



Τα σάϊνια



Πίσω στα θρανία

Τέλειωσαν οι διακοπές. Άρχισαν τα σχολεία. Έκτη τάξη επιτέλους! Τώρα που είμαστε οι μεγάλοι του σχολείου πρέπει να προσέχουμε τα μικρότερα παιδιά.

Έχουμε για ακόμα μια χρονιά τον ίδιο δάσκαλο και θα συνεχίσουμε μαζί του πολλά από τα περσινά προγράμματα, αλλά και καινούρια.

Η επέτειος του ΟΧΙ

Η Επέτειος του ΟΧΙ αναφέρεται στην άρνηση της Ελλάδας στις ιταλικές αξιώσεις που περιείχε

Συνεχίζουμε να έχουμε την ιστοσελίδα όπου γράφουμε εκεί όλα μας τα μαθήματα, αλλά και κάποιες φορές ο κύριος μας βάζει και επαναληπτικά παιχνίδια.

Από τον Οκτώβριο θα ξεκινήσουμε και τις επισκέψεις.

Τα μαθήματα είναι επαναληπτικά της Πέμπτης τάξης για κάποιους

είναι εύκολα και για κάποιους είναι δυσκολότερα, για αυτό ο κύριος κάνει ευκολότερο το μάθημα με την ιστοσελίδα.

Στην ιστοσελίδα μπαίνουμε με τον προτζέκτορα και τον διαδραστικό πίνακα και πιο πρόσφατα με τα tablet.

Δανάη Αρσενίου

το τηλεσίγραφο που επιδόθηκε



Τα Ιταλικά άνακαινωθέν: 'Τι βραχή και ή κακακαγιά μες ή Ελλάδα ηρ ηροδ-
λαση.

στις 28 Οκτωβρίου του 1940 στον Έλληνα Δικτάτορα που έφερε τίτλο Πρωθυπουργού, Ιωάννη Μεταξά. Συνέπεια της άρνησης αυτής ήταν η είσοδος της Χώρας στο Β΄ Παγκόσμιο Πόλεμο και η έναρξη του Ελληνοϊταλικού πολέμου του 1940. Η ημερομη-

(Συνέχεια στη σελίδα 2)

| ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ ΤΕΥΧΟΥΣ: | |
|--|------|
| 28η Οκτωβρίου, Κατοχή, Ολοκαύτωμα, Καλάβρυτα | 1-4 |
| Παιδί και Ίντερνετ | 1, 5 |
| Οι 3 μεγαλύτερες Ανακαλύψεις | 6 |
| Η κιθάρα 6 Προγράμματα για τον Η/Υ σας | 7 |
| Τα ημερομηνία— Φθινόπωρο Χελιδόνια | 9 |
| Πράγματα που δεν ξέραμε | 10 |
| Κολύμβηση—Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Πόλο | 11 |
| Συνταγές—Κρυπόλεξο | 12 |

Παιδί και Ίντερνετ

Το Internet ως γνωστό αποτελεί τη λεωφόρο της πληροφορίας . Δεν υπάρχει τίποτα που θα ψάξεις και



δεν θα το βρεις . Το Internet αποτελεί πλέον πολύ σημαντικό εργα-

λείο για επικοινωνία, πληροφόρηση, διασκέδαση και αγορές. Τα παιδιά επικοινωνούν με τους φίλους τους και τους συμμαθητές τους με e-mail ή με chat rooms (δωμάτια συζητήσεων σε πραγματικό χρόνο on line). Επίσης είναι δυνατή η ανταλλαγή αρχείων, ταινιών ή μουσικής, η είσοδος σε ομάδες συζητήσεων (Forum) και η διασκέδαση με τα αλληλεπιδραστικά on line παιχνίδια.

(Συνέχεια στη σελίδα 5)

Η επέτειος του ΟΧΙ

από τη σελίδα 1)

(Συνέχεια)

νία αυτή καθιερώθηκε να γιορτάζεται στην Ελλάδα κάθε χρόνο ως επίσημη εθνική εορτή και αργία. Τις πρώτες πρωινές ώρες στις 28



Οκτωβρίου του 1940 η τότε Ιταλική Κυβέρνηση απέστειλε στην Ελλάδα τελεσίγραφο, με τον Ιταλό Πρέσβη στην Αθήνα Εμανουέλε Γκράτσι, ο οποίος και το επέδωσε ιδιόχειρα στον Ιωάννη Μεταξά, στην οικία του δεύτερου, στην Κηφισιά, με το οποίο και απαιτούσε την ελεύθερη διέλευση του Ιταλικού στρατού από την Ελληνοαλβανική μεθόριο προκειμένου στη συνέχεια να καταλάβει κάποια στρατηγικά σημεία του Βασιλείου της Ελλάδος, (λιμένες, αεροδρόμια κλπ.), για

ανάγκες ανεφοδιασμού και άλλων διευκολύνσεων του, στη μετέπειτα προώθησή του στην Αφρική. Μετά την ανάγνωση του κειμένου ο Μεταξάς έστρεψε το βλέμμα του στον Ιταλό Πρέσβη και του απάντησε στα γαλλικά (επίσημη διπλωματική γλώσσα) την ιστορική φράση: «Alors, c'est la guerre», (προφέρεται από τα γαλλικά, αλδρ, σε λα γκερ, δηλαδή, Λοιπόν, αυτό σημαίνει πόλεμο), εκδηλώνοντας έτσι την αρνητική του θέση στα απαράδεκτα ιταλικά αιτήματα. Ο ίδιος ο Γκράτσι στα απομνημονεύματά του, που εξέδωσε το 1945, περιγράφει τη σκηνή: «Έχω εντολή κ. πρωθυπουργέ να σας κάνω μία ανακοίνωση και του έδωσα το έγγραφο. Παρακολούθησα την συγκίνηση εις τα χέρια και εις τα μάτια του. Με σταθερή φωνή και βλέποντάς με κατάματα ο Μεταξάς μου είπε: αυτό σημαίνει πόλεμο. Του απήντησα ότι αυτό θα μπορούσε να αποφευχθεί. Μου απήντησε ΟΧΙ. Του πρόσθεσα ότι

αν ο στρατηγός Παπάγος..., ο Μεταξάς με διέκοψε και μου είπε: ΟΧΙ! Έφυγα υποκλινόμενος με τον βαθύτερο σεβασμό, προ του γέροντος αυτού, που προτίμησε την θυσία αντί της υποδουλώσεως». Ο Μεταξάς εκείνη τη στιγμή είχε εκφράσει το ελληνικό λαϊκό συναίσθημα, την άρνηση της υποταγής, και αυτή η άρνηση πέρασε στον τότε ελληνικό δημοσιογραφικό τύπο με την λέξη «ΟΧΙ». Σημειώνεται πως αυτούσια η λέξη «ΟΧΙ» παρουσιάστηκε για πρώτη φορά ως τίτλος στο κύριο άρθρο της εφημερίδας «Ελληνικό Μέλλον» του Ν. Π. Ευστρατίου στις 30 Οκτωβρίου του 1940.

Δύο ώρες μετά την παραπάνω επίδοση, ξεκίνησε ο Ελληνοϊταλικός Πόλεμος με εισβολή των ιταλικών στρατευμάτων στην Ήπειρο, οπότε η Ελλάδα αμυνόμενη ενεπλάκη στον πόλεμο.

