

Καλοκαιρινό πακέτο δραστηριοτήτων

Summer Activity Pack



Πλατεία
Plateia

Αλήθειες για τον κήπο

- Τα φυτά συνήθως ανταποκρίνονται στους ήχους. Λένε ότι η μουσική και ακόμη και ο ήχος της φωνής σας μπορεί να επηρεάσει την ανάπτυξη των φυτών



- Το παλαιότερο δέντρο που έχει φυτευτεί από άνθρωπο είναι μια συκιά 2.300 ετών που ονομάζεται Sir Maha Bodhiya στη Σρι Λάνκα

- Οι μέλισσες προσελκύονται από έντονα χρωματιστά λουλούδια με έντονες μυρωδιές



- Το τριαντάφυλλο θεωρείται το πιο όμορφο λουλούδι στον κόσμο, γι' αυτό και ονομάζεται «βασίλισσα του κήπου». Είναι ένα από τα πιο δημοφιλή λουλούδια παγκοσμίως



Facts about the garden

- Plants usually respond to the sounds. They say that music and even the sound of your voice can impact plant growth



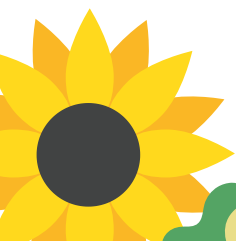
- The oldest tree to have been planted by a human is a 2,300-year-old fig tree that is named Sir Maha Bodhiya in Sri Lanka



- Bees are attracted to brightly coloured flowers with strong smells



- The rose is considered the most beautiful flower in the world, which is why it's called the “queen of the garden.” It's one of the most popular flowers worldwide



Η Ελληνική Ελιά

Η ελληνική ελιά είναι ένα από τα παλαιότερα σύμβολα του κόσμου. Το Ελαιόδεντρο συμβολίζει την Ειρήνη, τη Σοφία, τη Γονιμότητα, την Ευημερία, την Αθανασία και την Επιτυχία.

Ποιο είναι το νόημα μιας ελιάς σύμφωνα με την Αγία Γραφή;

Αναφέρεται για πρώτη φορά στις Γραφές όταν το περιστέρι επέστρεψε στην κιβωτό του Νώε κουβαλώντας ένα κλαδί ελιάς στο ράμφος του.

Από τότε, το κλαδί ελιάς είναι σύμβολο «ειρήνης» στον κόσμο.

Γνωρίζατε ότι η Ελλάδα έχει τη μεγαλύτερη στην ΕΕ (Η Ευρωπαϊκή Ένωση είναι μια οικονομική και πολιτική ένωση 27 χωρών) κατανάλωση ελαιόλαδου κατά κεφαλήν, με περίπου 12 κιλά ανά άτομο κάθε χρόνο;



The Greek Olive

Greek Olive Tree is one of the oldest symbols of the world. Olive Tree symbolises Peace, Wisdom, Fertility, Prosperity, Immortality, and Success.

What is the meaning of an olive tree according to the Bible?

It is first mentioned in Scripture when the dove returned to Noah's ark carrying an olive branch in its beak.

Since that time, the olive branch has been a symbol of "peace" to the world.

Did you know that Greece has the biggest EU (The European Union (EU) is an economic and political union of 27 countries) consumption of olive oil per capita, with around 12 kg per person per year?



Χρωματίστε τις εικόνες

Colour - in the pictures







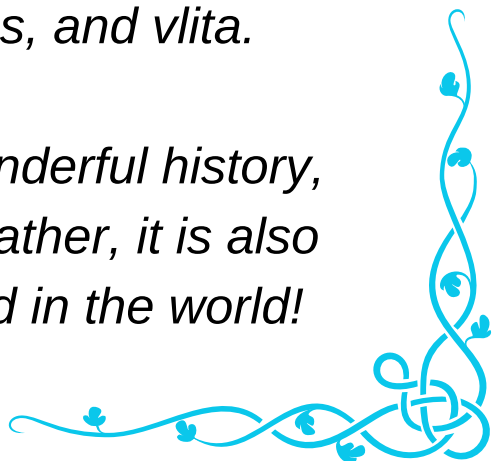
Η παραδοσιακή ελληνική κουζίνα βασίζεται στις εποχές

Στην Ελλάδα, ο Ιούνιος είναι η καλύτερη εποχή για αγγούρια, μελιτζάνες, φασόλια, σκόρδο, φρέσκα κρεμμυδάκια, μαϊντανό, αρακά, πιπεριές, πατάτες, ραπανάκια, σπανάκι, ντομάτες και βλίτα.

Ενώ η Ελλάδα είναι ευρέως γνωστή για την υπέροχη ιστορία της, τα μαγευτικά νησιά και τον υπέροχο καιρό, είναι επίσης γνωστό ότι έχει μερικά από τα πιο νόστιμα φαγητά στον κόσμο!

Traditional Greek cooking is based on the seasons. In Greece, June is the best time for cucumbers, eggplant, beans, garlic, green onions, parsley, peas, peppers, potatoes, radishes, spinach, tomatoes, and vlita.

While Greece is widely known for its wonderful history, enchanting islands, and magnificent weather, it is also known to have some of the tastiest food in the world!



Παπουτσάκια (μελιτζάνες γεμιστές)

Τα Παπουτσάκια είναι γεμιστές μελιτζάνες που πρώτα ψήνονται μέχρι να μαλακώσουν και μετά γεμίζονται με κρέας σε σάλτσα ντομάτας. Αφού γεμίσετε κάθε παπουτσάκι με σάλτσα μπεσαμέλ και τυρί, στη συνέχεια ψήνονται μέχρι να πάρουν ένα όμορφο χρυσαφί χρώμα! Το πιάτο λέγεται παπουτσάκια γιατί το σχήμα του θυμίζει παπουτσάκια.

Papoutsakia (Stuffed Eggplants) is stuffed eggplants that are first baked until soft and then filled with meat in a tomato sauce. After you top every papoutsaki with bechamel sauce and cheese, they are then baked until they get a beautiful golden colour! The dish is called papoutsakia because its shape resembles little shoes.



Μερικά από τα πιο νόστιμα και πιο γνωστά ελληνικά φαγητά

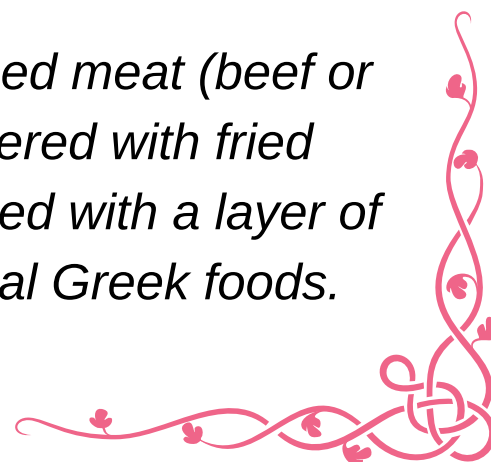
(Some of the most delicious and best known Greek food)



Ο μουσακάς

Ο μουσακάς είναι ένα νόστιμο φαγητό από κιμά (μοσχάρι ή αρνί) μαγειρεμένο σε σάλτσα ντομάτας. Στη συνέχεια στρώνεται με τηγανητή μελιτζάνα και φέτες πατάτας. Στη συνέχεια επικαλύπτεται με μια στρώση σάλτσας μπεσαμέλ. Αυτό είναι ένα από τα παραδοσιακά ελληνικά φαγητά.

Moussaka is a delicious food made of minced meat (beef or lamb) cooked in tomato sauce. It is then layered with fried eggplant and slices of potato. It is then topped with a layer of béchamel sauce. This is one of the traditional Greek foods.



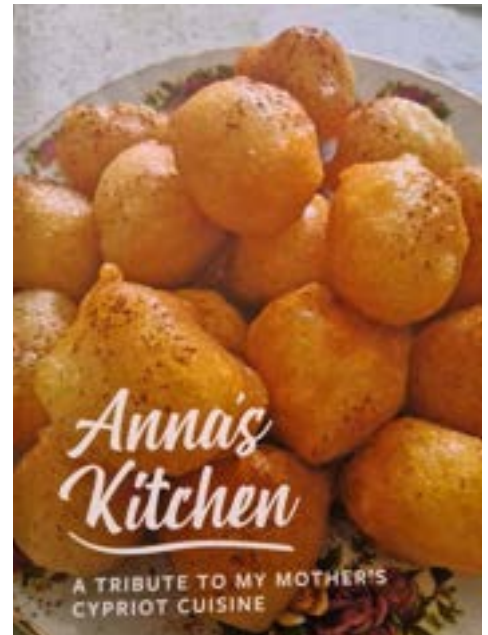
Moussaka Recipe from Anna's Kitchen

Ingredients:

6 large potatoes
4 eggplants
500g minced lamb
1 small onion, diced
Salt and pepper
5 tblsp oil for frying
2 tblsp tomato paste
1 can of diced tomatoes
1 tblsp parsley, chopped
1 tblsp mint, chopped
100 g cheese, grated

