

# Η βιβλιοθήκη του ενημερωμένου γονιού

Η σύμβουλος γονέων  
Χριστίνα Ρασιδάκη  
επιλέγει βιβλία για γονείς



ΕΚΔΟΣΕΙΣ  
ΠΑΤΑΚΗ



## Asha Phillips – Όταν λέμε «Όχι». Γιατί είναι σημαντικό για τους γονείς και το παιδί;

Να ένα βιβλίο που θα σας καθοδηγή από την ημέρα που το παιδί σας θα έρθει στον κόσμο μέχρι που θα τελειώσει το λύκειο. Κι αυτό γιατί εδραϊώνει αντιλήψεις περί σωστού και λάθους τις οποίες ενδοχομώμενες γνωρίζουμε αλλά που η σύγχρονη κοινωνία μάς κάνει να τις αμφισβητούμε. Η Phillips υπογραμμίζει το γιατί σήμερα, περισσότερο από ποτέ, ορισμένα θέματα περί ανατροφής έχουν διαχρονική αξία. BKM 03982 | σελ.: 272 | 15η έκδοση



## Δρ. Εβουάρδ Εστιβίλ – Κοιμήσου παιδί μου. Πώς να λύσετε το πρόβλημα του ύπνου στα παιδιά (νέα, αναμορφωμένη έκδοση)

Το ένα τρίτο των παιδιών παρουσιάζουν προβλήματα ύπνου. Οι συνέπειες είναι εμφανείς τόσο στα παιδιά, που γίνονται ευερέθιστα και ανασφαλής, όσο και στους γονείς, που βλέπουν πως η εξάντληση και τα νεύρα βλάπτουν τη συζυγική τους ζωή. Το ερευνητικό έργο και η κλινική πείρα του νευροφυσιολόγου και παιδίατρου δρ Εβουάρδ Εστιβίλ τον έχουν αναδείξει παγκοσμίως σε σημείο αναφοράς στο πεδίο των διαταραχών του ύπνου. Η Μέθοδος Εστιβίλ έχει αποδειχτεί αποτελεσματική στο 90% των περιπτώσεων όπου εφαρμόστηκε. BKM 09685 | σελ.: 192 | 50.000 αντίτυπα



## Ντάνιελ Τζ. Σίγκελ, Τίνα Πέυν Μπράνσον – Πειθαρχία χωρίς δράματα – Μετατρέψτε το χάος σε ηρεμία και βοηθήστε τη νοτική ανάπτυξη του παιδιού σας μέσω της εγκεφαλικής αпарτίωσης (Whole-Brain)

Για πολλούς η πειθαρχία είναι η υπέρτατη πρόκληση στην ανατροφή των παιδιών. Εδώ οι συγγραφείς μάς προσφέρουν έναν αποτελεσματικό οδικό χάρτη, που λαμβάνει υπόψη του επιστημονικά δεδομένα για την εγκεφαλική ανάπτυξη του παιδιού, όπως και ποιο είδος πειθαρχησης είναι πιο αποτελεσματικό σε κάθε αναπτυξιακό στάδιο. Για να αντιμετωπίσουμε τα παιδικά ξεσπάσματα χωρίς σκηνές, εντάσεις και δάκρυα. BKM 12033 | σελ.: 416



## Κατερίνα Χατζηκαλλία-Κουνιάκη – Τι να κάνω – τι να μην κάνω για να μεγαλώσω σωστά τα παιδιά μου

Γονείς σε απελπισία. Γονείς με απορίες. Γονείς στα πρόθυρα νευρικής κρίσης. Ποια πρέπει να είναι η αντίδρασή μου ως γονιού; Πώς να χειριστώ την κατάσταση με το παιδί μου; Όταν μεγαλώνεις παιδιά, τα ερωτήματα για τα μικρά ή μεγαλύτερα ζητήματα είναι πολλά. Το βιβλίο αυτό είναι ένας εύχρηστος εικονογραφημένος οδηγός επιβίωσης για γονείς παιδιών 0-18 ετών, που δημιουργήθηκε από μια μαμά, αλλά ταυτόχρονα και ειδική (ως ψυχολόγος - νευροψυχολόγος) σε θέματα παιδιών και οικογένειας. BKM 12107 | σελ.: 152



Δώστε χαρά χαρίζοντας χρωματιστά, πλεκτά χταποδάκια στα νεογνά. Την ελληνική ομάδα θα βρείτε στο facebook ως Octopus for a Premie, Greece, Μικρό Χταπόδι by 31ebdomades.





