

Το κείμενο που θα μορφοποιήσετε

Το πρωινό είναι απαραίτητο για καλή διάθεση και αποδοτική δουλειά μέχρι το μεσημέρι. Μετά με ένα καλό μεσημεριανό θα συρεχίσουμε με όεξη τη ζουλειά.

Αν δε πας πρωινό, τότε αισθάσαι κούραση και συχνά καταφεύγεις σε πατάκια, γαρικια, караβέλες και αναμυκτικά. Αυτά δίνουν άδειες θερπίδες, δηλαδή μόνο θερμίδες χωρίς άλλα θρεπτικά συστακά.

Γενικά ενήλικες και παιδιά που δεν τώνε πρωινό έχουν μειωμένη απόδοση στη δουλειά τους. Ειδικά τα παιιά έχουν μικρή απόδοη στο σολείο. Αυτό συμβαίνει, επειζή χωρίς τροφή το κεντρικό νευρικό τους σύστημα αδυνατεί να δουέψει σωστά. Έτσι το πιδί, όχι μόνο δεν μπορεί να αυτοσυγκεντρωθεί, αλλά και η συμπεφορά του δεν είναι εκείνη που θα έπλεπτε.

Εσείς τι τρώτε για πρωινό;

Οδηγίες - Βήματα

1. Ανοίξετε το πρόγραμμα Microsoft Word ή όποιον επεξεργαστή κειμένου έχει ο υπολογιστή σας. Αν είναι ήδη ανοικτό, επιλέξτε **Δημιουργία** και Δημιουργήστε ένα **Κενό έγγραφο**.
2. Αποθηκεύστε το Κενό έγγραφο στον φάκελο του τμήματός σας και στον υποφάκελο **Ασκήσεις Word**, με το όνομα **Άσκηση2**.
3. Επιστρέψτε στο φύλλο ασκήσεων 2 (δηλαδή εδώ) και αντιγράψτε το κείμενο που θα μορφοποιήσετε. (Δείτε πιο πάνω!)
4. Επικολλείστε το στο αρχείο που δημιουργήσατε.
5. Τα επόμενα βήματα θα τα εκτελέσετε στο νέο αρχείο
6. Στην καρτέλα **Διάταξη σελίδας** κάντε κλικ στο εργαλείο **Περιθώρια** και επιλέξτε **Προσαρμοσμένα περιθώρια**.
7. Δώστε τα **Περιθώρια** : **Επάνω** και **Κάτω** 2,54εκ , **Αριστερά** και **Δεξιά** 2εκ
8. Κάντε κλικ στην αρχή του κειμένου.
9. Πατήστε επάνω στην καρτέλα **Αναθεώρηση** και επιλέξτε **Ορθογραφικός & Γραμματικός έλεγχος**.
10. Ακολουθείστε τη διαδικασία που περιγράψαμε στην τάξη για να διορθώσετε όλα τα ορθογραφικά λάθη.
11. Κάντε πάλι κλικ στην αρχή του κειμένου.
12. Πατήστε επάνω στην καρτέλα **Εισαγωγή** και επιλέξτε **Έτοιμες εικόνες Clip Art**. Εισάγετε την



φρυγανιέρα . Αν έχετε το Word 2016, όπου το Clip Art έχει καταργηθεί, βρείτε μια σχετική εικόνα στο διαδίκτυο και εισάγετέ την στην ίδια θέση.

13. Τέλος, από την ίδια καρτέλα **Εισαγωγή**, εισάγετε δίπλα στην εικόνα και μέσα σε **WordArt** το κείμενο **Πρωινό**.
14. Να θυμάστε να αποθηκεύετε το αρχείο σας καθώς προχωράτε στα βήματα.