Άννα Χοτζάλλη

πάνω από έξι εκατομμύρια. Εκτός από τους Εβραίους, περίπου 220.000 Ρομά και Σίντι θανατώθηκαν στο Ολοκαύτωμα (μερικές εκτιμήσεις φτάνουν ως και τις 800.000), δηλαδή το 25-50% του ευρωπαϊκού τους πληθυσμού. Άλλες ομάδες που κρίθηκαν «φυλετικά κατώτερες» ή «ανεπιθύμητες» ήταν οι εξής: Σοβιετικοί στρατιώτες και πολίτες αιχμάλωτοι σε κατεχόμενες περιοχές (περιλαμβανομένων των Ρώσων και άλλων Σλάβων), Πολωνοί μη Εβραίοι (3 εκατομμύρια Πολωνοί Εβραίοι και 2 εκατομμύρια Πολωνοί μη Εβραίοι), διανοητικά ασθενείς ή σωματικά ανάπηροι, Μάρτυρες του Ιεχωβά, Ελευθεροτέκτονες, Κομμουνισ

(Συνέχεια στη σελίδα 3)

Ολοκαυτώματα

Στα αρχικά στοιχεία που συνθέτουν το Ολοκαύτωμα είναι το πογκρόμ της Νύχτας των Κρυστάλλων και το Πρόγραμμα Ευθανασίας T-4, τα οποία οδήγησαν στη συνέχεια στα τάγματα θανάτου και στα στρατόπεδα εξόντωσης τα οποία αποτελούσαν μαζική και κεντρικά οργανωμένη προσπάθεια για την εξολόθρευση κάθε μέλους των κοινοτήτων που αποτελούσαν στόχο των Ναζί.

Οι Εβραίοι της Ευρώπης ήταν τα κυρίως θύματα του Ολοκαυτώματος, μέσω αυτού που οι Ναζί ονόμαζαν «Τελική Λύση του Εβραϊκού Ζητήματος». Το νούμερο που χρησιμοποιείται πιο συχνά για τον αριθμό των θυμά-



«Ας είναι για αιώνες κραυγή απελπισίας και προειδοποίηση για την ανθρωπότητα αυτός ο τόπος, όπου οι Ναζί φόνευσαν περίπου ενάμισι εκατομμύριο άντρες, γυναίκες και παιδιά, κυρίως Εβραίους, από διάφορες χώρες της Ευρώπης».

των του εβραϊκού πληθυσμού είναι έξι εκατομμύρια, αν και οι τυπικές εκτιμήσεις από τους ιστορικούς για το εύρος των θυμάτων κυμαίνονται από πέντε εκατομμύρια ως και

Η πείνα στην Κατοχή

Στις 28 Οκτωβρίου 1940 η φασιστική Ιταλία κήρυξε τον πόλεμο στην Ελλάδα. Μετά από αντίσταση από τη μεριά της χώρας μας την άνοιξη του 1941 της επιτέθηκε και η σύμμαχος της Ιταλίας, η ναζιστική Γερμανία. Παρά την αρχική αντίσταση της Ελλάδας τελικά ηττήθηκε και καταλήφθηκε από τους Γερμανούς, τους Ιταλούς και τους συμ-

μάχους τους Βούλγαρους. Από τότε και μέχρι το φθινόπωρο του 1944 έχουμε την περίοδο της Κατοχής.



Ανάμεσα στα πολλά βάσανα που πέρασε ο ελληνικός λαός την περίοδο της Κατοχής, το πιο τρομερό ήταν η μεγάλη πείνα, από την οποία ειδικά τον πρώτο χρόνο (1941-1942) πέθαναν χιλιάδες άνθρωποι. Οι κατακτητές άρπαξαν από τη χώρα ό,τι τους ήταν χρήσιμο για τον πόλεμο: τρόφιμα, πρώτες ύλες από τα εργοστάσια, μεταφορικά μέσα και καύσιμα, χρήματα.

Η ναζιστική ιδεολογία των Γερμανών στηριζόταν στο ρατσισμό, θεωρούσε δηλαδή τους άλλους λαούς κατώτερους από αυτούς και ότι για αυτό έπρεπε να τους υπηρετούν αλλά και να θυσιάσουν αν αυτό ήταν απαραίτητο για τις ανάγκες της Γερμανίας. Ληλατούσαν λοιπόν τη χώρα χωρίς να νοιάζονται αν θα κατάφερνε να επιζήσει ο ελληνικός λαός. Έπεσε μεγάλη φτώχεια γιατί έκλεισαν εργοστάσια και μαγαζιά και ο κόσμος έμεινε χωρίς δουλειά. Επίσης τα λεφτά έχασαν την αξία τους γιατί οι κατακτητές τύπωναν δικά τους σε μεγάλες ποσότητες και ανάγκαζαν τους Έλληνες να τα δέχονται για αληθινά. Μετά από λίγο καιρό, για να αποκτή-

σει κάποιος οτιδήποτε έπρεπε να το ανταλλάξει με κάτι άλλο γιατί κανείς δε δεχόταν χρήματα.

Πιο πολύ υπέφεραν από την πείνα οι κάτοικοι των μεγάλων πόλεων και ειδικά της Αθήνας καθώς και οι κάτοικοι των νησιών. Αυτό συνέβη γιατί με τον πόλεμο είχαν καταστραφεί σε μεγάλο βαθμό οι δρόμοι και δεν μπορούσαν να έρθουν τρόφιμα (σιτάρι, λάδι, όσπρια, λαχανικά) από την επαρχία όπου τα καλλιεργούσαν.

Άλλος πολύ σημαντικός λόγος ήταν ότι οι περισσότερες μεταφορές στην Ελλάδα γίνονται από τη θάλασσα, με προορισμό τον Πειραιά και τα νησιά. Κατά τη διάρκεια όμως του πολέμου, οι Άγγλοι που ήταν αντίπαλοι των Γερμανών και των Ιταλών δεν τους επέτρεπαν να κινούνται στη θάλασσα, στη Μεσόγειο ούτε στο Αιγαίο. Τα πλοία τους τα βομβάρδιζαν και αυτό το ονόμαζαν «θαλάσσιο αποκλεισμό». Έτσι όμως δεν μπορούσαν να έρθουν τρόφιμα ούτε από τη θάλασσα. Τον πρώτο χρόνο της Κατοχής λόγω της έλλειψης τροφίμων και της μεγάλης φτώχειας άρχισαν να πεθαίνουν οι άνθρωποι από την πείνα. Το χειμώνα εκείνο του 1941 έκανε πολύ κρύο και οι άνθρωποι πέθαιναν στους δρόμους από το κρύο καθώς έψαχναν κάτι να φάνε. Πέθαναν πολλοί άρρωστοι και τραυματισμένοι φαντάροι στα νοσοκομεία αφού δεν μπορούσαν να τους φροντίσουν καθώς και πολλοί ηλικιωμένοι που δεν άντεχαν τις ταλαιπωρίες.

Επίσης πέθαναν πολλοί φτωχοί, εργάτες και υπάλληλοι που έμειναν άνεργοι ή που τα λεφτά από τη δουλειά τους δεν τους έφταναν για να συντηρήσουν την οικογένειά τους.

