

## ΔΩΡΕΑΝ ΚΑΤΑΣΚΗΝΩΣΗ ΜΕ ΟΑΕΔ - ΑΣΦΑΛΙΣΤΙΚΑ ΤΑΜΕΙΑ - ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΥΣ

ΔΥΠΑ (παιδιά ανέργων και χαμηλόμισθων του προγράμματος του πρώην ΟΑΕΔ) - ΔΗΗ ΚΑΙ ΘΥΓΑΤΡΙΚΕΣ Α.Δ.Μ.Η.Ε ΑΕ/Δ.Ε.Δ.Δ.Η.Ε Α.Ε/Λ.ΑΓ.Η.Ε. ΑΕ.  
Τ. ΤΑΞΥ (ενεργοί ασφαλισμένοι & συνταξιούχοι). τ. ΥΔΑΚΥ (ενεργοί ασφαλισμένοι & συνταξιούχοι). τ. ΕΤΑΠ-ΜΜΕ (ενεργοί ασφαλισμένοι &  
συνταξιούχοι). τ. ΤΣΜΕΑΕ(ενεργοί ασφαλισμένοι & συνταξιούχοι). τ. ΕΤΤΑ-ΤΖΑΥ (ενεργοί ασφαλισμένοι & συνταξιούχοι). τ. ΕΤΑΑ-ΤΠΔΑ(ενεργοί  
ασφαλισμένοι & συνταξιούχοι). τ. ΕΤΑΑ-ΤΑΝ (ενεργοί ασφαλισμένοι & συνταξιούχοι). τ. ΕΤΑΑ-ΤΑΣ (ενεργοί ασφαλισμένοι &  
συνταξιούχοι). τ. ΟΑΕΕ-ΤΑΝΤΠ (ενεργοί ασφαλισμένοι & συνταξιούχοι). τ. ΤΑΥΤΕΚΟ (ενεργοί ασφαλισμένοι & συνταξιούχοι). ΥΠΑΛΛΗΛΟΙ &  
ΣΥΝΤΑΞΙΟΥΧΟΙ ΥΠΑΛΛΗΛΟΙ ΤΟΥ Ε-ΕΦΚΑ (τ. ΙΚΑ-ΕΤΑΜ, τ. ΥΔΑΚΥ, τ. ΕΤΑΑ-ΤΑΝ, τ. ΟΑΕΕ, τ. ΟΑΕΕ-ΤΑΝΤΠ, τ. ΟΓΑ). ΥΠΑΛΛΗΛΟΙ  
ΕΤΑΕΑΕΙ.ΥΠΑΛΛΗΛΟΙ ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΣ ΥΠΑΛΛΗΛΟΙ ΥΠΑΑΤ. ΑΣΦΑΛΙΣΜΕΝΟΙ ΟΠΕΚΑ. ΥΠΑΛΛΗΛΟΙ ΕΟΠΥΥ. ΟΙΚΟΣ ΝΑΥΤΟΥ.ΕΥΑΘ. ΟΛΘ. ΥΠΑΛΛΗΛΟΙ  
ΔΥΤΙΑ. ΕΛΛΗΝΙΚΑ ΠΕΤΡΕΛΑΙΑ Α.Ε.ΜΕΛΗ ΔΟΕ. ΤΑΥΤΥΠΟ (ταμείο αλληλοβοήθειας υπάλληλων Υπουργείο Πολιτισμού).ΣΥΛΛΟΓΟΣ  
ΕΦΟΡΙΑΚΩΝ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ- ΚΙΑΚΙΣ-ΧΑΛΚΙΔΙΚΗΣ.



alexandra camp

### ΚΑΤΑΣΚΗΝΩΣΗ

110<sup>ο</sup> χλμ Θεσσαλονίκης - Καβάλας,  
Παραλία Κάριανης  
25940 51 000, 51 002  
25940 51 046

### ΓΡΑΦΕΙΟ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ:

Γούναρη 13 Τ.Κ. 54622, Θεσσαλονίκη  
2310 267 805  
2310 267 142  
info@alexandracamp.gr

κατασκήνωση Alexandra Camp  
Alexandracampgreece  
alexandrakidscamp  
www.alexandracamp.gr

