

Η «ΜΙΚΡΟΠΟΛΙΣ» ΤΩΝ ΓΕΥΣΕΩΝ ΣΤΟ ΜΟΥΣΕΙΟ ΜΠΕΝΑΚΗ (ΠΕΙΡΑΙΩΣ 138) 22, 23 & 24 Μαΐου στα πρωινά των «Ημερών Γαστρονομίας» 2015

Την Παρασκευή, το Σάββατο και την Κυριακή, 22, 23 και 24 Μαΐου, η «Μικρόπολις», η μεγαλύτερη στην Ελλάδα, διοργάνωση για παιδιά και γονείς, επιστρέφει με την πρότυπη γειτονιά της γεύσης και της διατροφής αποκλειστικά στις «Ημέρες Γαστρονομίας» 2015. Τα πρωινά του Μουσείου Μπενάκη (Πειραιώς 138) θα πλημμυρίσουν από υπέροχες γεύσεις και θρεπτικές συνταγές. Συναρπαστικές αφηγήσεις, βιωματικά εργαστήρια, δια-δραστικά προγράμματα και μοναδικές εκδηλώσεις δημιουργικής απασχόλησης για παιδιά προσχολικής και σχολικής ηλικίας.

Από τις 10:00 το πρωί έως και το μεσημέρι, οι Μ.Κ.Ο. «Οργάνωση Γη» και «Μπορούμε», η «Lets Go Green», ο γνωστός chef Βησσαρίων Παρθένης, η Θέμις Καρδιόλακα με το αποκαλυπτικό «Mama Knows Seminar» και αγαπημένοι συγγραφείς παιδικών βιβλίων, από μεγάλους εκδοτικούς οίκους, θα μιλήσουν και θα ταξιδέψουν μαμάδες, μπαμπάδες και παιδιά στο συναρπαστικό κόσμο της τροφής και της γεύσης.

Οι μικροί και μεγάλοι φίλοι της «Μικρόπολις» θα μάθουν τα πάντα για τη σωστή και υγιεινή διατροφή, το θέμα της σπατάλης φαγητού και την κομποστοποίηση. Θα μαγειρέψουν, θα δοκιμάσουν, θα πειραματιστούν και φυσικά θα διασκεδάσουν παρέα με το Σπόρο, τον Τζακ και τη Φασολάδα, το Στρουμπουλό Τερατάκι, τον Βίτα και τη Μίνι που κυνηγούν μια Βιταμίνη, το «Γεώ» το γεωσκώληκα, τη Μελιτζανόπιτσα της Μαμάς και τα Φουρνιστά Λαλάγγια της Γιαγιάς, την Ελίτσα τη Μαυρομάτα, Φράουλες, Βατόμουρα και Τρεις Σταγόνες Μέλι...

ΈΝΑ ΜΟΝΑΔΙΚΟ «ΟΙΚΟΣΥΣΤΗΜΑ» ΓΕΥΣΤΙΚΩΝ ΙΣΤΟΡΙΩΝ, ΕΜΠΕΙΡΙΩΝ ΚΑΙ ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΑΣ ΜΕ ΠΑΙΔΙΚΗ ΑΥΡΑ ΚΑΙ ΤΗΝ ΥΠΟΓΡΑΦΗ ΤΗΣ ΜΙΚΡΟΠΟΛΙΣ

«ΜΕΛΙΤΖΑΝΟΠΙΤΣΑ ΤΗΣ ΜΑΜΑΣ ΚΑΙ ΦΟΥΡΝΙΣΤΑ ΛΑΛΑΓΓΙΑ ΤΗΣ ΓΙΑΓΙΑΣ» - ΒΗΣΣΑΡΙΩΝ ΠΑΡΘΕΝΗΣ: Σε ένα συναρπαστικό βιωματικό εργαστήριο μαγειρικής για παιδιά, εμπνευσμένο από νόστιμες παιχνιδιόσυνταγές, προσκαλούν τους λιλιπούτειους chefs της φετινής Μικρόπολις, ο γνωστός chef και η ομάδα του UCOOK.