Αντίθετα, κάποιιοι έγιναν πλούσιοι εκμεταλλευόμενοι τη δυστυχία των

πολλών. Σε συνεργασία με τους κατακτητές κατάφεραν να βρουν τρόφιμα και τα πουλούσαν πανάκριβα αφού τα έκρυβαν μέχρι να ανέβει η τιμή τους. Όσοι δεν είχαν τίποτα άλλο να πουλήσουν, έδιναν το σπίτι τους για τρεις τενεκέδες λάδι. Αυτή η ληστεία εναντίον του ελληνικού λαού ονομάστηκε «μαύρη αγορά» και αυτούς τους αυνεϊδητους εμπόρους τους ονόμασαν «μαυραγορίτες».

Πολύς κόσμος οργανώθηκε σε συνεταιρισμούς και οργανώσεις για να παλέψει για την επιβίωση του και για να μην επαναληφθεί το κακό του πρώτου χειμώνα. Οργανωμένοι ανά γειτονιές, ανά επάγγελμα ζητούσαν να πληρώνονται σε τρόφιμα και όχι σε χρήματα χωρίς αξία. Επίσης πατριωτικές οργανώσεις όπως η «Εθνική Αλληλεγγύη» διοργάνωναν συσσίτια και εράνους για να βοηθήσουν τους φτωχότερους και τα ορφανά παιδιά. Τέλος, οι Άγγλοι και Γερμανοί συμφώνησαν να αφήνουν να περνάνε καράβια από ουδέτερες χώρες όπως η Σουηδία και ο Καναδάς και να φέρνουν τρόφιμα από το εξωτερικό που συγκέντρωνε ο Διεθνής Ερυθρός Σταυρός.

Ζωή Μπακή

Ολοκαυτώματα

(Συνέχεια από τη σελίδα 2)

τές και άλλοι πολιτικοί αντιφρονούντες, συνδικαλιστές και κάποιιοι Καθολικοί και Προτεστάντες κληρικοί που διώχτηκαν ή θανατώθηκαν. Αν συνυπολογιστούν και όλες αυτές οι πληθυσμιακές ομάδες, ο αριθμός των θυμάτων ανεβαίνει σημαντικά. Κάποιιοι εκτιμήσεις τοποθετούν το συνολικό αριθμό θυμάτων του Ολοκαυτώματος στα 26 εκατομμύρια ανθρώπους, όμως τα 9 έως 11 εκατομμύρια θύματα συνήθως θεωρείται η πιο αξιόπιστη εκτίμηση.

Ελευθερία Σουσουρή

Η σφαγή των Καλαβρύτων (13-12-1943)

Η σφαγή των Καλαβρύτων αναφέρεται στην εξολόθρευση του ανδρικού πληθυσμού και την συνολική καταστροφή της πόλης των Καλαβρύτων στην Ελλάδα, από στρατιώτες της γερμανικής 117ης Μεραρχίας Καταδρομών, κατά τη διάρκεια του Δεύτερου Παγκοσμίου Πολέμου στις 13 Δεκεμβρίου του 1943.

Το ιστορικό

Η σφαγή των Καλαβρύτων είναι η πιο βαριά περίπτωση πολεμικού εγκλήματος στην Ελλάδα, κατά τη διάρκεια του Β' Παγκόσμιου πολέμου. Η διαταγή της μαζικής δολοφονίας, στο πλαίσιο της επιχείρησης «Καλάβρυτα», ξεκίνησε από την παράκτια περιοχή της Αχαΐας στη βόρεια Πελοπόννησο, όταν τα στρατεύματα της Βέρμαχτ στην πορεία τους έκαψαν χωριά και δολοφόνησαν τους πολίτες στο δρόμο τους. Η επιχείρηση «Καλάβρυτα» ήταν μια επιχείρηση κύκλωσης των Ελλήνων ανταρτών η οποία όμως



ντάρτες.

Η σφαγή των αμάχων διαπράχθηκε από την 117η Μεραρχία Καταδρομών, η οποία αποτελούνταν από Αυστριακούς και Γερμανούς. Πιο πριν, η μεραρχία αυτή, ως 717η Μεραρχία Πεζικού και με αρκετά διαφορετική σύνθεση και ηγεσία, είχε συμμετάσχει σε επιχειρήσεις εναντίον ανταρτών και

μαζικές εκτελέσεις χιλιάδων αμάχων, ως αντίποινα, στη Σερβία.

Οι Γερμανοί, στο δρόμο για τα Καλάβρυτα, εκτέλεσαν 143 άνδρες, στα χωριά Ρωγοί, Κερπινή, Άνω και Κάτω Ζαχλωρού, καθώς και στη Μονή Μεγάλου Σπηλαίου. Επίσης

έκαψαν περίπου 1.000 σπίτια σε πάνω από 50 χωριά, αφού τα λεηλάτησαν αποκομίζοντας περισσότερα από 2.000 πρόβατα

και μεγαλύτερα ζώα και περίπου 260.000.000 δραχμές.

Όταν έφθασαν στα Καλάβρυτα, κλείδωσαν όλες τις γυναίκες και τα παιδιά κάτω των 14 στο σχολείο και διέταξαν όλους τους άνδρες από 14 και πάνω να παρουσαστούν έξω από το χωριό. Εκεί οι Γερμανοί τους εκτέλεσαν με συνεχείς ριπές πολυβόλων, σκοτώνοντας περίπου 500 άτομα. Οι γυναίκες και τα παιδιά κατάφεραν να αποδράσουν από το σχολείο ενώ το χωριό φλεγόταν. Την επόμενη ημέρα τα ναζιστικά στρατεύματα πυρπόλησαν το μοναστήρι της Αγίας Λαύρας, που συνδέεται στενά με την Ελληνική Επανάσταση του 1821. Σήμερα στην θέση του εγκλήματος διατηρείται μνημείο, ως ανάμνηση των πεσόντων και του φρικτού γεγονότος, και κάθε χρόνο γίνεται εκδήλωση μνήμης. Παρά το γεγονός ότι η Γερμανία έχει αναγνωρίσει δημόσια τη ναζιστική αγριότητα των Καλαβρύτων, ακόμα δεν έχει καταβληθεί καμιά αποζημίωση.



Το μνημείο των πεσόντων στα Καλάβρυτα

κατέληξε σε μαζικά αντίποινα επί του άμαχου πληθυσμού της περιοχής, μετά το θάνατο Γερμανών στρατιωτών σε μάχες με τους α-

Θάνος Παπαδογιάννης

Παιδί και Ίντερνετ

(Συνέχεια από τη σελίδα 1)

Είναι όμως έτσι;

Στο Internet κανείς δεν μπορεί να καταλάβει ποιος είσαι, εννοώντας ότι στο συγκεκριμένο χώρο μπορεί εύκολα ο καθένας να υποδυθεί οποιονδήποτε άλλο. Συχνά στα λεγόμενα δωμάτια συζητήσεων (chat rooms), οι συμμετέχοντες κρύβουν την πραγματική τους ταυτότητα, το φύλο ή την ηλικία τους, άλλοτε για αθώους σκοπούς όπως για να κάνουν ένα αστείο και άλλοτε επειδή επιδιώκουν κάτι δόλιο. Τα παιδιά από την πλευρά τους είτε από παιδική αφέλεια είτε γιατί ο συνομιλητής τους μετά από αρκετό καιρό συζητήσεων κατάφερε να τους κερδίσει την εμπιστοσύνη, παρέχουν προσωπικές πληροφορίες χωρίς ενδοιασμούς. Αν κάποιος άγνωστος στο δρόμο μας πλησίαζε και μας ρωτούσε το όνομά μας ή τη διεύθυνση κατοικίας μας θα ανταποκρινόμασταν? Φυσικά κι όχι. Το ίδιο λοιπόν θα πρέπει να κάνουμε και στο Internet.

