκαθωπές με χρυσή άμμο και το Κίνι, από όπου ξεκινάει και καρabάκι για δυσπρόσιτες γωνιές του νησιού.

✦ Η Σύρος είναι ένα νησί γεμάτο γλυκούς ή αλμυρούς γευστικούς πειρασμούς, από τους οποίους ενδίδουμε ευχαρίστως στα λουκούμια και τις χαλβαδόπιτες (αν όχι εδώ, πού!), σε αλλαντικά όπως η λούζα και σε τυριά όπως το Σαν Μιχάλη.

✦ Ο Ιππικός Όμιλος Κυκλάδων βρίσκεται στη Σύρο και ενθουσιάζει τα παιδιά που αγαπούν ιδιαίτερα τα άλογα (δηλαδή, όλα τα παιδιά). Ακόμα και τα πολύ μικρά θα έρθουν σε επαφή με τα πόδι.

Πώς θα πάτε:

Μπορείτε να επιλέξετε μεταξύ των **3 καθημερινών δρομολογίων της SEAJETS** από το λιμάνι του Πειραιά.

30 ταινίες για τις πιο συναρπαστικές summer movie nights

Θόνη, comfy μαξιλάρια, ποπκόρν... Όλα είναι έτοιμα για να ξεκινήσει η προβολή! Μένει μόνο να επιλέξουμε ταινία. Συγκεντρώσαμε τις αγαπημένες μας και σας τις παρουσιάζουμε, και μάλιστα με χρονολογική σειρά!

1. The Little Mermaid/Η μικρή γοργόνα | 1989, animation
2. Free Willy/Ελευθερώστε τον Γουίλι | 1993
3. The Parent Trap/Δίδυμοι μπελάδες | 1998
4. Mulan/Μουλάν | 1998, animation
5. Lilo & Stitch/Λίλο & Στιτς | 2002, animation
6. Finding Nemo/Ψάχνοντας τον Νέμο | 2003, animation
7. Shark Tale/Ο καρχαριομάχος | 2004, animation
8. Madagascar/Μαδαγασκάρη | 2005, animation
9. Surf's Up/Ωρα για σερφ | 2007, animation
10. Gake no ue no Rongo/Πόνιο: Το κορίτσι του ωκεανού | 2008, animation
11. Up/Ψηλά στον ουρανό | 2009, animation
12. Rio/Ρίο | 2011, animation
13. Barbie in a Mermaid Tale 2/Μπάρμπι στην ιστορία μιας γοργόνας 2 | 2011, animation
14. Song of the Sea/Το τραγούδι της θάλασσας | 2014, animation
15. Les vacances du petit Nicolas/Ο μικρός Νικόλας πάει διακοπές | 2014
16. The SpongeBob Movie: Sronge Out of Water/Μπομπ Σφουγγαράκης: Έξω απ' τα νερά του | 2015, animation
17. Ooops! Noah Is Gone.../Ουπς! Ο Νώε έφυγε... | 2015, animation
18. Finding Dory/Ψάχνοντας την Ντόρι | 2016, animation
19. Moana/Βαϊάνα | 2016, animation
20. The Boss Baby/Αρχηγός από κούνια | 2017, animation
21. Hotel Transylvania 3: Summer Vacation/Ξενοδοχείο για τέρατα 3: Ωρα για διακοπές | 2018, animation
22. Toy Story 4/Η ιστορία των παιχνιδιών 4 | 2019, animation
23. We Can Be Heroes/Θα γίνουμε ήρωες | 2020
24. The Larva Island Movie/Η κάμπια στο νησί: Η ταινία | 2020, animation
25. Luca/Λούκα | 2021, animation
26. Yes Day/Η μέρα του ναι | 2021
27. Finding 'Ohana/'Ohana: Ο θησαυρός της Χαβάης | 2021
28. Spirit Untamed/Σπίριτο ο ατίθασος | 2021, animation
29. Space Jam: A New Legacy/Διαστημικά καλάθια 2: Η νέα γενιά | 2021, animation
30. The Sea Beast/Το τέρας της θάλασσας | 2022, animation



BOOM ASTERology

Το καλοκαίρι των μικρών μας αστεριών σε ένα κλικ!

*Σίγουρα θα βγάλουμε αμέτρητες φωτογραφίες, μία όμως θα μπει στο οικογενειακό photo wall...

