

ΑΛΕΞΑΝΔΡΑ Α. ΚΑΠΠΑΤΟΥ



Ημερολόγιο

2026

Ιανουάριος



Ιανουάριος

1

Πέμπτη • Thursday

Περικοπή Ιησού Χριστού, Βασιλείου του Μεγάλου, Πρωτοχρονιά (αργία)

Κάθε χρόνο βάζετε στόχους που συχνά δεν εκπληρώνετε. Μήπως να κάνετε πρώτα μια ειλικρινή συζήτηση με τον εαυτό σας και τα θέλω σας;



Ιανουάριος

2

Παρασκευή • Friday

Σιλβέστρου πάπα Ρώμης, ιερομάρτυρος Θεαγένους, οσίου Σεραφεΐμ του Σαρώφ

Ιανουάριος

3

● Παναήλνος

Σάββατο • Saturday

Θασίας Γενεβιέβης, προφήτου Μαλακίου, μάρτυρος Γορδίου



4

Κυριακή • Sunday

Σύναεις των αγίων και ενδόξων 70 αποστόλων, οσιομαρτύρων Θεοκτίστου, Ευθυμίου και Ονουφρίου

Αναλογιστείτε τις πιο σημαντικές προκλήσεις της περασμένης χρονιάς. Συνεργαστείτε με τα παιδιά και βάλτε κάποιους μικρούς στόχους, αφού πρώτα σας εκφράσουν τις επιθυμίες τους.

Ιανουάριος

5

Δευτέρα • Monday

Οσίων Θεοπέμπτου, Θεωνά και Συγκλητικής

Ιανουάριος

6

Τρίτη • Tuesday

Άγια Θεοφάνια (αργία)



Απαντήστε πρόθυμα στα ερωτήματα των παιδιών σας και δώστε τους χώρο να πειραματίζονται. Είναι ο καλύτερος τρόπος για να ανακαλύψουν τον μαγικό κόσμο της γνώσης.

Ιανουάριος

7

Τετάρτη • Wednesday

Συναΐς Ιωάννου Προδρόμου και Βαπτιστού

Ιανουάριος

8

Πέμπτη • Thursday

Όσιων Αγάθωνος, Γεωργίου και Ιωάννου Χοζεβιτών



Αναθέστε στα παιδιά απλές εργασίες, δίνοντάς τους επιλογές, ώστε να παίρνουν αποφάσεις σύμφωνα με την ηλικία τους. Έτσι σταδιακά θα μάθουν να αυτενεργούν.

Ημερολόγιο 2026



ΑΛΕΞΑΝΔΡΑ Α.
ΚΑΠΠΑΤΟΥ

Η **ΑΛΕΞΑΝΔΡΑ Α. ΚΑΠΠΑΤΟΥ**, με τις γνώσεις, την εγκυρότητα και την πολυετή της εμπειρία από χιλιάδες οικογένειες που την εμπιστεύτηκαν από το 1986 έως σήμερα, πιστή στην ετήσια συνάντησή μαζί σας, ετοίμασε για το 2026 ένα διαφορετικό ημερολόγιο, το οποίο αφιερώνει σε όλη την οικογένεια αλλά κυρίως στους μικρούς ή μεγάλους πρωταγωνιστές της ζωής μας, στα παιδιά μας, τα οποία αξίζουν τον σεβασμό, την προσοχή και την αγάπη μας.

Στις σελίδες αυτού του ημερολογίου θα βρείτε συμβουλές για διάφορα θέματα που σας απασχολούν στην καθημερινότητά σας: η οριοθέτηση των παιδιών, η ποιοτική επικοινωνία γονιών-παιδιών, η ανθεκτικότητα, η αυτοεκτίμηση, η βία, η συμπερίληψη, η ενσυναίσθηση, η αποδοχή της διαφορετικότητας.

Επειδή αναμφίβολα γονιός δεν γεννιέσαι αλλά γίνεσαι, το ημερολόγιο του 2026 θα σας συντροφεύσει όλη τη χρονιά και να σας στηρίξει στον γονικό αλλά και στον συντροφικό σας ρόλο.

Επισκεφθείτε
τον ιστότοπο της
Αλεξάνδρας Α. Καππάτου
www.kappatou-psychologos.gr



www.minoas.gr



5 213002 352038

ΚΩΔ. 90624