Ποτέ δεν θα αναφέρω:

- ▶ διευθύνσεις κατοικίας
- ▶ αριθμούς τηλεφώνου
- ▶ διεύθυνση/τηλέφωνο εργασίας γονέων
- ▶ όνομα ή θέση του σχολείου
- ▶ Διάφορα μέρη που συχνάζω
- ▶ Κωδικούς πρόσβασης λογαριασμών Internet (ακόμη και στους καλύτερους φίλους)

- Δεν θα χρησιμοποιήσω το πραγματικό όνομά μου στα δωμάτια συνομιλίας - αλλά θα κάνω χρήση ψευδώνυμου (nick name).

- Θα ενημερώσω τους γονείς μου για κάθε τι που μου προξένησε εντύπωση στο διαδίκτυο και μου προκάλεσε ανησυχία.

- Ποτέ δεν θα στείλω τη φωτογραφία μου ή φωτογραφία της οικογένειάς μου χωρίς να το έχουν ελέγξει οι γονείς μου.

• Ποτέ δεν θα συμφωνήσω να συναντηθώ με κάποιον που γνώρισα στο Internet χωρίς να συγκαταθέσει από τους γονείς μου. Αν οι γονείς μου συμφωνήσουν τότε το μέρος συνάντησης θα είναι κάποιο δημόσιο μέρος και πάντα συνοδεία ενός από τους γονιούς μου.

- Δεν θα απαντήσω ποτέ σε ανήθικα και αγενή μηνύματα. Δεν είναι φταίξιμο δικό μου που έλαβα ένα τέτοιο μήνυμα. Αν λάβω τέτοιο μήνυμα δεν θα το ανοίξω αλλά θα το δείξω τους γονείς μου αμέσως για να το ελέγξουν και να ενημερώσουν την εταιρεία παροχής υπηρεσιών Internet (ISP).

- Πρέπει να είμαι προσεκτικός με τα επισυναπτόμενα αρχεία των e-mails μου, αφού μπορεί να περιέχουν ανάρμοστο περιεχόμενο ή ιούς που μπορεί να καταστρέψουν τον υπολογιστή μου.

- Θα συζητήσω με τους γονείς μου, έτσι ώστε μπορέσουμε από κοινού, να οργανώσουμε τους κανόνες για την περιήγησή μου στο Internet. Θα αποφασίσουμε το χρόνο της ημέρας, που θα μπορώ να είμαι σε ανοικτή γραμμή, το χρονικό διάστημα

- Θα συζητήσω με τους γονείς μου, έτσι ώστε μπορέσουμε από κοινού, να οργανώσουμε τους κανόνες για την περιήγησή μου στο Internet. Θα αποφασίσουμε το χρόνο της ημέρας, που θα μπορώ να είμαι σε ανοικτή γραμμή, το χρονικό διάστημα

- Θα συζητήσω με τους γονείς μου, έτσι ώστε μπορέσουμε από κοινού, να οργανώσουμε τους κανόνες για την περιήγησή μου στο Internet. Θα αποφασίσουμε το χρόνο της ημέρας, που θα μπορώ να είμαι σε ανοικτή γραμμή, το χρονικό διάστημα

που θα μπορώ να είμαι σε απευθείας σύνδεση, και τις κατάλληλες περιοχές (sites) που θα επισκέπτομαι. Δεν θα έχω πρόσβαση σε άλλες περιοχές και δεν θα παραβώ αυτούς τους κανόνες χωρίς την άδειά τους. Ρωτήστε τους γονείς σας για τρόπους με τους οποίους μπορείτε να αντιμετωπίσετε το ενο-



χλητικό υλικό.

- ▶ Δεν θα πρέπει να απαντάμε αν κάποιος μας πει κάτι ανάρμοστο και θα πρέπει να αποχωρούμε από όποιες ιστοσελίδες μας ανησυχούν ή μας κάνουν να μην νιώθουμε άνετα και να μην διστάσουμε ούτε στιγμή να ζητήσουν τη βοήθειά των γονιών μας.

Καλό σερφάρισμα!!!!!!!

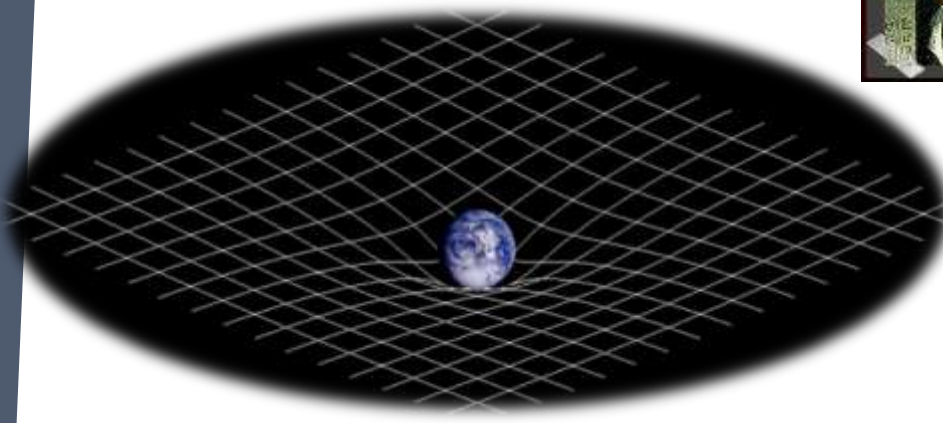
Ζωή Μπακή



Οι 3 μεγαλύτερες ανακαλύψεις του ανθρώπου

Οι άνθρωποι σε όλες της εποχές έκαναν ανακαλύψεις. Παρακάτω είναι οι τρεις μεγαλύτερες:

◆ Οι θεωρίες της σχετικότητας



(Αϊνστάιν)

Σύμφωνα με τη γενική θεωρία της σχετικότητας, ο χωροχρόνος καμπυλώνεται από την παρουσία ύλης

◆ Κβαντική μηχανική

Η κβαντική φυσική, που αναπτύχθηκε στο πρώτο τέταρτο



της ενέργειας στο υποατομικό επίπεδο.

◆ Νόμοι του Νεύτωνα

Οι 3 νόμοι του Νεύτωνα αποτελούν τα θεμέλια της κλασικής μηχανικής. Περιγράφουν τη σχέση μεταξύ των σωμάτων και των δυνάμεων που ασκούνται σε αυτά, καθώς και τον τρόπο με τον οποίο κάθε σώμα κινείται κάτω από την επίδραση αυτών των δυνάμεων.

Γιώργος Νικολάου

Γιατί υπάρχουν ασθένειες ;

Σε όλους τους πολιτισμούς, παλιούς και σύγχρονους, οι άνθρωποι αναρωτιόνταν που οφείλονται οι ασθένειες.



Η Ιατρική της Δύσης έχει κατατάξει τις αιτίες μιας αρρώστιας σε τέσσερις κατηγορίες.

