



ΤΑ ΣΑΪΝΙΑ



Τι γιορτάζουμε τα Χριστούγεννα ;

Η 25η Δεκεμβρίου είναι η μέρα που οι χριστινοί σ' όλο τον κόσμο γιορτάζουν τη Γέννηση του Χριστού στο σπήλαιο της Βηθλεέμ της Ιουδαίας.

Ο αρχάγγελος Γαβριήλ εμφανίστηκε στη Μαρία, τη μητέρα του Χριστού, και της ανακοίνωσε πως ο Θεός την επέλεξε να γίνει η μητέρα του γιού του και πως θα αποκτήσει ένα μωρό το οποίο θα το ονομάσει Ιησού. Επίσης, εμφανίστη-



Δομήνικος Θεοτοκόπουλος : Η Γέννηση

κε και στον άντρα της Μαρίας, τον Ιωσήφ και του είπε πως η Μαρία θα έφερνε στον κόσμο τον Γιο του Θεού.

Την εποχή εκείνη, επί Ρωμαίου αυτοκράτορα Οκταβιανού Αυγούστου, διατάχθηκε απογραφή πληθυσμού σε όλη την Αυτοκρατορία. Όλοι οι κάτοικοι έπρεπε να επιστρέψουν στον τόπο που γεννήθηκαν για να μετρηθούν. Ο Ιωσήφ και η Μαρία έπρεπε να πάνε στη Βηθλεέμ, μια πόλη που ήταν πολύ

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ ΤΕΥΧΟΥΣ:	
Χριστουγεννιάτικες Ιστορίες	2-3
Ήθη-Έθιμα-Παραδόσεις	3-18
Συνταγές	18-22
Χριστουγεννιάτικες κατασκευές	22-25
Κινηματογράφος-Ταξίδια-	25-26
Οικολογία-Περιβάλλον	26-27
Επιστήμες-Βιβλία-Αθλητισμός	28-31
Διάφορα-Ψυχαγωγία	31-32

Το Insight στον Άρη

Στις 26 Νοεμβρίου και λίγα λεπτά πριν τις δέκα το βράδυ ώρα Ελλάδας, το διαστημόπλοιο της NASA προσεδαφίστηκε με επιτυχία στην επιφάνεια του «Κόκκινου Πλανήτη», σκορπώντας κύματα ενθουσιασμού στους εκατοντάδες τεχνικούς κι επιστήμονες, που παρακολουθούσαν με κομμένη την ανάσα τις διαδικασίες της άφιξής του στον Άρη.

(Συνέχεια στη σελίδα 28)

Βιβλιομαραθώνιος

Ο βιβλιομαραθώνιος της τάξης μου είναι ένας διαγωνισμός όπου όλα τα παιδιά της τάξης μου, μετέχουν σε αυτόν. Σε αυτόν τον διαγωνισμό όλα τα παιδιά πρέπει να δανείζονται και να διαβάζουν βιβλία από την βιβλιοθήκη του σχολείου μου. Όταν επιστρέφουμε το κάθε βιβλίο που διαβάσαμε, συμπληρώνουμε ένα έγγραφο με τα βασικά στοιχεία του βιβλίου, του

(Συνέχεια στη σελίδα 29)

**Οι μαθητές της Ε΄ τάξης του
11ου Δημ. Σχολείου Παλαιού Φαλήρου
σας εύχονται
Χαρούμενα Χριστούγεννα
κι ευτυχισμένο το 2019**

Χριστουγεννιάτικες Ιστορίες

Μια μικρή χριστουγεννιάτικη ιστορία

Eine kurze Weihnachtsgeschichte

Κάποτε τα ζώα συνεδρίαζαν και συζητούσαν το νόημα των Χριστουγέννων, αλλά και τις επιθυμίες που είχε το καθένα τις άγιες αυτές ημέρες:

Το λόγο παίρνει πρώτη η κυρ' αλεπού φωνάζοντας την επιθυμία της



-Λογικό... μία ψητή γαλοπούλα, ποιός γιορτάζει σήμερα Χριστούγεννα χωρίς να έχει στο τραπέζι του ψητή γαλοπούλα;

Το ελαφάκι από την απέναντι γωνιά με τη ψιλή του φωνούλα εύχεται ένα έλατο.

-Χωρίς έλατο εγώ δε γιορτάζω ποτέ τα Χριστούγεννα.

-Αλλά όχι με πολλά κεριά συμπληρώ-

νει κλαψιάρικα η κουκουβάγια. Όχι πολλά φώτα και στολίδια, εμένα μ' αρέσει η απλότητα, η σκοτεινιά, ένα έλατο στολισμένο με γούστο, πράσινο ζωντανό, δηλαδή φυσικό!

-Τι λες μωρή; φωνάζει το παγόνι. Και πως θα δείξω εγώ το καινούριου μου φόρεμα και τα χρώματά του; Όχι, όχι εγώ χωρίς καινούριο φόρεμα δε γιορτάζω Χριστούγεννα.

-Μη ξεχνάς και τα κοσμήματα, στριγκλίζει η κίσσα. Εγώ Χριστούγεννα χωρίς να κλέψω κανένα δακτυλίδι, βραχιόλι ή καδένα δε γίνεται...

Τα ωραιότερα Χριστούγεννα για μένα είναι, όταν έχω κοσμήματα.

-Και τα μελομακάρωνα που τ' αφήνεις; φωνάζει η αρκούδα με τη χοντρή φωνή της. Οι λιχουδιές και τα γλυκίσματα είναι η μεγαλύτερη επιθυμία μου, χωρίς αυτά δε γιορτάζω Χριστούγεννα.

-Κάνε, ότι κάνω εγώ, λέει ο ασβός,

ύπνο και πάλι ύπνο!

Τα Χριστούγεννα για μένα σημαίνουν ύπνο. Υπάρχει κάτι καλύτερο από το να απολαύσεις τον ύπνο;

-Μη ξεχνάς πρώτα να πεις, συμπληρώνει το βόδι. Πρώτα να πεις όσο μπορείς και μετά να το ρίξεις στον ύπνο

Ξαφνικά το βόδι μουγκρίζει δυνατά:

-Ω, ω, ωχ! Ο γάιδαρος του έριξε στα πεινά μία γερή κλωτσια!

-Ε, ε! βόδι, δε σκέφτεσαι λίγο το νεογέννητο παιδί, αυτό το ανθρώπινο πλάσμα;..

Το βόδι έριξε το κεφάλι κάτω από ντροπή και λέει:

-Το παιδί... Α! Ναι καλά λες... το νεογέννητο παιδί Αυτό είναι το κυρίως νόημα των Χριστουγέννων...

Απευθυνόμενο στο γάιδαρο τον ρωτάει,

-Πλην όμως...το γνωρίζουν αυτό και οι άνθρωποι;

ΑΚΗΣ ΜΙΣΙΧΡΟΝΗΣ

Κάρολος Ντίκενς : Χριστουγεννιάτικη ιστορία

Φτάνουμε κοντά στην αγαπημένη γιορτή μικρών και μεγάλων τα Χριστούγεννα!

Με αφορμή λοιπόν τις γιορτές και το κλείσιμο των σχολείων, έχω να σας προτείνω να διαβάσετε ένα βιβλίο που είμαι σίγουρος πως όχι μόνο θα σας αρέσει αλλά θα το αγαπήσετε κιόλας

Χριστουγεννιάτικη Ιστορία ή A CHRISTMAS CAROL είναι ο τίτλος του βιβλίου μας, νουβέλα του Άγγλου συγγραφέα Καρόλου Ντίκενς.

Λέγοντας νουβέλα αναφερόμαστε στο αφηγηματικό είδος λογοτεχνικής πεζογραφίας που το βάρος του συγγραφέα πέφτει περισσότερο



στον χαρακτήρα και το ήθος των πρωταγωνιστών.

(Συνέχεια στη σελίδα 3)

Κάρολος Ντίκενς : Χριστουγεννιάτικη ιστορία

(Συνέχεια από τη σελίδα 2)

Για τον πρωταγωνιστή της Χριστουγεννιάτικης Ιστορίας θα σας μιλήσω και εγώ σήμερα τον Εμπενέζερ Σκρουτζ.

Πρόκειται για έναν γκρινιάρη, δύστροπο, δύσκολο και τσιγκούνη άνθρωπο που δεν έχει ούτε φίλους.

Ο Εμπενέζερ

Σκρουτζ δεν λατρεύει τα Χριστούγεννα όπως τα λατρεύουμε οι περισσότεροι, στην πραγματικότητα δεν τα απολαμβάνει καθόλου και πιστεύει πως το ίδιο θα έπρεπε να ισχύει για όλους.

Την Παραμονή των Χριστουγέννων μια κρύα νύχτα Τρία Πνεύματα τον επισκέπτονται και τον παίρνουν μαζί

του σε ένα μαγικό και απίστευτο ταξίδι για να του δείξουν πόσο λά-



θος κάνει που δεν απολαμβάνει και δεν αγαπά τα Χριστούγεννα !!

Στο τέλος αυτού του ταξιδιού ο Εμπενέζερ Σκρουτζ αυτός ο δύστροπος και γκρινιάρης άνθρωπος θα έχει μάθει να αγαπά τα Χριστούγεννα αλλά και τους ανθρώπους γύρω του!

Η Χριστουγεννιάτικη Ιστορία είχε άμεση επιτυχία από το κοινό, πρωτοδημοσιεύτηκε και κυκλοφόρησε στις 19 Δεκεμβρίου του 1843.

Η «Ιστορία» παίζεται συχνά στο θέατρο όπως και φέτος. Μην τη χάσετε ή διαβάστε το βιβλίο!!

Μια άκρως Χριστουγεννιάτικη ιστορία για ηλικίες από 8 έως 108 που

«Μακάρι να μας στοιχειώσει για πάντα» όπως αναφέρει και ο συγγραφέας στον πρόλογο του!

ΚΑΛΑ ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΑ ΣΕ ΟΛΟΥΣ!!

ΚΑΛΑ ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΑ ΠΑΙΔΙΑ!!

ΔΗΜΗΤΡΗΣ ΚΥΡΙΑΖΗΣ

Τι γιορτάζουμε τα Χριστούγεννα ;

(Συνέχεια από τη σελίδα 1)

μακριά και η Μαρία ήταν έτοιμη να γεννήσει το μωρό της.

