

mommy

ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΣ
2011
ΤΕΥΧΟΣ 196
€ 3,10

το παιδί μου κι εγώ

Θετική ψυχολογία

Διδάξτε τους τη φωτεινή
πλευρά της ζωής

Εγκυμοσύνη
& εξωσωματική
ΤΙ ΝΑ ΠΡΟΣΕΧΩ!

ΑΦΙΕΡΩΜΑ

party

Ιδέες, tips
& οικονομικές
λύσεις

100+

Δώρα
Ρούχα
Παιχνίδια
για
γιορτινή
διάθεση

Ιώσεις

ΟΙ ΦΥΣΙΚΟΙ
ΤΡΟΠΟΙ
ΓΙΑ ΝΑ ΤΙΣ
ΠΡΟΛΑΒΕΤΕ

ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ

Αμάν
αυτό το
πείσμα του!

Κακές παρέες

Γιατί θαυμάζει
τα άτακτα παιδιά;

it's
Christmas





34

108



80

Παιδί

- 26 ΑΓΟΡΑ** Τα πιο όμορφα ρούχα της νέας σεζόν.
- 34 ΣΚΕΨΟΥ ΘΕΤΙΚΑ** Εκπαιδεύστε τα παιδιά σας να είναι αισιόδοξα.
- 38 ΔΙΑΝ ΑΥΤΟ ΤΟ ΠΕΙΣΜΑ ΤΟΥ!** Μάθετε πώς να αντιδράτε αποτελεσματικά στα καπρίτσια του.
- 43 ΑΦΙΕΡΩΜΑ MAGIC CHRISTMAS** Όμορφες και έξυπνες ιδέες, για τα πιο μαγικά δώρα του χρόνου!
- 51 ΤΟΥ STORIES** Όλα τα παιχνίδια της αγοράς.
- 62 ΓΙΑΤΙ ΔΕΝ ΘΕΛΕΙ ΝΑ ΣΥΜΜΕΤΕΧΕΙ ΣΕ ΤΙΠΟΤΑ;** Είναι μοναχικό ή απλά... θέλει το χρόνο του;
- 66 ΓΕΛΑ ΜΟΥ!** Όταν τα μωρά μάς διδάσκουν την αστεία πλευρά της ζωής.
- 70 ΜΟΔΑ** Fairy tales...
- 76 ΟΙ ΚΑΚΕΣ ΠΑΡΕΕΣ** Τι να κάνετε, όταν οι φίλοι του δεν είναι και... τα καλύτερα παιδιά!
- 80 LET' S PARTY** Όλα όσα πρέπει να γνωρίζετε, για το τέλειο παιδικό πάρτι.
- 92 ΦΥΣΙΚΗ ΑΣΠΙΔΑ ΓΙΑ ΤΙΣ ΙΩΣΕΙΣ** Μυστικά και συμβουλές, για ένα χειμώνα γεμάτο υγεία.

Μαμά

- 102 ΟΣΑ ΔΕΝ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΛΕΜΕ ΠΟΤΕ** στα παιδιά.
- 106 ΤΑ ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΑ ΤΩΝ ΔΙΑΣΗΜΟΤΗΤΩΝ** Γιορτινές προσωπικές στιγμές με τις οικογένειές τους.
- 108 ΑΔΥΝΑΤΙΣΜΑ ΕΞΠΡΕΣ** Χάστε τα περιττά κιλά, μέχρι το ρεβεγιόν.
- 112 ΟΜΟΡΦΙΑ** Γιορτινή λάμπη...



Δεκέμβριος 2011

70
ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

Εγκυμοσύνη

- 118 ΜΕΤΑ ΤΗΝ ΕΞΩΣΩΜΑΤΙΚΗ, ΤΙ;**
Εύλογες απορίες ζητούν απάντηση...
- 122 Η ΕΝΔΙΑΦΕΡΟΥΣΑ...** Χίλαρι Νταφ.
- 124 ΜΟΔΑ** Me & my baby
- 126 ΑΓΟΡΑ** Διακοσμήστε το δωμάτιό του στα χρώματα του ουρανού.
- 128 ΔΕΥΤΕΡΟ ΠΑΙΔΙ:** Θα το αγαπάω το ίδιο;
- 132 ΕΓΚΥΜΟΣΥΝΗ... EXTRA LARGE** «Μήπως να σταματήσω να τρώω για δύο;»