Η πρώτη αφορά τις εξωτερικές επιθέσεις. Οι εχθροί μπορεί να είναι

ένα έντομο, ένας ιός, ένα βακτήριο ή ένα μανιτάρι, ακόμα και η μόλυνση ή η κακή διατροφή. Αυτό συμβαίνει στην περίπτωση της ιλαράς,

της γρίπης, του έιτς ή των αλλεργιών.

Ύστερα υπάρχουν οι ασθένειες που οφείλονται σε μια εσωτερική διαταραχή: η λειτουργία του οργανισμού χάνει την ισορρο-

πία της ή τα κύτταρα πολλαπλασιάζονται άναρχα. Αυτό μοιάζει με αυτοκαταστροφή. Ένας διαβήτης ή ένας καρκίνος μπορεί να αναπτυχθεί έτσι.

Οι άλλες δύο κατηγορίες που ευθύνονται για μια ασθένεια χαρακτηρίζονται από ένα «ατύχημα» που συνέβη τη στιγμή της σύλληψής μας. Είναι οι γενετικές ασθένειες και εκείνες που οφείλονται σε χρωματικές ανωμαλίες. Όσο για τις χρωμοσωμικές ασθένειες, γνωρίζοντας ότι όλα τα χρωμοσώματά μας σχηματίζουν ζεύγη, οφείλονται σε ένα χρωμόσωμα λιγότερο ή περισσότερο σε κάποιο από τα 23 ζεύγη μας. Ένας άνθρωπος προσβάλλεται από τρισωμία 21 (μογγολισμός), αν έχει 3 χρωμοσώματα αντί για 2 στο 21^ο ζεύγος.

Αφροδίτη Κορογιάννου

Η κιθάρα



Η κιθάρα υπήρξε έγχορδο μουσικό όργανο της Ελληνικής Αρχαιότητας, το οποίο ανήκε στην ευρύτερη οικογένεια της λύρας.

Στις μέρες μας η κιθάρα αναφέρεται στο σύγχρονο μουσικό όργανο, το οποίο δανείζεται το όνομά του από το αρχαιοελληνικό ομώνυμο όργανο, αλλά ωστόσο αποτελεί

εξέλιξη μιας ξεχωριστής οικογένειας εγχόρδων οργάνων, που περιλαμβάνει το λαούτο, ενώ απαντάται σε πλήθος πολιτισμών με διαφορετικές ονομασίες και κατασκευαστικά στοιχεία.

Στη σύγχρονη εκδοχή της, η κιθάρα αποτελείται συνήθως από έξι χορδές, ωστόσο συναντώνται και παραλλαγές με επτά, οκτώ, δέκα, δώδεκα και δεκαοκτώ. Η οικογένεια της κιθάρας περιλαμβάνει αρκετά όργανα που εμφανίζουν παραλλαγές ως προς τη μορφολογία τους ή τον τρόπο εκτέλεσής τους. Σύμφωνα με το σύστημα ταξινόμησης Hornbostel-Sachs, ανήκει στα σύνθετα χορδόφωνα.

Από το δεύτερο μισό του εικοστού αιώνα, αποτελεί ένα από τα πλέον δημοφιλή μουσικά όργανα, καθώς χρησιμοποιείται σε μια πληθώρα μουσικών ειδών, όπως η τζαζ, μπλουζ, ροκ, heavy metal, ποπ, λαϊκή, παραδοσιακή μουσική, ποπ ροκ και κάποιες φορές και στην

κλασσική μουσική.

Οι κυριότεροι κιθαρίστες είναι οι:

- ο Φερνάντο Σορ
- ο Ντιονίσιο Αγουάδο
- ο Φερντινάντο Καρούλι
- ο Ματέο Καρκάσι
- ο Μάουρο Τζουλιάνι
- ο Νικολό Παγκανίνι
- ο Φρανθίσκο Τάρρεγα
- ο Μιγέλ Λιομπέτ
- ο Αγουστίν Μπάρριος Μανγορέ
- ο Ίντα Μπρέστι
- ο Αντρέας Σεγόβια

Είδη κιθάρας

Κλασσική κιθάρα, Ακουστική κιθάρα, Ηλεκτρική κιθάρα, Λαϊκή κιθάρα, Κιθάρα του Flamenco, Ηλεκτρακουστική κιθάρα, Δωδεκάχορδη κιθάρα, Άταστη κιθάρα, Μπασοκίθαρο, Τρες, Κουάτρο, Πορτογαλική κιθάρα των Φάντος, Γιουκαλίλι, Pedal steel guitar, Ρωσική κιθάρα.

Θάνος Παπαδογιάννης

6 προγράμματα στον Η/Υ που πρέπει να έχετε

Υπάρχουν πολλές εφαρμογές για τον Η/Υ. Παιχνίδια, ζωγραφική, επεξεργασίας εικόνας κ.α. Παρακάτω υπάρχουν 6 εφαρμογές που θα σας βοηθήσουν να κάνετε πολλά πράγματα με τον υπολογιστή σας:

- Microsoft Office 2010 – Σουίτα Προγραμμάτων Γραφείου. Δεν γίνεται δωρεάν λήψη
- Notepad ++ - Επεξεργαστής Κώδικα για HTML, Java, PHP κ.ά. <http://notepad-plus-plus.org/download/v6.4.5.html>
- Google Earth – Πρόγραμμα χαρτών και εικονικής περιήγησης στη Γη.

σης στη Γη.

<http://www.google.com/earth/index.html>



- Microsoft Visual Studio –

Σουίτα Γλωσσών Προγραμματισμού.

<http://www.microsoft.com/visualstudio/eng/2013-downloads>

- μtorrent – Πρόγραμμα Διαμοιρασμού αρχείων. <http://www.utorrent.com/>
- ♦ SketchUp 8 - Τρισδιάστατη σχεδίαση. <http://www.sketchup.com/download>

Γιώργος Νικολάου

Τα Μερομήνια

Τα Μερομήνια είναι μια πανάρχαια μέθοδος πρόβλεψης του καιρού για όλο τον χρόνο. Η μέθοδος είναι πολύ απλή για όσους γνωρίζουν.

Παρατηρούμε τον καιρό του Αυγούστου για 12 μέρες, εκ των οποίων κάθε μία αντιπροσωπεύει τον καιρό των επόμενων μηνών. Δηλαδή, η πρώτη μέρα μας δείχνει τί καιρό θα κάνει τον ερχόμενο Αύγουστο, η δεύτερη για τον Σεπτέμβριο, η τρίτη για τον Οκτώβριο, κ.ο.κ.

Οι απόψεις δίστανται για το πότε θα πρέπει να ξεκινούμε να παρατηρούμε τις ημέρες του Αυγούστου.

Κάποιοι παρατηρητές ξεκινούν να βλέπουν τις καιρικές συνθήκες από την 1η Αυγούστου έως και την 12η Αυγούστου. Μια άλλη μερίδα ξεκινούν με το παλιό

ημερολόγιο, από τις 14 Αυγούστου έως και τις 25 Αυγούστου. Θα πρέπει να επισημάνουμε ότι προσέχουν τις καιρικές συνθήκες ολόκληρου του εικοσιτετράωρου. Αν για παράδειγμα, στις 18 Αυγούστου, βρέχει το βράδυ τότε τις τελευταίες μέρες του Δεκέμβρη θα έχει άσχημο καιρό.