Béchamel Sauce

6 heaped tblsp butter
6 heated tblsp flour
3 cups milk
Salt and pepper
to season



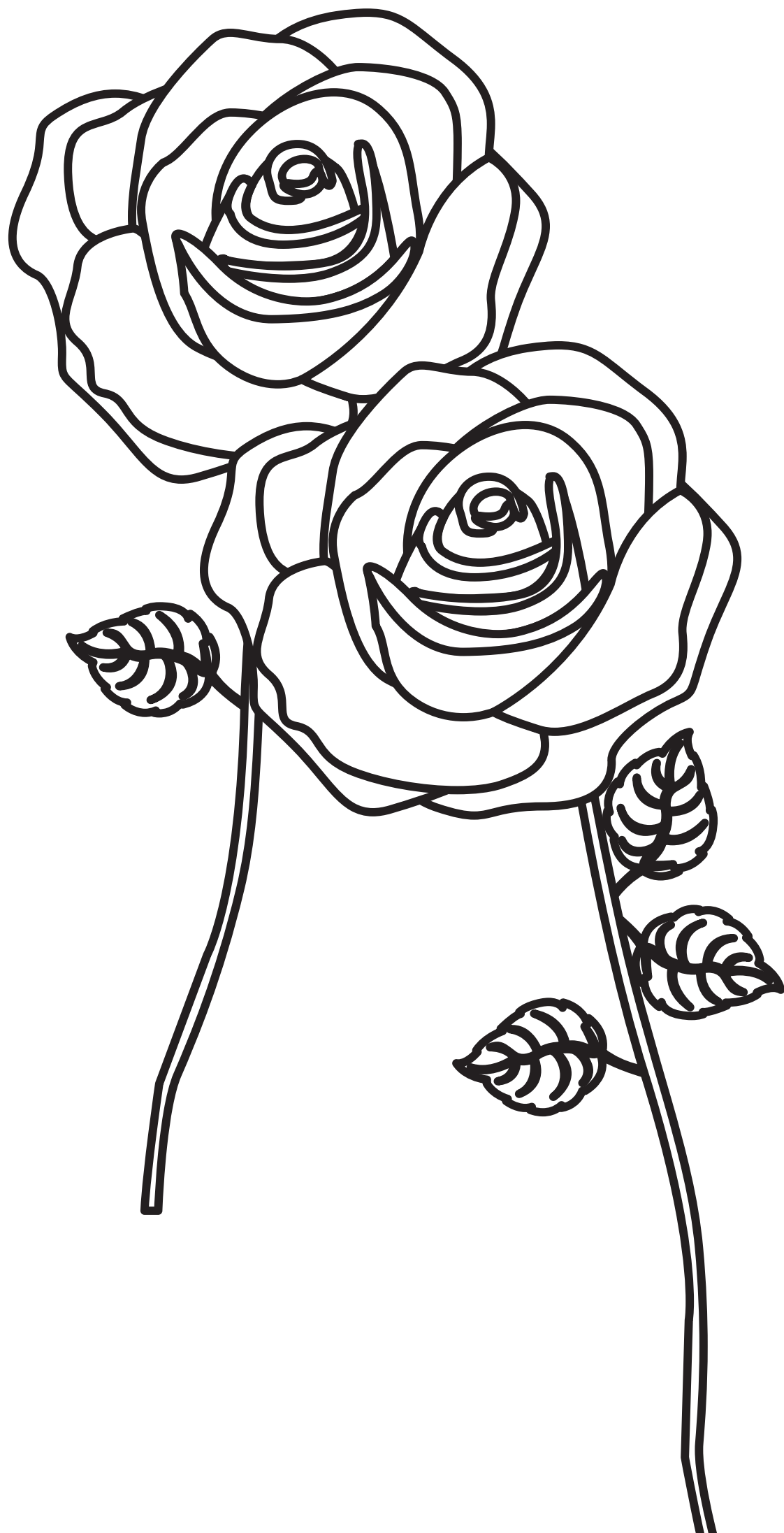
Steps

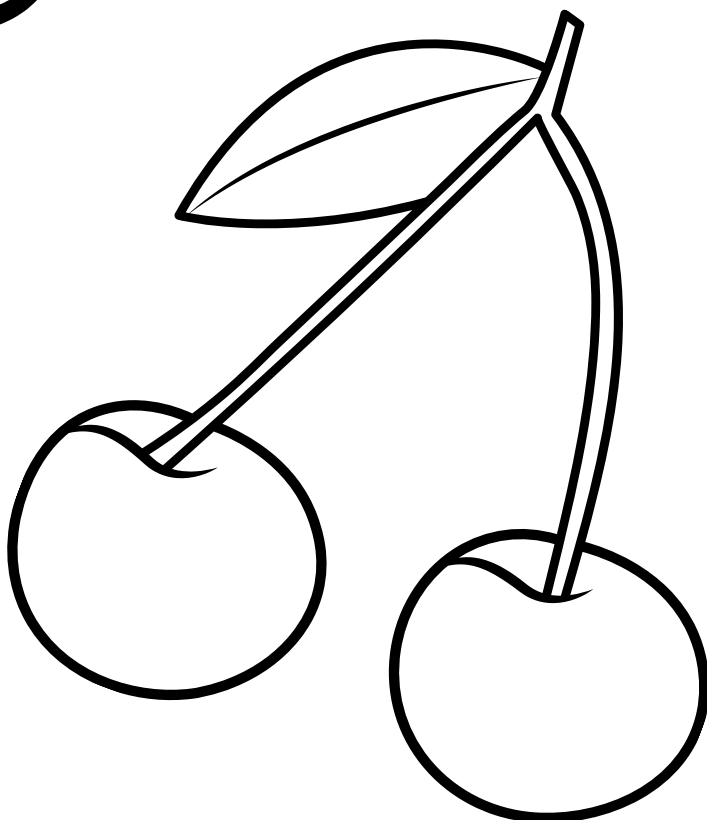
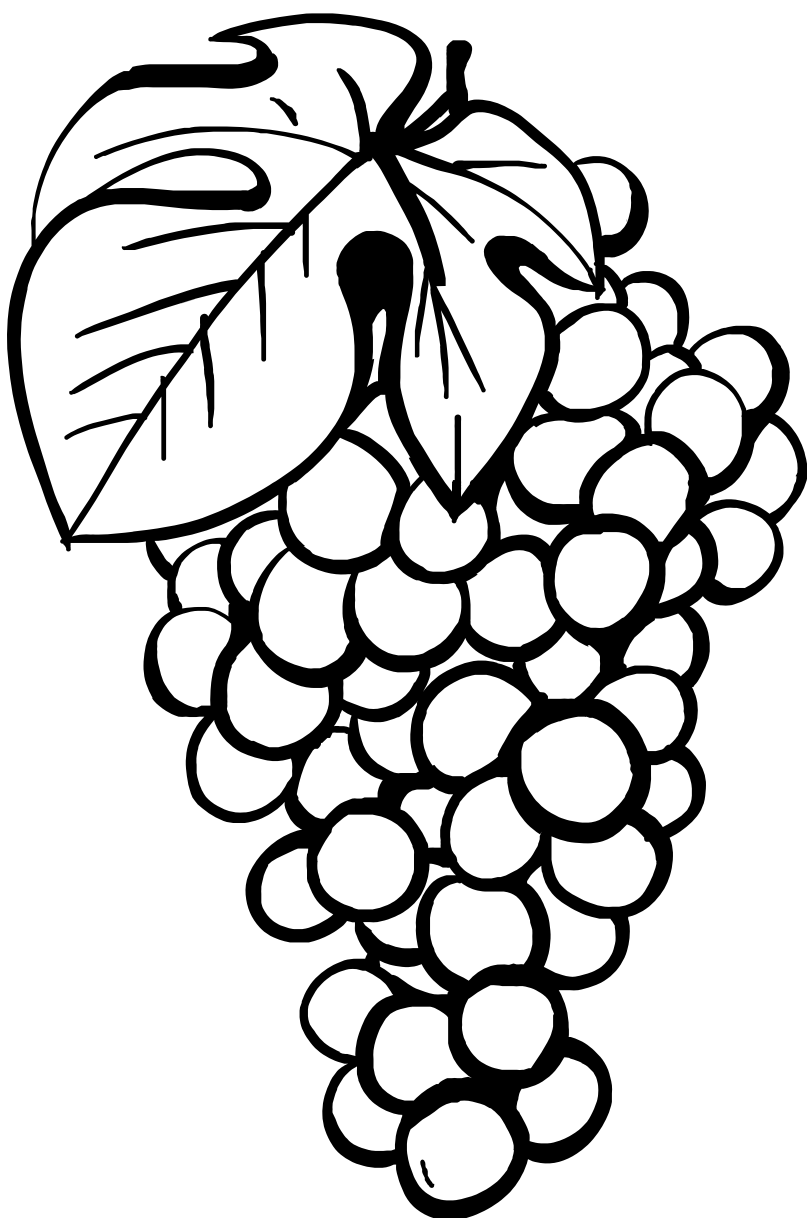
- Peel and rinse the potatoes and slice longways. Remove the stalk of the eggplant and slice thinly. Place the eggplant on a plate and add a sprinkle of salt. Set aside for at least 20-30 minutes, then rinse with water and squeeze. Heat the oil in a medium sized pan over high heat. Fry the potatoes and then transfer to a plate. Fry the eggplants until golden brown and transfer to a plate.
- Fry mince and onion and season with salt and pepper. Add the tomato paste, diced tomatoes, parsley and mint. Continue to cook until all liquid has expired.
- To prepare the béchamel sauce, melt the butter in a saucepan over medium heat. Stir through the flour. Gradually add the milk and continue to stir until the sauce is creamy. Season with salt and pepper.
- To assemble the moussaka, place a layer of potatoes on the bottom of the dish, then lay half of the eggplant. Top with grated cheese and pour over the mince meat mixture. Add another layer of eggplant, a layer of potatoes and then pour over the bechamel sauce. Sprinkle more of the grated cheese.
- Bake in the moderate oven (180 degree celsius) for 30-45 minutes or until golden brown.

This recipe is from a book called "Anna's Kitchen" written by her daughter, Mary Saloniklis.

Anna was a woman who loved cooking and baking for her family and friends.

The proceeds of this cook book go to the Cancer Council.