Σε κάθε τεύχος

- 5 EDITORIAL**
- 11 Α ΜΠΕ ΜΠΑ ΜΠΛΟΜ** Νέες αφίσες σε σινεμά, παιχνίδι, design, εκδηλώσεις.
- 20 INFO** Ειδήσεις και έρευνες για την εγκυμοσύνη και την υγεία και ανάπτυξη του παιδιού.
- 32 ECO KID** Προτάσεις για έναν πιο «πράσινο» πλανήτη.
- 98 ΡΩΤΑ ΤΟΝ ΠΑΙΔΙΑΤΡΟ**
- 114 ΡΩΤΑ ΤΟΝ ΨΥΧΟΛΟΓΟ**
- 136 ΡΩΤΑ ΤΟ ΓΥΝΑΙΚΟΛΟΓΟ**
- 138 ΒΙΒΛΙΟ** Νέες εκδόσεις για διαβασμένα παιδιά.
- 142 ΑΤΖΕΝΤΑ** Όλα όσα μπορείτε να κάνετε με τα παιδιά σας τον ελεύθερο χρόνο σας.
- 148 CLUB** Εκδηλώσεις και δώρα για τα μέλη του Club.
- 152 ΤΟ MOMMY ΣΤΟ ΜΕΓΑ**
- 158 ΑΣΤΡΟΛΟΓΙΑ** Τι προβλέπουν τα ζώδια για εσάς και το μωρό σας.
- 160 ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ** από την αγορά για μαμάδες και παιδιά.
- 161 ΔΙΕΥΘΥΝΣΕΙΣ ΚΑΤΑΣΤΗΜΑΤΩΝ**
- 162 P.S.**



Αμάν αυτό το πείσμα του!

Ξέρει πολύ καλά ότι δεν πρέπει να πειράξει το κινητό σας, παρ' όλα αυτά το κάνει. Όταν του ζητάτε να σας το επιστρέψει, εκείνο πεισμώνει, επιμένει, στυλώνει τα πόδια και το κρατάει σφιχτά στα χεράκια του. Και τώρα, εσείς πώς θα πρέπει να αντιδράσετε αποτελεσματικά στο πείσμα του;

Τ Η Σ Ν Ι Ν Ε Τ Τ Α Σ Φ Α Φ Ο Υ Τ Η

Η ΕΛΕΝΗ ΕΙΝΑΙ ΕΝΑ ΚΟΡΙΤΣΑΚΙ 2,5 ΕΤΩΝ, πολύ όμορφο, σαν αυτά που βλέπουμε στα περιοδικά, με ξανθά μαλλάκια, καταγάλανα μεγάλα μάτια και λευκή επιδερμίδα με κόκκινα μαγουλάκια, ένα σωστό αγγελάκι. Μόνο που αυτό το «αγγελάκι» είναι ικανό σε κλάσματα δευτερολέπτου να μεταμορφωθεί σε έναν κανονικό τύραννο! Ποτέ δεν μπορούσα να φανταστώ πώς ένα τόσο δα μικρό πλασματάκι μπορεί να κρύβει μέσα του τέτοιο πείσμα και νεύρο. Η μητέρα της δηλώνει πλέον... ανήμπορη να αντιμετωπίσει την κατάσταση! «Κάνει σχεδόν πάντα το αντίθετο από αυτό που της λέμε, λες και το διασκεδάζει να μας συγχύζει διαρκώς», λέει. «Έχω δοκιμάσει σχεδόν τα πάντα: Της έδειξα κατανόηση, της μίλησα με ήρεμο τρόπο, προσπάθησα με πολλή αγάπη και τρυφερότητα να της δείξω ποια είναι τα όρια. Αποτέλεσμα; Μηδέν! Δοκίμασα με την άλλη μέθοδο... τις τιμωρίες. Ούτε κι αυτός ο τρόπος ήταν αποτελεσματικός. Όλες οι προσπάθειές μου πέφτουν στο κενό. Δεν ξέρω πλέον τι να κάνω...»

Υπάρχουν στιγμές που το πείσμα του παιδιού είναι τόσο έντονο και αμετακίνητο που οι γονείς σηκώνουν τα χέρια ψηλά. Δεν ξέρουν πώς να χειριστούν την κατάσταση, ενώ συχνά χάνουν την υπομονή τους. Έτσι, νιώθουν ότι όλη η προσπάθεια να διαπαιδαγωγήσουν σωστά το παιδί τους έχει πάει στο βρόντο ή ότι έχουν αποτύχει ως γονείς!