♈

Κριός: Ανεβασμένο σε ένα βραχάκι, μόλις έχει βγει από τη θάλασσα, χεράκια ψηλά, χαμόγελο μέχρι τα αυτιά και από τον λαιμό του κρέμεται ένα μετάλλιο (που έχει φτιάξει μόνο του), γιατί το αξίζει: Είναι το πρώτο καλοκαίρι που κολυμπάει χωρίς μπρατσόκια!

♉

Ταύρος: Καθισμένο στο τραπέζακι δίπλα στο παράθυρο, στα αυτιά ακουστικά, στο βάθος φαίνεται κάποιο νησί, έχει μπροστά του ένα μπλοκ ζωγραφικής, μαρκαδόρους, ένα σάντουιτς και ατενίζει αμέριμνο το Αιγαίο.

♊

Δίδυμοι: Ένα τσούρμιο παιδί ξεκαρδίζονται στα γέλια και δείχνουν τις μπλουζές τους που είναι μούσκεμα. (Κάντε zoom στο παιδάκι που κρατάει δύο νεροπίστολα κι έχει στα πόδια του μπαλόνια νερού, και θα βρείτε τον ένοχο...)

♋

Καριίνος: Φοράει τα καλά του, πίσω του παιδάκια με καπελάκια, στέκεται όρθιο μπροστά στην τούρτα γενεθλίων που έχει πάνω ολόκληρη ζούγκλα, και με φουσκωμένα ροζ μαγουλάκια σβήνει 7 κεράκια. #birthdayparty1

♌

Λέων: Φοράει μαγιό και βγάζει selfie μπροστά από τρεις πιατέλες με επιδόρπια εστιατορίου που έχουν πάνω παγωτό, σαντιγί και κεράκια που βγάζουν σπίθες. #birthdayparty2

♍

Παρθένος: Σχηματίζει με τα δαχτυλάκια του το σήμα της νίκης δίπλα σε τρεις τεράστιες, γεμάτες σακούλες σκουπιδιών με φόντο την παραλία. (Θα μπορούσε να είναι και το πρόσωπο καμπάνιας #keeptheoceanclean)

♎

Ζυγός: Ποζάρει καμαρωτός δίπλα στο επίτευμά του: Δεν έχει φτιάξει απλά ένα κάστρο στην άμμο, αλλά μια καστροπολιτεία ολόκληρη. Και η λεπτομέρεια που απογειώνει το αποτέλεσμα: έχει ζωγραφίσει και σημαϊάκι.

♏

Σκορπιός: Στέκεται στην αποβάθρα φορώντας τη μάσκα, τα βατραχοπέδιλα και τον αναπνευστήρα του κι είναι έτοιμος να εξερευνησει τον βυθό, σαν άξιος διάδοχος του Κουστό.

♐

Τοξότης: Με καπελάκι και backpack, στο χέρι το παγούρι του, ανεβαίνει κάτι πέτρινα σκαλιά και στο βάθος διακρίνεται ένα κάστρο.

♑

Αιγόκερως: Μόλις σχημάτισε την προπαίδεια του 6 πάνω στην άμμο με κοχύλια και βοτσάλια. Δείτε το πριν το πάρει το κύμα. (Αυτό, κανονικά, πρέπει να γίνει αφίσα...)

♒

Υδροχόος: Σε κάποια πλακόστρωτη πλατεία, στέκεται πάνω στο πατίνι του, δίπλα του μια μπάλα ποδοσφαίρου, κρατάει ένα παγωτό χωνάκι κι έχει γίνει μες στις σοκολάτες.

♓

Ιχθύες: Το μισό μέσα στο νερό, πίσω νεροτσουλήθρες, ακουμπάει τα χεράκια του στην άκρη της πισίνας, ποζάρει με νάζι κι ας του λείπουν τα δύο μπροστινά δοντάκια.



Θα μας βρείτε εδώ...

