



ΣΗΜΕΙΩΜΑ ΤΟΥ ΕΚΔΟΤΗ

Γράφει ο Τάσος Μώκας, Λογοθεραπευτής S.I.
Επιστ. Υπεύθυνος Κέντρου «ΚΙΒΩΤΟΣ ΕΞΕΛΙΞΗΣ»

Μίλτος Σαχτούρης, «Χειμώνας»

Τι ωραία που μαραθήκαν τα λουλούδια τι τέλεια που
μαραθήκαν κι αυτός ο τρελός να τρέχει στους δρόμους με
μιά φοβισμένη καρδιά χελιδονιού χειμώνασε και φύγανε
τα χελιδόνια γέμισαν οι δρόμοι λάκκους με νερό δυό
μαύρα σύννεφα στον ουρανό κοιτάζονται στα μάτια
αγριεμένα αύριο θα βγει στους δρόμους και η βροχή
απελπισμένη μοιράζοντας τις ομπρέλλες της τα κάστανά
θα τη ζηλεύουν και θα γεμίσουν μικρές κίτρινες
ζαρωματιές θα βγουν κι οι άλλοι έμποροι αυτός που
πουλάει τ' αρχαία κρεβάτια αυτός που πουλάει τις ζεστές-
ζεστές προβιές αυτός που πουλάει το καφτό σαλέπι κι
αυτός που πουλάει θήκες από κρύο χιόνι για τις φτωχές
καρδιές



“ΚΙΒΩΤΟΣ ΕΞΕΛΙΞΗΣ”
ΚΕΝΤΡΟ ΕΙΔΙΚΩΝ
ΘΕΡΑΠΕΙΩΝ

ΜΗ ΦΟΒΑΣΑΙ ΤΟ ΣΚΟΤΑΔΙ

Ένα Παραμύθι για τα παιδιά που φοβούνται το σκοτάδι.
Ελάτε να τα βοηθήσουμε με την βοήθεια του φεγγαριού.
Απευθύνεται σε παιδιά προσχολικής και πρώτης
σχολικής ηλικίας που τα φοβίζει το σκοτάδι. Το Παραμύθι
θα τα βοηθήσει με έξυπνο και διασκεδαστικό τρόπο να
ξεπεράσουν τις φοβίες τους.

Για να το αποκτήσετε ΠΑΤΗΣΤΕ ΕΔΩ:
www.kivotosexelixis.gr





**ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΚΕΣ
ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ**

**Η ανάπτυξη των
επικοινωνιακών
δεξιοτήτων
του παιδιού**



Κιβωτός Εξέλιξης
Κέντρο Ειδικών Επικοινωνιών

Επιμέλεια: Τάσος Μώκας, Λογοθεραπευτής
Πάροδος Ολύμπου 9, 461 00 Ηγουμενίτσα, Τηλ.: 26650 21186
www.kivotosexelixis.gr / Έκδοση: Κιβωτός Εξέλιξης

ΔΩΡΕΑΝ ΕBOOK

"Η ανάπτυξη των επικοινωνιακών δεξιοτήτων του παιδιού "

Για να λάβετε το eBook πατήστε το παρακάτω κουμπί και σημειώστε το email σας

**DOWNLOAD
EBOOK**

ΧΑΜΗΛΟΣ ΜΥΪΚΟΣ ΤΟΝΟΣ ΚΑΙ ΜΑΘΗΣΗ

Μετάφραση-Επιμέλεια: Βακάλη Αγάθη,
Εργοθεραπεύτρια, Κέντρο ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗ

Μυϊκός τόνος: συσχετίζεται από πολλούς με ένα καλοσχηματισμένο και γυμνασμένο σώμα. Δύσκολα, όμως, συσχετίζεται με δυσκολίες στην ομιλία, με την ανάγκη κάποιων παιδιών να πέφτουν πάνω στο θρανίο, με την αδεξιότητα άλλων παιδιών που τους πέφτουν τα μολύβια ή που χάνονται στην αυλή του σχολείου.

Ο μυϊκός τόνος στην πραγματικότητα αναφέρεται στην φόρτιση ή την ακαμψία των μυών σε αντίθεση με την ακριβή δύναμη που ασκείται. Ο χαμηλός μυϊκός τόνος, δηλαδή όταν οι μύες υπολείπονται φόρτισης, επηρεάζει την ικανότητα της μάθησης. Αυτό συμβαίνει κυρίως σε μύες που είναι πιο μεγάλοι από το αναμενόμενο. Οι επιμηκυμένοι μύες απαιτούν περισσότερη ενέργεια για να κινηθούν με αποτέλεσμα να προκαλούνται και άλλα προβλήματα.

ΧΑΜΗΛΟΣ ΜΥΪΚΟΣ ΤΟΝΟΣ ΚΑΙ ΜΑΘΗΣΗ

Οι μύες είναι παντού στο σώμα μας. Ελέγχουν λειτουργίες αδρής και λεπτής κίνησης, οπότε όταν δεν λειτουργούν σωστά, ειδικά όταν χρειάζονται περισσότερη ενέργεια για την φυσική τους λειτουργία, οι φαινομενικά απλές δραστηριότητες μπορεί να φανούν πολύ πιο απαιτητικές. Κάποια από τα παιδιά με χαμηλό μυϊκό τόνο παλεύουν ακόμα και να σηκωθούν από το κρεβάτι τους, πόσο μάλλον να καθίσουν συγκεντρωμένα σε μία τάξη για 6-7 ώρες. Ο χαμηλός μυϊκός τόνος στον κορμό του σώματος επιφέρει δυσκολίες στον στατικό έλεγχο και στην συγκέντρωση σε καθιστή θέση. Παρόμοιες δυσκολίες στα χέρια μπορεί να δημιουργήσουν δυσκολίες στην γραφοκινητικότητα και την λεπτή κίνηση. Εάν υπάρχει χαμηλός μυϊκός τόνος στους μύες του προσώπου είναι δύσκολη η προφορά λέξεων και απαιτείται περισσότερη ενέργεια για την κίνηση.



ΘΕΣΗ W

Τα περισσότερα παιδιά όταν κάθονται στον κύκλο για συζήτηση κάθονται οκλαδόν ή σταυροπόδι. Πολλά από τα παιδιά που έχουν χαμηλό μυϊκό τόνο κάθονται σε θέση που τα πόδια τους σχηματίζουν το γράμμα W. Τα γόνατα κοιτάζουν μπροστά δημιουργώντας τις κάτω γωνίες του γράμματος και οι κορυφές απαρτίζονται από τα πέλματα που κοιτάζουν πίσω.