Την επόμενη ημέρα ξεκίνησαν για τη Βηθλεέμ, ο Ιωσήφ με τα πόδια και η Μαρία καβάλα σ' έναν γάιδαρο. Ο δρόμος ήταν μακρύς και δύσκολος. Έφθασαν νύχτα στη Βηθλεέμ και όσο και αν προσπάθησαν δεν μπόρεσαν να βρουν κάποιο πανδοχείο για να περάσουν την νύχτα καθώς ήταν όλα γεμάτα, λόγω της απογραφής. Ένας ιδιοκτήτης πανδοχείου που τους λυπήθηκε, τους παραχώρησε τον στάβλο του για να κοιμηθούν. Εκεί ήταν καθαρά και ζεστά. Κατά την διάρκεια της νύχτας, η Μαρία γέννησε το μω-

ρό

της. Ήταν αγόρι, όπως το είχε πει ο άγγελος. Τον ονόμασαν Ιησού. Η Μαρία το τύλιξε σε μια κουβέρτα και το ξάπλωσε σε μια φάτνη που ήταν ζεστά και μαλακά.

Έτσι, με τον πιο απλό τρόπο και τόσο ταπεινά, ήρθε στον κόσμο ο Ιησούς

Χριστός. Εμείς από την μεριά μας, κάθε Χριστούγεννα τιμούμε τον ερχομό τους και τον γιορτάζουμε ο καθένας μας όσο καλύτερα μπορεί.



Ήθη και Έθιμα

Μακεδονία

Το έθιμο του Χριστόξυλου: Η παράδοση λέει ότι ο νοικοκύρης ψάχνει στα χωράφια και τους αγρούς για να εντοπίσει το καλύτερο, το ομορφότερο και το μεγαλύτερο ξύλο από πεύκο ή από ελιά που θα πάρει την θέση που του αξίζει στην εστία του σπιτιού και θα καίει από τα Χριστούγεννα μέχρι τα Φώτα.

Ο συμβολισμός είναι προφανής και σύμφωνα με αυτόν, το Χριστόξυλο θα κρατήσει ζεστό το σπιτικό για την έλευση του Θείου Βρέφους, αποτελώντας, παράλληλα, σημείο συνάντησης για όλη την οικογένεια που θα το υποδεχτεί. Οι συμβολισμοί όμως δεν σταματούν εκεί, αφού το έθιμο προβλέπει μια τελετουργία για τον καθαρισμό του τζακιού προτού τοποθετηθεί εκεί το Χριστόξυλο, ώστε να απαλλαγεί από κάθε κακοδαιμονία αλλά και να αποτρέψει τους καλικάντζαρους να κατεβούν από την καμινάδα. Η στάχτη, άλλωστε, που δημιουργείται στο τζάκι κατά τη διάρκεια του Δωδεκαήμερου δεν πάει ούτε αυτή χαμένη, αλλά σκορπίζεται γύρω από το σπίτι, στους αγρούς και τα χωράφια καθώς θεωρείται ότι έχει την ιδιότητα να διώχνει την κακοτυχία.

Το έθιμο του Χριστόψωμου: Το ψωμί παρασκευάζεται την παραμονή με ψιλοκοσκινισμένο αλεύρι, ροδόνηρο, μέλι, σουσάμι, κανέλα και γαράφαλα, υπό τους

ήχους των στίχων: «ο Χριστός γεννιέται, το φως ανεβαίνει, το προζύμι για να γένει». Αφού ψηθεί, τοποθετείται στο τραπέζι του σπιτιού, προτού πάει η οικογένεια στην εκκλησία, ώστε να βρει τροφή ο νεογέννητος Χριστός. Το έθιμο έχει την τιμητική του στην περιοχή της Αρναίας Χαλκιδικής όπου οι κάτοικοι παρασκευάζουν ένα τεράστιο Χριστόψωμο βάρους πολλών δεκάδων κιλών που μοιράζεται με

τί κυριαρχεί η δοξασία ότι θα καθίσει ο Χριστός να φάει. Έτσι το τραπέζι μαζεύεται το επόμενο πρωί. Ανάλογα με την περιοχή, το μενού διαφοροποιείται και στις Σέρρες, για παράδειγμα, περιλαμβάνει ψητό γουρουνόπουλο, τουρσί, σαρμάδες κ.α. Στην ίδια περιοχή οι άνδρες της γειτονιάς αναβιώνουν το έθιμο Σούρβα και κρατώντας αναμμένα ξύλα και κεριά λένε τα κάλαντα στα σπίτια. Στο τέλος πηγαίνουν έξω από



Κόλιντα Μπάμπω στην Πέλλα

μέλι, καρύδια και κρασί στους κατοίκους, συνοδεία μουσικής και τοπικών χορωδιών.

Την επόμενη μέρα το γιορτινό τραπέζι προμηνύει μεγάλο φαγοπότι, μαζί με μουσική, χορό και τραγούδι. Χοιρινή τηγανιά, λαχανοντολμάδες που συμβολίζουν τα σπάργανα του Χριστού και κοτόσουπα φιλοξενούνται στο πλούσιο γεύμα ενώ η παράδοση δεν επιτρέπει στις νοικοκυρές να σηκώσουν το τραπέζι για

το χωριό για κάψουν τα ξύλα που κρατούσαν.

Το έθιμο των Κολίντα Μπάμπω: Έντονο είναι το στοιχείο της προσμονής και στα «Κόλιντα Μπάμπω» που είναι ιδιαίτερα προσφιλές έθιμο στις περιοχές της Πέλλας και της Ημαθίας ενώ λέγεται «Κόλιντα Μπάμπω» στην Εορδαία. Η ονομασία του σημαίνει «σφάζουν γιαγιά» και σύμφωνα με αυτό οι κάτοικοι μιας περιοχής ανάβουν φωτιές και φω-

Ήθη και Έθιμα

Μακεδονία

(Συνέχεια από τη σελίδα 4)

νάζουν «Κόλιντα Μπάμπω» για να μάθουν οι άνθρωποι για τη σφαγή του Ηρώδη και να προστατευτούν. Πρόκειται όμως, ουσιαστικά, για κάλαντα που ψάλλονται στις περισσότερες περιοχές της Μακεδονίας, άλλοτε από παιδιά, άλλοτε από νέους, άλλοτε από

ηλικιωμένους που δέχονται για κέρασμα γλυκίσματα, μελομακάρονα, καρύδια και κρασί. Δεν είναι, όμως, μόνο οι χορωδίες που διαφοροποιούνται ανάλογα με τον τόπο αλλά και το περιεχόμενο του τραγουδιού καθώς ανάλογα με την περίπτωση απευθύνονται σε νέους, γέρους, νιό-

παντρα ζευγάρια, ανύπαντρες γυναίκες κ.α. και προμηνύουν με τον ερχομό του Θεανθρώπου, απευθύνουν δε ευχές στον κύρη ή την κυρά του σπιτιού.

ΦΙΛΙΠΠΟΣ ΝΑΚΚΑΣ

Θεσσαλία

Το τάισμα της βρύσης

Οι κοπέλες, τα χαράματα των Χριστουγέννων, πηγαίνουν στην πιο κοντινή βρύση. Αλείφουν τις βρύσες του χωριού με βούτυρο και μέλι, με την ευχή όπως τρέχει το νερό να τρέχει και η προκοπή στο σπίτι τον καινούργιο χρόνο και γλυκιά να είναι και η ζωή τους.



Μπαμπαλιούρια

και να κάνουν φασαρία με τις κουδούνες τους ζητώντας χρή-

έφτιαχναν τα γουρνοτσάρουχα. Η προετοιμασία για το σφάξιμο του

γουρουνιού γινόταν με εξαιρετική φροντίδα, για κάθε σφαγή μεγάλου γουρουνιού απαιτούνταν 5-6 άνδρες, ενώ επακολουθούσε γλέντι μέχρι τα ξημερώματα, γι' αυτό και η ημέρα αυτή καθιερώθηκε ως "γουρνοχαρά ή γρουνοχαρά".

Κρεατόπιτα

Στη Θεσσαλία υπάρχει μεγάλη παράδοση στις πίτες. Την πρωτοχρονιά στη Θεσσαλία κόβουμε μια μεγάλη κρεατόπιτα, αντί της καθιερωμένης βασιλόπιτας, στην οποία βάζουμε το φλουρί.

ΠΑΝΑΓΙΩΤΑ ΚΑΤΣΙΚΑ

ματα.

Η Γουρνοχαρά

Οι οικογένειες αγόραζαν το γουρούνι, από το μήνα Μάιο και το συντηρούσαν με κολοκύθια και πίτυρα, σε νερό, είτε στο ποτάμι. Το γουρούνι ήταν απαραίτητο για ένα αγροτικό σπίτι, καθώς από το γουρούνι έπαιρναν τη λίπα, το κρέας, τα λουκάνικα κι

Ήθη και Έθιμα

Ήπειρος

Το έθιμο του αναμμένου πουρναριού



Το έθιμο του αναμμένου πουρναριού

Στην Άρτα έχουν ένα ωραίο έθιμο. Όταν πηγαίνουν οι οικογένειες στο σπίτι των γειτόνων τους, έχουν στο χέρι ένα κλαρί πουρναρί. Το ανάβουν στο δρόμο και το πηγαίνουν και το πηγαίνουν αναμμένο στο πατρικό τους σπίτι. Έτσι γεμίζουν με χαρούμενες φω-

τιές τα δρομάκια του χωριού.

Κάνουν το ίδιο και στα Γιάννενα, μόνο που όσοι πάνε στο σπίτι των γειτόνων τους κρατάνε μια χούφτα πουρ-

ναρόφυλλα και μόλις φτάσουν εκεί τα πετάνε μέσα στο τζάκι και μόλις ανάψει η φωτιά, κάνουν διάφορες ευχές.

Τα καρύδια

(Παραδοσιακό παιχνίδι που παίζουν τα παιδιά στην Ήπειρο)

Την ημέρα των Χριστουγέννων

τα παιδιά, αγόρια, κορίτσια παίζουν τα καρύδια. Αυτό το παιχνίδι παίζεται ως εξής:

Ένα παιδί χαράζει στο χώμα μία ευθεία γραμμή. Πάνω σε αυτή τη γραμμή, κάθε παιδί βάζει από ένα καρύδι στη σειρά. Μετά ο κάθε παίκτης με την σειρά του σκύβει και από απόσταση ενός με δύο μέτρα, με το πιο μεγάλο καρύδι του σημαδεύει ένα από τα καρύδια της σειράς. Αν πετύχει κάποιος, το βγάζει έξω. Αυτός ο παίκτης που ευστόχησε ξαναρίχνει. Αν αστοχήσει συνεχίζει ο επόμενος παίκτης. Το παιχνίδι συνεχίζεται έτσι μέχρι να κερδηθούν όλα τα καρύδια.