# alexandra camp

Ευρωπαϊκή Παιδική Κατασκήνωση





### ΠΕΡΙΟΔΟΙ: 15 ΗΜΕΡΩΝ

- A) 29/06/2024-13/07/2024
- B) 13/07/2024-27/07/2024
- Γ) 27/07/2024-10/08/2024

### ΠΕΡΙΟΔΟΙ: 11 ΗΜΕΡΩΝ

- A) 29/06/2024-09/07/2024
- B) 13/07/2024-23/07/2024
- Γ) 27/07/2024-06/08/2024

## ΗΜΕΡΗΣΙΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ

- 08.30 Πρωινό ευχάριστο ξύπνημα με μουσική.  
Ατομική καθαριότητα.
- 09.00 Προσευχή. Έπαρση σημαίας.
- 09.10 Πρωινό
- 09.30 Πρωινή καθαριότητα. Τακτοποίηση δωματίων.
- 10.00 Επιθεώρηση συντονιστή και κοινοταρχών.
- 10.25 Δεκατιανό
- 10.30 - 11.15 Πρωινές δραστηριότητες
- 11.30 Θάλασσα για όλους.
- 11.30 - 13.00 Πάρκο θάλασσας με φουσκωτά, Beach-Volley, Beach-soccer, Banana, Κανό, Αμμοκατασκευές.
- 13.00 Ντους. Ελεύθερος χρόνος.
- 14.00 Μεσημεριανό
- 14.30 - 15.30 Προετοιμασία βραδινής ψυχαγωγίας.
- 15.00 Υποχρεωτική μεσημβρινή ανάπταυση
- 17.00 Απογευματινό - ελεύθερη ώρα.
- 17.30 - 19.30 Δραστηριότητες: αθλητικές, εικαστικές, οικολογικές, επιμορφωτικές, ψυχαγωγικές.
- 20.00 Ανακοινώσεις. Υποστολή σημαίας.
- 20.05 Δείπνο
- 20.40 Ψυχαγωγία ή παιχνίδια
- 22.30 Προετοιμασία βραδινής κατάκλισης
- 23.00 Ύπνος



## MENOU

### Πρωινό

Γάλα φρέσκο ζεστό ή κρύο, τσάι, δημητριακά, ψωμάκι, βούτυρο, ή μαρμελάδα ή μερέντα, ή μέλι. Προσφέρονται επίσης εναλλάξ: Αυγό, κασέρι, ζαμπόν, τυρόπιτα, κρεμοπιτά, γιαούρτι.

### Προγευμα

Χυμός ή κεικ ή κρουασάν

### Απογευματινό

Παγωτό ή χυμός ή κέικ ή κρουασάν ή ζελέ ή καλαμπόκι ή κρέμα καραμελέ ή πανακότα ή ντόνατς ή λουκουμάδες.

Όλα τα γεύματα συνοδεύονται από σαλάτα εποχής και φρούτο.

|           | ΓΕΥΜΑ   | ΔΕΙΠΝΟ                                   |
|-----------|---|--|
| ΔΕΥΤΕΡΑ   | Κεφτεδάκια με σάλτσα, ριζότο                    | Κοτομπουκιές με πουρέ πατάτας            |
| ΤΡΙΤΗ     | Κοτόπουλο φούρνου με κριθαράκι                  | Hot-dog                                  |
| ΤΕΤΑΡΤΗ   | Αρακάς λαδερός με πατάτες και καρότα, τυρί      | Ομελέτα φούρνου με πατάτες και λουκάνικα |
| ΠΕΜΠΤΗ    | Ψάρι πανέ ή ψαφοκροκέτες με πατάτες τηγανητές   | Πεϊνιρλί, πατάτες τηγανητές              |
| ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ | Μπριάμ φούρνου, τυρί                            | Hamburger, πατάτες τηγανητές             |
| ΣΑΒΒΑΤΟ   | Γύρος χοιρινός ή κοτόγυρος με πατάτες τηγανητές | Κοφτό μακαρονάκι αλά κρεμ με μπέικον     |
| ΚΥΡΙΑΚΗ   | Ριγανάτο φούρνου, ρύζι με λαχανικά              | Πίτσα σπέσιαλ, πατάτες τηγανητές         |

Η κατασκήνωση ΑΛΕΞΑΝΔΡΑ διατηρεί το δικαίωμα αλλαγής του προγράμματος εφόσον είναι δυνατόν και πάντα σύμφωνα με τις προτιμήσεις των παιδιών.



## ΒΑΛΙΤΣΑ ΚΑΤΑΣΚΗΝΩΤΗ

- Βιβλιάριο Υγείας (εμβολίων) & βεβαίωση υγείας Ιατρού
- Μάλλινη κουβέρτα ή σλίπινγκ μπαγκ
- Σεντόνια, Μαξιλάρι - Μαξιλαροθήκες
- Πετσέτες (προσώπου, μπάνιου και θάλασσας)
- Πυτζάμες, Εσώρουχα,
- Πρακτικά ρούχα (αθλητική φόρμα, μακρύ παντελόνι, πουλόβερ, μπλουζάκια, σορτς)
- Αθλητικά παπούτσια, Κάλτσες
- Μαγιό • Καπέλο • Σαγιονάρες • Αντηλιακό
- Τα προσωπικά είδη καθαριότητας, Φακό