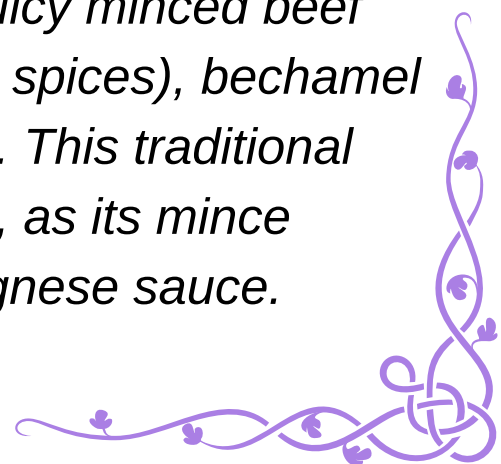




Παστίτσιο (ελληνικά λαζάνια)

Το παστίτσιο είναι ένα άλλο παραδοσιακό ελληνικό πιάτο που αποτελείται από ψημένες στρώσεις μακαρόνια, ζουμερό μοσχαρίσιο κιμά (μαγειρεμένο σε σάλτσα ντομάτας μαζί με μερικά μπαχαρικά), μπεσαμέλ και σάλτσα ντομάτας και πάνω στρώση τυριού. Αυτή η παραδοσιακή ελληνική συνταγή ονομάζεται επίσης «Ελληνικά Λαζάνια», καθώς η σάλτσα κιμά της έχει παρόμοια γεύση με την ιταλική σάλτσα μπολονέζ.

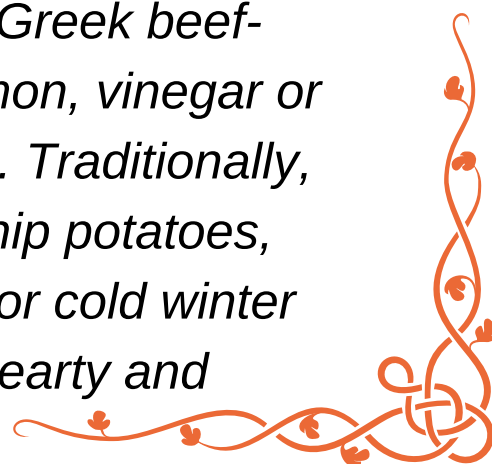
***Pastitsio (Greek lasagna)** is another traditional Greek dish that consists of baked layers of macaroni, juicy minced beef (cooked in a tomato sauce along with some spices), bechamel and tomato sauce, and, top layer of cheese. This traditional Greek recipe is also called “Greek lasagna”, as its mince sauce has a similar taste to the Italian bolognese sauce.*

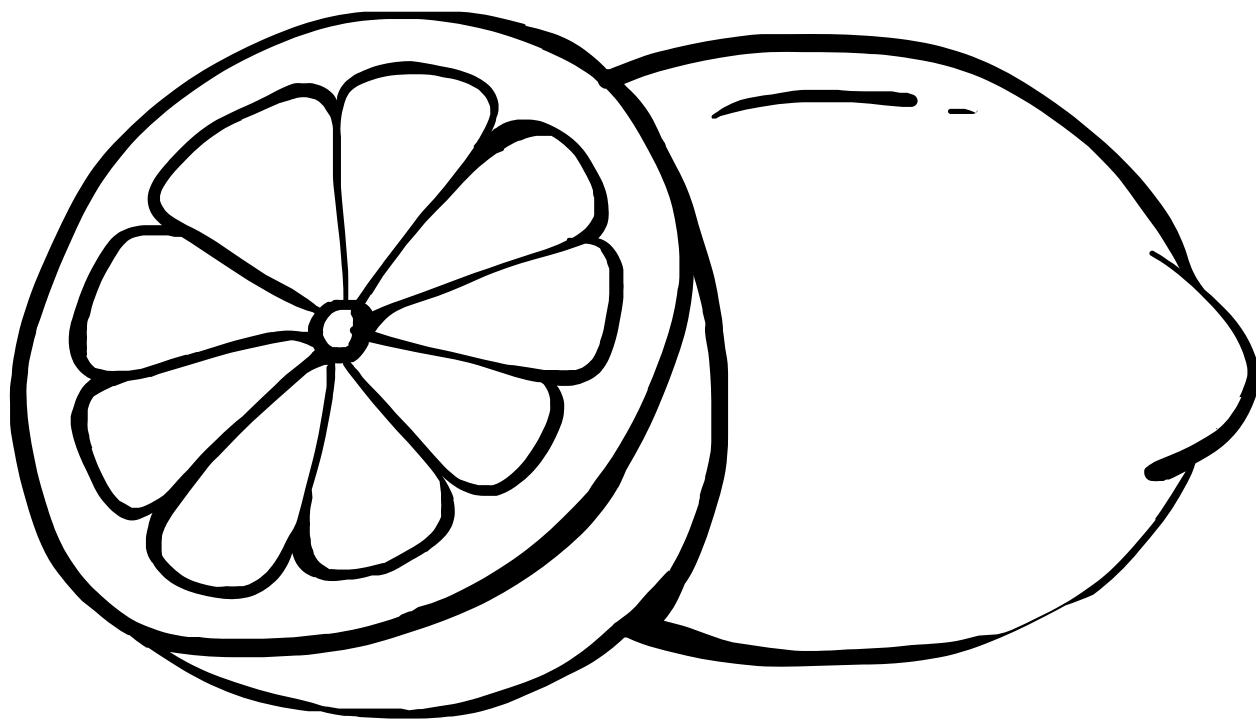
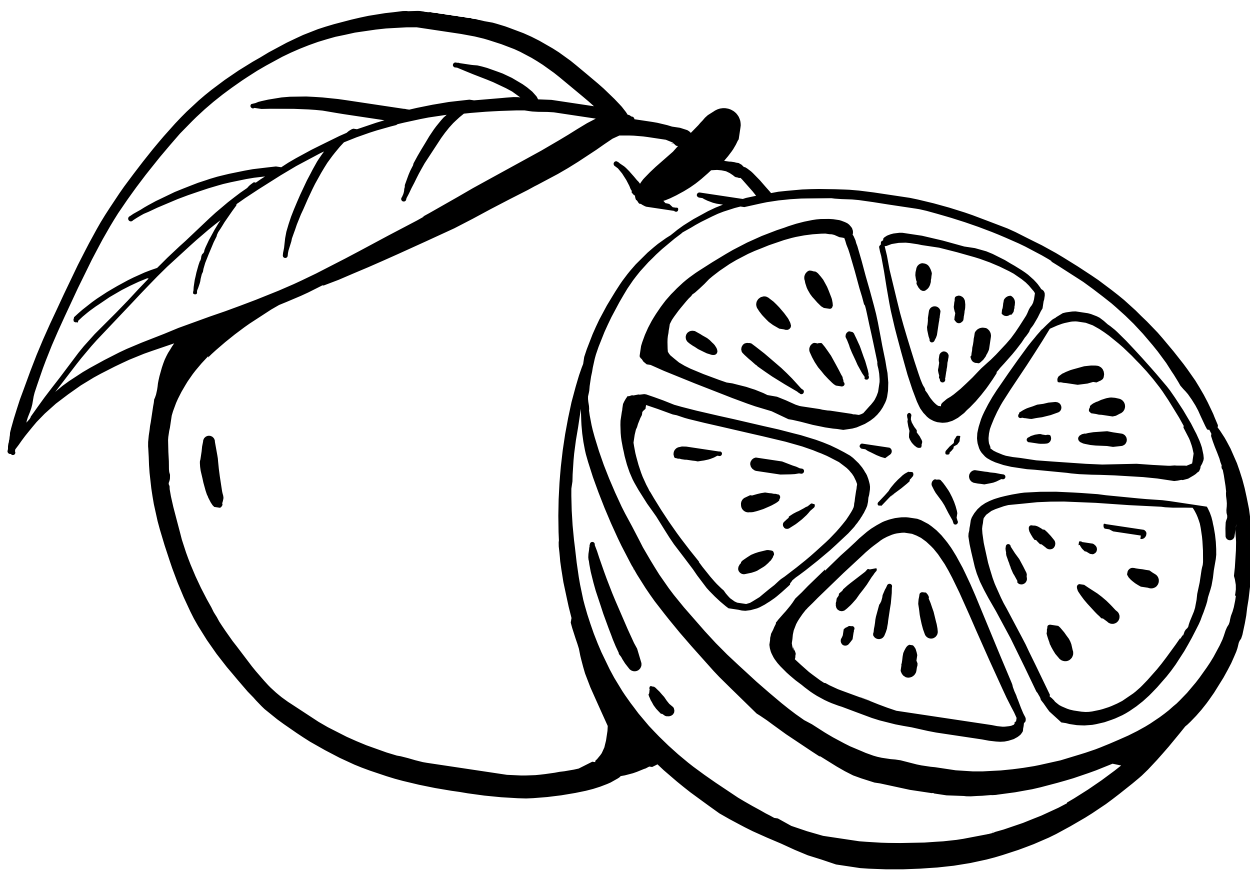


Στιφάδο (ελληνικό μοσχαρίσιο στιφάδο)

Το στιφάδο είναι ένα παραδοσιακό ελληνικό φαγητό με μοσχάρι μαγειρεμένο με ντομάτες, κρεμμύδια, κανέλα, ξύδι ή κόκκινο κρασί και μια ποικιλία από μπαχαρικά και μυρωδικά. Παραδοσιακά, αυτό το ελληνικό πιάτο σερβίρεται είτε με ρύζι, πατάτες τσιπς, χυλοπίτες ή κριθαράκι. Για τις κρύες μέρες του χειμώνα, το σερβίρετε με πουρέ πατάτας για ένα χορταστικό και ζεστό γεύμα.