ΕΥΘΥΜΗΣ ΚΑΡΒΟΥΝΗΣ



Πελοπόννησος

Στην Πελοπόννησο όπως σε όλη την Ελλάδα οι μέρες των Χριστουγέννων και της Πρωτοχρονιάς γιορτάζονται με έθιμα και παραδόσεις που φέρουν την σφραγίδα του τόπου που γεννήθηκαν.

Χριστόψωμο ή αλλιώς το ψωμί του Χριστού, το έφτιαχναν οι νοικοκυρές τις παραμονές. Επάνω χάραζαν τον σταυρό και γύρω – γύρω το στόλιζαν με αμύγδαλα και καρύδια. Ανήμερα τα Χριστού-



Χριστόψωμο

γεννα ο νοικοκύρης του σπιτιού αφού σταύρωνε το Χριστόψωμο το έκοβε σε κομμάτια και το μοί-

ραζε στα μέλη της οικογένειας.

Τα κάλαντα τα παιδιά τα ψάλλουν την Παραμονή. Παλιότερα η κάθε παρέα που έλεγε τα κάλαντα χτυπούσε τις πόρτες των σπιτιών με ξύλα και μόλις η νοικοκυρά τους άνοιγε κατευθύνονταν στο τζάκι και ανακάτευαν την φωτιά με το ξύλο λέγοντας ευχές για την νέα χρονιά. Στο τέλος τα παιδιά μοιράζονταν τα γλυκίσματα που έπαιρναν ως αντίτιμο για

(Συνέχεια στη σελίδα 7)

Ήθη και Έθιμα

Πελοπόννησος

(Συνέχεια από τη σελίδα 6)

τα κάλαντα και τις ευχές.

Επίσης την παραμονή των Χριστουγέννων οι κάτοικοι τοποθετούν ένα μεγάλο κούτσουρο στο τζάκι ώστε να καίει την ημέρα για να ζεσταίνει την Παναγία που γεννούσε. Οι γυναίκες καθάριζαν τις εικόνες του σπιτιού με βαμβάκι και κρασί. Ετοιμάζουν την κότα για την καθιερωμένη χριστουγεννιάτικη σούπα.

Πατροπαράδοτα γλυκά όπως κουραμπιέδες, μελομακάρονα και δίπλες συμπληρώνουν το εορταστικό κλίμα. Στην Μάνη οι νοικοκυρές φτιάχνουν τηγανίτες η λαλάγγια σε σχήμα σταυρού και εύ-

χονται να σταυρωθούν τα κακά και του χρόνου.

Στην Κορινθία υπάρχει το **έθιμο της ψυχοκόρης**. Ανήμερα τα Χριστούγεννα όταν επιστρέφουν όλοι από την εκκλησία η έφηβη κόρη τους περιμένει με τα παραδοσιακά γλυκά όπως μελομακάρονα, κουραμπιέδες κ.λ.π ενώ στον άνδρα προσφέρεται και λικέρ. Επίσης την παραμονή τοποθετούν κλαδιά πάνω από τα τζάκια και σκεπάζουν τα γλυκά για να μην τα πειράξουν οι καλικάντζαροι.

Το σπάσιμο του ροδιού. Το πρωί της Πρωτοχρονιάς, η οικο-



Το σπάσιμο του ροδιού

γένεια πηγαίνει στην εκκλησία και ο νοικοκύρης κρατάει στην τσέπη του ένα ρόδι για να το λειτουργήσει. Επιστρέφοντας πρέπει να χτυπήσει το κουδούνι της εξώπορτας και έτσι να είναι ο πρώτος που θα μπει στο σπίτι για να κάνει το καλό ποδαρικό με το ρόδι στο χέρι. Μπαίνοντας μέσα

Κυκλάδες— Νάξος

Χριστούγεννα

Τα «χοιροσφάγια» είναι έθιμο που παρατηρείται σε αρκετά χωριά της Νάξου, όπως επίσης και το ζύμωμα του «Χριστόψωμου». Ήδη από την προπαραμονή των Χριστουγέννων το κλίμα σε κάθε χωριό της Νάξου ήταν εορταστικό. Οι νοικοκυρές άσπριζαν και καθάριζαν τα σπίτια, οι άντρες συμμετείχαν στα **χοιροσφάγια** και όλοι ετοιμάζονταν να δεχτούν τα μεσάνυχτα τη γέννηση του Χριστού. Στο Γλινάδο, την παραμονή των Χριστουγέννων, εκτός από σπιτικά, ζύμωναν και Χριστόψωμα για τα ζώα. Το εορταστικό Χριστουγεννιάτικο τραπέζι το έστρωναν από το μεσημέρι. Κύριο φαγητό της ημέρας ήταν η βραστή όρνιθα, καθώς λόγω της πολυήμερης νηστείας απέφευγαν το

χοιρινό. Το χριστουγεννιάτικο τραπέζι έμενε στρωμένο τρεις ημέρες, γιατί πίστευαν ότι με τα υπολείμματά του έπρεπε να χορτάσουν ο Χριστός, οι Άγγελοι, οι φτωχοί και οι ζητιάνοι.

Στο **Χαλκί**, τα πιο συνηθισμένα γλυκίσματα ήταν τα **«βαβουνάκια»**, μικρά μελομακάρονα σε σχήμα βάβουνα (εντόμου), με μέλι, σουσάμι, κανέλα και καρύδι. Στα παιδιά που έλεγαν κάλαντα τους έδιναν βαβουνάκια και σύκα ξερά. Στο τραπέζι των Χριστουγέννων σέρβιραν συνήθως κότα βραστή και σπανιότερα γαλοπούλα, την οποία αγόραζαν από τους Λειβαδίτες.

Τόσο στη Νάξο, όσο και στις Κυκλάδες γενικότερα, το δωδεκαήμερο, από την παραμονή

των **Χριστουγέννων** μέχρι και την ημέρα των **Φώτων**, επικρατούσε ο φόβος για τους καλικάντζαρους, ο οποίος δημιούργησε έθιμα γύρω από την εστία του σπιτιού, προκειμένου με αυτό τον τρόπο, να αποτραπεί η ανεπιθύμητη παρουσία τους. Έτσι, από την παραμονή των Χριστουγέννων και για όλο το δωδεκάημερο, έκαιγε άσβεστο ένα κούτσουρο στο τζάκι, το «Χριστοκούτσουρο». Μάλιστα, συχνά έριχναν χονδρούς κόκκους αλατιού, για να κάνουν θόρυβο και να διώχνει τους καλικάντζαρους. Τη στάχτη του «Χριστοκούτσουρου», την έριχναν στα φυτά και τα ζώα.

ΣΤΕΛΛΑ ΒΑΣΙΛΑΚΗ

Ήθη και Έθιμα

Κρήτη

ΤΟ ΕΘΙΜΟ ΤΗΣ ΖΥΜΗΣ

Τη νύχτα της παραμονής των Χριστουγέννων έβαζαν λίγη ζύμη σ ένα πιάτο και ξενυχτούσαν περιμένοντας να γίνει προζύμι.

Τότε πίστευαν ότι ήταν η ώρα που γεννάται ο Χρίστος.

ΤΟ ΧΡΙΣΤΟΨΩΜΟ

Το ζύμωμα του είναι μια ιεροτελεστία, χρησιμοποιούν ακριβά υλικά και το διακοσμούν με στολίδια.

Συμβολίζει την Θεία Κοινωνία.

ΤΑ ΧΟΙΡΟΣΦΑΓΙΑ

Ο χοίρος σφαζόταν την παραμονή των Χριστουγέννων και ήταν το κύριο Χριστουγεννιάτικο έδεσμα.

ΤΑ ΓΛΥΚΙΣΜΑΤΑ

Τα παραδοσιακά γλυκά των γιορτών είναι τα μελομακάρονα οι κουρα-

μπιέδες τα ξεροτήγανα τα σαρίκια τα ανεβατά λουκούμια και βέβαια η βασιλόπιτα.

Η ΚΑΛΗ ΧΕΡΑ

Η καλή χέρα είναι ένα ακόμα παραδοσιακό έθιμο της δυτικής Κρήτης.

Σήμερα όπως και σε άλλες περιοχές της χώρας συνοδεύεται από χρηματικό ποσό που δίνει συνήθως ο παππούς, η γιαγιά, ο νονός στο παιδί. Ωστόσο παλαιότερα, η καλή χέρα ήταν ένα σπιτικό γλύκισμα που το έφτιαχναν οι νοικοκυρές.

Η ΑΣΚΕΛΕΤΟΥΡΑ

Η ασκελετούρα γνωστή και ως μεγαλοκρέμυδο είναι ένα άγριο φυτό της Κρήτης που ακόμα και αν το βγάλεις από τη γη συνεχίζει να βγάζει νέα φύλλα και άνθη.

Θεωρείται ότι έχει μεγάλη ζωτική ενέργεια που μεταφέρεται στο χώρο, γι' αυτό και το κρεμάνε στα σπίτια τους.

Πρόκειται για αρχαίο έθιμο καλοτυχίας που αναφέρεται από τον 6^ο π.χ. αιώνα.

Η ΠΕΤΡΑ

Ένα πρωτοχρονιάτικο έθιμο είναι η τοποθέτηση μια μεγάλης πέτρας στην είσοδο του σπιτιού. Η παράδοση αναφέρει ότι όσο μεγαλύτερη πετρά επέλεγαν τόσο περισσότερη ευτυχία, γαλήνη και χαρά θα υπήρχε στο σπίτι κατά τη διάρκεια του νέου έτους.

ΑΓΓΕΛΙΚΗ ΔΑΝΑΗ ΣΩΤΗΡΑΚΗ

Τι γιορτάζουμε την Πρωτοχρονιά ;

Με την λέξη Πρωτοχρονιά ή αρχιχρονιά ή πρώτη του έτους χαρακτηρίζεται η πρώτη ημέρα κάθε νέου έτους. Στις περισσότερες χώρες έχει καθιερωθεί ως αργία και γιορτάζεται από όλους τους ανθρώπους με διαφορετικά έθιμα σε όλο τον κόσμο.

Ο εορτασμός της Πρωτοχρονιάς καθιερώθηκε από τους Ρωμαίους λίγα χρόνια πριν την γέννηση του Χριστού. Αργότερα η εκκλησία, προκειμένου να διακρίνει τους χριστιανούς από τους ειδωλολάτρες περιόρισε τον εορτασμό της Πρωτοχρονιάς σύμφωνα με τη χριστιανική παράδοση, όπου η Πρωτοχρονιά, θεωρείται ένα χαρμόσυνο γεγονός που ερμηνεύεται ως λίγο περισσότερο

χρόνο που δίνει ο Θεός στους ανθρώπους για να μετανοήσουν, να σκεφτούν και να αλλάξουν τρόπο ζωής.