Βόρεια Πρόστια

Παιδικοί Σταθμοί - Εκπαιδευτικοί Φορείς
Littles | Κηφισιά
Montessori Community School | Λυκόβρυσου
Natasha's Wonderland | Κηφισιά
Από το Α ως το Ω | Νέο Ψυχικό
Οι Μικροί Εξερευνητές | Νέο Ηράκλειο

Παιδότοποι - Χώροι Δημιουργικής Απασχόλησης
Fairytale Playland | Κηφισιά
Gymboree | Νέα Ερυθραία, Ψυχικό
On the canvas | Μαρούσι
Playmobil Fun Park | Κηφισιά
Volta Fun Town | Μαρούσι
Δεντρόσπιτο | Βριλήσσια

Γυμναστήρια - Αθλητικές Εγκαταστάσεις - Prenatal Care
Aquabirth Pregnancy & Family Fitness Place | Χολογρός
Hercules Fitness Club | Νέα Ερυθραία
Φοίβη Pilates Yoga Wellness Studio | Παπάγους

Café - Bar - Εστιατόρια - Φούρνοι
7th Thought - Coffee & Fashion House | Χαλάνδρι
Cake | Κηφισιά
Courpepe | Νέα Πεντέλη
Different Beast | Κηφισιά
Dizer | Πεύκη
ERA NUTS | Ν. Ψυχικό
Marlin's House | Νέα Φιλαδέλφεια
La petite fleur | Κηφισιά
Piu Verde | Παπάγους
Respire Bar | Κηφισιά
Stoffa | Κηφισιά
Sweet Habit | Κηφισιά
The Dalliance House | Κηφισιά
Trois | Κηφισιά
Yellow | Κηφισιά
Zillions | Κηφισιά
Μέντα café | Κηφισιά
Το Αργοντικό 1967 | Μαρούσι
Το μαγαζάκι της Ισιδώρας | Χαλάνδρι

Καταστήματα
Dress Affair | Χαλάνδρι
Kitabu Books & Toys | Κηφισιά
Master Fireworks and Balloons | Ν. Ψυχικό
Milkshakes and Dreams | Golden Hall
ORAMA OPTICS | Κηφισιά
SafeBebe | Νέο Ψυχικό
Sporos Books | Κηφισιά
Sugar Pillow | Νέα Ερυθραία
Sweebies | Βριλήσσια
The Wonder Room | Νέο Ψυχικό
THE WORKSHOP Showroom | Χαλάνδρι
Verona | Κηφισιά
Ανέμη | Χαλάνδρι

Ιατροί - Κλινικές - Φαρμακεία - Κέντρα Λόγου κ.ά.
DentAKid Παιδοδοντία Ορθοδοντική | Κηφισιά
JuniorSmile Παιδοδοντικό Ιατρείο | Κηφισιά
Βερνίκου Αλεξία - Ψυχολόγος-Οικογενειακή
Ψυχοθεραπεύτρια | Κηφισιά
Γκούμα Βικτώρια - Παιδιάτρος | Χαλάνδρι
Γυνακολογικό Ιατρείο Κατερινάκη Θεοφάνη | Μαρούσι
Ζαχελιά-Δαμαράκη Φανή - Μαία | Νέα Κηφισιά
Καβαλιεράτου Αγγελική - Ψυχολόγος | Νέο Ψυχικό
Κουτσουδίου Θεοδώρα - Παιδιάτρος | Βριλήσσια
Κωνσταντοπούλου Φρίντα - Παιδοψυχίατρος | Δροσιά
Λογocare | Κηφισιά

Μαντζάνη Γιαννούλα - Παιδιάτρος | Βριλήσσια
Μπαμπανέλου Αικατερίνη - Παιδιάτρος | Κηφισιά
Μπίκου Όλγα - Γυνακολογος-Μαιευτήρας | Μαρούσι
Μπόγους Πιπίνια - Παιδοκαρδιολόγος | Μαρούσι
Νίκας Βασίλειος - Μαιευτήρας-Χειρουργός
Γυνακολογός | Χαλάνδρι
Παναγιωτόπουλος Μιχαήλς - Μαιευτήρας Γυνακολογός
| Ψυχικό
Πασαουριδίδη Θεοφανώ - Παιδοψυχίατρος | Νέα
Ερυθραία
Σύρμου Αρετή - Παιδιάτρος | Μεταμόρφωση
Τζεννάρου Καστάντο - Μαιευτήρας-Χειρουργός
Γυνακολογός | Πεύκη
Φαρμακείο Αντωνόπουλου Α.Μ. & ΣΙΑ ΕΕ | Χαλάνδρι
Φαρμακείο Κώνστας Παναγιώτης | Χαλάνδρι
Χαλιάσου Νάνσυ - Παιδοδοντίατρος | Νέα Ερυθραία