Stifado (Greek Beef Stew) is a traditional Greek beef-stew cooked with tomatoes, onions, cinnamon, vinegar or red wine, and a variety of spices and herbs. Traditionally, this Greek dish is either served with rice, chip potatoes, hilopittes (egg pasta), or kritharaki pasta. For cold winter days, serve it with mashed potatoes for a hearty and warming meal.









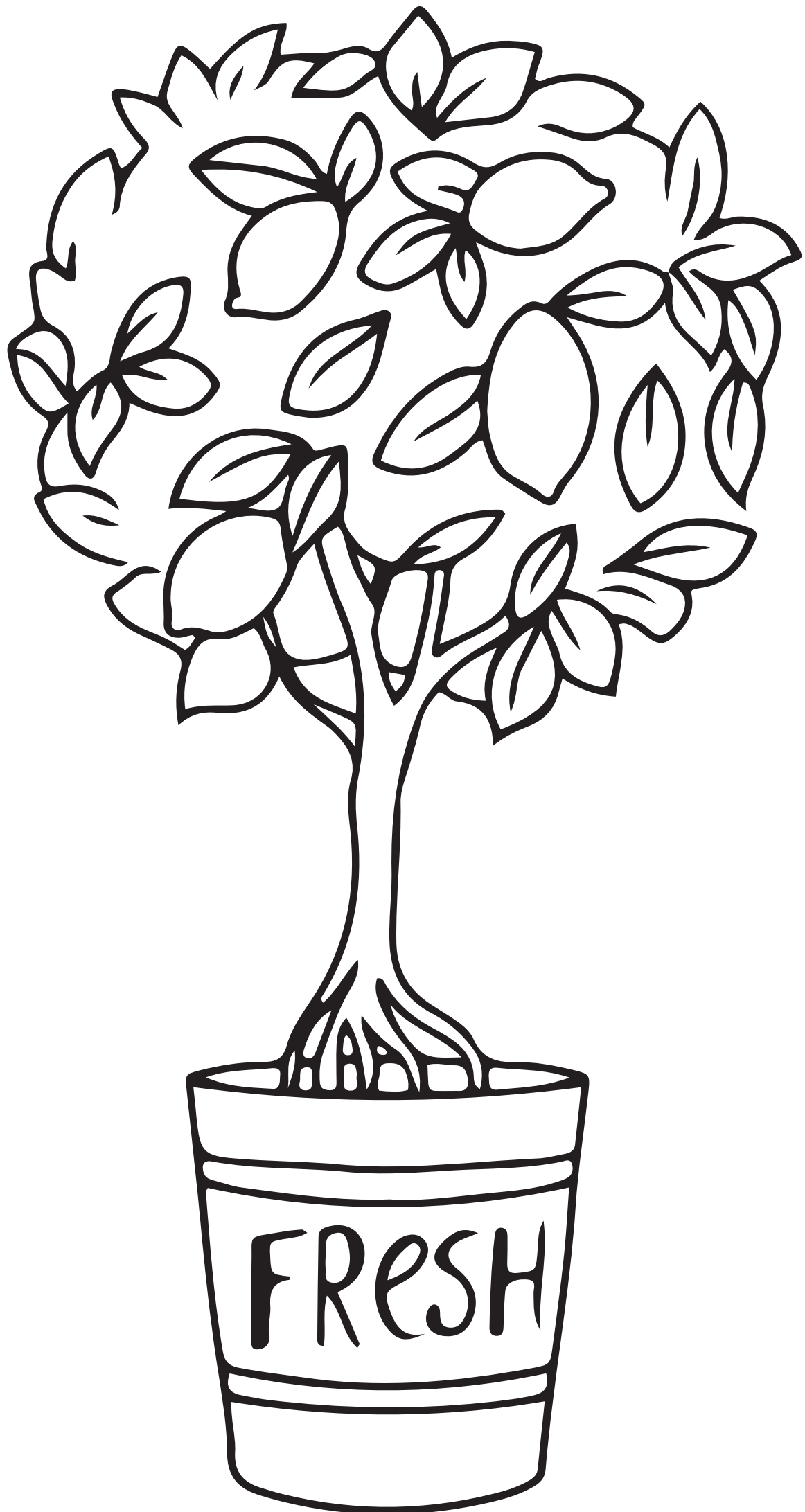
Η δάφνη

Η δάφνη. Αν δεις το εθνόσημο της Ελλάδας, θα δεις τη δάφνη. Η δάφνη ήταν πάντα περίοπτη στην Ελλάδα, από την αρχαιότητα μέχρι σήμερα. Με δάφνες στέφθηκαν οι νικητές των Ολυμπιακών Αγώνων και ήταν το συμβολικό φυτό του Απόλλωνα.

The Laurel

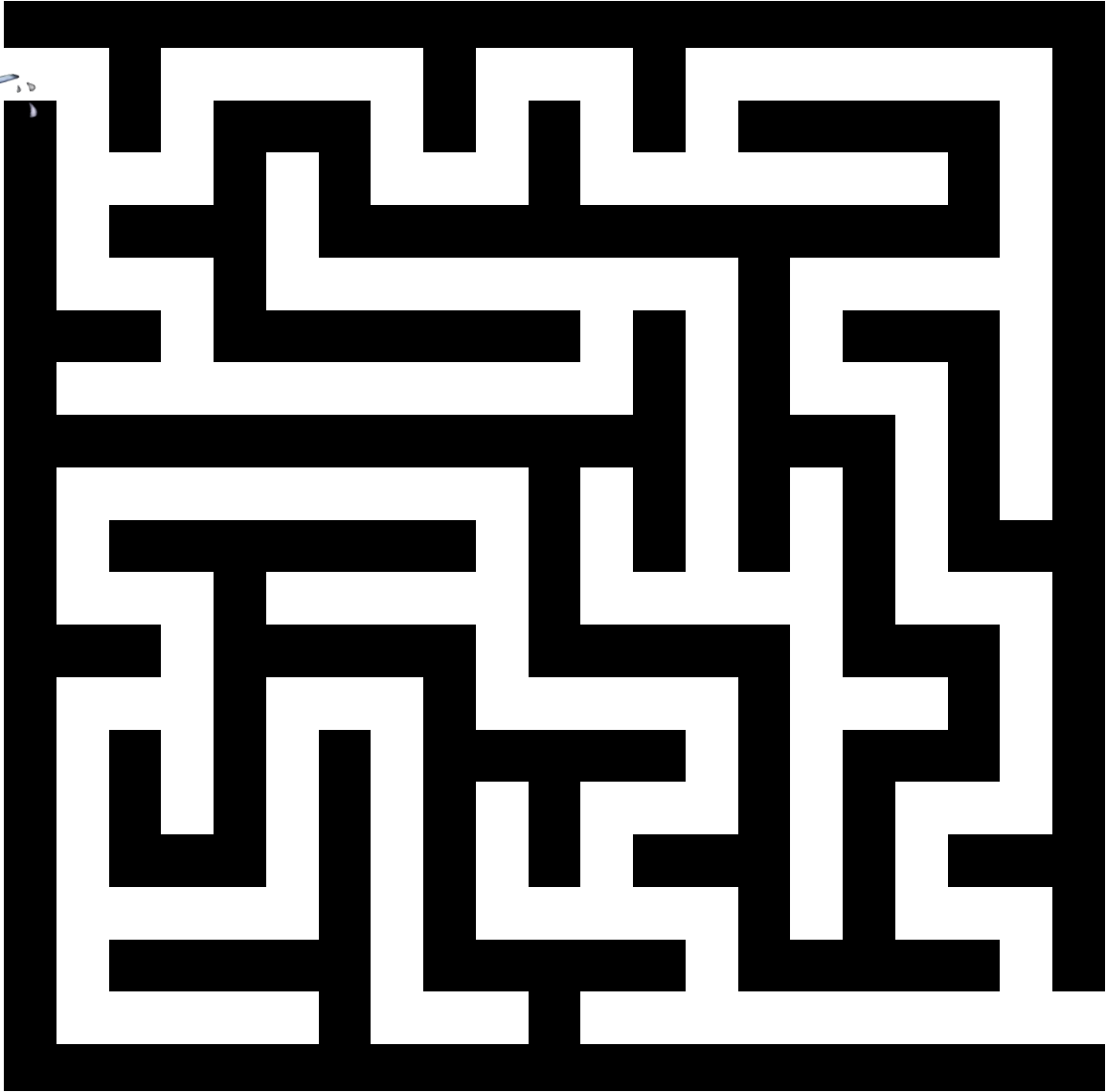
If you look at the coat of arms of Greece, you will see the laurel. The laurel has always been prominent in Greece, from antiquity to the present. It is with laurels that the winners of the Olympic games were crowned, and it was Apollo's symbolic plant.