Στην Ελλάδα η Πρωτοχρονιά, είναι πολύ σημαντική γιορτή για τους

καταστήματα με την συνοδεία του σιδερένιου τριγώνου.

Το πιο γνωστό έθιμο της Πρωτοχρονιάς είναι η κοπή της βασιλόπιτας, η οποία μοιάζει με στρογγυλό κέικ και έχει μέσα ένα φλουρί. Λέγεται ότι σε όποιον τύχει το κομμάτι που έχει μέσα το φλουρί θα έχει τύχη για όλο το νέο χρόνο.

Άλλο γνωστό έθιμο της πρώτης ημέρας του χρόνου είναι το λεγόμενο «ποδαρικό». Συνήθως, ο σπιτονοικοκύρης είναι πολύ προσεκτικός στην επιλογή του ατόμου που θα μπει πρώτος στο σπίτι. Διαλέγει όποιον είναι τυχερός ή κάποιο παιδί.



Έλληνες. Τα παιδιά, είτε σε ομάδες είτε μόνα τους ψάλλουν τα Πρωτοχρονιάτικα κάλαντα σε σπίτια και σε

(Συνέχεια στη σελίδα 9)

Τι γιορτάζουμε την Πρωτοχρονιά ;

(Συνέχεια από τη σελίδα 8)

Να μην ξεχάσουμε όμως και το σπάσιμο του ροδιού. Το πρωί της Πρωτοχρονιάς, η οικογένεια, πηγαίνει στην εκκλησία για την Θεία Λειτουργία του Μεγάλου Βασιλείου και ο νοικοκύρης

έχει μαζί του ένα ρόδι για να το «λειτουργήσει». Κατά την επιστροφή του στο σπίτι ο νοικοκύρης χτυπάει το κουδούνι της εξώπορτας, μπαίνει στο σπίτι με το δεξί του πόδι και σπάει το ρόδι με δύναμη

πίσω του ώστε να πεταχτούν οι ρώγες του παντού και ταυτόχρονα λέει «με υγεία, ευτυχία και χαρά το νέο έτος κι όσες ρώγες έχει το ρόδι, τόσες λίρες να έχει η τσέπη μας όλη τη χρονιά»!

Πρωτοχρονιάτικα έθιμα στις Κυκλάδες

Το έντονο εορταστικό κλίμα των ημερών τονιζόταν ιδιαίτερα με τα κάλαντα και τα παινέματα την παραμονή των Χριστουγέννων και της Πρωτοχρονιάς. Ομάδες παιδιών πήγαιναν από σπίτι σε σπίτι ρωτώντας «αν είναι με το θέλημα». Αν λοιπόν ήταν με το θέλημα των νοικοκυραίων, έλεγαν τα κάλαντα, τα οποία ήταν πολλές φορές αυτοσχέδια. Η συνηθισμένη αμοιβή των παιδιών δεν ήταν χρηματική, αλλά καρύδια, αμύγδαλα, φρούτα, κουραμπιέδες ή μεζές από τον χοίρο. Οι μεγαλύτεροι σε ηλικία που έλεγαν τα κάλαντα με τσαμπούνα και ντουμπάκι έπαιρναν περισσότερα χρήματα και τους κερνούσαν κρασί και μεζέ.

Την τελευταία μέρα του έτους, οι Ναξιώτες πίστευαν ότι πρέπει να έχουν ξεπληρώσει όλα τα χρέη που τυχόν όφειλαν, προκειμένου να μη χρωστούν όλο το χρόνο. Στα νεότερα χρόνια το ποδαρικό της Πρωτοχρονιάς είχε ιδιαίτερη σημασία, γι' αυτό και όλα τα σπίτια ήταν κλειστά και αποφεύγονταν οι επισκέψεις. Σε κάποια χωριά, για να αποφυγουν το κακό ποδαρικό, επιστρατεύουν ένα μικρό καλό παιδί, του δίνουν ψωμί και μια οκά κουμάρι, με το οποίο χύνει νερό μέσα και έξω από το σπίτι λέγοντας «μέσα καλό κι όξω κακό».

Έθιμο της ημέρας αυτής είναι και η **καληστρίνα**, το χρηματικό δώρο

Η ιστοσελίδα του E2 : <http://www.sainia.gr>

που οι νονοί και οι συγγενείς προσέφεραν στα βαφτιστήρια και αντίψια τους αντίστοιχα.

Οι Κυκλαδίτες θεωρούν καλό οιωνό να φυσάει βοριάς την Πρωτοχρονιά, αλλά και να έρθει στην αυλή τους περισσότερι. Αν όμως πετάξει πάνω από το σπιτικό τους κοράκι τούς βάζει σε σκέψεις μελαγχολικές, ότι τάχα τούς περιμένουν συμφορές. Στην Απείρανθο, την παραμονή της Πρωτοχρονιάς φτιάχνεται η



Νικηφόρος Λύτρας : Κάλαντα

κουκουλομαερία, δηλαδή διάφοροι καρποί (άσπρα φασόλια, σιτάρι και καλαμπόκι) μαγειρεμένοι όλοι μαζί. Ορεινή Νάξος: Την ημέρα της Πρωτοχρονιάς κατέβαιναν οι βοσκοί και έλεγαν τα κάλαντα με τα τζαμπονοτούμπακα στα καφενεία και τα καταστήματα. Τα παιδιά πήγαιναν σε σπίτια για να κάνουν καλό ποδαρικό και για να πάει καλά η χρονιά. Γλινάδο: Τα Χριστόψωμα των ζώων

τοποθετούνταν στο παχνή τους την τελευταία ημέρα του χρόνου. Τα ζώα έγλειφαν το Χριστόψωμα ή έτρωγαν ένα μέρος και το υπόλοιπο το επανέφεραν στο σπίτι τους.

Το «πάντρεμα» της φωτιάς είναι ένα ακόμη έθιμο των νησιών και σκοπό έχει την ενίσχυση των δεσμών του ζευγαριού. Στο Γλινάδο της Νάξου,

τοποθετούν σταυρωτά δυο ξύλα στη φωτιά, για να είναι το ανδρόγυνο ευτυχισμένο, ακριβώς όπως ζευγαρώνουν τα ξύλα.

Τρίποδες: Την παραμονή της Πρωτοχρονιάς, αργά το βράδυ, όλοι οι νέοι συγκεντρώνονται στην κεντρική πλατεία του χωριού και από εκεί ξεκινούν την περιοδεία τους, τραγουδώντας τα πρωτοχρονιάτικα κάλαντα με

(Συνέχεια στη σελίδα 10)

Πρωτοχρονιά

Πρωτοχρονιάτικα έθιμα στις Κυκλάδες

(Συνέχεια από τη σελίδα 9)

τη συνοδεία τσαμπούνας και του τουμπακιού. Οι «καλαντιστάδες», με αφετηρία το σπίτι του παπά, γυρίζουν πόρτα-πόρτα όλα τα σπίτια του χωριού, ενώ οι χωριανοί τούς κερνάνε ρακή και πριν την αποχώρησή

τους ρίχνουν χρήματα μέσα στο ειδικό αυτοσχέδιο κουτί. Ανήμερα της Πρωτοχρονιάς, οι "καλαντιστάδες" με τα χρήματα που έχουν συγκεντρώσει από το βράδυ, οργανώνουν τρικούβερτο γλέντι στην πλατεία του χωριού, στο οποίο

συμμετέχουν όλοι οι κάτοικοι. Οι νοικοκυρές φέρνουν μεζέδες, που έχουν ετοιμάσει νωρίτερα για το σκοπό αυτό, κρασί και ρακή.

ΣΤΕΛΛΑ ΒΑΣΙΛΑΚΗ

Θεοφάνεια

Τι γιορτάζουμε τα

Τα Θεοφάνεια (ή Θεοφάνια) είναι Ιησούς σε ηλικία 30 ετών, παρου-



Πιάσιμο του σταυρού στα Θεοφάνεια

μεγάλη ετήσια χριστιανική εορτή της Βάπτισης του Ιησού Χριστού στον Ιορδάνη ποταμό από τον Άγιο Ιωάννη τον Βαπτιστή. Εορτάζεται στις 6 Ιανουαρίου. Το όνομα προκύπτει από την φανέρωση των τριών προσώπων της Αγίας Τριάδας. Η εορτή των Θεοφανείων λέγεται επίσης και Επιφάνεια και Φώτα ή Φωτά (ή Εορτή των Φώτων).

Ο Ιωάννης (ο Πρόδρομος), γιος του Ζαχαρία και της Ελισάβετ, διέμενε στην έρημο, ασκητεύοντας και κηρύττοντας το βάπτισμα μετανοίας. Ο

σιάστηκε στον Ιωάννη για να βαπτιστεί. Ο Ιωάννης βάπτισε με έκπληξη τον Ιησού στον Ιορδάνη ποταμό. Κατά τη στιγμή της Βάπτισης κατέβηκε από τον ουρανό το Άγιο Πνεύμα υπό μορφή περιστεράς στον Ιησού και ταυτόχρονα από τον ουρανό ακούσθηκε φωνή που έλεγε ότι: «Ούτος εστίν ο Υιός μου ο αγαπητός εν ω ευδόκησα».

Αυτή είναι και η μοναδική φορά της εμφάνισης, στη Γη, της Αγίας και ομοουσίου και αδιαιρέτου Τριάδος υπό του πλήρους «μυστηρίου» της

Θεότητας. Τα θεοφάνεια ονομάζονται έτσι επειδή η φωνή του θεού ακούστηκε στη γη (θεός+φάνηκε).

Όπως όλες οι μεγάλες γιορτές, έτσι και τα Φώτα συνοδεύονται από μια σειρά από έθιμα και παραδόσεις. Οι πιο γνωστές από αυτές είναι:

Ο Αγιασμός των υδάτων και το πιάσιμο του Σταυρού - Κάθε χρόνο μετά την πρωινή λειτουργία, οι ιερείς αγιαίζουν τα νερά (πχ θάλασσες, ποτάμια, λίμνες κλπ) πετώντας μέσα έναν σταυρό. Σύμφωνα με το έθιμο, οι πιστοί βουτάνε για να πιάσουν τον σταυρό και μάλιστα όποιος καταφέρει να τον πιάσει θεωρείται ότι θα πάρει την ευλογία του και θα έχει καλή τύχη.