Η επίσημη μετεωρολογία αμφισβη-

τεί τα ημερομήνια, και υποστηρίζει ότι μακροχρόνιες προβλέψεις δεν είναι δυνατόν να γίνουν. Έχει όμως πολυάριθμους υποστηρικτές ανάμεσα στους γεωργούς, τους κτηνοτρόφους και γενικά τους ανθρώπους



που ζουν και εργάζονται στην ύπαιθρο.

Πώς ερμηνεύονται τα σημάδια: Όταν έχει αέρα, ο καιρός του αντίστοιχου μήνα θα είναι άστατος. Όταν υπάρχουν άσπρα σταθερά σύννεφα, ο καιρός του αντίστοιχου μήνα θα έχει βροχές.

Όταν υπάρχουν άσπρα σύννεφα που τρέχουν ο καιρός του αντίστοι-

χου μήνα θα είναι χιονιάς.

Όταν υπάρχουν σκούρα σύννεφα ο καιρός του αντίστοιχου μήνα θα είναι κρύος.

Όταν ο ουρανός είναι καθαρός, ο καιρός του αντίστοιχου μήνα θα είναι καλός.

Εμείς τα **Σαΐνια** πρώτοι σας ενημερώνουμε για τον καιρό που θα κάνει αυτό το χειμώνα.

Θα έχουμε έναν πολύ κρύο χειμώνα στη χώρα μας αλλά και την Ευρώπη γενικότερα. Οι χιονοπτώσεις σύμφωνα με τα στοιχεία μας, θα είναι πιο πολλές σε σχέση με άλλες χρονιές ενώ το ίδιο θα ισχύσει και από πλευράς βροχών. Τα στοιχεία μας επιμένουν ότι και το Φθινόπωρο πιθανότατα να κυλίσει με πιο ψυχρό ως και κρύο καιρό αλλά και πιο πολλές βροχές

και χιόνια στα βουνά μας.

Όμως τον πρώτο λόγο πάντως για όλα αυτά, έχει η ίδια η φύση και κανείς δεν μπορεί ποτέ να προβλέψει με ακρίβεια τα σχέδια της τόσο για το κοντινό όσο και για το μακρινό μέλλον.

Ζωή Μπακλή

Το Φθινόπωρο

Το Φθινόπωρο είναι μία από τις τέσσερις εποχές της εύκρατης ζώνης, η ενδιάμεση ανάμεσα στο καλοκαίρι και τον χειμώνα. Ξεκινά στο Βόρειο ημισφαίριο κατά την φθινοπωρινή ισημερία, στις 21 Σεπτεμβρίου και στις 21 Μαρτίου στο Νότιο ημισφαίριο. Αντίστοιχα στο Βόρειο τελειώνει στο χειμερινό ηλιοστάσιο στις 21 Δεκεμβρίου και στις 21 Ιουνίου στο Νότιο. Ωστόσο, για τη μετεωρολογία οι



μήνες Σεπτέμβριος, Οκτώβριος και Νοέμβριος στο βόρειο ημισφαίριο

και Μάρτιος, Απρίλιος, Μάιος στο νότιο ημισφαίριο απαρτίζουν συμβατικά την εποχή του Φθινοπώρου. Εξάιρεση σε αυτού του είδους τη διαίρεση αποτελεί το Κελτικό ημερολόγιο που ακολουθεί τον Κελτικό ημερολογιακό κύκλο και θεωρεί ως μήνες του Φθινοπώρου τον Αύγουστο, τον Σεπτέμβριο και τον Οκτώβριο.

Τα φυλλοβόλα δένδρα χάνουν το φύλλωμά τους, τα χρώματα στη

Το Φθινόπωρο

(Συνέχεια από τη σελίδα 8)

φύση είναι διαφορετικά και ξεκινούν οι πρώτες βροχές, που προετοιμάζουν το έδαφος μεταφέροντας βαθύτερα τα άλατα, μεταλλικά στοιχεία και τις θρεπτικές ουσίες για την επερχόμενη σπορά. Τα φύλλα των φυλλοβόλων δέντρων, ενεργοποιώντας ένα δικό τους αμυντικό μηχανισμό, όταν ωριμάζουν μπορούν και διασπούν

τις χρωστικές ουσίες που έχουν



παραγάγει -ανάμεσά τους και την χλωροφύλλη- και τις απορροφούν πίσω στο κοτσάνι για άλλες χρήσεις. Όταν το πράσινο χρώμα της χλωροφύλλης εξαφανίζεται, τότε αποκαλύπτονται τα υπόλοιπα χρώματα, αυτά που συνήθως αποκαλούνται "φθινοπωρινά".

Ελευθερία Σουσουρή
Παναγιώτης Τσάκωνας

Φθινόπωρο



Έρχεται Φθινόπωρο!
φώναξε τ' αγέρι
χελιδόνια φύγετε
στου νοτιά τα μέρη.

Έρχεται Φθινόπωρο!
λέει το συννεφάκι
πρωτοβρόχια φτάνουνε
ξέψυχο δεντράκι.

Έρχεται Φθινόπωρο!
είπε το σχολείο
τα λουλούδια κλείστηκαν
μέσα στο βιβλίο.

Αφροδίτη Κορογιάννου
Ζωή Μπακή

Χελιδόνια

Το χελιδόνι είναι αποδημητικό πτηνό και ανήκει στην τάξη των στρουθιόμορφων. Τα



ο μέγεθος τους είναι 12-22 cm ανάλογα το είδος στο οποίο ανήκουν καθώς και το χρώμα τους. Μεταναστεύουν κατά δεκάδες εκα-

τοντάδες σε σμήνη, στα μεσογειακά κλίματα από τον Μάρτιο προκειμένου να αναπα-

ραχθούν και στις αρχές του φθινοπώρου μεταναστεύουν προς τα θερμά κλίματα

της Αφρικής. Τα χελιδόνια τρέφονται κυρίως με μικρά έντομα, αράχνες, νύμφες και κάμπιες. Τα έντομα και τις αράχνες

τα πιάνουν συνήθως στον αέρα, πετώντας προς αυτά με το ράμφος τους ανοικτό. ο θηλυκό χελιδόνι γεννάει 4-6 αυγά, η επώαση των αυγών διαρκεί περίπου 12 ως 20 μέρες ανάλογα το είδος και μετά την εκκόλαψη οι γονείς τις πρώτες μέρες τα αϊίζουν με μικρά έντομα ενώ αργότερα τα μαθαίνουν να πετάνε και να αναζητούν την τροφή τους.

Γνωστότερα είδη : Οχθοχελιδόνο, Βραχοχελιδόνο, Δενδροχελιδόνο, Σπιτοχελιδόνο, Σταυλοχελιδόνο

Παναγιώτης Τσάκωνας

Ξέρεις ότι...

(πληροφορίες που δεν ξέρουμε για τα ζώα)

1. Τα άγρια σκυλιά συχνά πιάνουν μεγάλα θηράματα και επειδή δεν μπορούν να τα φάνε ολόκληρα, τα θάβουν στο χώμα, για να τα φάνε στο επόμενο γεύμα τους. Ορισμένα κατοικίδια σκυλιά κρύβουν την τροφή τους μέσα στο έδαφος, όπως ακριβώς και οι άγριοι συγγενείς τους.