«Μα, γιατί το κάνει αυτό;»

Είναι πιθανό να έχει συμβεί και σε εσάς. Να νιώθετε ότι η συμπεριφορά του παιδιού σας σας τσακίζει τα νεύρα. Όμως, με τα κάθε λογής καπρίτσια του το παιδί δεν απο-

σκοπεί εκεί. Αντίθετα, είναι ένας τρόπος να δοκιμάσει τις δυνάμεις του, να εξερευνήσει και να ελέγξει ποια ακριβώς είναι τα όριά του. Γι' αυτό, εξάλλου, και τα πείσματα ποικίλλουν ανάλογα με την ηλικία του, ακριβώς επειδή αλλάζουν σταδιακά και οι ανάγκες του, οπότε κάθε φορά προσπαθεί να διεκδικήσει καινούργια δικαιώματα. Πρέπει να γνωρίζετε ότι αυτή η «αντιδραστική» φάση ξεκινά από τη γέννησή του και σταματά λίγο μετά την ηλικία των δύο ετών. Όταν, όμως, ένα παιδί συνεχίζει να έχει και μετά τα τρία του χρόνια τέτοια ξεσπάσματα, τότε σίγουρα θα πρέπει να αναρωτηθούμε μήπως έχουμε κάνει κάτι λάθος. Για να μπορέσουμε να εξηγήσουμε αυτή τη συμπεριφορά του, πρέπει πρώτα να δούμε τι είναι αυτή η περιβόητη «φάση των δίχρονων» και πώς εξηγείται. Τα παιδιά μέχρι την ηλικία των τριών ετών δεν έχουν ακόμα την ικανότητα να καταλάβουν ότι τα πράγματα δεν μπορούν να γίνονται όπως εκείνα έχουν στο μυαλό τους, ότι δεν μπορούν να έχουν ό,τι θέλουν, όταν το θέλουν (π.χ. «Η μαμά δεν μου δίνει κι άλλη караμέλα» ή «Θέλω να παίξω με το κινητό σου κι όχι με τα παιχνίδια μου»). Σε αυτές τις περιπτώσεις, συχνά αντιδρούν άσχημα. Αυτή η αντίδραση, όμως, δεν είναι προσποινή. Είναι κάτι που συμβαίνει στο παιδί, χωρίς εκείνο να μπορεί να το ελέγξει. Σε αυτές τις κρίσεις, τα παιδιά δεν ακούν τίποτα, μάλιστα ορισμένα χτυπάνε ακόμα και το κεφάλι τους στον τοίχο, χωρίς καν να νιώθουν πόνο. Το παιδί γύρω στα δύο του χρόνια μερικές φορές κάνει πείσματα, γιατί αισθάνεται αγχωμένο. Βρίσκεται στην ηλικία των ανακαλύψεων και θέλει να δοκιμάσει τις ικανότητές του και να αναμετρηθεί



Γιατί δεν θέλει να συμμετέχει σε τίποτα;

Σιχαίνεται τα σπορ, αδιαφορεί για τις κοινωνικές εκδηλώσεις και τα πάρτι, και αρνείται οτιδήποτε ομαδικό. Μήπως έχει πρόβλημα κοινωνικοποίησης ή είναι κάτι που θα περάσει;

ΤΗΣ ΕΛΕΝΗΣ ΧΑΔΙΑΡΑΚΟΥ

«ΔΕΝ ΘΑ ΠΑΩ ΣΤΗ ΓΙΟΡΤΗ ΤΟΥ ΣΧΟΛΕΙΟΥ», «Δεν μου αρέσει το μπάσκετ, ούτε τα μουσεία», «Δεν θέλω να παρτάσω», «Δεν πάω στο παιδικό πάρτι», «Δεν θέλω να έρθω μαζί σας εκδρομή, θα κάτσω με τη γιαγιά!» Ο τετράχρονος Νικόλας δεν θέλει να συμμετέχει σε οτιδήποτε ομαδικό, παρόλο που δείχνει να είναι ένα ευχάριστο, γελαστό και κοινωνικό παιδί. Η μαμά του ανησυχεί και νιώθει πως το παιδί της έχει επιλέξει το «περιθώριο» και οδηγείται σε μοναξιά και απομόνωση. Η αλήθεια είναι πως η εποχή που ζούμε δεν βοηθά ιδιαίτερα τα παιδιά να αναπτύξουν το πνεύμα ομαδικότητας. Παλαιότερα, όταν εμείς ήμασταν παιδιά, οι συνθήκες όχι απλώς μας βοηθούσαν, αλλά μας... έσπρωχναν στα ομαδικά παιχνίδια. Παίζαμε βόλους στην αυλή, οχονάκι στο σχολείο, λάστιχο στους δρόμους, μήλα και αμπάριζα στις γειτονιές μας. Για εμάς, τότε, το ομαδικό παιχνίδι ήταν και το κυριότερο σημείο έκφρασής μας. Σήμερα, πόσο έχουν αλλάξει τα πράγματα;