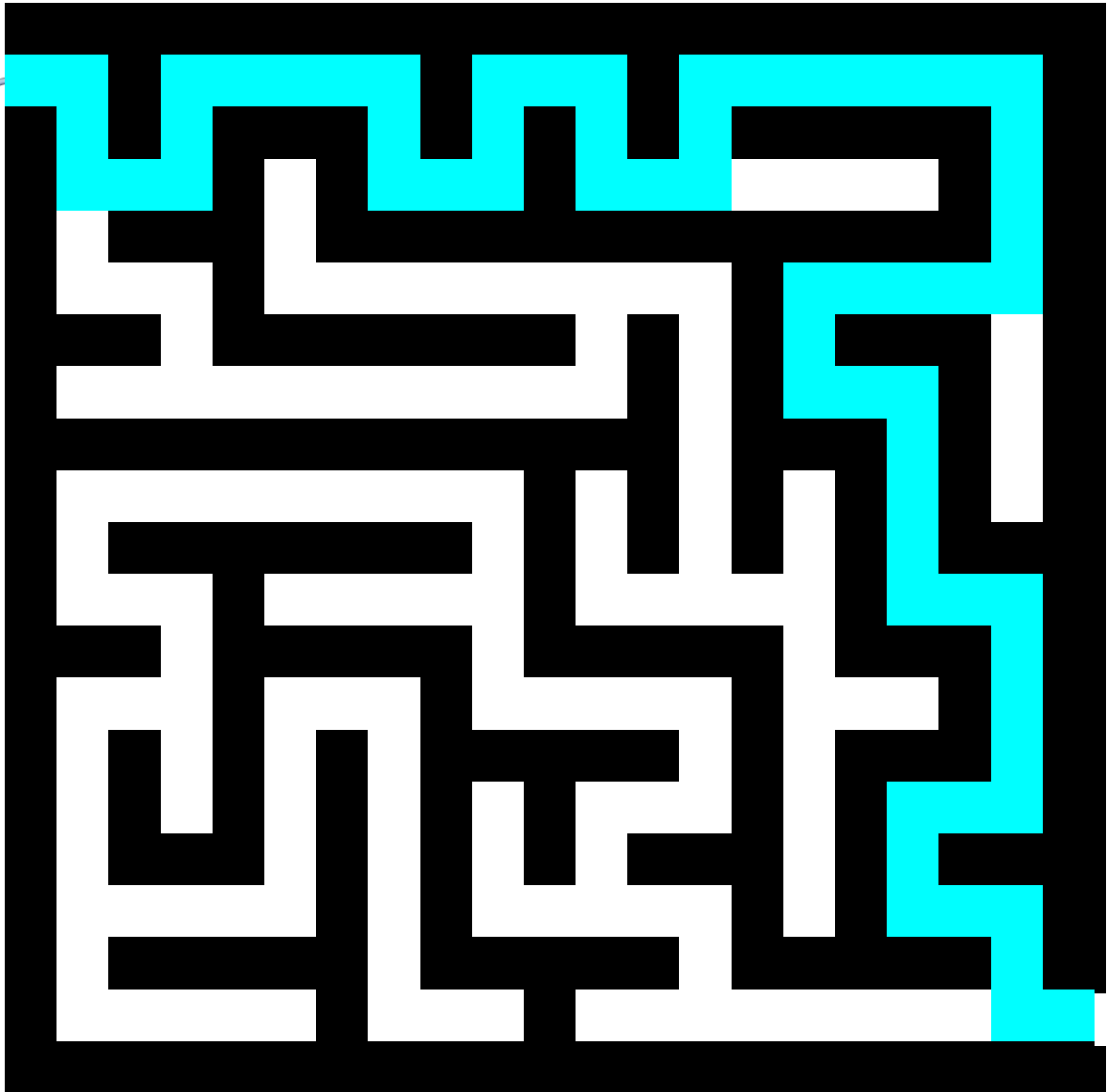
Βοηθήστε την Ελένη να ποτίσει τα φυτά

Help Eleni water the plants



Βοηθήστε την Ελένη να ποτίσει τα φυτά

Help Eleni water the plants



Μαρούλι

Lettuce

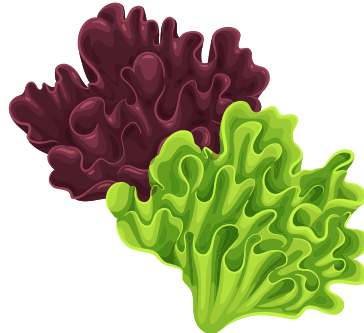
Lettuce is an easy-to-grow annual vegetable. Considered a spring and fall crop, lettuce thrives when temperatures are between 15C - 22C. Lettuce loves cool weather and full sun.

The Oakleaf lettuce is an especially easy lettuce to grow, that requires very little space and it doesn't require much care during its entire growth phase, except for light regular watering. It comes in red and green varieties.

You can plant lettuce seeds directly in the garden, or pots. To sow lettuce directly in the garden, simply plant the seeds about of 5cm - 1.5cm deep, pat the soil down over them and water. It's that simple!

Lettuce does best in a loose, well-drained soil, with regular watering and adequate nitrogen. Water your lettuce plants every day and even more often if it is extremely hot and dry. Lettuce roots tend to be shallow, so frequent watering is more important than deep watering.

Pick lettuce in the cool early morning while their leaves are still crisp. Best is to use a sharp knife and to slice the head of lettuce at the collar. Leave the white portion intact, and new leaves will quickly sprout for further harvest. Water regularly to keep the soil moist.



Το μαρούλι είναι ένα ετήσιο λαχανικό που καλλιεργείται εύκολα. Το μαρούλι που θεωρείται ανοιξιάτικη και φθινοπωρινή καλλιέργεια, ευδοκιμεί όταν οι θερμοκρασίες είναι μεταξύ 15°C-22°C. Το μαρούλι αγαπά τον δροσερό καιρό και τον ήλιο.

Το μαρούλι Oakleaf είναι ένα ιδιαίτερα εύκολο στην καλλιέργεια μαρούλι, που απαιτεί πολύ λίγο χώρο και δεν χρειάζεται πολλή φροντίδα σε όλη τη φάση ανάπτυξής του, εκτός από ελαφρύ τακτικό πότισμα. Υπάρχει σε κόκκινες και πράσινες ποικιλίες.

Μπορείτε να φυτέψετε σπόρους μαρουλιού απευθείας στον κήπο ή σε γλάστρες. Για να σπείρετε το μαρούλι απευθείας στον κήπο, απλά φυτέψτε τους σπόρους βάθους περίπου ¼ έως ½ ίντσας (0,5 cm - 1,5 cm), απλώστε το χώμα πάνω τους και ποτίστε. Είναι τόσο απλό!

Το μαρούλι έχει καλύτερα αποτελέσματα σε χαλαρό, καλά στραγγιζόμενο έδαφος, με τακτικό πότισμα και επαρκές άζωτο. Ποτίστε τα φυτά μαρουλιού σας κάθε μέρα — και ακόμη πιο συχνά εάν είναι εξαιρετικά ζεστό και ξηρό. Οι ρίζες του μαρουλιού είναι συνήθως ρηχές, επομένως το συχνό πότισμα είναι πιο σημαντικό από το βαθύ πότισμα.

Μαζέψτε το μαρούλι νωρίς το πρωί όσο τα φύλλα τους είναι ακόμα τραγανά. Το καλύτερο είναι να χρησιμοποιήσετε ένα κοφτερό μαχαίρι και να κόψετε το κεφάλι του μαρουλιού στο γιακά.

Αφήστε το λευκό μέρος ανέπαφο και νέα φύλλα θα βλαστήσουν γρήγορα. Ποτίζετε τακτικά για να διατηρείται το έδαφος υγρό.

Νικόλαος Σιέρρος: Ο μπαμπάς μου στον κήπο

Nickolaos Sierros: My dad in the garden

My dad was born in 1938 in the village of Malandreni, Argos in the Peloponese. In 1962 he left his family and came to Australia where he went to live with his brother in the Riverland. In his village they harvested grapes, oranges, wheat and olives so he loved working on his brother's farm in Renmark. In 1962 he married his wife Eleni and they bought their own farm.

Ο μπαμπάς μου γεννήθηκε το 1938 στο χωριό Μαλανδρένι του Άργους στην Πελοπόννησο.

Το 1962 άφησε την οικογένειά του και ήρθε στην Αυστραλία όπου πήγε να ζήσει με τον αδελφό του στο Ρίβερλαντ.

Στο χωριό του τρύγιζαν σταφύλια, πορτοκάλια, σιτάρι και ελιές, έτσι του άρεσε να δουλεύει στο αγρόκτημα του αδερφού του στο Renmark. Το 1962 παντρεύτηκε τη γυναίκα του Ελένη και αγόρασαν τη δική τους φάρμα.



“On our farm we grew peaches, apricots and grapes”

<<Στη φάρμα μας καλλιεργούσαμε ροδάκινα,
βερίκοκα και σταφύλια>>



Since a little girl, I have always known my dad to be in his garden. He loves to plant and see trees, vegetables and other plants grow. I was fortunate and had the honour of going to my dad's village in 2008 and it was then that I knew instantly his love of nature. I was engulfed by rows and rows of orange trees, olive trees and grapevines. Even today, no matter how he is physically feeling, he continues to work in the garden. These days though, he is very wary of the sun so he always wears his hat, sunglasses and sunscreen.

Vicki

”

“Every time I am in my garden I feel great because I have contact with nature and I am also exercising my body”

<< Κάθε φορά που βρίσκομαι στον κήπο μου νιώθω υπέροχα γιατί έχω επαφή με τη φύση και επίσης ασκώ το σώμα μου>>

”

Από μικρό κορίτσι, ήξερα πάντα τον μπαμπά μου να είναι στον κήπο του. Του αρέσει να φυτεύει και να βλέπει δέντρα, λαχανικά και άλλα φυτά να μεγαλώνουν. Ήμουν τυχερή και είχα την τιμή να πάω στο χωριό του μπαμπά μου το 2008 και τότε ήταν που κατάλαβα αμέσως την αγάπη του για τη φύση. Βρέθηκα ανάμεσα σε ατελιώτες σειρές από πορτοκαλιές, ελιές και αμπέλια.

Ακόμα και σήμερα, όπως και να νιώθει σωματικά, συνεχίζει να εργάζεται στον κήπο. Αυτές τις μέρες όμως, είναι πολύ επιφυλακτικός με τον ήλιο και έτσι φοράει πάντα καπέλο, γυαλιά ηλίου και αντηλιακό.