### επιμέλεια Βασίλειος Φθενάκης – Η οικογένεια ως χώρος μάθησης. Προς μια παιδαγωγική συνεργασία από τα πρώτα βήματα του παιδιού

Θέλουμε τόσα να προσφέρουμε στα παιδιά μας κι όμως κανείς δε μας μαθαίνει το πώς. Με άμεσο τρόπο, το βιβλίο αυτό σας διδάσκει πώς η καθημερινότητα κρύβει δυνατότητες για την ανάπτυξη του παιδιού σας. Δε θα δυσκολευτείτε διόλου να εφαρμόσετε τις προτάσεις του! Τα παιδιά σας θα αναπτύξουν δεξιότητες απαραίτητες για μια θετική σχολική εμπειρία. Τι καλύτερο για τα χρόνια που ακολουθούν; **BKM 10363 | σελ.: 200**



### Δρ Έρικα Ράισερ – Τι κάνουν οι καλοί γονείς; 75 απλές στρατηγικές για να μεγαλώσετε παιδιά που ξεχωρίζουν και προοδεύουν

Αυτό είναι ένα βιβλίο για τον πολυάσχολο γονέα της εποχής μας. Η ψυχολόγος Έρικα Ράισερ επιλέγει και καταγράφει τις πιο σημαντικές πληροφορίες ανατροφής και τους πιο άμεσα πρακτικούς και εφαρμόσιμους τρόπους για να αντιμετωπίσετε τις προκλήσεις της ζωής με τα παιδιά. Με έξυπνο τρόπο συνδέει τα θέματα μεταξύ τους, παραπέμποντάς μας στα κεφάλαια όπου αναπτύσσει την τέχνη και την τεχνική της γονεϊκότητας. Θα το χαρείτε και θα σας λύσει τα χέρια. Καλό διάβασμα! **BKM 11296 | σελ.: 280**



### Roni Jay – Τα 10 πιο σημαντικά πράγματα που μπορείτε να κάνετε για το παιδί σας

Τα παιδιά σας είναι μικρά ή στο δημοτικό; Αυτό είναι ένα απαραίτητο βιβλίο εισαγωγής στο πώς να εδραιώσετε ένα δημιουργικό περιβάλλον για την ανάπτυξη τους. Εστιάζει στις πιο σημαντικές αρχές για το μέγιστο των παιδιών σας και σας εφοδιάζει με τις πιο σημαντικές δεξιότητες που απαιτούνται για την ανατροφή των παιδιών. Ο τίτλος τα λέει όλα! **BKM 07385 | σελ.: 232 | 4.000 αντίτυπα**



### Joseph Knobel Freud – Γονείς και έφηβοι: Μια διαρκής σύγκρουση

Η εφηβεία σήμερα αποτελεί μεγαλύτερη πρόκληση για τους γονείς απ' ό,τι στο παρελθόν. Ο Knobel Freud αγγίζει καυτά θέματα, όπως είναι το διαδικτυο, οι ουσίες, η σεξουαλικότητα, οι παρές, τα μαθήματα, που συχνά τρομάζουν τους γονείς. Η γραφή του, μέσα από σύντομες ενότητες, είναι διαφωτιστική ως προς το τι συμβαίνει στην ψυχή των παιδιών. Στις σελίδες του βιβλίου θα βρείτε λογική καθοδήγηση, πληροφόρηση για το πότε να ανησυχήσετε (και τι να κάνετε γι' αυτό) και πότε όχι, τρόπους να διαφυλάξετε τη σχέση σας με το παιδί σας και πλείστα άλλα απαραίτητα για έναν επικοινωνιακό διάλογο αυτής της περιόδου μετάλλαξης προς την ενηλικίωση. **BKM 11370 | σελ.: 224**



**BKM 10179 | σελ.: 32**



**BKM 01660 | σελ.: 248**



**BKM 05465 | σελ.: 216**



**BKM 06653 | σελ.: 272**



## ΜΑΘΕΤΕ ΠΩΣ ΝΑ ΒΑΖΕΤΕ ΟΡΙΑ ΜΕ ΠΙΟ ΘΕΤΙΚΟΥΣ ΤΡΟΠΟΥΣ

### Αναζητήστε τίτλους σε προσφορά:

**Το υπερκινητικό παιδί: 90 απαντήσεις στα βασικά ερωτήματα**

Jean-Charles Nayeby (ΒΚΜ 09148, σελ.:168)