Ο Αγιασμός των σπιτιών - Μετά τον αγιασμό των υδάτων οι ιερείς, κυρίως στα χωριά, περνούν από τα σπίτια των κατοίκων και τα ραντίζουν με αγιασμό, δηλαδή με αγιασμένο νερό για να διώξουν τα κακά πνεύματα. Στις μεγάλες πόλεις τον αγιασμό αναλαμβάνουν συνήθως οι ίδιοι οι κάτοικοι των σπιτιών.

Το πλύσιμο των εικόνων στα αγιασμένα νερά - Σε κάποιες περιοχές μετά τον αγιασμό πολλοί άνθρωποι συνηθίζουν να πλένουν τις εικόνες ή

Θεοφάνεια

Τι γιορτάζουμε τα Θεοφάνεια

(Συνέχεια από τη σελίδα 10)

άλλα αντικείμενα (σκεύη, εργαλεία κλπ) στα αγιασμένα νερά (θάλασσες, λίμνες, ποτάμια). Αυτό γίνεται, σύμφωνα με την παράδοση, για να ανακτήσουν τα αντικείμενα αυτά, μέσω του αγιασμένου νερού, τη δύναμη που έχασαν με την πάροδο του χρόνου. Μάλιστα αφού τελειώσουν το πλύσιμο πρέπει να πετάξουν το νερό σε μέρος που δεν πρόκειται να πατηθεί από άνθρωπο.

Ο χορός των καλικάντζαρων - Σε κάθε περιοχή της Ελλάδας συναντάμε και μια διαφορετική εκδοχή του μύθου αυτού. Το κοινό χαρακτηριστικό είναι ότι σε όλες τις περιπτώσεις οι καλικάντζαροι είναι μικρά σκανταλιάρικα όντα που τους αρέσει να κάνουν ζημιές. Σύμφωνα με τον μύθο, ζουν στο κέντρο της γης όπου πριονίζουν τον κορμό που την κρατάει. Κατά τη διάρκεια των γιορτών βγαίνουν

στην επιφάνεια. ο λόγος και ο τρόπος που ανεβαίνουν διαφέρει από περιοχή σε περιοχή. Σε κάποιες περιοχές θεωρείται ότι αρπάζουν όποιον τριγυρνά τη νύχτα και χορεύουν μαζί του μέχρι εξάντλησης (χορός των καλικάντζαρων). Μετά τον αγιασμό των σπιτιών επιστρέφουν στο κέντρο της γης όπου βρίσκουν τον κορμό να έχει επανέλθει στην αρχική του κατάσταση και ξαναρχίζουν το πριόνισμα.

Ανάλογα με την περιοχή και τα τοπικά ήθη, υπάρχουν πολλές και διάφορες παραλλαγές για τα κάλαντα των Θεοφανίων. Η πιο διαδεδομένη είναι η παρακάτω:

Σήμερα τα Φώτα κι οι φωτισμοί
και χαρά μεγάλη κι οι αγιασμοί.

Κάτω στον Ιορδάνη τον ποταμό

κάθετ' η κυρά μας, η Παναγιά,
όργανο βαστάει, κερύ κρατεί
και τον Άη Γιάννη παρακαλεί.

Άη Γιάννη αφέντη και βαπτιστή,
δύνασαι βαφτίσεις Θεού παιδί;

Δύναμαι και θέλω και προσκυνώ,
και τον Κύριο μου παρακαλώ.

Να ανέβω επάνω στον ουρανό
να μαζέψω ρόδα και λίβανο.

Καλημέρα, καλημέρα,
καλή σου μέρα αφέντη με την κυρά...

ΠΑΝΑΓΙΩΤΑ ΚΑΤΣΙΚΑ

Έθιμα και Παραδόσεις

Έθιμα απ' όλη την Ελλάδα

Υπάρχουν πολλά Χριστουγεννιάτικα έθιμα στην πατρίδα μας και διαφέρουν από τόπο σε τόπο.

Μερικά από αυτά είναι:

Βασιλόπιτα με φλουρί

Την Πρωτοχρονιά έχει την τιμητική της σε κάθε σπίτι. Γνωρίζετε όμως πως πρόκειται για ένα από λίγα αρχέγονα έθιμα που επιβιώνουν; Στα Κρόνια (εορτή του θεού Κρόνου στην αρχαία Ελλάδα) και στην ανάλογη γιορτή με την ονομασία Σατουρνάλια της αρχαίας Ρώμης, οι γυναίκες

έφτιαχναν γλυκά και πίτες, μέσα στα οποία έκρυβαν νομίσματα. Όποιος το πετύχαινε ήταν και ο τυχερός της χρονιάς!

Η ορθόδοξη παράδοση συνέδεσε το ίδιο έθιμο με τη Βασιλόπιτα και έτσι η καλοτυχία του φλουριού διατηρήθηκε. Πλέον το πρώτο κομμάτι είναι του Χριστού, μετά του σπιτιού, κι ύστερα της οικογένειας.

Το σπασμένο ρόδι στην Πελοπόννησο

Το έθιμο λέει πως την ώρα που αλλάζει ο χρόνος, κάποιος πρέπει να

πετάξει ένα ρόδι στην εξώπορτα του σπιτιού για να σπάσει. Το ρόδι συμβουλεύει την αφθονία, την καλή τύχη και την γονιμότητα. Το ρόδι σπάει στην πόρτα του σπιτιού ώστε να τα φέρει όλα δεξιά και καλότυχα. Υπάρχει και παραλλαγή όπου το πρωί της Πρωτοχρονιάς η οικογένεια πηγαίνει σύσσωμη στην εκκλησία και ο νοικοκύρης έχει στην τσέπη του ένα ρόδι για να το λειτουργήσει και επιστρέφοντας στο σπίτι, το σπάει για να φέρει την ευλογία στο σπιτικό του.

(Συνέχεια στη σελίδα 12)



Έθιμα και Παραδόσεις

Έθιμα απ' όλη την Ελλάδα

(Συνέχεια από τη σελίδα 11)

Το ποδαρικό

Ακόμα και σήμερα είναι πολλοί αυτοί που θέλουν να κάνει ποδαρικό στο σπίτι τους κάποιος που πιστεύεται πως θα φέρει τύχη. Πολλές φορές



Χριστουγεννιάτικο καράβι

προτιμούν ένα μικρό παιδί γιατί τα παιδιά είναι αθώα και αληθινά καθώς δεν διακατέχονται από ζήλια ή κακία.

Ο Βοριάς στις Κυκλάδες

Στις Κυκλάδες θεωρούν καλό σημάδι (για τις υπόλοιπες μέρες του έτους) τον Βοριά που φυσάει την Πρωτοχρο-

νιά. Επίσης θεωρούν καλό οινικό αν έρθει έξω από το σπίτι τους ένα περιστέρι τη μέρα αυτή, αντίθετα το κοράκι θεωρείται κακό σημάδι. Σε μερικά χωριά στα νησιά των Κυκλάδων όταν πλένονται το πρωί της

Πρωτοχρονιάς αγγίζουν το πρόσωπό τους μ' ένα κομμάτι σίδηρο, για να είναι όλο το χρόνο... "σιδερένιοι" και να χαιρούν άκρας υγείας.

Το Γούρι

Το έθιμο αυτό αναφέρεται ήδη από τον 6ο

αίωνα π.Χ. καθώς η κρεμύδα (*Scilla maritima*) ή σκυλοκρέμυδο, αποτελούσε ένα συνηθισμένο φυτό όπου πιστεύονταν πως διαθέτει μεγάλη δύναμη που την μεταδίδει σε έμψυχα και άψυχα. Για αυτόν τον λόγο, όλοι συνήθιζαν να κρεμάνε ένα σκυλοκρέμυδο στο σπίτι τους

την Πρωτοχρονιά.

Τα Αγιοβασιλιάτικα καράβια στην Χίο

Σύμφωνα με αυτό το έθιμο οι ενορίες του νησιού κατασκευάζουν πλοία, σε σμίκρυνση, τα οποία «διαγωνίζονται» σε ποιότητα και πιστότητα με τα αυθεντικά. Οι ομάδες, δηλ. το πλήρωμα, του κάθε πλοίου τραγουδούν κάλαντα της Πρωτοχρονιάς.

Η «προβέντα» και τα «μουλιστρίνα» στη Σάμο

Εκτός από την συνηθισμένη βασιλόπιτα, οι γυναίκες της Σάμου φτιάχνουν και την «προβέντα», ένα πιάτο γεμάτο τοπικά γλυκά. Σε κάθε σπίτι την πρώτη ημέρα του χρόνου σπάνε ένα ρόδι και σκορπίζουν τους σπόρους ώστε να γεμίσει το σπίτι ευτυχία και καλή τύχη. Όσοι θα κάνουν ποδαρικό, παίρνουν τα «μουλιστρίνα», δηλ. το πρώτο χαρτί του χρόνου.

ΗΛΙΑΣ ΓΕΩΡΓΑΝΤΑΣ

ΑΚΗΣ ΜΙΣΙΧΡΟΝΗΣ

ΒΑΣΙΛΗΣ ΠΑΓΟΥΛΑΤΟΣ

Οι καλικάντζαροι

Μπελάς μεγάλος οι καλικάντζαροι! Όλη την χρονιά ζουν κάτω από τη γη, όπου προσπαθούν με οποιοδήποτε τρόπο να κόψουν το «ιερό δέντρο της ζωής». Και κόβουν, κόβουν και βρίζουν ο ένας τον άλλον, τσακώνονται και κυνηγιούνται, ώσπου έρχονται τα «Χριστούγεννα» παρατάνε στη μέση την δουλειά τους, ανεβαίνουν στην επιφάνεια της γης για να ξεκινήσουν μια νέα πιο ύπουλη δουλειά.

Ξυ-



πνούν τον κόσμο με τις αγριοφωνάρες τους, πειράζουν τους περαστικούς, τους βάζουν τρικλοποδιές,

τρομάζουν τα μικρά παιδιά και τους παίρνουν τα παιχνίδια. Αναστατώνουν τους μυλωνάδες και σκορπάνε παντού το αλεύρι δήθεν για να φτιάξουν μόνοι τους πίτες. Μπαίνουν μέσα στα χωριά, μαδούν τα λουλούδια από τους κήπους, ξεριζώνουν τα δέντρα, ανεβαίνουν στις στέγες και βγάζουν τα κεραμίδια, τρυπώνουν από τις καμινάδες μέσα στα σπίτια

(Συνέχεια στη σελίδα 13)

Έθιμα και Παραδόσεις

Οι καλικάντζαροι

(Συνέχεια από τη σελίδα 12)

και τότε αρχίζει το γλέντι. Αναποδογυρίζουν τα έπιπλα, πετούν στο πάτωμα τα φαγητά και τα ποδοπατάνε, τρώνε όλες τις χρι-



λόνης, ο Μαλαγάνας, ο Μαγάρας, ο Στραβολαίμης, ο Τρικέρης και βεβαίως να μην ξεχάσουμε τον αρχηγό τους τον Μαντρακούκο. Αυτός είναι ο πιο επικίνδυνος από όλους, είναι κουτσός, κοντόχοντρος, άσχημος και με καραφλό κεφάλι.