Bíku

”

“When there are tomatoes, other vegetables and fruit the garden I feel so happy watching them and of course I love to share with my family and friends”

<< Όταν υπάρχουν ντομάτες, άλλα λαχανικά και φρούτα στον κήπο, αισθάνομαι τόσο χαρούμενος που τα βλέπω και φυσικά μου αρέσει να τα μοιράζομαι με την οικογένεια και τους φίλους μου>>

”

Προστατέψτε τον εαυτό σας όταν εργάζεστε στον κήπο



Φοράτε αντηλιακό, καπέλο, γάντια και κατάλληλα παπούτσια



Πίνετε άφθονο νερό ειδικά όταν ο καιρός είναι ζεστός



Κάντε προθέρμανση με ασκήσεις κάμψης και διατάσεων πριν ξεκινήσετε να εργάζεστε



Ακολουθήστε τις οδηγίες ασφαλείας όταν χρησιμοποιείτε λιπάσματα κ.λπ.



Αποφύγετε να σηκώνετε βαριά αντικείμενα για να αποφύγετε την καταπόνηση των μυών σας



Αποθηκεύστε τα εργαλεία κήπου σε ασφαλή χώρο και με ασφαλή τρόπο

Protect yourself when you are working in the garden



Wear sunscreen, hat, gloves and appropriate shoes



Drink plenty of water especially when the weather is hot



Warm up with bending and stretching exercises before you begin working



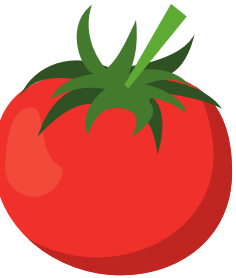
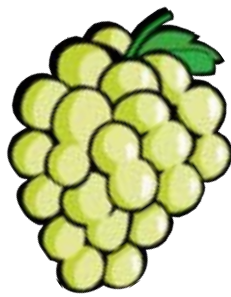
Follow safety instructions when using fertilizers etc.



Avoid lifting heavy objects to prevent straining your muscles

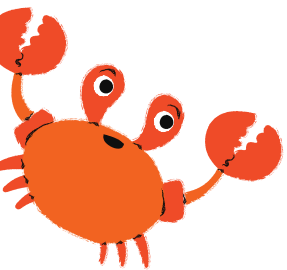


Store garden tools in a safe area and in a safe way



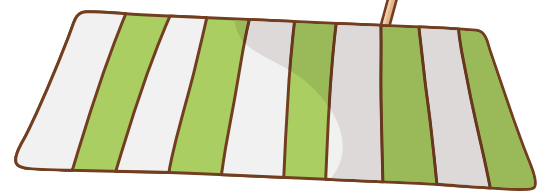
Μπορείτε να βρείτε τις λέξεις;

Can you find the words?



Κήπος
Φυτό
Λουλούδια
Λαχανικά
Βότανα
Φρούτα
Φύλλα
Νερό
Σπόροι
Ήλιος

Λίπασμα
Καπέλο
Γάντια
Καλοκαίρι
Νησιά
Κολύμπι
Παραλία
Μπικίνι
Αντηλιακό
Πετσέτα



Μπορείτε να βρείτε τις λέξεις;

Can you find the words?

Λ	Α	Χ	Α	Ν	Ι	Κ	Α	Ω	Ρ	Υ	Μ	Ο	Ψ	Ρ	Ε
Ι	Ο	Τ	Η	Λ	Ι	Ο	Σ	Π	Λ	Ν	Γ	Θ	Υ	Τ	Η
Π	Φ	Ι	Ν	Ι	Ν	Α	Ν	Κ	Α	Π	Ε	Λ	Ο	Η	Κ
Α	Δ	Γ	Φ	Ο	Τ	Θ	Ι	Ν	Ω	Β	Ν	Χ	Ρ	Η	Η
Σ	Ω	Μ	Β	Υ	Μ	Φ	Μ	Ι	Ω	Γ	Η	Ω	Ε	Ω	Π
Μ	Β	Ν	Ο	Λ	Ο	Υ	Λ	Ο	Υ	Δ	Ι	Α	Ν	Σ	Ο
Α	Ν	Ρ	Ξ	Κ	Ο	Λ	Μ	Ρ	Β	Η	Β	Η	Ω	Ξ	Σ
Ο	Φ	Ο	Μ	Κ	Ν	Λ	Χ	Ο	Ν	Η	Γ	Φ	Δ	Ο	Ι
Π	Ε	Τ	Σ	Ε	Τ	Α	Ε	Π	Ι	Φ	Ν	Ι	Σ	Ι	Α
Α	Ξ	Κ	Φ	Σ	Ν	Λ	Ι	Σ	Θ	Γ	Ω	Ν	Β	Ρ	Ι
Ρ	Λ	Β	Υ	Α	Ψ	Γ	Τ	Ε	Α	Β	Ξ	Ι	Ξ	Ν	Τ
Α	Ο	Ζ	Τ	Ψ	Ω	Ω	Β	Β	Ν	Ξ	Η	Κ	Ρ	Ρ	Ν
Λ	Ν	Ο	Ο	Λ	Κ	Ο	Λ	Υ	Μ	Π	Ι	Ι	Λ	Μ	Α
Ι	Β	Γ	Κ	Α	Λ	Ο	Κ	Α	Ι	Ρ	Ι	Π	Κ	Λ	Γ
Α	Ν	Τ	Η	Λ	Ι	Α	Κ	Ο	Ψ	Υ	Η	Μ	Ι	Ω	Η

Απαντήσεις

Answers

Α	Α	Χ	Α	Ν	Ι	Κ	Α	Ω	Ρ	Υ	Μ	Ο	Ψ	Ρ	Ε
Ι	Ο	Τ	Η	Λ	Ι	Ο	Σ	Π	Λ	Ν	Γ	Θ	Υ	Τ	Η
Π	Φ	Ι	Ν	Ι	Ν	Α	Ν	Κ	Α	Π	Ε	Λ	Ο	Η	Κ
Α	Δ	Γ	Φ	Ο	Τ	Θ	Ι	Ν	Ω	Β	Ν	Χ	Ρ	Η	Η
Σ	Ω	Μ	Β	Υ	Μ	Φ	Μ	Ι	Ω	Γ	Η	Ω	Ε	Ω	Π
Μ	Β	Ν	Ο	Λ	Ο	Υ	Λ	Ο	Υ	Δ	Ι	Α	Ν	Σ	Ο
Α	Ν	Ρ	Ξ	Κ	Ο	Λ	Μ	Ρ	Β	Η	Β	Η	Ω	Ξ	Σ
Ο	Φ	Ο	Μ	Κ	Ν	Λ	Χ	Ο	Ν	Η	Γ	Φ	Δ	Ο	Ι
Π	Ε	Τ	Σ	Ε	Τ	Α	Ε	Π	Ι	Φ	Ν	Ι	Σ	Ι	Α
Α	Ξ	Κ	Φ	Σ	Ν	Λ	Ι	Σ	Θ	Γ	Ω	Ν	Β	Ρ	Ι
Ρ	Λ	Β	Υ	Α	Ψ	Γ	Τ	Ε	Α	Β	Ξ	Ι	Ξ	Ν	Τ
Α	Ο	Ζ	Τ	Ψ	Ω	Ω	Β	Β	Ν	Ξ	Η	Κ	Ρ	Ρ	Ν
Λ	Ν	Ο	Ο	Λ	Κ	Ο	Λ	Υ	Μ	Π	Ι	Ι	Λ	Μ	Α
Ι	Β	Γ	Κ	Α	Λ	Ο	Κ	Α	Ι	Ρ	Ι	Π	Κ	Λ	Γ
Α	Ν	Τ	Η	Λ	Ι	Α	Κ	Ο	Ψ	Υ	Η	Μ	Ι	Ω	Η

Θυμάρι

Thyme

Grow thyme in well-drained soil in full sun. It needs little care except for a regular light pruning after the first year.

To grow Thyme from seed it will take 14 to 28 days. Thyme seeds do best with an overnight soak.

If you're going to sow your seeds, plant thyme seeds in early spring with shallow lines made in rows in the soil 10cm – 15cm apart with 5 or 6 seeds per 2.5cm.

Alternatively start them indoor in pots in early spring. Scatter seeds over the soil in the container you will be planting thyme seeds. Next, scatter soil over the seeds. Water thoroughly. Place in a warm location. Thyme will need up to 10 hours of direct sun during the day. Soil needs to drain well. Water completely each time but allow the pot to dry before watering again. You should only have to water this herb every 10–15 days. Seeds will germinate in 1 to 12 weeks. Once thyme seedlings are 10 cm high, plant them. As thyme grows, the base of the stems turns brown and woody. In late Autumn, select one-third of the oldest and woodiest stems on your thyme plant. Using sharp, clean shears, cut these stems back by half. Repeat the process the next year until your thyme plant has returned to growing younger, more tender stems all over the plant. Use these cuttings for propagation, or dry them to use in cooking.

Trim off any flowers and dry them. Thyme is very fragrant and has been shown to keep mosquitoes away.



Καλλιεργήστε το θυμάρι σε καλά στραγγιζόμενο έδαφος σε ηλιόλουστη θέση. Θέλει γενικά λίγη φροντίδα εκτός από ένα κανονικό ελαφρύ κλάδεμα μετά τον πρώτο χρόνο. Για να αναπτυχθεί το Θυμάρι από σπόρους θα χρειαστούν 14 έως 28 ημέρες. Οι σπόροι θυμαριού αποδίδουν καλύτερα με ένα μούλιασμα για μια νύχτα.

Εάν πρόκειται να σπείρετε τους σπόρους σας, φυτέψτε σπόρους θυμαριού νωρίς την άνοιξη με ρηχές γραμμές που γίνονται σε σειρές στο έδαφος σε απόσταση 10 cm – 15 cm μεταξύ τους με 5 ή 6 σπόρους ανά 2,5 cm.