ΓΡΗΓΟΡΗ ΚΟΥΡΑΣΗ

Όπως προαναφέρθηκε, οι μύες που έχουν χαμηλό τόνο χρειάζονται περισσότερη ενέργεια για να κινηθούν, οπότε είναι αναμενόμενο τα παιδιά αυτά να εξαντλούνται πιο γρήγορα από τους φίλους τους. Αυτό δεν σημαίνει ότι είναι πάντα βραδυκίνητα ή ληθαργικά. Μπορεί ακόμα και να είναι άριστα σε δραστηριότητες που απαιτούν μεγάλες δόσεις ενέργειας, αλλά αυτές είναι βραχύβιες. Σε παιδιά που δυσκολεύονται στο σχολείο, πολλοί γονείς αναφέρουν πως είναι πολύ αθλητικά, αλλά όταν εμπλακούν σε δομημένες δραστηριότητες παιχνιδιού που βοηθούν στην δημιουργία νέων συνδέσμων στον εγκέφαλο φαίνονται αδέξια, με φτωχή ισορροπία και με χαμηλό μυϊκό τόνο.

ΦΤΩΧΗ ΣΤΑΣΗ ΣΩΜΑΤΟΣ

Είναι δύσκολο να κρατά κανείς καλή στάση σώματος όταν οι αντίστοιχοι μύες δεν παρέχουν την κατάλληλη αντίσταση. Ο φτωχός στατικός έλεγχος έχει σαν αποτέλεσμα το κεφάλι να έρχεται πιο κοντά στο θρανίο, γεγονός που δυσκολεύει την διαδικασία της μελέτης. Ακόμα η αναπνοή γίνεται πιο βραχεία και το διάφραγμα πιο περιορισμένο. Αυτό είναι κρίσιμο για την διαδικασία της ομιλίας και γενικά τις δεξιότητες επικοινωνίας.

ΔΥΣΚΟΛΙΕΣ ΣΤΗΝ ΠΑΙΔΙΚΗ ΧΑΡΑ

Αυτοί οι επιμηκυμένοι μύες καθιστούν δύσκολο το σκαρφάλωμα και την κούνια. Αυτό σε συνδυασμό με την γρήγορη κούραση μπορεί να κάνει την παιδική χαρά να φαίνεται τρομακτική στα παιδιά αυτά. Το σκαρφάλωμα στις σκάλες, το πέρασμα στο μονόζυγο και η αναρρίχηση σε τοίχους μπορεί να είναι μία αφόρητη δραστηριότητα, παρότι μπορεί να είναι συναρπαστική για τον ελεύθερο χρόνο. Μπορεί να φαίνονται σαν να φοβούνται ή να αποφεύγουν να παίζουν στα μέρη αυτά.

ΠΑΡΑΙΤΗΣΗ

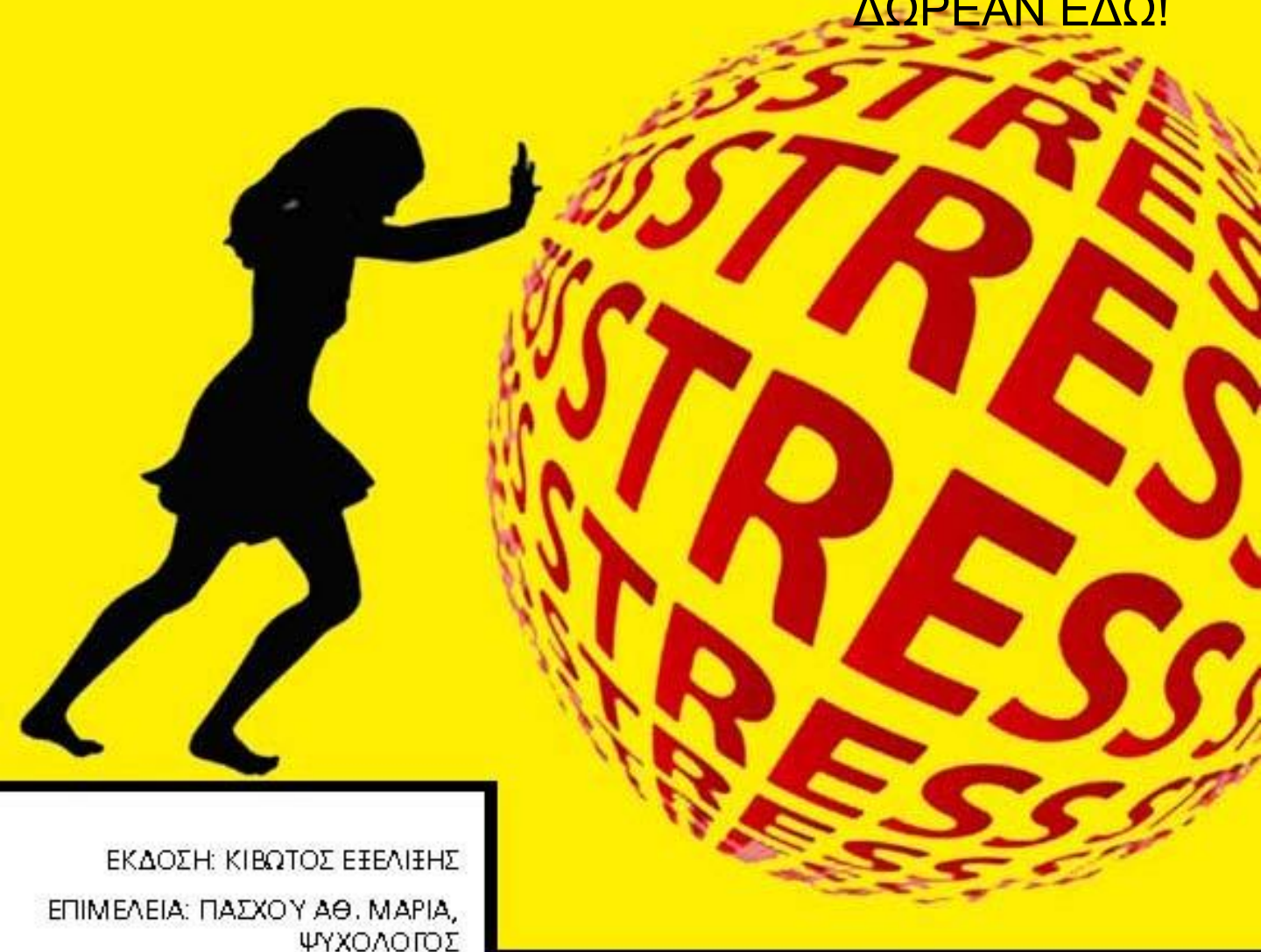
Όταν όλες οι δραστηριότητες καθημερινής ζωής είναι μία συνεχόμενη πάλη, είναι δύσκολο να μην χάσει κανείς την υπομονή του και την πίστη στις προσπάθειές του. Αυτό που φαινομενικά είναι εύκολο για εμάς, για ένα παιδί με χαμηλό μυϊκό τόνο μπορεί να είναι πολύ δύσκολο. Από την δική τους πλευρά, κάνουν ό, τι μπορούν και έχουν συνηθίσει να μην παίρνουν το αποτέλεσμα που θέλουν, οπότε γιατί να συνεχίσουν να προσπαθούν; Μπορεί, επίσης, να φαίνονται σαν να χάνουν την προσοχή και την συγκέντρωσή τους.