Οι καλικάντζαροι τρώνε σκουλήκια, βάτραχους, φίδια, ποντίκια, χελώνες και ότι άλλο σιχαμερό υπάρχει στα βάθη της γης.

Υπάρχουν όμως μέτρα που μπορούμε να πάρουμε προκειμένου να προφυλαχθούμε από τους ύπουλους καλικάντζαρους! Οι νοικοκυρές, παίρνουν την στάχτη από το «Χριστόξυλο» που έχουν κάψει και το ρίχνουν στις τέσσερις γωνιές του σπιτιού προκειμένου να το προ-

στατέψουν από τους καλικάντζαρους. Επίσης, σε πολλά χωριά ζωγραφίζουν σε όλες τις πόρτες του σπιτιού ένα σταυρό με κάρβουνο για να διώχνει αυτούς τους απρόσκλητους επισκέπτες.

Οι καλικάντζαροι βασανίζουν τους ανθρώπους για δώδεκα ημέρες, από την παραμονή των Χριστουγέννων μέχρι τα Θεοφάνεια που αγιάζονται τα νερά και μετά ξαναγυρίζουν στον σκοτεινό κάτω κόσμο τους.

Οι περισσότεροι ερευνητές που ασχολήθηκαν με τους καλικάντζαρους υποστήριξαν ότι οι καλικάντζαροι δεν είναι αληθινά πλάσματα. Ο Μιχαήλ Ψελλός σε μια μελέτη του έγραψε: «Ο φόβος και η προκατάληψη των αμόρφωτων ανθρώπων είναι εκείνο που γεννά τις φαντασίες των δαιμονικών».

ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ ΤΣΑΚΑΡΔΑΝΟΥ

ΑΓΑΠΗ ΕΓΓΛΕΖΟΥ

Το έθιμο του караβιού

Η Ελλάδα είναι μια χώρα που είναι ευλογημένη με το δώρο της θάλασσας και του απέραντου γαλάζιου και λογικό είναι η καθημερινότητα των κατοίκων της να περιστρέφεται γύρω από το υγρό στοιχείο.

Πριν από αρκετές δεκαετίες, σχεδόν από όλα τα σπίτια έλειπαν ο πατέρας ή ο γιος ή και οι δύο στα караβία, παλεύοντας για το ψωμί της οικογένειάς τους. Για αυτό και τα Χριστούγεννα δε θα μπορούσαν να είναι διαφορετικά.

Όλα τα σπίτια με πολλή φαντασία

συνήθιζαν να κατασκευάζουν παραδοσιακά караβία από ξύλο λίγο χαρτί και κουρέλια. Το караβί συμβόλιζε τα μακρινά ταξίδια των αγαπημένων τους προσώπων και τη νοσταλγία να τα ξαναδούν τις μέρες των Χριστουγέννων.

Τα παιδιά γυρνούσαν από πόρτα σε πόρτα για τα Χριστουγεννιάτικα κάλαντα με το караβί στα χέρια, στολισμένο με πολύχρωμα σχοινιά που γέμιζε με γλυκά και χριστόψωμα από τους γείτονες και τους συγγενείς.

Έτσι το στόλισμα του караβιού καθιερώθηκε ως Έθιμο στολισμού σε όλα τα σπίτια των Ελλήνων τις μέρες των Χριστουγέννων γιατί εκτός των παραπάνω συμβολίζει και την καινούργια πλεύση του ανθρώπου μετά την γέννηση του Χριστού μας. Επίσης ήταν και μια μορφή Τάματος προς τον Άγιο Νικόλα, για την προστασία των ναυτικών μας και για να έχουν καλές θάλασσες με την νέα χρονιά.

Ακόμα και σήμερα, λοιπόν, εξακολουθούν να στολίζονται караβία

Έθιμα και Παραδόσεις

Το έθιμο του καραβιού

(Συνέχεια από τη σελίδα 13)

σε όλα τα μέρη της Ελλάδας και πολύ περισσότερο στα Ελληνικά νησιά μας.

Σιγά σιγά το στόλισμα του καραβιού αντικαθιστάται από το στόλισμα του χριστουγεννιάτικου δέντρου, αν και οι περισσότεροι δήμοι της χώρας μας εξακολουθούν να στολίζουν το παραδοσιακό καραβάκι σε όλες τις πλατείες τους.



μας ένα μικρό παραδοσιακό καραβάκι, (για να μαθαίνουν οι νεότεροι και να θυμούνται οι παλαιότεροι).

**ΧΡΟΝΙΑ ΠΟΛΛΑ!
ΚΑΛΑ ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΑ!!!**

ΧΡΗΣΤΟΣ ΑΒΡΑΜΗΣ

Το έθιμο του χριστουγεννιάτικου δέντρου

Στην Ελλάδα το έθιμο του χριστουγεννιάτικου δέντρου το έφεραν οι Βαυαροί και στολίστηκε για πρώτη φορά στην χώρα μας στα ανάκτορα του βασιλιά Όθωνα.

Από όπου και να έρχεται όσο ψηλό ή κοντό είναι, στολισμένο ή μη, με λα-

μπίονια και στα παλαιότερα χρόνια αντί για λαμπιόνια τοποθετούσαν αληθινά κεριά. Οι Χριστουγεννιάτικες μπάλες που παραδοσιακά είναι κόκκινες, συμβολίζουν τη θυσία του Σωτήρα για όλους εμάς (το κόκκινο συμβολίζει το αίμα στην ουσία). Ένας άγγελος ή ένα αστέρι τοποθετούνται στην κορυφή του δέντρου συμβολίζοντας το αστέρι της Βηθλεέμ που οδήγησε τους Μάγους ή τους αγγέλους που προστάτησαν το Θείο βρέφος εκείνη την Άγια νύχτα.

Αρχικά το έλατο που είναι και το παραδοσιακό δέντρο που στολίζουμε, έχει μία ιδιότητα, δεν μαραίνο-

μπίονια και στα παλαιότερα χρόνια αντί για λαμπιόνια τοποθετούσαν αληθινά κεριά. Οι Χριστουγεννιάτικες μπάλες που παραδοσιακά είναι κόκκινες, συμβολίζουν τη θυσία του Σωτήρα για όλους εμάς (το κόκκινο συμβολίζει το αίμα στην ουσία). Ένας άγγελος ή ένα αστέρι τοποθετούνται στην κορυφή του δέντρου συμβολίζοντας το αστέρι της Βηθλεέμ που οδήγησε τους Μάγους ή τους αγγέλους που προστάτησαν το Θείο βρέφος εκείνη την Άγια νύχτα.

Το σημείο που πρέπει, όμως, να προσέξουμε εμείς οι χριστιανοί είναι, ότι δεν πρέπει να επικεντρώσουμε τη γιορτή των Χριστουγέννων γύρω από το δέντρο. Επίκεντρο της γιορτής είναι ο Ιησούς Χριστός και το δέντρο είναι απλά ένας συμβολισμός.

Σε γενικές γραμμές το Χριστουγεννιάτικο δέντρο συμβολίζει για εμάς μία ακόμα ανάμνηση της γέννησης του Χριστού, ζεσταίνοντας το σπίτι μας και τις καρδιές μας.

**ΣΑΣ ΕΥΧΟΜΑΙ ΝΑ ΕΧΕΤΕ
ΕΥΤΥΧΙΣΜΕΝΑ ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΑ
ΚΑΙ ΚΑΛΕΣ ΓΙΟΡΤΕΣ !**

ΣΥΜΕΩΝ ΕΓΓΛΕΖΟΣ



μπιόνια ή χωρίς το χριστουγεννιάτικο δέντρο φέρνει χαρά, δώρα και το γιορτινό κλίμα στο σπίτι μας. Αποτελεί ένα από τα πιο όμορφα χριστουγεννιάτικα έθιμα, όπου σε κάθε σπίτι έχει καθιερωθεί ο στολισμός του.

Το δέντρο συμβολίζει τόσο το ξύλο

νται τα φύλλα του και δεν πέφτουν ποτέ. Ακόμα και στο βαθύ χειμώνα, είναι καταπράσινο και ζωντανό.

Είναι ένα αειθαλές, κωνοφόρο δέντρο που ο στολισμός του αποτελεί παράδοση για τις ημέρες των Χριστουγέννων. Στολίζεται με διάφορα στολίδια, γιρλάντες, κορδέλες, λα-

Χριστουγεννιάτικα έθιμα απ' όλο τον κόσμο

Ολόκληρος ο πλανήτης, όπου υπάρχουν Χριστιανοί, αναμένουν με χαρά την γιορτή των Χριστουγέννων. Ο κάθε λαός γιορτάζει με δικά του έθιμα την γέννηση του Θεανθρώπου. Ας δούμε μερικά από αυτά!

ΙΤΑΛΙΑ



Στην Ιταλία η καλή μάγισσα **Μπεφάνα**, πετάει με τη μαγική της σκού-

πα από σπίτι σε σπίτι και κατεβαίνοντας από την καμινάδα, γεμίζει με παιχνίδια τα παπούτσια των καλών παιδιών. Όσα παιδιά όλη την χρονιά ήταν άτακτα, η μάγισσα τους έφερνε ένα τσουβάλι κάρβουνα.

ΓΕΡΜΑΝΙΑ

Στη Γερμανία, έχουν το έθιμο του "Adventskranz". Σύμφωνα με αυτό, οι Γερμανοί βάζουν ένα κηροπήγιο με τέσσερις θέσεις, που συμβολίζει τις τέσσερις τελευταίες εβδομάδες πριν



μετρώντας έτσι αντίστροφα τον χρόνο που απομένει μέχρι τα Χριστούγεννα.

ΣΟΥΗΔΙΑ



Στη Σουηδία, το πρωί της 13^{ης} Δεκεμβρίου, η «**Λουτσία**» συνήθως το

μεγαλύτερο κορίτσι του σπιτιού, φορώντας ένα μακρύ λευκό χιτώνα, και ένα στεφάνι στα μαλλιά με αναμμένα κεριά, πηγαίνει από σπίτι σε σπίτι, μοιράζοντας καφέ και κουλουράκια τραγουδώντας παλιά κάλαντα με τον σκοπό του τραγουδιού «Σάντα Λουτσία».