Η εποχή της εσωστρέφειας

Πολλές μαμάδες - παρατηρώντας το παιδί τους σε σύγκριση με τα υπόλοιπα- αναρωτιούνται: «Γιατί δεν συμμετέχει, όπως κάνουν τα άλλα;». Η αλήθεια είναι, βέβαια, πως αυτό που αποκαλούμε εμείς οι ενήλικοι «ενεργό συμμετοχή», ποικίλλει ανάλογα με την ηλικία, τις εμπειρίες και το χαρακτήρα κάθε παιδιού. Για παράδειγμα, όσα δεν έχουν συμμετάσχει σε ομαδικά προγράμματα και έχουν έναν αρκετά εσωστρεφή χαρακτήρα, είναι φυσικό να μη θέλουν εξ αρχής να εμπλακούν σε όλες τις δραστηριότητες. Ενδεχομένως να τα «τρομάζει» η άνετη συμμετοχή των υπολοίπων, η φασαρία, οι φωνές, και μπορεί να χρειάζονται πολύ περισσότερο χρόνο προσαρμογής σε σχέση με άλλα παιδιά. Ωστόσο, εξακο-

λουθούν να παρατηρούν και να καταγράφουν τα πάντα, και αυτό είναι ένα στοιχείο που θα το εμφανίσουν στο σπίτι ή σε άσχετες στιγμές, όταν θα τα δούμε να μιμούνται «το μάθημα», «τη δασκάλα» και «τα άλλα παιδιά», δείχνοντας έτσι ότι στην πραγματικότητα έχουν παρακολουθήσει με ενδιαφέρον. Αντίθετα, παιδιά με εξωστρεφή χαρακτήρα, ακόμη κι αν δεν έχουν ξαναβρεθεί σε κάποια ομάδα, δείχνουν ενθουσιασμό και διάθεση συμμετοχής από την πρώτη στιγμή. Ωστόσο, δεν αποκλείεται σε μια άλλη χρονική στιγμή να εκδηλώσουν άρνηση, επιθετικότητα προς τους συνομηλικούς τους ή υπερβολική κινητικότητα, συμπεριφορές που δεν είχαν στην αρχή. Αυτό σημαίνει ότι ακόμη κι αυτά τα παιδιά χρειάζονται το χρόνο τους για να προσαρμοστούν πραγματικά στις απαιτήσεις της ομάδας και να νιώσουν μέλη της. Υπάρχουν και τα παιδιά που, εξαιτίας της δυσκολίας τους να αποχωριστούν τους ενήλικους, δηλώνουν άρνηση σε οτιδήποτε ομαδικό. «Θέλω να κάτσω σπίτι μόνος μου», «Θα μείνω με τη γιαγιά», «Δεν θα πάω κατασκήνωση» είναι οι πιο συνηθισμένες προτάσεις διαμαρτυρίας τους.

Πότε να ανησυχώ

Οι πρώτες εκδηλώσεις άρνησης συμμετοχής εμφανίζονται όταν τα παιδιά πηγαίνουν στον Παιδικό Σταθμό. Η -καλύτερα- τότε είναι που οι γονείς παρατηρούν την άρνησή τους. Είναι η εποχή που τα παιδιά καλούνται να συμμετέχουν σε πάρτι ή ξεκινούν αθλητικές δραστηριότητες, και οι γονείς αρχίζουν να σκέφτονται την πνευματική και σωματική τους καλλιέργεια. Μουσική, μουσεία, αθλήματα, σχέδιο, όλα περνούν από το μυαλό τους, προκειμένου να εξερευνήσουν ή να διαπιστώσουν τα ταλέντα του παιδιού τους. Και τότε είναι που τα παιδιά... στυλώνουν τα πόδια και αρνούνται. Κάποιες



Let's party

Όλα όσα πρέπει να γνωρίζετε, για να διοργανώσετε το πιο επιτυχημένο και διασκεδαστικό παιδικό πάρτι!