Το να έχει κανείς χαμηλό μυϊκό τόνο μπορεί να φαίνεται αφόρητο, αλλά μην χάνετε την ελπίδα σας. Με πολλή ενθάρρυνση και δυναμωτικές κινητικές δραστηριότητες η ζωή μπορεί να γίνει πιο απλή και να βελτιωθούν οι μαθησιακές δυνατότητες στην τάξη.

ΠΗΓΗ: Integrated Learning Strategies, *Is Low Muscle Tone Interfering With Your Child's Learning?*

ΓΙΑ ΝΑ ΤΟ ΚΑΤΕΒΑΣΕΤΕ ΔΩΡΕΑΝ
ΕΠΙΣΚΕΦΘΕΙΤΕ ΤΗ ΣΕΛΙΔΑ
kivotosexelixis.gr

**ΔΩΡΕΑΝ
ΕBOOK
ΚΑΤΕΒΑΣΤΕ ΤΟ
ΔΩΡΕΑΝ ΕΔΩ!**



ΕΚΔΟΣΗ: ΚΙΒΩΤΟΣ ΕΞΕΛΙΞΗΣ
ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ: ΠΑΣΧΟΥ ΑΘ. ΜΑΡΙΑ,
ΨΥΧΟΛΟΓΟΣ

Άγχος

ΠΡΑΚΤΙΚΕΣ ΟΔΗΓΙΕΣ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗΣ

Γράφει η Μαρία Ταρασούδη, συμπεριφορική οπτομέτρης

Στις περισσότερες χώρες του δυτικού κόσμου τα παιδιά μαθαίνουν να διαβάζουν μέχρι την ηλικία των 7 ετών περίπου. Από την ηλικία των 8 ετών και μετά, η ανάγνωση ως διαδικασία θεωρείται πλέον δεδομένη και τα παιδιά καλούνται να απαντήσουν σε ερωτήσεις κατανόησης κειμένου και να μάθουν απέξω μικρές ιστορίες.

Για να μάθει ένα παιδί τον μηχανισμό της ανάγνωσης απαιτούνται πολλές δεξιότητες και χρησιμοποιούνται ταυτόχρονα πολλές δομές του εγκεφάλου τους. Η ανάγνωση αποτελεί πολύπλοκη διαδικασία και εκτός από τις γλωσσολογικές και φωνολογικές δεξιότητες, η όραση παίζει κυρίαρχο ρόλο. Αρχικά θα πρέπει να εξασφαλιστεί η καθαρή όραση στις κοντινές αποστάσεις. Αυτό σημαίνει πως αν υπάρχουν διαθλαστικά προβλήματα (ιδιαίτερα υπερμετρωπία ή αστιγματισμός) θα πρέπει να εντοπιστούν και να φορέσει το παιδί τα κατάλληλα γυαλιά.

Κατόπιν απαραίτητο είναι να γίνει έλεγχος της συνεργασίας των δυο ματιών για κοντά. Συχνά παραβλέπεται το στάδιο αυτό και μπορεί ένα παιδί να βιώνει θολή, διπλή ή μπερδεμένη όραση εξαιτίας δυσκολιών στη σύγκλιση και την προσαρμογή. Ο τρόπος που κινούνται τα μάτια κατά τη διαδικασία της ανάγνωσης έχει μεγάλο ενδιαφέρον. Αυτό που κάνουν είναι μικρά αλματάκια από συλλαβή σε συλλαβή ή από λέξη σε λέξη και ένα μεγάλο άλμα όταν αλλάζουν σειρά. Όπως είναι φυσικό, αν για κάποιο λόγο υπάρχει δυσκολία στον συντονισμό των κινήσεων αυτών, το παιδί θα χάνει τη θέση του, θα ξεχνάει λέξεις ή άρθρα και θα δυσκολεύεται να κατανοήσει το κείμενο.

Δυσκολίες στην οπτική αντίληψη, και ιδιαίτερα στην οπτική διάκριση, εντοπίζονται όταν κάποιο παιδί κατά την ανάγνωση μπερδεύει ορισμένα παρόμοια γράμματα μεταξύ τους όπως πχ. το ο με το α, ή το ζ με το ξ κλπ. Μετά την ηλικία των 8 ετών, το παιδί θα πρέπει να έχει αναπτύξει έναν καλό συντονισμό όλων αυτών των δεξιοτήτων και η ανάγνωσή του να έχει πλέον

μεγαλύτερη ταχύτητα, μελωδικότητα και ρυθμό, σημάδια που φανερώνουν καλό επίπεδο κατανόησης.

Σε επίπεδο οφθαλμοκίνησης περιμένουμε πλέον λιγότερα λάθη, μεγαλύτερη ταχύτητα και ακρίβεια στις κινήσεις των ματιών, αν και μέχρι το Γυμνάσιο, θα βελτιωθούν περαιτέρω. Το παράθυρο απόδοσης προσοχής σε κάθε εστίαση είναι ευρύτερο και συνεπώς χρειάζονται λιγότερες κινήσεις για κάθε σειρά. Αν για παράδειγμα έχουμε μια μεγάλη λέξη όπως πχ η λέξη παιδότοπος, στην α' δημοτικού θα χρειαστούν πολλές εστιάσεις και κινήσεις για να τη διαβάσουν (παι-δο-το-πος) και στην γ' δημοτικού θα χρειαστούν λιγότερες (παιδο-τοπος). Αυτό συμβαίνει γιατί πλέον αναπτύσσεται μια ανάγνωση περισσότερο οπτικού και λιγότερο φωνολογικού τύπου. Δηλαδή δεν χρειάζεται πια να συνθέτει τα γράμματα και τις συλλαβές μια-μια, αλλά αντίθετα βλέποντας το σχήμα της λέξης το ερμηνεύει κατευθείαν σε έννοια.

Όταν λοιπόν ένα παιδί αντιμετωπίζει αναγνωστικές δυσκολίες, θα πρέπει να γίνει διαφοροδιάγνωση και να εντοπιστεί ακριβώς ο τομέας που δυσλειτουργεί και να μπορέσουμε να το βοηθήσουμε αποτελεσματικά. Αυτός είναι και ο λόγος που εμπλέκονται πολλές διαφορετικές ειδικότητες με τις μαθησιακές δυσκολίες (λογοθεραπευτές, εργοθεραπευτές, ειδικοί παιδαγωγοί κλπ). Ο ρόλος του οπτομέτρη αφορά την αξιολόγηση και αποκατάσταση των οπτικών δεξιοτήτων που επηρεάζουν την απόδοση του παιδιού στο σχολείο και η καλύτερη συνεργασία του με τους υπολοίπους ειδικούς είναι αυτή που φέρνει και τα βέλτιστα αποτελέσματα.