Εναλλακτικά ξεκινήστε τα μέσα σε γλάστρες νωρίς την άνοιξη. Διασκορπίστε τους σπόρους στο χώμα του δοχείου που θα φυτέψετε σπόρους θυμαριού. Στη συνέχεια, σκορπίστε χώμα πάνω από τους σπόρους. Ποτίστε καλά. Τοποθετήστε σε ζεστό μέρος. Το θυμάρι θα χρειαστεί έως και 10 ώρες άμεσο ήλιο κατά τη διάρκεια της ημέρας. Το έδαφος πρέπει να στραγγίσει καλά. Ποτίζετε καλά κάθε φορά, αλλά αφήνετε τη γλάστρα να στεγνώσει πριν την ξαναποτίσετε. Θα πρέπει να ποτίζετε αυτό το βότανο κάθε 10-15 ημέρες. Οι σπόροι θα βλαστήσουν σε 1 έως 12 εβδομάδες. Μόλις τα σποριοφύτα θυμαριού έχουν ύψος 10 εκατοστά, φυτέψτε τα. Καθώς μεγαλώνει το θυμάρι, η βάση των στελεχών γίνεται καφέ και ξυλώδης. Στα τέλη του φθινοπώρου, επιλέξτε το ένα τρίτο των παλαιότερων και πιο ξυλωδών στελεχών του θυμαριού σας. Χρησιμοποιώντας αιχμηρά, καθαρά ψαλίδια, κόψτε αυτά τα στελέχη στη μέση. Επαναλάβετε τη διαδικασία τον επόμενο χρόνο έως ότου το θυμάρι σας επιστρέψει στα νεότερα, πιο τρυφερά στελέχη σε όλο το φυτό. Χρησιμοποιήστε αυτά τα μοσχεύματα για πολλαπλασιασμό ή στεγνώστε τα για να τα χρησιμοποιήσετε στη μαγειρική.

Κόψτε τυχόν λουλούδια και στεγνώστε τα. Το θυμάρι είναι πολύ αρωματικό και έχει αποδειχθεί ότι κρατά μακριά τα κουνούπια.



Μύκονος



Κρήτη

**Τα Ελληνικά νησιά
παραμένουν
μερικά από τα πιο
αγαπημένα και πιο
δημοφιλή νησιά
στον κόσμο.**

**Υπάρχουν
περίπου 6000
Ελληνικά νησιά και
το καθένα έχει τη
δική του ιστορία,
ομορφιά και
πολιτισμό.**



Εύβοια



Χίος



Σαντορίνη



Ρόδος

227 από αυτά κατοικούνται.



Mykonos



Crete

The Greek Islands remain some of the world's most loved and most popular islands.



Evia

There are about 6000 Greek Islands, and each one has its own history, beauty, and culture.



Santorini



Rhodes

227 of the islands are inhabited

Ελληνικό κουίζ

Διάλεξε την σωστή απάντηση



1. Ποια πόλη είναι η πρωτεύουσα της Ελλάδας;

- Λάρισα
- Θεσσαλονίκη
- Αθήνα



2. Ποιο είναι το εθνικό ζώο της Ελλάδας;

- Γίδα
- Δελφίνι
- Γάτα



3. Πόσοι άνθρωποι ζουν στην Ελλάδα;

- 135 εκατομμύρια
- 17 εκατομμύρια
- 10 εκατομμύρια

4. Πόσα νησιά υπάρχουν στην Ελλάδα;

- 450
- 6000
- 227



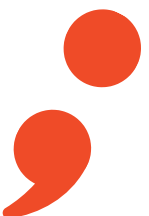
5. Ποιες ημερομηνίες γιορτάζουν οι Έλληνες τις εθνικές τους γιορτές;

- 25 Ιανουαρίου και 28 Νοεμβρίου
- 25 Μαρτίου και 28 Οκτωβρίου
- 28 Μαρτίου και 25 Σεπτεμβρίου



6. Ποιος κλάδος του Χριστιανισμού ακολουθείται παραδοσιακά στην Ελλάδα;

- Προτεσταντισμός
- Ορθοδοξία
- Καθολικισμός



7. Ποιο είναι το ψηλότερο βουνό στην Ελλάδα;

- Βαρδούσια
- Το βουνό Όλυμπος
- Όρος Γκιώνα



8. Πότε εντάχθηκε η Ελλάδα στην Ευρωπαϊκή Ένωση;

- 1990
- 1986
- 1981



9. Ποιο νόμισμα χρησιμοποιήθηκε στην Ελλάδα πριν από το ευρώ;

- Ελληνικό δηνάριο
- Ελληνικά στέφανα
- Δραχμή



10. Πόσα γράμματα υπάρχουν στο ελληνικό αλφάβητο;

- 29
- 24
- 27



11. Πόσες χώρες έχουν σύνορα με την Ελλάδα;

- 3
- 6
- 4



12. Πώς λέγονται τα ελληνικά νησιά όπου έχουν πολύ μεγαλύτερη διάρκεια ζωής από τον μέσο όρο;

- Καστελλόριζο
- Τήνος
- Ικαρία



Greek Quiz

Please choose the correct answer



1. Which city is the capital of Greece?

- Larissa
- Thessaloniki
- Athens

2. Which is the national animal of Greece?

- Goat
- Dolphin
- Cat

3. How many people are living in Greece?

- 135 million
- 17 million
- 10 million

4. How many islands are there in Greece?

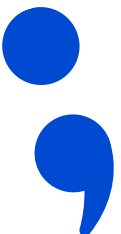
- 450
- 6000
- 227

5. Which dates do Greeks celebrate their national days?

- 25 January and 28 November
- 25 March and 28 October
- 28 March and 25 September

6. Which branch of Christianity is traditionally followed in Greece?

- Protestant
- Orthodox
- Catholic





7. Which is the tallest mountain in Greece?

- Vardousia
- Mount Olympus
- Mount Giona

8. When did Greece join the European Union?

- 1990
- 1986
- 1981



9. Which currency was used in Greece prior to the Euro?

- Greek dinar
- Greek crowns
- Drachm



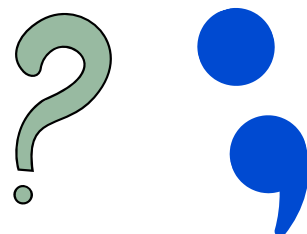
10. How many letters are there in the Greek alphabet?

- 29
- 24
- 27



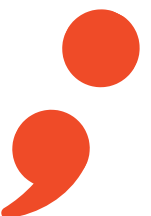
11. How many countries share a border with Greece?

- 3
- 6
- 4



12. What's the name of the Greek islands where they have a much longer lifespan than average?

- Kastellorizo
- Tinos
- Ikaria



Greek Quiz: Answers



1	Αθήνα	Athens
2	Δελφίνι	Dolphin
3	10 εκατομμύρια	10 million
4	6000	6000
5	25 Μαρτίου και 28 Οκτωβρίου	25 March and 28 October
6	Ορθόδοξοι	Orthodox
7	Το βουνό Όλυμπος	Mount Olympus
8	1981	1981
9	Δραχμή	Drachma
10	24	24
11	4	4
12	Ικαρία	Ikaria

Πετούνιες

Petunias

Petunias can be grown in the garden or in containers including hanging baskets. There are a wide range of colours and forms available. Petunias are tender and won't tolerate any frost at all, so you mustn't plant them outside until late spring or early summer. They need a sunny spot and grow best with regular watering, plus a liquid plant food every two to three weeks. Petunias need at least six hours of sun, but full sun from morning to mid-afternoon brings on their best performance and most flowers.

Petunias are perennials; however, they are typically treated as annuals because they can't survive the freezing temperatures of the winter. They are tolerant of heat and humidity, so wait until all threat of frost has passed before planting.

Sow the seeds directly into the pot by pressing them lightly into the mix and water well. It will take about 10–12 weeks from sowing the seed until the seedlings are ready to plant out.

Petunias are heavy feeders and need a good rich soil to perform well. Apply a slow release fertilizer at the time of planting, then follow up with a liquid fertilizer every week or two throughout the season for petunias to remain constantly in bloom.

In Winter, water the plants thoroughly and place them in a cool but above freezing location. Look for a spot in your garage or basement where they'll be out of the way. Check them every three to four weeks. If the soil has dried out, give them just enough water to moisten the soil.



Οι πετούνιες μπορούν να καλλιεργηθούν στον κήπο ή σε δοχεία που περιλαμβάνουν κρεμαστά καλάθια. Υπάρχει μεγάλη γκάμα χρωμάτων και μορφών διαθέσιμη. Οι πετούνιες είναι τρυφερές και δεν αντέχουν καθόλου παγετό, επομένως δεν πρέπει να τις φυτέψετε έξω μέχρι τα τέλη της άνοιξης ή τις αρχές του καλοκαιριού. Χρειάζονται ένα ηλιόλουστο σημείο και αναπτύσσονται καλύτερα με τακτικό πότισμα, συν μια υγρή φυτική τροφή κάθε δύο έως τρεις εβδομάδες. Οι πετούνιες χρειάζονται τουλάχιστον έξι ώρες ήλιο, αλλά ο πλήρης ήλιος από το πρωί έως το απόγευμα φέρνει την καλύτερη απόδοσή τους και τα περισσότερα λουλούδια.

Οι πετούνιες είναι πολυετή φυτά. Ωστόσο, συνήθως αντιμετωπίζονται ως μονοετή, επειδή δεν μπορούν να επιβιώσουν στις χαμηλές θερμοκρασίες του χειμώνα. Είναι ανεκτικά στη ζέστη και την υγρασία, επομένως περιμένετε μέχρι να περάσει όλη η απειλή του παγετού πριν τη φύτευση. Σπείρουμε τους σπόρους απευθείας στην γλάστρα πιέζοντάς τους ελαφρά στο μείγμα και ποτίζουμε καλά. Θα χρειαστούν περίπου 10-12 εβδομάδες από τη σπορά του σπόρου μέχρι τα σπορόφυτα να είναι έτοιμα για φύτευση.