ΤΗΣ ΕΛΕΝΗΣ ΚΑΡΑΓΙΑΝΝΗ

ΓΕΝΕΘΛΙΑ, ΓΙΟΡΤΗ Ή ΑΠΛΩΣ... ΕΠΕΙΔΗ ΕΧΕΤΕ ΤΗ ΔΙΑΘΕΣΗ; Δεν χρειάζεστε δικαιολογία για να κάνετε πάρτι, και τα παιδιά το γνωρίζουν αυτό πιο καλά από τον καθέναν. Όμως, ένα παιδικό πάρτι απαιτεί καλή προετοιμασία και οργάνωση, γιατί κανείς δεν θέλει να έχει τους καλεσμένους του δυσαρεστημένους. Τα πιο επιτυχημένα πάρτι είναι αυτά που σχεδιάζονται από παιδιά για παιδιά. Άλλωστε, αυτά ξέρουν σίγουρα καλύτερα. Η απόλυτη συνταγή επιτυχίας για την εκδήλωσή σας είναι να φροντίσετε το δικό σας παιδί - που άλλωστε είναι και ο εορτάζων/εορτάζουσα ή ο οικοδεσπότης/οικοδέσποινα- να συμμετέχει όσο και όπου μπορεί στις προετοιμασίες. Εφόσον βέβαια η ηλικία του το επιτρέπει, ζητήστε τη γνώμη του για την τοποθεσία, τη λίστα των καλεσμένων, τη διακόσμηση κλπ. Βάλτε το να γράψει μόνο του τις προσκλήσεις ή, εάν δεν ξέρει ακόμα να γράφει, να κάνει μια ζωγραφιά. Μπορεί ακόμα να σας βοηθήσει να τοποθετήσετε τα πιατάκια και τα ποτηράκια στον μπουφέ και να φουσκώσει μπαλόνια. Εάν το πάρτι γίνεται στο σπίτι σας, είναι πολύ σημαντικό να του ζητήσετε να επιλέξει τα πιο «πολύτιμα» από τα παιχνίδια και τα προσωπικά του αντικείμενα, τα οποία θα βάλετε σε απρόσιτο από τα παιδιά μέρος, ώστε να μην έχετε... δράματα στην περίπτωση που κάτι χαθεί ή καταστραφεί.

Η ιδανική guest list. Σε ό,τι αφορά τον αριθμό των καλεσμένων, αντισταθείτε στον πειρασμό να καλέσετε ολόκληρη την τάξη του Νηπιαγωγείου συν τους συγγενείς και τα πισιρίκια που μένουν στην πολυκατοικία ή τη γειτονιά. Υπάρχει ένας «κλασικός» κανόνας των πάρτι, που λέει ότι ο ιδανικός αριθμός καλεσμένων είναι ίσος με την ηλικία του παιδιού που προσκαλεί. Ακόμα κι αν αυτό σας φαίνεται αδύνατο, προσπαθήστε τουλάχιστον να μην ξεφύγετε εντελώς από τον κανόνα. Σε γενικές γραμμές, επτά/οχτώ παιδάκια -εκτός από το δικό σας- είναι υπεραρκετό.