Η βελτίωση των οπτικών δεξιοτήτων γίνεται μέσω εξατομικευμένων προγραμμάτων Vision Training / Vision Therapy από κατάλληλα εκπαιδευμένο συμπεριφορικό οπτομέτρη και με τη χρήση ειδικού εξοπλισμού (φίλτρα, φακοί, προγράμματα η/υ, στερεοσκόπια κλπ)

Για περισσότερες πληροφορίες επισκεφθείτε την ιστοσελίδα:

www.visiontraining-thessaloniki.gr



10€

ΜΗ ΦΟΒΑΣΑΙ ΤΟ ΣΚΟΤΑΔΙ

Ένα Παραμύθι για τα παιδιά που φοβούνται το σκοτάδι. Ελάτε να τα βοηθήσουμε με την βοήθεια του φεγγαριού.

Απευθύνεται σε παιδιά προσχολικής και πρώτης σχολικής ηλικίας που τα φοβίζει το σκοτάδι.

Το Παραμύθι θα τα βοηθήσει με έξυπνο και διασκεδαστικό τρόπο να ξεπεράσουν τις φοβίες τους.

Για την Παραγγελία
σας πατήστε εδώ >

Γράφει ο Βασίλης Γούσης

Πριν μερικά χρόνια χρόνια ο πρόεδρος της Αμερικής Μπίλ Κλίντον ανέφερε σε μια συνέντευξή του πώς απευαισθητοποιούνται τα παιδιά απέναντι στη βία και τις συνέπειές της λόγω της τηλεόρασης ή των βιντεοπαιχνιδιών. Έλεγε, λοιπόν πως, μέχρι την ηλικία των δεκαοχτώ ετών ένα παιδί έχει παρακολουθήσει περίπου 200.000 δραματοποιημένες πράξεις βίας και περίπου 40.000 δραματοποιημένους φόνους. Τα παιδιά γοητεύονται από όλα αυτά και καταλήγουν να αδιαφορούν για τις συνέπειες της βίας. Όσο πιο πολύ εκθέτονται στη βία τόσο περισσότερο κάποια παιδιά την αναζητούν. Αρκεί να δει κανείς ότι ολοένα και πιο πολλά παιχνίδια αφορούν τη βία. Όταν ενήλικοι, με τις διανοητικές λειτουργίες τους πλήρως ανεπτυγμένες, με τις ικανότητές τους για ανάλυση και αξιολόγηση σε πλήρη ακμή, και με λεκτικές δεξιότητες αρκετά ικανοποιητικές ώστε να εκφράσουν τα συναισθήματα που τους προκαλούν φρικιαστικές σκηνές, φτάνουν να ενοχλούνται βαθιά από τη βία της οθόνης, εύκολα μπορούμε να φανταστούμε πόσο η βία επηρεάζει και δηλητηριάζει τα παιδιά και τους εφήβους όπου είναι ακόμα σε στάδιο ανάπτυξης και ωρίμανσης.

Σε πάρα πολλές μελέτες που έχουν γίνει στην Αμερική τις τελευταίες δεκαετίες ανακαλύφθηκαν τρεις βασικές αρνητικές επιπτώσεις από την έκθεση στη βία της οθόνης: **αυξημένη επιθετικότητα, αυξημένος φόβος και απευαισθητοποίηση απέναντι στην πραγματική βία και στη βία της οθόνης.**

Η πιο άμεση επίπτωση της βίας της οθόνης είναι ότι μεταβάλλει και το χαρακτήρα και την συμπεριφορά των παιδιών, τα κάνει πιο επιθετικά. Παρατηρήσεις γονιών και δασκάλων αναφέρουν αυξανόμενη ένταση στους καβγάδες. Τα λόγια γρήγορα μετατρέπονται σε σπρωξιές, οι σπρωξιές σε μπουιές, με την κατάσταση να γίνεται όλο και χειρότερη από ότι θα έμοιαζε φυσιολογικό. Μια άλλη επίπτωση της βίας της οθόνης στα παιδιά, αλλά και στους ενήλικους, είναι ότι απευαισθητοποιούνται σε θέματα πραγματικής βίας. Το άτομο πτωρώνεται απέναντι στην αγριότητα, μια συμπεριφορά του τύπου « και λοιπόν»

αρχίζει να μπαίνει σε πλαίσιο μέσα στο οποίο παρακολουθούνται οι φρικιαστικές σκηνές. Σταδιακά, η βία δικαιώνεται όλο και περισσότερο στη συνείδηση αυτών των ατόμων. Εικόνες που παρουσιάζουν τη βία σαν κάτι «αδιάφορο», ενισχύουν μια στάση απαξίωσης και αποδυναμώνουν τα αισθήματα συμπάθειας, συμπόνιας ή κατανόησης για τον πόνο των συνανθρώπων μας. Η βία δεν εκδηλώνεται αποκλειστικά μέσω της επιθετικότητας του δράστη, αλλά και από την απροθυμία των άλλων να βοηθήσουν το θύμα.

Το τρίτο σύμπτωμα της βίας ως μορφής ψυχαγωγίας είναι ο αυξημένος φόβος στην κοινωνία. Η συνεχής τροφοδότηση με βίαια σκηνικά κάνει τους ανθρώπους πιο δύσπιστους και διογκώνει τις απειλές βίας πέρα από την πραγματική τους διάσταση. Εφιάλτες και πολύωρα επεισόδια ανήσυχης συμπεριφοράς παρατηρούνται συχνά σε παιδιά που εκτέθηκαν στη βία μιας τηλεοπτικής σειράς ή μιας ταινίας. Αυτά τα προγράμματα και οι ταινίες έχουν άμεσες αλλά και μακροπρόθεσμες συνέπειες στα παιδιά. Στις άμεσες περιλαμβάνονται έντονος φόβος, κλάματα, συμπεριφορές προσκόλλησης και στομαχόπονοι. Οι μακροπρόθεσμες ποικίλλουν: εφιάλτες και ανήσυχος ύπνος, φόβος του παιδιού ότι θα πληγωθεί ή θα σκοτωθεί, αντιπάθεια προς κάποιο συγκεκριμένο ζώο.

Παρακολουθώντας βία, παιδιά και ενήλικοι μπορεί να φτάσουν να βλέπουν τον κόσμο πιο επικίνδυνο απ' ότι είναι στην πραγματικότητα και να ενεργούν με βάση αυτή την παρανόηση. Ο Τζορτζ Γκέρμπνερ ερευνητής του πανεπιστημίου Τέμπλ, μελετά πάνω από είκοσι χρόνια το περιεχόμενο της τηλεοπτικής βίας και τις επιπτώσεις της στα παιδιά και ενήλικους. Κατέληξε στη δημοσίευση μιας ογκώδους εργασίας που έδειχνε πως η συστηματική παρακολούθηση βίαιων προγραμμάτων ωθούσε τα παιδιά και τους ενήλικους, να θεωρούν τον κόσμο και τους άλλους ανθρώπους πολύ πιο επικίνδυνους από ότι είναι. Ονόμασε αυτή την επίπτωση « το σύνδρομο του σκληρού κόσμου».