Οι πετούνιες χρειάζονται πολύ τροφή και χρειάζονται ένα καλό πλούσιο έδαφος για να έχουν καλή απόδοση. Εφαρμόστε ένα λίπασμα αργής απελευθέρωσης τη στιγμή της φύτευσης και, στη συνέχεια, ακολουθήστε ένα υγρό λίπασμα κάθε εβδομάδα ή δύο καθ' όλη τη διάρκεια της σεζόν για να παραμείνουν συνεχώς ανθισμένες οι πετούνιες.

Το χειμώνα, ποτίστε καλά τα φυτά και τοποθετήστε τα σε δροσερό αλλά όχι παγωμένο μέρος. Αναζητήστε ένα σημείο στην άκρη στο γκαράζ ή το υπόγειό σας όπου θα είναι έξω από το δρόμο. Ελέγξτε τα κάθε τρεις έως τέσσερις εβδομάδες. Εάν το χώμα έχει στεγνώσει, δώστε τους αρκετό νερό για να υγρανθεί το χώμα.



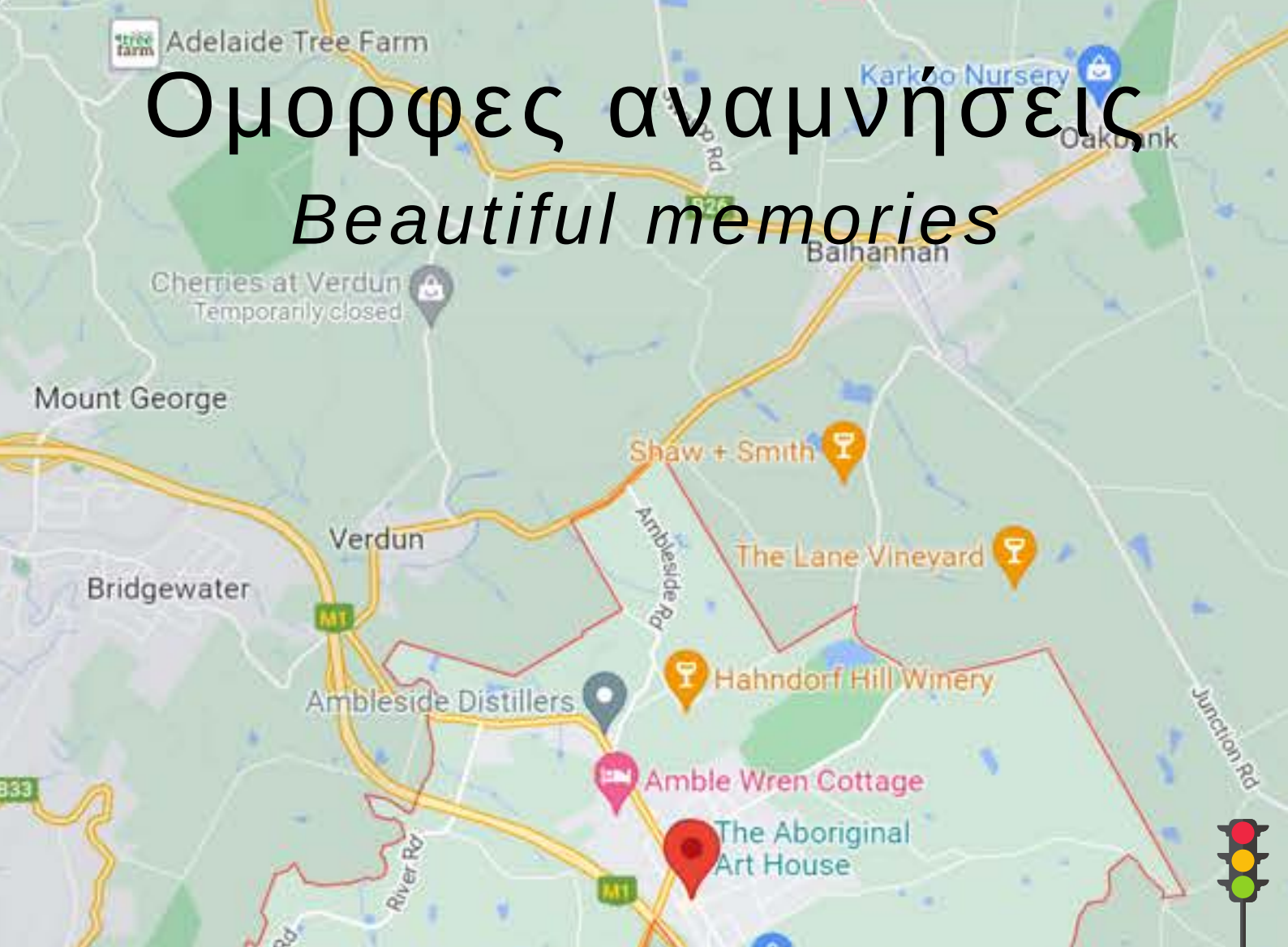


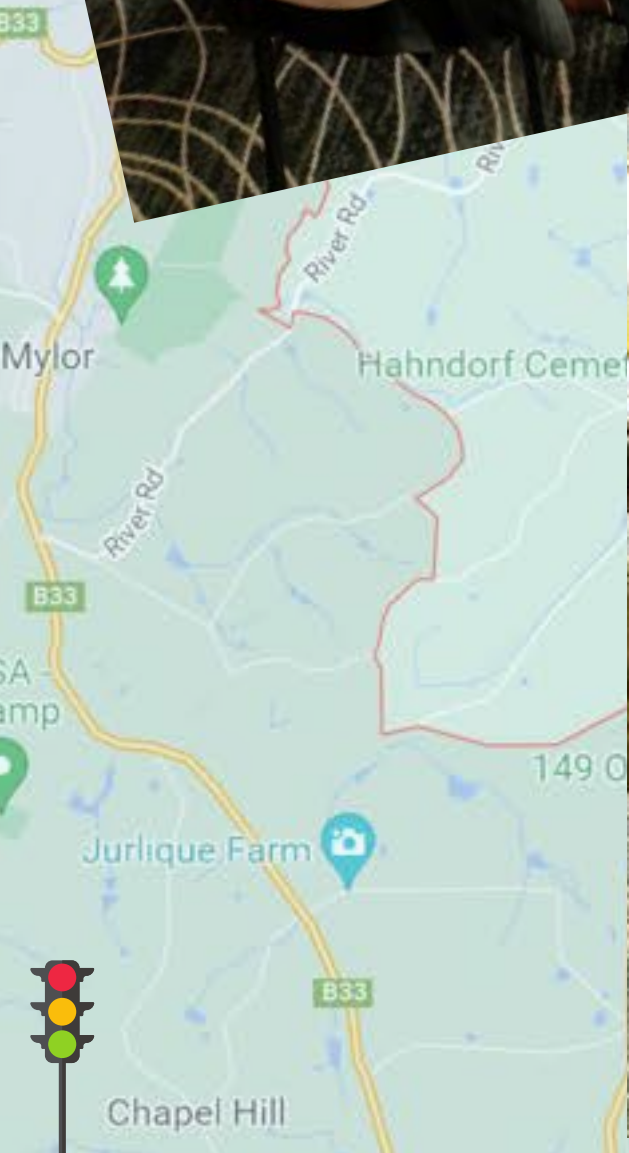
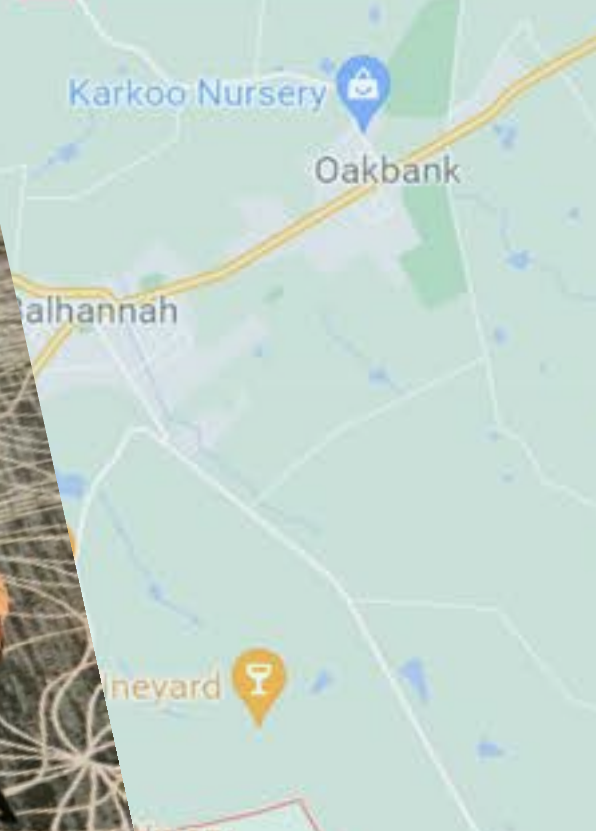


Adelaide Tree Farm

Ομορφες αναμνήσεις

Beautiful memories





**<< Ελπίδα και υπομονή.
Η σοφία του κόσμου σε δύο λέξεις.
Μαζί στον όμορφο κόσμο μας εδώ >>**

*"Hope and patience.
The wisdom of the world in two words.
Together in our beautiful world here"*



*We acknowledge
Multicultural Aged
Care for their support
in producing this
activity pack*