2. Συνηθίζουμε να δίνουμε γάλα στις κατοικίδιες γάτες. Μπορεί να τους αρέσει πολύ, αλλά συχνά τους προκαλεί διάρροια. Το καλύτερο για αυτές είναι το νερό! Εφόσον οι γάτες δεν μπορούν να αντιληφθούν τη γεύση της ζάχαρης, δεν υπάρχει λόγος να τους δίνετε αναψυκτικά, όπως Κόκα Κόλα ή λεμονάδα.

3. Η θαλάσσια φάλαινα είναι το μεγαλύτερο ζώο στο κόσμο. Παρ' όλα τρέφεται μόνο με πλαγκτόν και

με μικρά φύκια. Μπορεί να καταπιεί 1.000 κιλά από τη συγκεκριμένη τροφή!

4. Οι σκίουροι προστατεύονται από τον καυτό ήλιο σηκώνοντας την ουρά πάνω από το κεφάλι τους



, σαν ομπρέλα ήλιου. Έτσι το κεφάλι τους παραμένει στη σκιά.

5. Οι τίγρεις επιτίθενται στους ανθρώπους από πίσω. Σε μερικά χωριά της Ινδίας, για να τρομάξουν οι

κάτοικοι τις τίγρεις, φορούν στο πίσω μέρος του κεφαλιού μάσκες, για να φαίνεται ότι "έχουν μάτια και στη πλάτη". Οι Ινδοί που φορούν τέτοιες μάσκες δεν έχουν γίνει ποτέ θύματα κάποιων τίγριων.

6. Τα μάτια των αρπακτικών πουλιών μοιάζουν με κιάλια. Έτσι μπορούν εύκολα να εντοπίσουν έναν ποντικό που τρέχει στο έδαφος, όσο ψηλά κι αν πετούν. Τα μάτια ορισμένων αρπακτικών, όπως του γερακιού, έχουν οκτώ φορές περισσότερα φωτοευαίσθητα κύτταρα ανά τετραγωνικό χιλιόμετρο από ότι τα μάτια του ανθρώπου.

7. Κάθε χρόνο μερικά ελάφια χάνονται μέσα στο δάσος τους. Καινούρια δέντρα φυτρώνουν συνεχώς, κι έτσι κάθε χρόνο τα δάση γίνονται όλο και μεγαλύτερα.

Άννα Χοτζάλλη

Ήξερες ότι...

Ήξερες ότι...

Ο Εθνικός μας Ύμνος αποτελείται από 158 στίχους!

Ήξερες ότι...

Στη Ζιμπάμπουε ζει μια φυλή ιθαγενών, τα μέλη της οποίας έχουν μόνο 2 δάχτυλα σε κάθε τους πόδι.

Ήξερες ότι...

Στατιστικά στοιχεία αναφέρουν ότι μεγαλύτερο αριθμό γεννήσεων έχουμε κατά την διάρκεια της χάσης του φεγγαριού, παρά κατά το γέμισμά του.

Ήξερες ότι...

Η Παρασκευή και 13 θεωρείται άτυχη μέρα, γιατί την Παρασκευή 13 Οκτωβρίου του 1307 ο Πάπας, σε συνεννόηση με τον βασιλιά της

Γαλλίας, εξέδωσε μυστική διαταγή θανάτωσης των Ναϊτών Ιπποτών.

Ήξερες ότι...



Ο συνολικός αριθμός των τερμιτών που ζουν στον πλανήτη μας είναι δεκαπλάσια του πληθυσμού της γης!

Ήξερες ότι...

Στην Ολυμπιάδα του Σεν Λούις

(1904), το μοναδικό χρυσό μετάλλιο για τους Ευρωπαίους κατέκτησε ο Έλληνας Περικλής Κακούσης, στην άρση βαρών.

Ήξερες ότι...

Το χαρτί αποτελεί περίπου το 20% του συνολικού όγκου των σκουπιδιών; Από αυτό, περισσότερο από το 90% είναι χαρτί συσκευασίας. Το τραγικό είναι ότι για το χαρτί αυτό, το οποίο συνήθως καταλήγει στις χωματερές, κόβονται κάθε χρόνο 5,3 εκατομμύρια δέντρα.

Ήξερες ότι...

Υπάρχει από μια πόλη σε κάθε ήπειρο της Γης που ονομάζεται Ρώμη!

Ήξερες ότι...

Τουλάχιστον άλλοι 9.000.000

Ήξερες ότι...

άνθρωποι έχουν γενέθλια την ίδια μέρα με εσένα.

Ήξερες ότι...

Ο αναπτήρας εφευρέθηκε πριν από τα σπύρα.

Ήξερες ότι...

Κανείς δεν μπορεί να αυτοκτονήσει κρατώντας την αναπνοή του!

Ήξερες ότι...

Οι πεταλούδες μυρίζουν με τα πόδια!

Ήξερες ότι...

Ο γεσκώληκας έχει 5 καρδιές!

Ήξερες ότι...

Η καμηλοπάρδαλη καθαρίζει τα αφτιά της με την γλώσσα της!

Ήξερες ότι...

Το κτίριο της Όπερας του Καίρου καταστράφηκε από φωτιά, το 1970. Για κακή του τύχη, ο πυροσβεστικός σταθμός βρισκόταν μέσα στο ίδιο κτίριο.

Ήξερες ότι...

Η ανθρώπινη καρδιά δημιουργεί τόση πίεση στο αίμα που αυτό θα μπορούσε φεύγοντας από την καρδιά να αναπηδήσει σε ύψος 10

μέτρων.

Ήξερες ότι...

Η καρδιά του σκύλου χτυπά 40 φορές περισσότερο από την δική μας!

Ήξερες ότι...

Η Νότια Αφρική έχει 11 επίσημες γλώσσες.

Ήξερες ότι...

Το τρενάκι στα λούνα-παρκ ανακαλύφθηκε τον 17 αιώνα στην Ρωσία!

Ζωή Μπακή

Κολύμβηση

Η Κολύμβηση είναι άθλημα κίνησης μέσα στο νερό. Ως άθλημα, το κολύμπι, είναι από τα πιο παλιά και από τα πιο συνηθισμένα. Οι αρχαίοι Έλληνες του έδιναν πολλή προσοχή και θεωρούσαν άσχημο πράγμα το να μην μπορεί κάποιος να κολυμπά. Στους Ολυμπιακούς Αγώνες του 1896 περιλήφθηκε ως ιδιαίτερο άθλημα και το κολύμπι κι από τότε έγινε ένα από τα πιο αγαπητά αγωνίσματα.

Δανάη Αρσενίου

Πρωτάθλημα Πόλο Μίνι Παίδων (2001+)

Δύο μαθητές της ΣΤ1΄ τάξης του σχολείου μας (Γιώργος Κούρκορ, Βασίλης Νικολάου) είναι αθλητές της ομάδας πόλο μίνι παιδών του ΑΟΠ Φαλήρου. Όλα τα παιδιά της ομάδας με την καθοδήγηση του προπονητή τους Μιχάλη Παπαναστασίου, μετά από καθημερινές, κοπιαστικές προπονήσεις και αρκετά τουρνουά, προσπάθησαν να ανεβάσουν το επίπεδό τους και να είναι έτοιμα για το πανελλήνιο πρωτάθλημα στην κατηγορία τους.