Beauty Spots
Baby Beauty | Βριλήσσια
Fairynails | Βριλήσσια, Ερυθραία, Μαρούσι, Νέα Ιωνία,
Χαλάνδρι, Ψυχικό
Make Nails Up | Νέα Ιωνία
Nailed it | Κηφισιά
You've got Nails by RAF | Μαρούσι

Κομμωτήρια
23 Hair Creations | Πεύκη
Dancing Scissors | Νέα Ερυθραία
IKONOMAKIS | Χαλάνδρι
Magic Mirror - Kids Hair Salon | Χαλάνδρι
Queen Bee Beautée | Νέο Ψυχικό
Teo Hair Design | Κηφισιά
Wavy's Hair Studio | Μαρούσι

Χώροι Εκδηλώσεων
House 124 | Χαλάνδρι
Politia Tennis Club | Κηφισιά
Polo Club | Αχαρνές
Άλσος Νυμφών | Αφίδες
Κτήμα Αρίστη | Χαλάνδρι

Ξενοδοχεία
Civitel Attik | Μαρούσι
Semiramis Hotel | Κηφισιά

Βορειοανατολικά Πρόστια

Παιδικοί Σταθμοί - Εκπαιδευτικοί Φορείς
Η χώρα της Μαίρης Πόππυς | Αγία Παρασκευή

Καταστήματα
Paris Flowers | Άγιος Στέφανος

Ιατροί - Κλινικές - Φαρμακεία - Κέντρα Λόγου κ.ά.
Νικολαΐδου Μαριλίνα - Μαιευτήρας-Χειρουργός
Γυνακολογός | Αγία Παρασκευή
Σάρρα Κατερίνα - Παιδιάτρος | Αγία Παρασκευή

Beauty Spots
Fairynails | Αγ. Παρασκευή
Sugar Nails & Cocktails | Αγία Παρασκευή

Χώροι Εκδηλώσεων
Κτήμα Ισοκίτη | Ωρωπός

Μεσόγεια-Βόρεια Μεσόγεια Αττικής

Παιδικοί Σταθμοί - Εκπαιδευτικοί Φορείς
Κέντρο Προσχολικής Αγωγής-Νηπιαγωγείο Αμαρουσίου
| Κορωπί

Παιδότοποι - Χώροι Δημιουργικής Απασχόλησης
Laf Lab | Ραφήνα
Volta Fun Town | Σπάτα

Καταστήματα
Beaucour Handcrafts | Παλλήνη

Ιατροί - Κλινικές - Φαρμακεία - Κέντρα Λόγου κ.ά.
DentAKid | Παλλήνη
Dr. Christos Megarinos | Αγία Παρασκευή
Yets 4 Life | Πικέρμι
Μεγαπάνου Χρήστος - Πλαστικός Χειρουργός | Πικέρμι
Φαρμακείο Κυριαζής Παναγιώτης | Νέα Μάκρη

Beauty Spots
Golden Nails Spa | Κορωπί
Nails & Tales | Γέρακας

Κομμωτήρια
Mini Max Παιδικό κομμωτήριο | Πόρτο Ράφτη

Χώροι Εκδηλώσεων
Μεσογειική Αυλή | Παιανία
Πύργος Μελισσοουργού | Καλύβια Θορικού
Πύργος Πετρέζα | Σπάτα

Δυτικά Πρόστια

Παιδικοί Σταθμοί - Εκπαιδευτικοί Φορείς
Παιδευσις Kids Academy | Ελευσίνα

Παιδότοποι - Χώροι Δημιουργικής Απασχόλησης
Kids LAB | Ίλιον
NEPAlΔOΣKONH | Ίλιον
Το Σπίτι με τον Κήπο | Αιγάλεω

Café - Bar - Εστιατόρια - Φούρνοι
Apolis Lounge & Beat | Πετρούπολη
The Mammas House | Χαϊδάρι
Trick or Treat | Περιστέρι
Urban Corner | Κερατσίνι

Καταστήματα
Liatris Atelier Floral | Πετρούπολη
ORAMA OPTICS | Αιγάλεω

Beauty Spots
Afrodite's Beauté | Περιστέρι
Alina's Nails | Περιστέρι
Base Coat Nail Studio | Περιστέρι
Belle Époque - Nails & More | Περιστέρι
Butterflies by Tonia | Περιστέρι