«ΜΑΜΑ KNOWS SEMINARS» - ΘΕΜΙΣ ΚΑΡΔΙΟΛΑΚΑ: Πρωτότυπες συνταγές για να τρώνε τα παιδιά λαχανικά, για «απελπισμένες» και όχι μόνο μαμάδες. Ένα εξαιρετικά διαφωτιστικό και διαδραστικό εκπαιδευτικό πρόγραμμα για μικρούς και μεγάλους σχετικά με την ισορροπημένη, θρεπτική και απολαυστική διατροφή από τη συγγραφέα των βιβλίων «Μαμά δεν τρώω πράσινα» και «Όχι πια γλουτένη μαμά», των εκδόσεων ΜΙΝΩΑΣ.

«ΕΙΜΑΙ Ο ΣΠΟΡΟΣ» - ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΓΗ: Βιωματικό εργαστήριο, που στηρίζεται στις αρχές της μη τυπικής εκπαίδευσης για τη βιώσιμη ανάπτυξη. Από τη Μ.Κ.Ο. «Οργάνωση Γη» (www.organizationearth.org) και στόχο να κατανοήσουν τα παιδιά ότι ο σπόρος είναι ο πρώτος κρίκος της διατροφής μας. Να γνωρίσουν τους τρόπους διασποράς και διάδοσης των σπόρων, την ποικιλία που εμφανίζουν (μέγεθος, χρώμα, σχήμα) και να τους συνδέσουν με τη διατροφή τους. Να μάθουν τρόπους συλλογής και διαφύλαξης των σπόρων, να αντιληφθούν την ανταλλακτική αξία τους και να αναπτύξουν θετική στάση για τη σημασία διαφύλαξης των ποικιλιών.

«ΚΑΜΙΑ ΜΕΡΙΔΑ ΦΑΓΗΤΟΥ ΧΑΜΕΝΗ» - ΕΡΓΑΣΤΗΡΙ ΓΙΑ ΠΑΙΔΙΑ ΤΗΣ Μ.Κ.Ο. «ΜΠΟΡΟΥΜΕ!»: Πώς ψωνίζουμε; Τί είναι τα άσχημα φρούτα και λαχανικά; Πώς διαβάζουμε τις ετικέτες των τροφίμων; Πώς τακτοποιούμε το ψυγείο μας; Μικροί και μεγάλοι προβληματίζονται για το θέμα της σπατάλης του φαγητού και αναζητούν λύσεις για τον περιορισμό του φαινομένου. Με στόχο τη δημιουργία κοινωνικής συνείδησης, τα παιδιά ζωγραφίζουν το δεκάλογο καταπολέμησης της σπατάλης, ευαισθητοποιούνται ως προς τις έννοιες του εθελοντισμού και της προσφοράς (www.boroume.gr).

«Ο ΤΖΑΚ ΚΑΙ Η ΦΑΣΟΛΑΔΑ» - ΓΙΟΛΑΝΤΑ ΤΣΙΑΜΠΟΚΑΛΟΥ - ΕΚΔΟΣΕΙΣ ΚΑΣΤΑΝΙΩΤΗΣ: Όσα θέλατε να μάθετε και δεν τολμούσατε να ρωτήσετε σχετικά με τη φασολάδα και όχι μόνο, θα σας τα εξηγήσει με χιούμορ, κέφι και χωρίς λιπαρά, η Γιολάντα Τσιαμπόκαλου, συγγραφέας του βιβλίου «Ο Τζακ και η Φασολάδα». Ένα αυτοτελές εργαστήριο, όπου η αφήγηση εξελίσσεται με τρόπο βιωματικό, με παιχνίδια λέξεων, κίνηση και ενεργή συμμετοχή. Τα παιδιά θα έρθουν σε επαφή με υλικά μαγειρικής, τεχνικές μαγειρέματος, γεύσεις και χρώματα μέσα από μια διασκεδαστική παρουσίαση βιβλίου γεμάτη λαδιές...