Και πώς εθίζονται, λοιπόν, τα παιδιά από την βία της οθόνης; Ο πρώτος παράγοντας λέγεται περιβάλλον. «Το περιβάλλον διδάσκει» ακούμε διάφορους εκπαιδευτικούς να μας λένε. Παιδιά προσχολικής ηλικίας που παρακολουθούν 2 ώρες καρτούν την ημέρα, εκτίθενται σε χιλιάδες σκηνές βίας κάθε χρόνο.

Οι πράξεις βίας στη τηλεόραση πραγματοποιούνται από χαρακτήρες προικισμένους με χαρίσματα που τους αναγορεύουν σε πρότυπα για τα παιδιά. Μέχρι τα δεκαοχτώ ένα παιδί έχει παρακολουθήσει εκατοντάδες χιλιάδες σκηνές βίας και περίπου σαράντα χιλιάδες φόνους. Εύκολα μπορεί να συμπεράνει κανείς ότι τα παιδιά μαθαίνουν από την οθόνη βία και φόνους.

Δεύτερος παράγοντας του εθισμού είναι η μίμηση και η ταύτιση. Τα παιδιά γεννιούνται με μια έμφυτη ικανότητα και επιθυμία να μιμηθούν τα φερσίματα των μεγάλων. Πλέον, γνωρίζουμε ότι μωρά δεκατεσσάρων μηνών παρατηρούν και ενσωματώνουν συμπεριφορές που βλέπουν στην τηλεόραση. Συναισθηματικά φορτισμένες εικόνες τραβούν και αιχμαλωτίζουν την προσοχή των παιδιών πολύ πιο αποτελεσματικά από τα εκπαιδευτικά προγράμματα. Και επειδή απορροφούν αχόρταγα την έξαψη και το πάθος μιας σκηνής που προβάλλεται, αυτή η δραματοποιημένη βία καταγράφεται πολύ πιο εύκολα στη μνήμη και τις γνώσεις ενός οχτάχρονου ή εννιάχρονου παιδιού. Μιμούνται τα πάντα ακόμα και συμπεριφορές που οι ενήλικοι θα θεωρούσαν καταστροφικές και αντικοινωνικές. Ο εγκέφαλός τους δεν επιτρέπει ακόμα ανάλυση, εκτίμηση ή ηθική κρίση, είναι αναπτυξιακά ανίκανα να διακρίνουν τις διαφορές ανάμεσα στη φαντασία και την πραγματικότητα. Αν μπορούσαν να το κάνουν τότε δεν θα πίστευαν στον Αη-Βασίλη ή στις νεράιδες.

Μετά την μίμηση έρχεται η ταύτιση. Στην αρχή η μάθηση προωθείται μέσω της μίμησης και στη συνέχεια ύστερα από επαναλήψεις πολλές δίνει τη θέση της στην ταύτιση. Καθώς τα παιδιά αναπαράγουν τη βία στα μιμητικά παιχνίδια τους μαθαίνουν να ταυτίζουν τους εαυτούς με τους εκφραστές αυτής της βίας. Αυτά τα παιδιά με προδιάθεση για βία αντιμετωπίζουν συνήθως προβλήματα μάθησης και συμπεριφοράς και χαρακτηρίζονται δύσκολα από γονείς και δασκάλους. Είναι οι «νταήδες» του σχολείου από τις πρώτες κιόλας μέρες της σχολικής τους σταδιοδρομίας. Τρίτος παράγοντας είναι η αναστάτωση και η σύγχυση του παιδικού μυαλού. Ο εγκέφαλος ενός βίαιου ανθρώπου διαφέρει από αυτόν του μη βίαιου. Βίαια ή επιθετικά άτομα εμφανίζουν ελαττωμένη δραστηριότητα του προμετωπιαίου λοβού, με συνέπεια διαταραγμένη σκέψη και προβλήματα στον αριστερό κροταφικό λοβό που οδηγούν σε γρήγορη «ανάφλεξη». Ο παιδικός εγκέφαλος δεν είναι «μίνι έκδοση» του εγκεφάλου ενός ενήλικου. Στο στάδιο της δημιουργίας των συνάψεων, που επιτρέπει την καλύτερη δυνατή ανάπτυξή του, ο εγκέφαλος παραμένει εξαιρετικά ευάλωτος στις διεγέρσεις που δέχεται από το περιβάλλον.

Μειωμένες δόσεις κατάλληλων διεγέρσεων, σε συνδυασμό με ακατάλληλες διεγέρσεις σε ακατάλληλες στιγμές μπορούν να προκαλέσουν ανεπανόρθωτη ζημιά, και εννοώ αμέτρητες ώρες μπροστά από μια οθόνη που δείχνει συνεχώς σκηνές βίας. Παιδιά που παρακολουθούν για περισσότερο από 4 ώρες τηλεόρασης την ημέρα δεν προσλαμβάνουν αρκετή σωματική κίνηση, απτικές επαφές, τρισδιάστατες εικόνες, πρακτικές επίλυσης προβλημάτων, ή ευκαιρίες για λεκτική έκφραση και ανάπτυξη δεξιοτήτων που θα τα εξασφάλιζε με λιγότερες ώρες μπροστά από μια τηλεόραση και περισσότερες ώρες παιχνιδιού. Οι δραστηριότητες που περιλαμβάνει το παιχνίδι είναι ζωτικής σημασίας. Χωρίς αυτές, ο φλοιός, που περιλαμβάνει τον προμετωπιαίο λοβό, ο οποίος ενεργεί και ως ανασχετικός διακόπτης της αυθόρμητης συμπεριφοράς σε υγιείς και ώριμους ενήλικους δεν μπορεί να αναπτυχθεί ικανοποιητικά.

Οι γονείς και μπορούν και πρέπει να αναλάβουν δράση. Αρχικά, ο χρόνος που περνά μπροστά από μια οθόνη ένα παιδί πρέπει να μειωθεί και καθώς περνάει ο καιρός να μειώνεται όλο και πιο πολύ. Για να το πετύχει κάποιος αυτό πρέπει να βεβαιωθεί ότι το παιδί του έχει τελειώσει με το διάβασμα και το γράψιμο που έχει για την επόμενη μέρα, χρήση χρονομέτρου για το πότε αρχίζει και πότε τελειώνει η απασχόλησή του με την τηλεόραση ή τον υπολογιστή, εβδομαδιαίο πρόγραμμα για το πότε θα μπορεί να παρακολουθεί τηλεόραση ή να παίξει στον υπολογιστή. Επίσης, θα πρέπει να φύγει από το παιδικό δωμάτιο η τηλεόραση το συντομότερο δυνατό και αν είναι δυνατό και το κομπιούτερ ή να μπουκωθούν περιορισμοί στη χρήση του. Χτίστε λεκτικές και αναγνωστικές δεξιότητες. Προτρέψτε τα παιδιά να γράφουν και να διαβάζουν. Ένα καλό-αναπτυγμένο λεκτικό σύστημα εξασφαλίζει καλο-αναπτυγμένη λειτουργία του εγκεφάλου. Έτσι ο προμετωπιαίος λοβός που είναι τόσο σημαντικός όπως αναφέρθηκε πιο πριν βοηθά τα παιδιά να δείχνουν μεγαλύτερη αυτοσυγκράτηση.