Η πρώτη φάση του φετινού πρωταθλήματος μίνι παιδών ξεκίνησε στις 17/6 και τελείωσε στις 24/6 με τη συμμετοχή συνολικά 24 ομάδων.

Οι τέσσερις όμιλοι αποτελούνταν από 6 ομάδες.

Η ιστοσελίδα του ΣΤ2 : <http://www.sainia.gr>

Στην τελική φάση έφτασαν 4 ομάδες. Οι 4 αυτές ομάδες ήταν : ο ΠΑΟΚ, ο Παναθηναϊκός, η ΝΟ Βουλιαγμένης και το Φάληρο. Ο



αγώνας Φάληρο – ΠΑΟΚ έληξε : Φάληρο 11 – ΠΑΟΚ 7, ενώ Παναθηναϊκός – Βουλιαγμένη έληξε 3 - 10 .

Ο ΑΟΠ Φαλήρου και η Βουλιαγμένη ήταν η ομάδες που αγωνίστηκαν στον τελικό και ο ΠΑΟΚ με το ΠΑΟ αγωνίστηκαν για την 3^η και 4^η θέ-

ση. Την 3^η θέση κατέκτησε τελικά ο ΠΑΟΚ (ΠΑΟΚ 6 – ΠΑΟ 3), ενώ στον μεγάλο τελικό το Φάληρο επικράτησε 10 – 7 της Βουλιαγμένης κερδίζοντας τον τίτλο του πρωταθλητή πανελλαδικά!

Η ατμόσφαιρα κατά τη διάρκεια των αγώνων ήταν εκπληκτική. Η κερκίδες της πισίνας ήταν γεμάτες από φίλους και συγγενείς των αθλητών και η απονομή έγινε μέσα σε ξέφρενους πανηγυρισμούς από τον δήμαρχο του Π. Φαλήρου, Δ. Χατζηδάκη!

Συγχαρητήρια στον προπονητή και στην ομάδα!

Περισσότερες πληροφορίες στο www.Aquaticsnews.com

Βασίλης Νικολάου

Οι συνταγές μας

Μους σοκολάτα γάλακτος

Τι χρειαζόμαστε:

400 γρ. κουβερτούρα γάλακτος λιωμένη σε μπεν μαρί ή στον φούρνο μικροκυμάτων

500 γρ. κρέμα γάλακτος 35-36%

Πώς το κάνουμε:

Βάζουμε τη λιωμένη κουβερτούρα σε ένα μπολ.

Σε μία κατσαρόλα ζεσταίνουμε τη μισή κρέμα γάλακτος (250 γρ.) και, λίγο πριν βράσει, την αδειάζουμε πάνω από την κουβερτούρα και ανακατεύουμε με μια κουτάλα ή με μαρίζ, μέχρι να γίνει ένα ομοιογενές μείγμα (γκανάζ).

Χτυπάμε την υπόλοιπη κρέμα γάλακτος (250 γρ.) στον κάδο του μίξερ με το σύρμα ή με μίξερ χειρός, μέχρι να γίνει παχύρρευστη σαν γιαούρτι.

Μόλις η γκανάζ κρυώσει ελαφρώς, ενσωματώνουμε την παχύρρευστη κρέμα, ανακατεύοντας απαλά με μία κουτάλα.

Αδειάζουμε τη μους σε ποτήρια ή

μπολ και τα βάζουμε στο ψυγείο για περίπου 3 ώρες πριν τα σερβίρουμε.

Λίγα μυστικά ακόμα

Μπορούμε να αρωματίσουμε την γκανάζ με ξύσμα από πορτοκάλι ή λεμόνι ή με 30 γρ. ποτό την αρεσκείας ,μας ή μπορούμε να γεμίσουμε με την μους μια ψημένη τάρτα

Καλλισουνάκια φούρνου με μυζήθρα

Υλικά:

4 αυγά, 2 φλιτζάνια τσαγιού ζάχαρη, 4 βανίλιες, 3 κιλά μυζήθρα, 3 κουταλιές μέλι, κανέλλα

1 φλιτζάνι τσαγιού βούτυρο, 1 φλιτζάνι τσαγιού γάλα, 10 γρ. αμμωνία, αλεύρι όσο σηκώσουν τα υλικά, 600-750 γρ. ζάχαρη, αυγά όσα πάρει για να γίνει αφράτη (4-8)

Εκτέλεση

Για να φτιάξετε το φύλλο χτυπάτε το βούτυρο, τη ζάχαρη και τα αυγά μαζί αρκετή ώρα και προσθέτετε την αμμωνία αφού τη διαλύσετε καλά στο ζεστό γάλα. Κατόπιν προσθέτετε τη βανίλια και ανακατεύετε καλά το μίγμα και προσθέτετε το αλεύρι σιγά - σιγά. Ζυμώνετε τη ζύμη ώσπου να γίνει κατάλληλη για να ανοίγει το φύλλο. Ανοίγετε ένα φύλλο μέτριο σε πάχος και το κόβετε σε μικρά στρογγυλά κομμάτια με ένα καπάκι μέτριου κουτιού. Βάζετε στο μέσον 1 κουταλάκι γέμιση την οποία την έχετε φτιάξει ανακατεύοντας τη μυζήθρα, τη ζάχαρη, το μέλι και τα αυγά ώσπου να γίνει ένα ενιαίο μίγμα. Κλείνετε το καλλισουνάκι γύρω - γύρω σαν λυχναράκι, το τοποθετείτε σε βουτυρωμένη λαμαρίνα και όταν τη γεμίσετε τα αλείφετε με κτυπημένο αυγό, ρίχνετε κανέλλα στο μέσο της γέμισης και τα ψήνετε σε μέτριο φούρνο.

Γιάννης Χήνος

Κρυπτόλεξο

| | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| A | O | I | A | N | O | Y | A | P | I | O | Σ | Z | A | Z |
| O | Δ | K | Y | O | K | A | Y | Π | O | K | E | N | Φ | M |
| K | E | M | Γ | E | T | I | Γ | Λ | Y | T | H | O | P | A |
| T | K | Y | O | Λ | Ω | O | O | K | N | O | N | E | O | P |
| Ω | E | Φ | Y | X | M | K | Y | Ξ | I | M | X | M | Δ | T |
| B | M | Π | Σ | E | Π | T | O | M | O | B | A | B | I | I |
| P | B | E | T | Λ | K | Λ | K | H | Σ | P | Δ | P | T | O |
| I | P | Γ | O | Σ | Ξ | Π | Λ | Γ | A | I | Z | I | H | Σ |
| O | I | Ξ | Σ | E | Π | T | E | M | B | P | I | O | Σ | Π |
| Σ | O | Ψ | E | K | I | E | K | A | Ω | I | O | Σ | E | Λ |
| I | Σ | N | Π | Ξ | Θ | P | H | I | O | Π | Y | Z | Π | I |
| A | Π | P | I | Λ | I | O | Σ | O | Θ | O | Λ | Ω | T | Θ |
| N | K | O | H | I | H | T | I | Σ | M | H | I | H | E | H |
| Δ | Ω | M | N | O | A | I | N | Φ | Π | Ξ | O | M | N | T |
| Θ | Φ | E | B | P | O | Y | A | P | I | O | Σ | Π | B | Γ |

Ζωή Μπακή—Αφροδίτη Κορογιάννου