«ΕΛΙΤΣΑ ΜΑΥΡΟΜΑΤΑ» - ΖΩΗ ΘΕΟΧΑΡΗ - ΕΚΔΟΣΕΙΣ ΛΙΒΑΝΗΣ: Ένα παραμύθι για την ελιά και όπως παλιά. Με ήρωες, δέντρα φορείς σοφίας, ανθρώπους στην αιώνια πάλη για επιβίωση, πουλιά αγγελιοφόρους μηνυμάτων, νεράιδες με ανθρώπινη λαλιά. Και στη μέση και πάνω απ' όλα η ελιά, άρρηκτα συνδεδεμένη με τη ζωή μας και το λάδι της ...για να ζήσουν αυτοί καλά και εμείς καλύτερα. Αφήγηση από τη συγγραφέα και κατόπιν δραματοποίηση με τη συμμετοχή των παιδιών.

«ΤΟ ΣΤΡΟΥΜΠΟΥΛΟ ΤΕΡΑΤΑΚΙ» - ΚΑΤΕΡΙΝΑ ΜΑΡΚΑΔΑΚΗ - ΕΚΔΟΣΕΙΣ ΜΙΝΩΑΣ: Ένα Τερατάκι, που αγαπάει τα γλυκά και τις λιχουδιές, είναι λαίμαργο και δεν του αρέσουν καθόλου τα φρούτα και τα λαχανικά, όταν όμως επισκέπτεται το χωριό του Τερατοπαππού του, το περιμένει μια έκπληξη. Μήπως υπάρχει τρόπος η αγάπη του για το φαγητό να μειωθεί; Μια διασκεδαστική αφήγηση από τη συγγραφέα για την αξία της υγιεινής διατροφής και για το πόσο σημαντικό είναι να τρώμε λογικά και με μέτρο.

«LETS GO GREEN» - ΒΙΩΜΑΤΙΚΟ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ ΚΟΜΠΟΣΤΟΠΟΙΗΣΗΣ ΚΑΙ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΙΚΗΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ: Στο εργαστήριο κομποστοποίησης, ο «Γεώ» ο γεωσκώληκας, εκπαιδεύει τους μικρούς του φίλους και τους μαθαίνει πώς μπορούν, ανακυκλώνοντας τα οργανικά τους απορρίμματα, να φτιάξουν εξαιρετικής ποιότητας λίπασμα για τα φυτά τους. Τα παιδιά συμμετέχουν σε ένα καινοτόμο θεατρικό παιχνίδι και σε ποικίλες βιωματικές δραστηριότητες, γνωρίζουν και εξερευνούν πραγματικούς γεωσκώληκες και κάνουν κομποστοποίηση σε ειδικούς εκπαιδευτικούς κάδους.

«Ο ΒΙΤΑ ΚΑΙ Η ΜΙΝΙ ΚΥΝΗΓΟΥΝ ΜΙΑ ΒΙΤΑΜΙΝΗ» - ΚΑΤΕΡΙΝΑ ΜΑΝΑΝΕΔΑΚΗ - ΕΚΔΟΣΕΙΣ ΛΙΒΑΝΗΣ: Ο Βίτα και η αδελφή του η Μίνι μπλέκουν σε μια περιπέτεια, με την κυρία Καλή Υγεία να θέλει να τους προστατεύσει και την κυρία Κακή Διατροφή να προσπαθεί να τους παρασύρει σε συνήθειες κακές, που φέρνουν χίλιες και δύο συμφορές. Παρέα με τη συγγραφέα και τα δυο αδελφάκια, τα παιδιά διασκεδάζουν και μαθαίνουν με τον πιο παιχνιδιάρικο τρόπο τα μυστικά της σωστής διατροφής.