Επιλέξτε πιο αργόρυθμη, ποιοτική ψυχαγωγία για τα παιδιά. Προγράμματα ή ταινίες που κυλούν σε πιο αργό ρυθμό και απαιτούν κάποια σκέψη. Αν οι εικόνες εναλλάσσονται κάθε 2-3 δευτερόλεπτα τότε ο ρυθμός είναι υπερβολικά ταχύς. Με εικόνες με πιο αργό ρυθμό τα παιδιά προλαβαίνουν να «χωνέψουν» ό,τι βλέπουν και θα συνηθίσουν να παρεμβάλλουν τη σκέψη σε όσα παρακολουθούν αντί απλώς να αντιδρούν ασυναίσθητα.

Η πίεση των συνομηλίκων της παρέας είναι ίσως το πιο δύσκολο εμπόδιο. Για κάποια παιδιά θα φανεί σαν να είναι ο χαζός της παρέας. Τα επηρεάζει πολύ και νοιάζονται για την γνώμη των άλλων. Για αυτό είναι σημαντικό να τους διδαχθεί από όλους όσοι ασχολούνται με τα παιδιά να μην δίνουν σημασία για τη γνώμη που έχουν οι φίλοι τους, ώστε να τους επιτρέπουν να ελέγχουν τα γούστα τους και πώς θα διαθέσουν το χρόνο τους.

Κανείς δεν μπορεί να αποκλείσει να γίνει κάποιος βίαιος όσα μέτρα και να πάρει κανείς. Υπάρχουν πολλοί παράγοντες που επηρεάζουν κάποιον να γίνει βίαιος ή επιθετικός, ας μην είναι η τηλεόραση και τα βίαια παιχνίδια ένας από αυτούς...

Το άρθρο είναι βασισμένο σε αναφορές και στοιχεία από το βιβλίο του Ντέιβ Γκρόσμαν και της Γκλόρια ντε Γκαετάνο



ΕΦΗΒΟΙ ΚΑΙ ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΑ ΠΑΙΧΝΙΔΙΑ

Γράφει η Σπυριδούλα Κώτση -Ψυχίατρος παιδιών και εφήβων.

Οι περισσότεροι έφηβοι είναι ειδικοί στο να κρατούν τους εαυτούς τους απασχολημένους μετά το σχολείο και πολύ αργότερα από την ώρα που θα έπρεπε να κοιμούνται. Όταν δεν μελετούν για το σχολείο (αλλά ακόμη και ενώ διαβάζουν τα μαθήματά τους) τα παιδιά είναι online συνδεδεμένα με τα κινητά τους τηλέφωνα και στέλνουν μηνύματα, ανεβάζουν φωτογραφίες, χαζεύουν το περιεχόμενο των λογαριασμών τους ή κάνουν ένα σωρό άλλες παρόμοιες δραστηριότητες. Φυσικά, και πριν υπάρξει το Facebook ή το Instagram οι έφηβοι απασχολούνταν με διάφορα πράγματα, αλλά τότε ήταν πιθανότερο να κουβεντιάσουν στο τηλέφωνο ή να συναντηθούν προσωπικά με τους συνομηλίκους τους στα στέκια όπου σύχναζαν. Μπορεί αυτό να έμοιαζε και τότε σαν άσκοπο χάσιμο χρόνου, αλλά στην πραγματικότητα διευκόλυνε τους έφηβους να πειραματίζονται, να δοκιμάζουν τις δεξιότητές τους και να τα καταφέρνουν ή όχι σε αμέτρητες μικρές, πραγματικές συνδιαλλαγές που τα σημερινά παιδιά χάνουν.

Καταλήγουμε έτσι σε ένα μεγάλο πρόβλημα: οι έφηβοι σήμερα επικοινωνούν, κατά το μεγαλύτερο μέρος, κοιτάζοντας μια οθόνη και όχι ένα άλλο άτομο. Το ανθρώπινο είδος είναι εξαιρετικά προσαρμοσμένο στο να «διαβάζει» τα κοινωνικά σήματα. Δεν υπάρχει καμιά αμφιβολία ότι τα παιδιά χάνουν πολύ κρίσιμες κοινωνικές δεξιότητες. Δεν είναι ότι τα ηλεκτρονικά μηνύματα και η ηλεκτρονική επικοινωνία δημιουργούν μια «εξωλεκτική» αναπηρία, αλλά τοποθετούν, κατά κάποιο τρόπο, τους πάντες σε ένα πλαίσιο «εξωλεκτικής απενεργοποίησης», όπου η

γλώσσα του σώματος, οι εκφράσεις του προσώπου και οι μικρότερες ακόμη λεκτικές αντιδράσεις γίνονται αόρατες.

Όπωςδήποτε, λοιπόν, η έμμεση συνομιλία με τους γύρω γίνεται εμπόδιο για την ξεκάθαρη επικοινωνία, αλλά το πρόβλημα δεν εξαντλείται εκεί. Το να μάθει κάποιος πώς να κάνει φίλους, είναι ένα σπουδαίο και μεγάλο κομμάτι της ανάπτυξής του και οι φιλίες απαιτούν να πάρει κάποιου βαθμού ρίσκο. Αυτό ισχύει όχι μόνο για να κάνει νέους φίλους, αλλά και για να διατηρήσει τους παλιούς. Λέω στους εφήβους ότι όποτε υπάρχει ένα πρόβλημα που πρέπει να αντιμετωπιστεί -μικρό ή μεγάλο- χρειάζεται κουράγιο για να μιλήσει κανείς με ειλικρίνεια για τα συναισθήματά του και μετά να ακούσει τι έχει να του πει ο άλλος. Το να μάθουμε να διασχίζουμε αποτελεσματικά αυτά τα όρια είναι ένα από τα πράγματα που κάνουν τις σχέσεις οικειότητας ενδιαφέρουσες, συναρπαστικές, αλλά και τρομακτικές. Αποδεικνύεται όμως, ότι σημαντικό κομμάτι της αυτοεκτίμησης είναι να γνωρίζεις πώς θα πεις αυτό που αισθάνεσαι και σκέφτεσαι, ακόμη κι όταν διαφωνείς με τους άλλους ή ακόμη κι όταν φαίνεται ότι αυτό έχει συναισθηματικό κίνδυνο. Όμως, οι φιλίες που διεξάγονται online και μέσα από μηνύματα γίνονται μέσα σε ένα πλαίσιο απογυμνωμένο από τις πιο προσωπικές, πολύτιμες και συχνά δύσκολες, πλευρές της επικοινωνίας. Είναι ευκολότερο να είναι κανείς επιφυλακτικός, όταν στέλνει μηνύματα, emoticon ή σύμβολα. Δεν ακούει και δεν βλέπει το αποτέλεσμα που έχουν τα λόγια του στον άλλο. Συχνά η συνομιλία δεν λαμβάνει καν χώρα σε πραγματικό χρόνο και η κάθε πλευρά μπορεί να πάρει το χρόνο της και να σκεφτεί την όποια απάντηση. Δεν είναι λοιπόν να απορεί κανείς που συχνά ακούμε πλέον τα παιδιά να λένε ότι το να τηλεφωνήσουν σε κάποιον είναι «πολύ έντονο» -και να προτιμούν το chat. Ακόμη κι ένα τηλεφώνημα απαιτεί περισσότερη άμεση επικοινωνία, κι αν δεν το έχεις συνηθίσει, μπορεί να φαντάζει άβολο ή τρομακτικό.