**Όλη η αλήθεια για τα παιδιά και το διαζύγιο**

Robert E. Emery (ΒΚΜ 06311, σελ.:496)

**Τέλος στον εκφοβισμό! Θωρακίστε τα παιδιά σας για μια ζωή**

Joel Haber, Jenna Glatzer (ΒΚΜ 07368, σελ.:336)

**Τα αγόρια και η ανατροπή τους στον 21ο αιώνα**

Sue Palmer (ΒΚΜ 07748, σελ.:400)

**Εμείς τα αγόρια – Οδηγός για όσους μπαίνουν στην εφηβεία!**

Ολιβιέ Λοτ (ΒΚΜ 07486, σελ.:192)

**Γονείς, οι έφηβοί σας έχουν ανάγκη!**

Δρ Πατρικ Ντελαρός (ΒΚΜ 09119, σελ.:184)

**Γονείς: Μια διαρκής πρόκληση**

Joseph Knobel Freud (ΒΚΜ 09842, σελ.:296)

**Οδηγίες για το μασάζ του μωρού**

Sophie Dumoutet (ΒΚΜ 08610, σελ.:128)

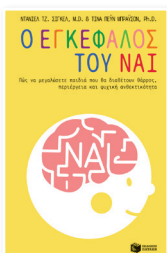
**Έλα στο πάρτι μου**

Βίβιαν Δημητράτου (ΒΚΜ 07174, σελ.:120)

**Όταν τα δάκτυλα... παίζουν θέατρο**

Ελένη Χρυσοφίτη (ΒΚΜ 05952, σελ.:72)





## Ντάνιελ Τζ. Σίγκελ, Τίνα Πέυν Μπράουσον – Ο Εγκέφαλος του Ναι – Πώς να μεγαλώσετε παιδιά που θα διαθέτουν θάρρος, περιέργεια και ψυχική ανθεκτικότητα

Η μεγαλύτερη πρόκληση για κάθε γονιό είναι να μεγαλώσει παιδιά με αυτοπεποίθηση, που να μπορούν να βρίσκουν λύσεις στα προβλήματα, με ικανότητες σωστής επικοινωνίας, ευαίσθητες αλλά και ψυχικές αντοχές. Όλα αυτά, όταν τα πράγματα στην οικογένεια ρέουν ομαλά, είναι σχετικά εύκολα. Πουθενά όμως αυτή η πρόκληση δεν είναι μεγαλύτερη απ' όταν χρειάζεται να διαπαιδαγωγήσουμε σωστά, να εμπυχώσουμε αλλά και να θέσουμε όρια ή να παρακινήσουμε τα παιδιά να κάνουν αυτό που πρέπει, όπως για παράδειγμα να αφήσουν τις οθόνες, να πάνε για ύπνο ή να διαβάσουν για το σχολείο. Το βιβλίο αυτό, άλλος ένας θησαυρός της εξαιρετικής σειράς των Σίγκελ και Μπράουσον, βοηθά τους γονείς να αναπτύξουν τον εγκέφαλο των παιδιών τους σωστά, ώστε να έχουν θετική στάση ζωής, δημιουργικότητα, αυτοέλεγχο, πειθαρχία και ανθεκτικότητα στα δύσκολα. Εν ολίγοις, να αναπτύξουν έγκαιρα στα παιδιά τους δεξιότητες μιας ζωής.

BKM 12034 | σελ.: 304



## Ντάνιελ Τζ. Σίγκελ, Τίνα Πέυν Μπράουσον – Τι συμβαίνει στον εγκέφαλό του - 12 επαναστατικές στρατηγικές για να μεγαλώσετε παιδιά με ολοκληρωμένη νοητική και συναισθηματική ανάπτυξη