«ΦΡΑΟΥΛΕΣ ΚΑΙ ΒΑΤΟΜΟΥΡΑ ΚΑΙ ΤΡΕΙΣ ΣΤΑΓΟΝΕΣ ΜΕΛΙ» - ΛΙΑΝΑ ΔΑΝΕΖΑΚΗ ΚΑΙ ΕΡΡΙΚΑ ΠΑΠΑΒΕΝΕΤΙΟΥ - ΕΚΔΟΣΕΙΣ ΛΙΒΑΝΗΣ: Όλα κυλούσαν ανέμελα στη Χώρα της Ροδαλής Χαράς. Οι κάτοικοι περνούσαν τη ζωή τους, με γέλια, τραγούδια και πολύχρωμες γιορτές. Ένα γλυκό παραμύθι που δείχνει στα παιδιά, με τρόπο διασκεδαστικό, την αξία της σωστής και υγιεινής διατροφής. Αφήγηση από τις συγγραφείς και κατόπιν δραματοποίηση με τη συμμετοχή των παιδιών.

Η ΑΞΙΑ ΤΗΣ ΥΓΙΕΙΝΗΣ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ – ΚΕΛΛΥ ΑΛΧΑΝΑΤΗ: Μία διαδραστική και τρυφερή αφήγηση για την αξία της υγιεινής και ισορροπημένης διατροφής από την Κέλλυ Αλχανάτη, συγγραφέα της σειράς βιβλίων για παιδιά «Μικρόπολη», των εκδόσεων ΜΙΝΩΑΣ.

ΧΡΗΣΙΜΕΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ

• Το αναλυτικό πρόγραμμα της «Μικρόπολις» 2015, με τις ώρες και τους χώρους διεξαγωγής των παιδικών δράσεων υπάρχει στα: <http://imeres-gastronomias.gr/εκδηλωσεις/μικροπολις>, www.facebook.com/Mikropolis?fref=ts, www.facebook.com/gastronomydays

• Χώρος διεξαγωγής: Μουσείο Μπενάκη (Πειραιώς 138) - Ημέρες λειτουργίας: Παρασκευή 22/5, Σάββατο 23/5, Κυριακή 24/5/2015 - Δράσεις για παιδιά: Από τις 10 το πρωί μέχρι και το μεσημέρι

• Γενική Είσοδος: 10€/ημέρα και 25€ για όλο το 3ήμερο - ΑμΕΑ & Παιδιά έως 4 ετών: Δωρεάν - Παιδιά από 4 έως 12 ετών: 5€/ημέρα και 12€ για όλο το 3ήμερο - Άνεργοι & Φοιτητές: 7€/ημέρα και 17€ για όλο το 3ήμερο - Για όλες τις επιμέρους εκδηλώσεις της διοργάνωσης (εκπαιδευτικά εργαστήρια, γευσιγνωσίες, γευστικές δοκιμές κλπ.) δεν υπάρχει καμία επιπλέον χρέωση - Προπώληση: www.viva.gr

* **Φωτογραφικό υλικό** για τη φετινή **Μικρόπολις**, μπορείτε να βρείτε στο *website* των Ημερών Γαστρονομίας, στην ενότητα **ΘΕΜΑΤΙΚΕΣ / ΜΙΚΡΟΠΟΛΙΣ** (<http://imeres-gastronomias.gr/εκδηλωσεις/μικροπολις>), καθώς και στο *Face Book page* της Μικρόπολις (<https://www.facebook.com/media/set/?set=a.861056300596950.1073741825.135138229855431&type=1>).

* **Παραμένω στη διάθεσή σας για οποιαδήποτε επιπλέον πληροφορία ή υλικό χρειαστείτε.**

ΔΩΡΑ ΠΑΠΠΑ - Υπεύθυνη Γραφείου Τύπου ΜΙΚΡΟΠΟΛΙΣ

Τηλ.: [210 3469007](tel:2103469007), Κιν.: [6957215734](tel:6957215734) & [6972155869](tel:6972155869), e-mail: pappa.dora@gmail.com

ΧΟΡΗΓΟΙ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ ΜΙΚΡΟΠΟΛΙΣ



mama365.gr

InfoKids.gr

ΜΙΚΡΟΪ ΜΕΓΑΛΟΪ

CHILDIT.GR

familylife.gr

mother.gr

medNutrition.gr

eduadvisor.gr

Αποστολικά

Λόγω...
διατροφής
www.activekids.gr

Active Kids
www.activekids.gr