Κομμωτήρια
Angelopoulos Hair & Beauty Company | Περιστέρι
Estetica Hair Salon | Περιστέρι
G&S Hair Studio | Περιστέρι
Le Boudoir | Καματερό
Marlen - Hair & Beauty Bar | Πετρούπολη
Teo Hair Design | Περιστέρι

Κέντρο Αθήνας

Παιδικοί Σταθμοί - Εκπαιδευτικοί Φορείς
Dorothy Spot | Αθήνα
Sunny | Φλοιστάπου
Ωδείο Φίλιππος Νάκας | Αθήνα

Μουσεία
Ελληνικό Παιδικό Μουσείο | Αθήνα Κέντρο
Μουσείο Ηρακλειδών | Θησείο
Μουσείο Πειραμάτων | Παγκράτι
Μουσείο Σχολικής Ζωής και Εκπαίδευσης | Πλάκα

Παιδότοποι - Χώροι Δημιουργικής Απασχόλησης
Mimi & Mou | Αθήνα Κέντρο
Yolen's | Κολωνάκι

Γυμναστήρια - Αθλητικές Εγκαταστάσεις - Prenatal Care
Dance On Stage by Anna Athanassiadi | Κολωνάκι

Café - Bar - Εστιατόρια - Φούρνοι
Beauty killed the beast | Κεραμεικός
Noel | Αθήνα Κέντρο
Εστιατόριο Οικείο | Κολωνάκι
Thirdplace.Athens | Πλάκα
Throubi Café | Μοναστηράκι
Zuccherino | Αθήνα

Καταστήματα
Baby Bloom | Αθήνα
Happy | Αθήνα
KK Jewelry Lab by Katerina Koulioubourou | Βύρωνα
Once upon a shoe | Κολωνάκι
Stova Bambini | Αττική
TOMS Flagship Athens | Πλάκα
Βιβλιοπωλείο Διόπτρα Books & Life | Αθήνα
Πολυχώρος Μεταίχιμο | Αθήνα

Ιατροί - Κλινικές - Φαρμακεία - Κέντρα Λόγου κ.ά.

GM Clinic | Κολωνάκι
Woman Clinic Καλογιώργου Ιωάννης | Αθήνα
Κυριακάκου Μαριλένα - Παιδιάτρος | Ιλίσια
Νικόλη Θανοπούλου - Διατροφολόγος | Σύνταγμα
Τσούνης Μιχαήλ - Χειρουργός ΩΡΛ Ενηλίκων
& Παιδιών | Αθήνα
Φαρμακείο Μαραγκός | Αθήνα

Beauty Spots
Fairynails | Αμπελόκηποι, Κολωνάκι, Σύνταγμα
Finch by Stavros Liaros | Καλλιθέα
THE APOVITA EXPERIENCE STORE | Κολωνάκι
VANI nails & more | Καισαριανή

Κομμωτήρια
Cut n blow Prive Salon | Κέντρο

Ξενοδοχεία
St. George Lycabettus Lifestyle Hotel | Λυκαβηττός

Νότια Πρόστια

Παιδικοί Σταθμοί - Εκπαιδευτικοί Φορείς
Μικροδρόμο | Γλυφάδα

Ο Μικρός Πρίγκιπας | Αργυρούπολη
Τσοδούλα | Άνω Γλυφάδα

Παιδότοποι - Χώροι Δημιουργικής Απασχόλησης
L.A.M.P. Learning Ability Means Play | Γλυφάδα
My Playce | Γλυφάδα
Oliver Family House | Γλυφάδα
Volta Fun Town | Άγιος Δημήτριος, Μαρίνα Φλοισβου,
Ταύρος
Η Ώρα της Τέχνης | Άγιος Δημήτριος
Παιχνιδόσπιτο | Γλυφάδα
Τροφούπολη | Αργυρούπολη

Γυμναστήρια - Αθλητικές Εγκαταστάσεις
Two Hearts - Before Birth Till Parenthood | Ηλιούπολη

Café - Bar - Εστιατόρια - Φούρνοι
Bella Vespa | Γλυφάδα

Dream House | Νέα Σμύρνη
Holy Spirit | Γλυφάδα
Mooring's | Βουλιαγμένη
Napolitino | Π. Φάληρο
Opus Inner Pleasure | Γλυφάδα
TGI Fridays™ | Μαρίνα Φλοισβου
The Cakers | Γλυφάδα
Zuccherino | Π. Φάληρο, Νέα Σμύρνη