Τα παιδιά πρέπει να εξασκούνται όσον το δυνατόν περισσότερο στο να σχετίζονται με άλλους ανθρώπους και να ικανοποιούν τις ανάγκες τους σε πραγματικό χρόνο, πρόσωπο με πρόσωπο. Αλλιώς, πολλά από αυτά θα καταλήξουν να γίνουν ενήλικες που θα είναι νευρικοί, αδέξιοι και θα αγχώνονται, ακόμη και με το πρωταρχικό μέσο επικοινωνίας που διαθέτει το είδος μας: την ομιλία. Αυτό μπορεί να γίνει πολύ επιζήμιο για την ευημερία και την εξέλιξή τους. Αρκεί σκεφτεί κανείς ότι, όταν οι άνθρωποι μεγαλώνουμε, οι κοινωνικές «διαπραγματεύσεις» με τους άλλους γίνονται πιο απαιτητικές και ριψοκίνδυνες, καθώς πρέπει να χειριστούμε τις ερωτικές σχέσεις και την επαγγελματική μας απασχόληση.



Εργοθεραπεία / Λογοθεραπεία / Ειδική αγωγή / Ειδικό μαθησιακό / Ψυχολογική υποστήριξη / Συμβουλευτική



Οι κοινωνικές σχέσεις μεταξύ των συνομηλίκων ενισχύουν την αυτοεκτίμηση, την ανεξαρτησία, το αίσθημα της ασφάλειας και συμβάλλουν στην απόκτηση αποτελεσματικών κοινωνικών συμπεριφορών.

Κατανοώντας την ανάγκη των παιδιών που βρίσκονται στο φάσμα των αναπτυξιακών διαταραχών, για κοινωνική συνδιαλλαγή και αμοιβαιότητα, η Κιβωτός Εξέλιξης δημιουργεί νέες κοινωνικές ομάδες για παιδιά (μέτρια – υψηλής λειτουργικότητας) με στόχο την ανάπτυξη των κοινωνικών δεξιοτήτων.

Ενδεικτικά κάποιοι από τους στόχους μας είναι:

1. Δραστηριότητες καθημερινής ζωής (αυτόνομη διαβίωση, αυτοεξυπηρέτηση).
2. Ανάπτυξη δεξιοτήτων συνεργασίας και αλληλοβοήθειας.
3. Συναισθηματική υποστήριξη (αίσθημα ασφάλειας, αποδοχής, διαχείριση συγκρούσεων, άγχους, ματαίωσης κ.ά.).
4. Ανάπτυξη της αυτοεκτίμησης.
5. Οργάνωση προσωπικού χώρου.
6. Εξοικείωση με την τεχνολογία.
7. Εκπαίδευση στην διαχείριση των χρημάτων και των Μ.Μ.Μ.
8. Επέκταση των δραστηριοτήτων και των ενδιαφερόντων.



kivotosexelisis



KIBWOTZ EΞΕΛΙΞΗΣ



kivotosexelisis

ομάδες κοινωνικών δεξιοτήτων

για παιδιά, εφήβους
και νέους

ΕΓΓΡΑΦΕΣ & ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ

26650-21186

Πάρ. Ολύμπου 9, Ηγουμενίτσα

26513-10319

Γ. Παπανδρέου 18, Ιωάννινα

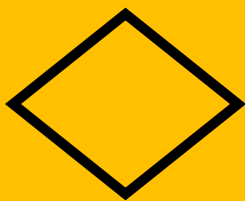
www.kivotosexelisis.gr

info@kivotosexelisis.gr



Παράλληλα, η ομάδα θα κάνει συναντήσεις με ψυχαγωγικές δραστηριότητες, όπως: Προβολή ταινίας/σινεμά, θέατρο, κουκλοθέατρο, επιτραπέζια παιχνίδια, μαγειρική, μουσική αγωγή, χορός, εργαστήρια δημιουργικής απασχόλησης, κατασκευές, βόλτα με ποδήλατα, ταξίδια κ.ά.

Οι ομάδες θα διαμορφωθούν ανάλογα με την ηλικία και τις ανάγκες του κάθε παιδιού. Οι συναντήσεις θα γίνονται στους χώρους του κέντρου.



**Ας
διαβάσου-
με και
αυτό!**

Διαταραχή Ελλειμματικής Προσοχής-Υπερκινητικότητας (ΔΕΠ-Υ) χωρίς συνύπαρξη με κάποια άλλη διαταραχή (συννοσηρότητα) είναι η εξαίρεση, όχι ο κανόνας. Η ΔΕΠ-Υ πολύ συχνά συνυπάρχει με αγχώδεις διαταραχές ή και με κατάθλιψη. Η έλλειψη γνώσης και εκπαίδευσης πολλών ειδικών στο να αναγνωρίζουν τη ΔΕΠ-Υ οδηγεί σε θεραπεία μόνο της συννοσηρής διαταραχής, ειδικά όταν πρόκειται για ενήλικες. Κι όμως, οι συνέπειες της ΔΕΠ-Υ στην ψυχοσυναισθηματική κατάσταση όσων έχουν τη διαταραχή, είναι πολύ επιβαρυντικές. Προβλήματα εργασιακά, προβλήματα με τις προσωπικές σχέσεις, χρόνιες δυσκολίες στην οργάνωση και διαχείριση της καθημερινότητας και συναισθηματικές διακυμάνσεις, επηρεάζουν αρνητικά την ποιότητα ζωής των ανθρώπων με υπερκινητικότητα, παρορμητικότητα και διάσπαση της προσοχής. Αποτέλεσμα είναι να υποφέρουν από παθολογικό άγχος και κατάθλιψη που δεν είναι τα μόνα που χρειάζονται θεραπεία.