ΓΑΛΛΙΑ

Στην Γαλλία, την παραμονή των Χρι-

τουγέννων, τα παιδιά αφήνουν τα παπούτσια τους στο τζάκι και περιμένουν τον **Pere Noel** (τον πατέρα των Χριστουγέννων) να του τα γεμίσει με δώρα.

Επίσης, στους ναούς της Γαλλίας γίνεται αναπαράσταση της γέννησης του Χριστού είτε με κούκλες, είτε με ανθρώπους. Ακόμη, βάζουν ένα μεγάλο κούτσουρο στο τζάκι που καίει από τα Χριστούγεννα μέχρι και την Πρωτοχρονιά.



ΝΟΡΒΗΓΙΑ



Στη Νορβηγία, οι μύθοι λένε πως την παραμονή των Χριστουγέννων, οι κακές μάγισσες ψάχνουν σκούπες για να τις καβαλήσουν. Για αυτό, οι Νορβηγοί, την ημέρα εκείνη κρύβουν όλες τις σκούπες του σπιτιού!

ΑΓΑΠΗ ΕΓΓΛΕΖΟΥ

ΣΥΜΕΩΝ ΕΓΓΛΕΖΟΣ

Ρούντολφ το ελαφάκι, μια εκδοτική επιτυχία

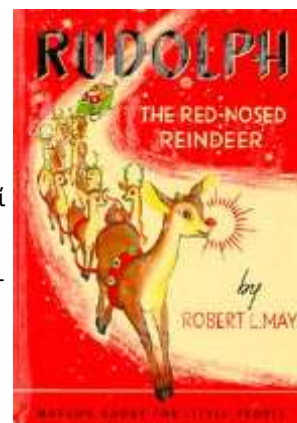
Το 1939 οι υπεύθυνοι της εταιρείας Montgomery Ward Company, έμαθαν πως πουλώντας βιβλία ζωγραφικής θα έβγαζαν πολλά χρήματα. Έτσι αποφάσισαν να φτιάξουν ένα δικό τους.

Ο Robert L. May, που εργαζόταν ως κειμενογράφος στην εταιρεία, ήταν γνωστός στους συναδέλφους του γιατί ήταν πολύ καλός στο να γράφει στιχάκια και ιστορίες για παιδιά. Επιλέχτηκε λοιπόν για να γράψει μια

χριστουγεννιάτικη ιστορία, η οποία θα χρησίμευε ως διαφημιστική πρόωθηση για τα βιβλία ζωγραφικής που εισήγαγε η εταιρεία.

Ο May στα νιάτα του ήταν πολύ μικροκαμωμένος και πολλά παιδιά τον πείραζαν γι' αυτό. Έτσι αποφάσισε να κάνει μια ιστορία σαν αυτή του ασχημόπαπου που έγινε κύκνος. Καθώς έγραφε την ιστορία του, δοκίμασε διάφορες εκδοχές της με την τετράχρονη κόρη του

Barbara, μέχρι να καταλήξουν μαζί σε μια που θεωρούσαν και οι δύο ικα-



νοποιητική.

(Συνέχεια στη σελίδα 16)

Χριστουγεννιάτικα έθιμα απ' όλο τον κόσμο

Ρούντολφ το ελαφάκι, μια εκδοτική επιτυχία

(Συνέχεια από τη σελίδα 15)

Τότε, την παρουσίασε και στο αφεντικό του, στον οποίο δεν άρεσε αρχικά καθώς πίστευε ότι ένας τάρανδος με κόκκινη μύτη υποδήλωνε ότι έπινε αλκοόλ.

Όταν όμως είδε και τα σκίτσα που σχεδίασε ο Denver Gillen, που εργαζόταν στο δημιουργικό τμήμα της Montgomery Ward, αποφάσισε να

δώσει την έγκρισή του.

Τον πρώτο χρόνο ο «Τάρανδος Ρούντολφ με την Κόκκινη Μύτη» πούλησε περίπου 2,4 εκατομμύρια αντίτυπα. Μέχρι το 1946 πάνω από 6 εκατομμύρια αντίτυπα της ιστορίας είχαν διανεμηθεί από την εταιρεία, αριθμός πολύ εντυπωσιακός, δεδομένου ότι δεν εκτυπώθηκε κατά τη διάρκεια του Δευτέρου Παγκοσμίου

Πολέμου.

Η ιστορία του Ρούντολφ είναι αγαπητή σε όλο τον κόσμο όπως και το τραγούδι του. Πιστεύω πως όλοι θα το έχουμε ακούσει, αν ξέρουμε για τον Ρούντολφ.

ΦΙΛΙΠΠΟΣ ΝΑΚΚΑΣ

Ο Ρούντολφ το ελαφάκι



Ο Ρούντολφ, ο ένατος και αγαπημένος τάρανδος του Αι-Βασίλη είναι γνωστός σε ολόκληρο τον κόσμο για την κόκκινη μύτη του που τον κάνει να ξεχωρίζει από όλους τους υπόλοιπους. Το παραμύθι αλλά και το τρα-

γούδι που μιλάει για αυτόν έγιναν τεράστιες επιτυχίες και είναι απόλυτα συνδεδεμένα με τις ημέρες των Χριστουγέννων.

Ποια είναι όμως η ιστορία του Ρούντολφ;

Το 1939 ένας εκδοτικός οίκος με το όνομα Montgomery Ward είχε οικονομικά προβλήματα και ζήτησε από έναν κειμενογράφο που δούλευε εκεί να γράψει ένα δικό του παραμύθι. Εκείνος κάθισε με την τετράχρονη κόρη του Μπάρμπαρα και έγραψε την ιστορία του Ρούντολφ. Αμέσως το βιβλίο έγινε με-

γάλη επιτυχία και λίγο αργότερα γράφτηκε και το ομώνυμο τραγούδι που τραγουδάμε και σήμερα όλοι τα Χριστούγεννα και πάει κάπως έτσι:

“Rudolf the Red-Nosed Reindeer
Had a very shiny nose
And if you ever saw it
You would even say it glows....”

Καλά Χριστούγεννα!!!

ΔΗΜΗΤΡΗΣ ΚΟΥΤΕΛΙΑΣ

Τα ξωτικά των Χριστουγέννων

Τα ξωτικά είναι διαφορετικά σε πολλές χώρες και συνδέονται με τις γιορτές των Χριστουγέννων. Τα συναντάμε, με διάφορες μορφές, στη Γαλλία, στην Γερμανία, στην Αμερική, στις Σκανδιναβικές χώρες, ακόμη και στην Ελλάδα.

Στις Σκανδιναβικές χώρες τα ξωτικά είναι νάνοι, έχουν γενειάδα και φορούν απλά κόκκινα ρούχα. Μοιάζουν, δηλαδή, αρκετά με τους νάνους του κήπου. Οι Σκανδιναβοί πίστευαν ότι

αυτοί οι νάνοι προστάτευαν το σπίτι από το κακό. Αν ήσουν καλός μαζί τους, τότε ήταν και τα ξωτικά καλά μαζί σου. Αν ήσουν κακός, τότε άρχιζαν να «παιίζουν» μαζί σου. Αν και αυτοί οι νάνοι ήταν γενικά καλοκάγαθοι, μπορούσαν να γίνουν ιδιαίτερα κακοί. Ένα από τα συνήθη κόλπα τους ήταν να κάθονται πάνω στο κεφάλι σου και να σου δημιουργούν εφιάλτες την ώρα του ύπνου, να κάνουν το γάλα ξινό ή να

σου κλέβουν τα λουκάνικα.

Στην Γερμανία πίστευαν ότι ήταν πλάσματα του φωτός και ζούσαν στους ουραμούς. Τα ξωτικά εκεί είναι γνωστά ως μικροσκοπικά πλάσματα που μοιάζουν με νάνους και έχουν μυτερά αυτιά. Είναι νεανικά, αλλά και αθάνατα, με μαγικές δυνάμεις που επηρεάζουν τη ματιά μας. Η όψη τους σε σχέση με την ηλικία τους μάς θυμίζει παιδιά που αργούν να μεγαλώσουν. Συνήθως ζουν σε

Χριστουγεννιάτικα έθιμα απ' όλο τον κόσμο

Τα ξωτικά των Χριστουγέννων

(Συνέχεια από τη σελίδα 16)

υπόγειες κατοικίες, δάση, πηγές και πηγάδια. Κανείς δεν ξέρει όμως με σιγουριά πού μένουν, γιατί το κρατάνε μυστικό.

Στην Αγγλία για τα ξωτικά χρησιμοποιούν τη λέξη «elf» που στα παλαιά αγγλικά δηλώνει την πονηρή και παιχνιδιάρικη διάθεση των ξωτικών.

Στην Αμερική και στον Καναδά, το ξωτικό των Χριστουγέννων ζει μαζί με τον Άγιο Βασίλη στον Βόρειο Πόλο και είναι οι βοηθοί του. Το ξωτικό αυτό συχνά απεικονίζεται με πράσινη ή κόκκινη φορεσιά, έχει μεγάλα, μυτερά αυτιά και μυτερό καπέλο ή σκουφί. Τα ξωτικά κάνουν ξαφνικές



εμφανίσεις πριν τα Χριστούγεννα, για να δουν αν τα παιδιά συμπεριφέρονται καλά και ακούνε τους γονείς τους. Είναι, δηλαδή, κάτι σαν μυστικοί πράκτορες του Άγιου που του μεταφέρουν όλα όσα ακούνε και βλέπουν. Κι αν βρουν και το δικό σας όνομα στην «άτακτη» λίστα, αλλοίμονο σας!

Στην Ελλάδα, η έννοια των ξωτικών των Χριστουγέννων συχνά μπερδεύεται με αυτή των καλικαντζάρων. Οι καλικάντζαροι είναι «δαιμόνια», που σύμφωνα με τη λαϊκή δοξασία, τις μέρες που είναι τα «νερά αβάφτιστα» (δεν έχει βαπτισθεί ακόμα ο Χριστός) βγαίνουν από τα έγκατα της γης, για να πειράξουν τους ανθρώπους και να τους ανακατέψουν τα σπίτια, διότι είναι άτακτοι και τους αρέσουν τα παιχνίδια.

ΦΙΛΙΠΠΟΣ ΠΑΠΑΠΑΝΑΓΙΩΤΟΥ

Ο Άη Βασίλης

Ο Άγιος Βασίλειος ο πρωτοχρονιάτικος δικός μας Άη Βασίλης έμεινε στην αντίληψη του λαού μας σαν ένας ανθρώπινος άγιος που ζει και περπατά ανάμεσα μας.