Με μεγάλη χαρά παρουσιάζω αυτό το διεθνές μπεστ σέλερ που δεν πρέπει να λείπει από κανένα σπίτι. Οι συγγραφείς του μας εξηγούν με κατανοητό και διασκεδαστικό τρόπο βασικά γνωρίσματα των νευροεπιστημών για την ανάπτυξη του παιδικού εγκέφαλου. Δε σταματούν όμως εκεί. Με απλές ασκήσεις και εξαιρετική εικονογράφηση (που μπορούμε να μοιραστούμε με το παιδί μας), παρουσιάζουν 12 στρατηγικές που αναπτύσσουν σωστά τον εγκέφαλο, βοηθούν τα μέρη του να συντονίζονται και έχουν ως αποτέλεσμα τη δημιουργία μιας καλής σχέσης του παιδιού με τον εαυτό του και με τους άλλους. Αν, όταν έρχεστε αντιμέτωποι με συγκεκριμένες συμπεριφορές του παιδιού σας, αναρωτιέστε τι γίνεται μέσα στο κεφάλι του, αν θέλετε να ξέρετε πώς ο τρόπος που του μιλάτε επηρεάζει τον χαρακτήρα του και την ανάπτυξη του, αν θέλετε να κάνετε ό,τι περνά από το χέρι σας για να μεγαλώσετε ένα χαρούμενο, δημιουργικό και ισορροπημένο παιδί, πρέπει οπωσδήποτε να διαβάσετε αυτό το βιβλίο!

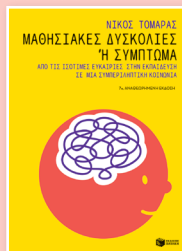
BKM 11505 | σελ.: 288



BKM 10745 | σελ.: 96



BKM 10746 | σελ.: 120



BKM 12421 | σελ.: 208



## Στέλιος Παπαβέντσης – Επιστροφή στον μητρικό θηλασμό

Το Θαυμάσιο αυτό βιβλίο έρχεται να καλύψει το τεράστιο κενό που αντιμετωπίσαμε με την άφιξη του πρώτου μας παιδιού. Πέρα από τις συχνά αντικρουόμενες συμβουλές του περίγυρου, φάγαμε από το μαιευτήριο με ελάχιστη πρακτική καθοδήγηση. Επιστρέφοντας στο σπίτι, βρεθήκαμε μόνοι, για να ανακαλύψουμε ότι τα πράγματα δεν είναι διόλου εύκολα και σίγουρα όχι κωμικά όπως τα δείχνουν οι ταινίες.

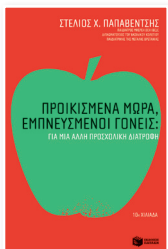
BKM 08035 | σελ.: 376 | 5.000 αντίτυπα



## Στέλιος Παπαβέντσης – Προικισμένα μωρά, εμπνευσμένοι γονείς: Για μια άλλη προσχολική ηλικία

Επιτυχημένοι γονείς είναι οι ενημερωμένοι γονείς, οι εκπαιδευμένοι γονείς: γονείς με γνώση, τεχνικές και δεξιότητες για το πώς να θρέψουν το μικρό, πώς να το κοιμίσουν, πώς να παίξουν μαζί του, πώς να επικοινωνήσουν, πώς να του συμπεριφερθούν, πώς να το διαπαιδαγωγήσουν.

BKM 07187 | σελ.: 240 | 11.000 αντίτυπα



## Στέλιος Παπαβέντσης – Προικισμένα μωρά, εμπνευσμένοι γονείς: Για μια άλλη προσχολική διατροφή

Αυτό το βιβλίο είναι ένας θησαυρός! Είναι γραμμένο ακριβώς για τις ανάγκες της ελληνικής οικογένειας. Προλαμβάνει και αντιμετωπίζει κάθε τύπου «επεισόδιο» σε σχέση με «το φαγητό του παιδιού». Διδάσκει σωστές διατροφικές συνήθειες και παρέχει αποτελεσματικούς τρόπους αντιμετώπισης θεμάτων με το φαγητό. Είναι ένα βιβλίο που δεν πρέπει να λείπει από καμία ελληνική οικογένεια!

BKM 07550 | σελ.: 184 | 10.000 αντίτυπα



## Steve Biddulph – Το μυστικό για παιδιά ευτυχημένα

Το βιβλίο του γνωστού Αυστραλού παιδοψυχολόγου Steve Biddulph είναι γραμμένο με πολύ χιούμορ και άπτεται των μικρών και μεγάλων θεμάτων που προκύπτουν στην οικογενειακή καθημερινότητα. Θα σας διασκεδάσει, θα σας δώσει πολλές πρακτικές συμβουλές για να τα βγάλετε πέρα με μπόμπιρες και μη και θα σας βοηθήσει να βλέπετε τα πράγματα πιο ανάλαφρα... όταν νιώθετε πως φτάνετε στα όριά σας.