Η πρόσκληση. Οι καλεσμένοι σας θα πρέπει να ενημερωθούν περίπου δύο εβδομάδες πριν από την ημέρα του πάρτι. Ακόμα κι αν τους το πείτε προφορικά, είναι χρήσιμο να τους δώσετε και μια γραπτή πρόκληση για να μην το ξεχάσουν. Εάν ο χώρος όπου θα γίνει η εκδήλωση είναι κάποιος παιδότοπος, αναφέρετε ότι θα πρέπει να σας απαντήσουν μέχρι κάποια συγκεκριμένη μέρα αν θα μπορέσουν να έρθουν, ώστε να δώσετε στους υπεύθυνους της αίθουσας έναν όσο γίνεται πιο σίγουρο αριθμό ατόμων που θα πρέπει να εξυπηρετήσουν. Επιπλέον, στην πρόσκληση θα πρέπει -εκτός από τη διεύθυνση- να αναγράφονται σαφείς οδηγίες για το πώς φτάνει κανείς στο σπίτι ή στον παιδότοπο, ώστε να μη χρειαστεί να απαντάτε σε τηλεφώνια την ίδια μέρα, όταν θα έχετε πολλές προετοιμασίες να κάνετε. Εκτός από την ώρα προσέλευσης, είναι σημαντικό να γράψετε και την ώρα «λήξης» του πάρτι, κυρίως όταν πρόκειται για μεγαλύτερα παιδιά τα οποία οι γονείς τους θα αφήσουν και θα επιστρέψουν αργότερα για να τα πάρουν. Τέλος, είναι καλή ιδέα να δώσετε ένα στοιχείο του τι πρόκειται να σερβιριστεί (για παράδειγμα, «Ελα να κόψουμε την τούρτα και να φάμε ποπκορν» ή «Ελα να φάμε μαζί το μεσημέρι»). Με αυτό τον τρόπο, τα παιδιά θα ξέρουν τι να περιμένουν και θα αποφύγετε να έχετε... νηστικούς καλεσμένους ή να χρειαστεί να πετάξετε φαγητό.

ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΕΣ ΧΡΗΣΕΙΣ ΓΙΑ ΤΑ ΠΛΑΣΤΙΚΑ ΠΟΤΗΡΑΚΙΑ

Είναι αναμφισβήτητο από τους «πρωταγωνιστές» του παιδικού πάρτι (ποιος κάθεται, άλλωστε, να πλένει τόσα ποτήρια;). Εκτός, όμως, από το να σερβίρετε σε αυτά τα αναψυκτικά, το νερό και τους χυμούς, τα πλαστικά ποτήρια μπορείτε, επίσης, να τα:

- χρησιμοποιήσετε ως μπολ για τα σνακ που πέφτουν εύκολα από τα πιάτα, όπως το ποπκόρν και τα πατατάκια.
- γεμίσετε με καραμέλες και να τα δώσετε στους μικρούς καλεσμένους σας όταν θα φεύγουν, ως δωράκι αποχαιρετισμού.
- κάνετε παιχνίδι: Όποιος φτιάξει το μεγαλύτερο πύργο από ποτήρια τοποθετημένα ανάποδα το ένα πάνω στο άλλο, κερδίζει!

Η χρονική διάρκεια. Τα παιδιά κουράζονται εύκολα και βαριούνται ακόμα ευκολότερα, γι' αυτό τα πιο πετυχημένα παιδικά πάρτι δεν έχουν πολύ μεγάλη διάρκεια. Μία/μιάμιση ώρα είναι αρκετή, εάν πρόκειται για πιστοίρικια προσχολικής ηλικίας. Για τα μεγαλύτερα, η διάρκεια δεν θα πρέπει να ξεπερνά τις τρεις ώρες. Εάν οι καλεσμένοι σας είναι μικρά παιδάκια, θα πρέπει οι γονείς τους να μείνουν μαζί τους, ωστόσο οι γονείς παιδιών που είναι πάνω από έξι ετών είναι πιθανό να τα αφήσουν και να επιστρέψουν όταν τους πείτε ότι τελειώνει το πάρτι, για να τα πάρουν. Σ' αυτή την περίπτωση, μην παραλείψετε -πριν φύγουν- να ζητήσετε ένα τηλεφώνιο επικοινωνίας μαζί τους, για το ενδεχόμενο που κάτι συμβεί. Ακόμα κι αν τα παιδιά σας διαβεβαιώνουν ότι γνωρίζουν απ' έξω το τηλεφώνιο της μαμάς ή του μπαμπά τους, θα είστε πιο ήσυχoi εάν το έχετε γραμμένο και επιβεβαιωμένο από το γονέα.

ΠΡΩΤΟΤΥΠΑ ΠΟΠΚΟΡΝ

Ανανεώστε το κλασικό σνακ των παιδικών πάρτι, εμπλουτίζοντάς το με διάφορες γεύσεις και αρώματα, προσθέτοντας στα φρεσκοψημένα σας ποπκόρν:

- Αλάτι ανακατεμένο με μυρωδικά (ρίγανη, θυμάρι, σκόρδο σε σκόνη κλπ.).
- Τριμμένη παρμεζάνα.
- Καστανή ζάχαρη και κανέλα.