Καταστήματα
C'est Bon | Γλυφάδα
La Millou Greece Showroom | Γλυφάδα
ORAMA OPTICS | Καλλιθέα
Two Monkeys | Γλυφάδα

Ιατροί - Κλινικές - Φαρμακεία - Κέντρα Λόγου κ.ά.
Happy Tooth Clinic | Γλυφάδα
The Dental-Eye Project | Άγιος Δημήτριος
U Smile Paediatric Dental Clinic | Βάρη
Vetherary - Καρανάσος Αλέξανδρος | Γλυφάδα
Καθοπούλης Νικόλαος - Γυνακολογός | Πειραιάς
Κατσιμπάρδη Κατερίνα - Παιδιατρικό Ιατρείο | Βούλα
Νικολοβγένη Μαριλένα - Σύμβουλος Προσωπικής
Ανάπτυξης | The Right Place, Ηλιούπολη
Σπανός Ιωάννης - Παιδιάτρος | Γλυφάδα

Beauty Spots
Beauty Nail | Γλυφάδα
Cure NAILWORKS | Γλυφάδα
Fairynails | Αγ. Δημήτριος (Athens Metro Mall)
K8 Beauty Care | Αργυρούπολη
Nailove | Πειραιάς
Nails 4 You | Πειραιάς

Κομμωτήρια
Colour Masters Hair Salon | Πειραιάς
Elegant Beauty - Hair & Spa Lounge | Πειραιάς
Αννα Χόλσαρ - Prive Salon | Γλυφάδα

Μη Κερδοσκοπικοί Οργανισμοί
Make-A-Wish (Κάνε-Μια-Ευχή Ελλάδα) | Δάφνη

Ξενοδοχεία
The Margi Hotel | Βουλιαγμένη

Θεσσαλονίκη

Παιδότοποι - Χώροι Δημιουργικής Απασχόλησης
Kids Fun Factory

Café - Bar - Εστιατόρια - Φούρνοι
Bar Γορίλας
Café Bar Shark
Kitchen Bar

The Bar Testament
The Garden Bar
U Bar Project

Καταστήματα
Bimbo

Carouzel Events

Mini Fee®

Phaedra Events

Μικρές Ιστορίες by Lia

Φατσούλες

Ιατροί - Κλινικές - Φαρμακεία - Κέντρα Λόγου κ.ά.
Kantounis M.D. dermatology and laser clinic
Ophthalmore Εξειδικευμένο Οφθαλμολογικό Ιατρείο
Οδοντίατρο Smiles

Beauty Spots
Beauty Bar

The Bathroom

Ξενοδοχεία
Colors Urban Hotel

Καλό για σένα, καλό για όλους:

Όλα αλλάζουν...
Εμείς παραμένουμε δίπλα σας
περισσότερο από ποτέ.

...και σε 300 ακόμα σημεία
σε όλη την Ελλάδα

Το BOOM πλέον βρίσκεται σε
όλα τα δωμάτια Α' τάξης και
τις σουίτες του ομίλου Ιασώ
(σε Αθήνα και Θεσσαλία) μέσα
στο luxury box της Care Direct
που παραδίδεται σε όλες τις
μανούλες "χέρι με χέρι".

ΣΤΟΝ ΔΡΟΜΟ
ΓΙΑ ΕΝΑ
ΚΑΛΥΤΕΡΟ
ΑΥΡΙΟ

Καμία ημέρα δεν θα είναι ίδια ξανά. Νέα οικογένεια σημαίνει: νέες ευθύνες, περισσότερη αγάπη, λιγότερος ύπνος και καλός προγραμματισμός. Και αυτό μπορεί να είναι εξαντλητικό κάποιες φορές. Γι' αυτό εμείς στα Lidl, προσφέρουμε μια σειρά ειδικά προσαρμοσμένη στις νέες οικογένειες αλλά και τις καλύτερες τιμές σε προϊόντα εξαιρετικής ποιότητας.

Για να βοηθήσουμε όσο περισσότερο μπορούμε, όταν όλα γύρω μας αλλάζουν.

Έτσι θα έχετε στα χέρια σας, γρήγορα και οικονομικά, όλα αυτά που χρειάζεστε καθημερινά, εσείς και οι αγαπημένοι σας.



InterMed

Pharmaceutical Laboratories

Καλοαίρι σημαίνει
παγωτά, βουτιές και...
αντηλιακά
BabyDerm Sunscreen
της InterMed!