Διαζύγιο και διανυκτέρευση των βρεφών και νηπίων με τον πατέρα: μια νέα έρευνα που

πανεπιστημίου της Αριζόνα ασχολείται με το συγκεκριμένο θέμα που θεωρείται ιδιαίτερα αμφιλεγόμενο και παρουσιάζει πολύ μεγάλο ενδιαφέρον για τους διαζευγμένους γονείς. Σύμφωνα με τους ερευνητές: "Η διανυκτέρευση των βρεφών και των νηπίων με τους πατέρες τους όχι μόνο δεν βλάπτει το δεσμό των παιδιών με τις μητέρες, αλλά στην πραγματικότητα ωφελεί τις σχέσεις των παιδιών και με τους δύο γονείς".

"Τα παιδιά που περνούν κάποιες νύχτες με τον διαζευγμένο πατέρα, όταν είναι βρέφη ή νήπια, έχουν καλύτερη ποιότητα σχέσης με τον πατέρα και τη μητέρα στα δεκαοκτώ τους χρόνια, σε σχέση με τα παιδιά που δεν είχαν διανυκτερεύσεις σε εκείνη την ηλικία."

Εντυπωσιακό είναι ότι οι θετικές συνέπειες των διανυκτερεύσεων με τους μπαμπάδες ήταν εξίσου εμφανείς, είτε οι διανυκτερεύσεις γίνονταν κατόπιν απόφασης του δικαστηρίου, είτε τις είχαν συμφωνήσει μεταξύ τους οι ίδιοι οι γονείς. Επίσης, οι θετικές επιδράσεις διαπιστώθηκαν, ανεξάρτητα από το εάν οι γονείς είχαν υψηλά ή χαμηλά επίπεδα σύγκρουσης μεταξύ τους κατά τα πρώτα πέντε χρόνια μετά το διαζύγιο.

Η έρευνα δημοσιεύτηκε στο τεύχος Φεβρουαρίου του επιστημονικού περιοδικού Psychology, Public Policy and Law.





Ελληνική Εταιρία Κοινωνικής Παιδιατρικής
και Προαγωγής της Υγείας

www.socped.gr



ΣΥΝΗΓΟΡΟΣ
ΤΟΥ ΠΟΛΙΤΗ

Συνήγορος του Παιδιού

www.0-18.gr

Αντιμετώπιση της επιληπτικής κρίσης στο σχολείο: χρήσιμες οδηγίες με τη συνεργασία των Ελλήνων Παιδονευρολόγων



Υπάρχουν πολλά παιδιά που πάσχουν από επιληψία, και στα οποία κάποιες φορές μπορεί να συμβεί να έχουν κρίσεις με σπασμούς. Σε αυτές τις περιπτώσεις θα πρέπει να αποφύγουμε τον πανικό και να τηρήσουμε προσεκτικά ορισμένες οδηγίες:

Τι ΠΡΕΠΕΙ να κάνουμε;

- ✓ Είμαστε ψύχραιμοι, ελευθερώνουμε το χώρο γύρω από το παιδί σε κρίση, σημειώνουμε την ώρα έναρξης και τη διάρκεια της κρίσης.
- ✓ Ενημερώνουμε τους γονείς του παιδιού τηλεφωνικά και τα παιδιά που έχουν δει το περιστατικό ότι η κατάσταση είναι υπό έλεγχο.
- ✓ Φροντίζουμε το παιδί να βρίσκεται σε πλάγια θέση (βλέπε σκίτσο), εκεί που συνέβη η κρίση, με το κεφάλι σε υπερέκταση, ώστε να διατηρηθούν ανοικτοί οι αεραγωγοί προς αποφυγή πνιγμονής.
- ✓ Τοποθετούμε κάτι μαλακό κάτω από το κεφάλι του παιδιού και απομακρύνουμε οποιαδήποτε σκληρά αντικείμενα, για να μην τραυματιστεί.
- ✓ Σκουπίζουμε πιθανές εκκρίσεις (σάλια, εμετό) από το στόμα του.
- ✓ Επικοινωνούμε μαζί του όταν σταματήσουν οι επιληπτικές κινήσεις ή συσπάσεις και το καθησυχάζουμε.
- ✓ Αν το επεισόδιο διαρκέσει πάνω από 3 λεπτά και υπάρχει διαθέσιμο φάρμακο, πρέπει να το χρησιμοποιήσουμε (στη δοσολογία και μεθοδολογία που έχει καθορίσει ο θεράπων γιατρός του): Διαζεπάμη υπόθετο
Μιδαζολάμη στο μάγουλο
- ✓ Αν το επεισόδιο διαρκέσει πάνω από 10 λεπτά: επαναλαμβάνουμε τη δόση, καλούμε ασθενοφόρο και μεταφέρεται το παιδί στο νοσοκομείο.

Τι ΔΕΝ ΠΡΕΠΕΙ να κάνουμε;

- ✗ Δεν επιχειρούμε μετακίνηση του παιδιού, ενώ ο σπασμός εξελίσσεται, εκτός εάν υπάρχει άμεσος κίνδυνος (π.χ. δρόμος ή κεφαλόσκαλο).
- ✗ Δεν σηκώνουμε το παιδί και δεν προσπαθούμε να συγκρατήσουμε τις κινήσεις του κατά την κρίση.
- ✗ Δεν βάζουμε σκληρά αντικείμενα ή τα δάχτυλά μας στο στόμα του παιδιού (για αποφυγή τραυματισμού).
- ✗ Δεν προσπαθούμε να δώσουμε στο παιδί νερό ή φάρμακο από το στόμα κατά τη διάρκεια του σπασμού.
- ✗ Δεν το ενοχλούμε την ώρα που το επεισόδιο διαρκεί ή έχει μόλις τελειώσει, αλλά το αφήνουμε να συνέλθει / επανέλθει σε ηρεμία, διαβεβαιώνοντας το ότι όλα θα πάνε καλά.

ΚΙΒΩΤΟΣ ΕΞΕΛΙΞΗΣ ΚΕΝΤΡΟ ΕΙΔΙΚΩΝ ΘΕΡΑΠΕΙΩΝ

Πάροδος Ολύμπου 9

Ηγουμενίτσα

Τ. 26650 21186

Γεωργίου Παπανδρέου 18

Ιωάννινα

Τ. 26513 10319

Ε. kivotosexelisis@yahoo.gr

W. <http://kivotosexelisis.gr>

Ε. [Κιβωτός Εξέλιξης Κέντρο Ειδικών Θεραπειών](#)

**ΘΕΛΕΤΕ ΝΑ ΛΑΜΑΒΑΝΕΤΕ ΤΗΝ ΕΦΗΜΕΡΙΔΑ ΜΑΣ
ΣΤΟ EMAIL ΣΑΣ;**

**ΕΠΙΣΚΕΦΘΕΙΤΕ ΤΗΝ ΙΣΤΟΣΕΛΙΔΑ ΜΑΣ ΚΑΙ ΚΑΝΤΕ
ΤΗΝ ΕΓΓΡΑΦΗ ΣΑΣ ΣΤΟ NEWSLETTER ΜΑΣ**

<http://kivotosexelisis.gr>