BKM 05338 | σελ.: 168 | 11.000 αντίτυπα

ΠΟΛΥΤΙΜΑ  
ΓΙΑ ΤΑ  
ΠΑΙΔΙΑ.  
ΧΡΗΣΙΜΑ  
ΓΙΑ ΟΛΗ  
ΤΗΝ  
ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑ



BKM 11555 | σελ.: 128



BKM 11864 | σελ.: 72



BKM 07487 | σελ.: 232



## Κώστας Γκοτζαμάνης – Μεγαλώνοντας (με) το παιδί μου

Ιστορίες για γέλια και για κλάματα που ξετυλιγόνται στην ελληνική οικογένεια του σήμερα. Οι γονείς—αγνοώντας τους βαθύτερους λόγους που τους υποκινούν— αντιμετωπίζουν τα παιδιά τους με τις «καλύτερες προθέσεις», υποπίπτοντας σε λάθη με σίγουρο αρνητικό αντίκτυπο στη μεταξύ τους σχέση και σε όλες όσες θα ακολουθήσουν. Ένα βιβλίο που θα σας διασκεδάσει, θα σας ανοίξει τα μάτια και σίγουρα θα σας κάνει σοφότερους.

BKM 09426 | σελ.: 224 | e-book 09632 | 8.000 αντίτυπα



## Αντέλ Φέιμπερ & Ιλίν Μάτζις – Αδελφία, όχι αντίπαλοι: Βοηθήστε τα παιδιά σας να ζουν μαζί αρμονικά

Εντάσεις, ζηλιές και διαφιλοψομίες μεταξύ αδελφών, όλα αντιμετωπίζονται, αρκεί να ξέρεις πώς. Οι διεθνούς φήμης συγγραφείς με αυτό το βιβλίο έρχονται και στο πλευρό του Έλληνα γονιού. Με τρόπο γλαφυρό και άκρως πρακτικό, θα σας δείξουν πώς αντιμετωπίζεται κάθε λογής περιστατικό ανάμεσα στα αδέρφια. Οι προσεγγίσεις καλλιεργούν ένα ήρεμο κλίμα στο σπίτι και διδάσκουν στα παιδιά σας δεξιότητες για να τα πηγαίνουν καλά και με φίλους και συμμαθητές.

BKM 11547 | σελ.: 352



## Αντέλ Φέιμπερ & Ιλίν Μάτζις – Πώς να μιλάτε στα παιδιά ώστε να σας ακούν & πώς να τα ακούτε ώστε να σας μιλούν

Με ιδιαίτερη χαρά υποδέχτηκα την ελληνική έκδοση αυτού του μπεστ σέλερ, στην κορυφή των βιβλίων με τη θετικότερη επιρροή σε χιλιάδες οικογένειες. Οι συγγραφείς καθοδηγούν με πείρα, μέσα από πολλά πρακτικά παραδείγματα. Διαβάζοντάς το θα αναπτύξετε μια ουσιαστική σχέση με τα παιδιά σας που θα σας βοηθήσει να μεγαλώσετε παιδιά φιλότιμα, με αυτοεκτίμηση και λειτουργικά στην κοινωνική τους ζωή.

BKM 10077 | σελ.: 488 | 6.000 αντίτυπα



## Αντέλ Φέιμπερ & Ιλίν Μάτζις – Πώς να μιλάτε στους εφήβους ώστε να σας ακούν & πώς να τους ακούτε ώστε να σας μιλούν

Με πολλά καθημερινά παραδείγματα, διαβάζοντας το βιβλίο θα μάθετε πώς να παρακάμπετε εμπόδια, αρνήσεις και αντιρρήσεις, όπως επίσης και τρόπους να επηρεάζετε θετικά τα παιδιά κρατώντας τις διόδους επικοινωνίας ανοιχτές. Τι σημαντικότερο σε μια περίοδο που τα παιδιά παίρνουν πολλά ρίσκα και απορρίπτουν τους γονείς τους την ίδια στιγμή που τους έχουν περισσότερη ανάγκη από ποτέ!

BKM 10079 | σελ.: 264



BKM 08818 | σελ.: 168

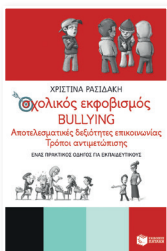


19.000 αντίτυπα

BKM 00830 | σελ.: 176



BKM 09316 | σελ.: 48



## Χριστίνα Ρασιδάκη – Σχολικός εκφοβισμός – BULLYING Αποτελεσματικές δεξιότητες επικοινωνίας. Τρόποι αντιμετώπισης

Το βιβλίο ασχολείται με τις σκιάδες περιοχές των σχέσεων των μαθητών. Τα τελευταία χρόνια, οι τρόποι αντιμετώπισης εγείρουν την ενσυναίσθηση και την αλληλεγγύη. Διδάσκουν το ήθος, τον αυτοέλεγχο και καλλιεργούν την κρίση. Το πώς, θα το βρείτε στις σελίδες του, με συγκεκριμένες πρακτικές και παραδείγματα. Είτε είστε εκπαιδευτικός είτε γονέας, με αυτό το βιβλίο σας δίνεται η δυνατότητα να διαπαιδαγωγήσετε σωστά τα παιδιά, δομώντας ουσιαστικές σχέσεις μαζί τους... ακόμα και στα δύσκολα!

BKM 09470 | σελ.: 208 | e-book 10276



## Χριστίνα Ρασιδάκη – Ξέρω να λέω ΟΧΙ

Το ΟΧΙ είναι μια μικρή λεξούλα με ΤΕΡΑΣΤΙΑ σημασία. Το βιβλίο θα μάθει στα παιδιά να αναγνωρίζουν επικίνδυνες καταστάσεις και να τις αντιμετωπίζουν αποτελεσματικά. Να μην παρασύρονται από τους άλλους, να «βάζουν στη θέση τους» όσους τα πιέζουν. Αποκαλύπτει τα μυστικά της ψυχολογίας για να αναγνωρίζουν τις παγίδες στο διαδίκτυο και τι κρύβεται πίσω από τις διαφημίσεις. Τα βοηθά να είναι πιο σίγουρα για τον εαυτό τους και τις αποφάσεις τους.

BKM 06582 | σελ.: 80 | 29.000 αντίτυπα

## Χριστίνα Ρασιδάκη, Σμαρούλα Παντελή – Πετυχαίνω στο Γυμνάσιο

Ανυπομονείς να τελειώσεις με τα «πρέπει» και να ασχοληθείς με τα «θέλω» σου; Έχεις να παλέψεις με την αναβλητικότητα σου την ίδια ώρα που η καθημερινότητά σου πολιορκείται από γονείς, καθηγητές και φίλους; Αν ναι, τότε αυτό εδώ είναι ένα βιβλίο που:

- σε βοηθάει να πετύχεις στο Γυμνάσιο σαν να πατάς ένα κουμπί!
- σε προστατεύει από τη βαρεμάρα του σχολείου!
- σου μαθαίνει να σέβασαι τα όνειρά σου και σε ανεβάζει ψυχολογικά ώστε να τα πετύχεις!

BKM 12604 | ΥΠΟ ΕΚΔΟΣΗ

Φωτογραφία: ΚΑΤΕΡΙΝΑ ΑΝΤΩΝΟΠΟΥΛΟΥ  
www.catherineantonopoulou.wordpress.com



Η Χριστίνα Ρασιδάκη γεννήθηκε στην Αθήνα. Σπούδασε Ψυχολογία και έκανε μεταπτυχιακά στις Συμβουλευτικές Σπουδές. Εργάζεται ως σύμβουλος γονέων και εκπαιδευτικών και ως σύμβουλος ψυχικής υγείας. Είναι συγγραφέας και αρθρογράφος, συντονίστρια σεμιναρίων επικοινωνίας και διδάσκουσα του προγράμματος «Εκπαίδευση Αποτελεσματικού Γονέα». Είναι παντρεμένη και μητέρα δύο παιδιών.



ΠΑΝΑΓΗΣ ΣΑΛΔΑΡΗΣ (ΠΡΩΗΝ ΠΕΙΡΑΙΩΣ) 38, 104 37 ΑΘΗΝΑ, ΤΗΛ.: 210.36.50.000, 210.52.05.600, 801.100.2665, ΦΑΞ: 210.36.50.069, ΚΕΝΤΡΙΚΗ ΔΙΑΘΕΣΗ: ΕΜΜ. ΜΠΕΝΑΚΗ 16, 106 78 ΑΘΗΝΑ, ΤΗΛ.: 210.38.31.078, ΥΠΟΚΑΤΑΣΤΗΜΑ: ΚΟΡΥΤΣΑΣ (ΤΕΡΜΑ ΠΟΝΤΟΥ - ΠΕΡΙΟΧΗ Β' ΚΤΕΟ), 570 09 ΚΑΛΟΧΩΡΙ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ, ΤΗΛ.: 2310.70.63.54, 2310.70.67.15, ΦΑΞ: 2310.70.63.55  
e-mail: info@patakis.gr, sales@patakis.gr