Στην Ελλάδα και στην Ορθόδοξη παράδοση το καλό πνεύμα της πρωτοχρονιάς ταυτίστηκε με τον Μέγα Βασίλειο έναν από τους Τρεις Ιεράρχες προστάτες των γραμμάτων και της παιδείας, επίσκοπο Καισαρείας της Καππαδοκίας.

Γεννήθηκε το 330 στη Νεοκαισάρεια του Πόντου και ήταν ένας βαθιά μορφωμένος και δραστήριος άνθρωπος. Σπούδασε ρητορική, φιλοσοφία, αστρονομία, γεωμετρία, ιατρική, φιλολογία και φυσική στην Αθήνα και περιόδευσε στην Αίγυπτο, στην Μεσοποταμία, στην Παλαιστίνη και στην

Κοίλη Συρία για να γνωρίσει τους ασκητές και να σπουδάσει τον μοναχισμό. Πέθανε την 1^η Ιανουαρίου σε ηλικία μόλις 49 χρονών και πάμφτωχος.

Άφησε πίσω του ένα πλούσιο έργο, τα αμέτρητα συγγράμματά του, την μάχη του εναντίον του αρειανισμού και την φιλανθρωπία του. Φρόντισε να χτιστούν νοσοκομεία, ορφανοτροφεία, πτωχοκομεία, γηροκομεία και ήταν πάντα κοντά σε όσους είχαν ανάγκη.

Η παράδοση και οι γραπτές μαρτυρίες τον παρουσιάζουν αδύνατο, μελαχρινό με μακριά γένια και πάντα γελαστό. Σύμφωνα με την παράδοση αμέσως μετά τα Χριστούγεννα ξεκινούσε πεζός με ένα ραβδί στο χέρι απ' όπου με θαυμαστό τρό-



πο ζωντάνευαν κλαδιά και πέρδικες-σύμβολα δώρων – και περνούσε από διάφορους τόπους. Δεν έφερνε στους ανθρώπους δώρα. Τα δώρα του ήταν πιο πολύ συμβολικά, η ιερατική ευλογία του και η καλή τύχη. Οι σύγχρονοί του ενώ ζούσε ακόμα τον ονόμασαν Μέγα τόσο για την πίστη, την σοφία και την σωφροσύνη του όσο και για την φιλανθρωπία και τη γενναιοδωρία του.

ΙΛΕΑΝΑ ΓΕΡΟΥΜΑΤΟΥ

Χριστουγεννιάτικα έθιμα απ' όλο τον κόσμο

0 Santa Claus

Ο Άι—Βασίλης αποτελεί μια διεθνή μορφή η οποία μοιράζει δώρα σε παιδιά και ενηλίκους ανεξαιρέτως. Μια μάλλον παρανοημένη εκδοχή υποστηρίζει ότι τα δώρα του Άι - Βασίλη τα δικαιούνται μόνο όσοι υπήρξαν «καλοί» κατά τη διάρκεια του χρόνου. Είναι κυρίαρχο πρόσωπο του εορτασμού των Χριστουγέννων και της Πρωτοχρονιάς.

Η γνωστή παρουσία του με κόκκινη στολή, λευκή γενειάδα, τα γυαλιά του, πάντα χαμογελαστός με το σάκο με τα δώρα, πάνω σε έλκηθρο που το σέρνουν ζωηρά ελάφια ή τάρανδοι αποτελεί σήμερα σε παγκόσμια κλίμακα τον πλέον αγαπημένο ήρωα των παιδιών τις ημέρες των εορτών, ακόμη και σε χώρες μη χριστιανικές. Είναι ακριβώς ο ίδιος ο «Σάντα Κλάους» ή «Father Christmas» των Άγγλων, ο «Περ Νοέλ» των Γάλλων, ο «Σίντερ-Κλάας» (Άγιος Νικόλαος) των Ολλανδών, ο «Βάινχτσμαν» των Γερμανών, ο «Λαμ-Κουνγκ-



Σύμφω-
να με
την πα-
ράδοση,
ο Μέγας
Βασί-
λειος
ήταν
ψηλόλι-
γνος, με

Κουνγκ» («ο Καλός γερο-πατέρας») των Κινέζων, ο «Χοτέισο» των Ιαπώνων, «Babbo Natale» των Ιταλών και ο «Άγιος των Πάγων» των Ρώσων.

Για τους Ορθόδοξους χριστιανούς ο Άι Βασίλης είναι ο Μέγας Βασίλειος, ο οποίος έζησε στην Καππαδοκία και αφιέρωσε σχεδόν όλη του τη ζωή στη βοήθεια προς τον συνάνθρωπο και που θεωρείται στη παγκόσμια ιστορία ως ο εμπνευστής αλλά και πρώτος δημιουργός της οργανωμένης φιλανθρωπίας.

μαύρα μάτια και γένια. Ακόμη και ο Άγιος Νικόλαος στην Ορθόδοξη παράδοση αιογραφείται ως ισχνός ασπρογένης γέροντας.

Ο Μέγας Βασίλειος πέθανε στις 31 Δεκεμβρίου του 378. Τη 1 Ιανουαρίου του 379, ημέρα της κηδείας του, διατηρούμενη στη παράδοση, θεωρήθηκε (πρώτα) απ' όλους χριστιανικούς λαούς ότι φέρνει ευλογία και καλή τύχη στη νέα χρονιά.

ΜΑΡΙΛΕΝΑ ΚΑΡΑΜΠΕΛΑ

Χριστουγεννιάτικες συνταγές

Κουραμπιέδες

Υλικά :

1 κιλό βούτυρο φρέσκο — 1 φλυτζάνι τσαγιού ζάχαρη άχνη - 1 φλιτζανάκι του καφέ ποτό μαστίχα - Αλεύρι για όλες τις χρήσεις περίπου 2 κιλά - Ζάχαρη άχνη για πασπάλισμα

Εκτέλεση : Χτυπάμε σε μπολ με το μίξερ το βούτυρο με τη ζάχαρη μέχρι να ασπρίσει και να φουσκώσει το μίγμα. Προσθέτουμε το ποτό και λίγο λίγο το αλεύρι ανακατεύοντας καλά με το χέρι μέχρι να γίνει μια

εύπλαστη ζύμη σαν πλαστελίνη.

Μετά πλάθουμε σχήματα σαν αυγουλάκια και τα βάζουμε σε σειρές σε λαδόκολλα μέσα σε ταψί.

Ψήνουμε σε προθερμασμένο φούρνο στους 180° C μέχρι να αποκτήσουν ελαφρά χρυσαφί χρώμα. Όταν κρυσώσουν πασπαλίζουμε με άχνη ζάχαρη.

ΚΑΛΗ ΕΠΙΤΥΧΙΑ!!!!

ΔΗΜΗΤΡΗΣ ΚΑΡΑΔΗΜΗΤΡΗΣ



Χριστουγεννιάτικες συνταγές

Μελομακάρονα

Υλικά για 40-50 μελομακάρονα

2 κούπες λάδι—1 κούπα ζάχαρη— $\frac{3}{4}$ της κούπας χυμό πορτοκαλιού— $\frac{1}{4}$ της κούπας κονιάκ—2 κουταλάκια ξύσμα πορτοκαλιού—2 κουταλάκια μπέικιν πάουντερ—1 κουταλάκι σόδα

8 κούπες αλεύρι για όλες τις χρήσεις

Για το σιρόπι

2 κούπες μέλι - 2 κούπες ζάχαρη - 2 κούπες νερό

Για το γαρνίρισμα

1 $\frac{1}{2}$ της κούπας ψιλοκομμένα καρύδια - 1 κουταλάκι κανέλα $\frac{1}{2}$ κουταλάκι γαρίφαλο

Εκτέλεση

Χτυπήστε 4' στο μίξερ ή στο μπλέντερ, στη δυνατή ταχύτητα, τα 6 πρώτα υλικά. Κοσκινίστε το αλεύρι με τη

σόδα και το μπέικιν πάουντερ σε μια λεκάνη ζυμώματος. Ανοίξτε ένα λάκκο στο κέντρο και ρίξτε το μίγμα των υγρών υλικών. Παίρνοντας λίγο-λίγο το αλεύρι από τριγύρω, ανακατέψτε το με τα υγρά υλικά και ζυμώστε το ελαφρά. Πλάστε ή κόψτε τη ζύμη με κουππατ σε διάφορα σχήματα. Τοποθετήστε τα σε ταψί και ψήστε τα στους 175°C για 30' περίπου, ώπου να ροδίσουν καλά.

Στο μεταξύ ετοιμάστε το σιρόπι. Βράστε το μέλι με τη ζάχαρη και το νερό 5', αφαιρέστε τον αφρό και περιχύστε τα μελομακάρονα, μόλις βγουν από τον φούρνο. Όταν πιουν



το σιρόπι, αναποδογυρίστε τα κι αφήστε τα να σταθούν, ώπου να κρυσώσουν εντελώς.

Ανακατέψτε τα καρύδια με την

κανέλα και το γαρίφαλο. Πάρτε τα μελομακάρονα ένα-ένα, αναποδογυρίστε τα κι έτσι, όπως είναι μελωμένη η επιφάνεια, πασπαλίστε τα με καρύδι κι τοποθετήστε τα σε πιατέλα. Σκεπάστε τα με πλαστική μεμβράνη. Μπορούν να διατηρηθούν ένα μήνα εκτός ψυγείου.

ΚΑΛΗ ΕΠΙΤΥΧΙΑ!

ΧΡΗΣΤΟΣ ΑΒΡΑΜΗΣ

Βασιλόπιτα

ΥΛΙΚΑ : 500 γραμ. αλεύρι για όλες τις χρήσεις - 3 κ.γλ. μπέικιν πάουντερ - 5 αυγά χωρισμένα - 1 πρέζα αλάτι 400 γραμ. ζάχαρη - 250 γραμ. βούτυρο - 1 κοφτό κ.γλ. Κανέλα - 1/2 κ.γλ. Γαρίφαλο - 2 βανίλιες - ξύσμα από 1 ακέρωτο πορτοκάλι - 120 γραμ. χυμό πορτοκάλι - 1/2 κ.γλ. Σόδα - 120 γραμ. γάλα - 80 γραμ. κονιάκ - 200 γραμ. καρυδόψιχα χοντροκομμένα - άχνη ζάχαρη

Ξεκινάμε τη βασιλόπιτα, κοσκινίζοντας πρώτα το αλεύρι με το μπέικιν. Προθερμαίνουμε το φούρνο στους 170°C πάνω κάτω. Βουτυρώνουμε καλά ένα ταψί στρογγυλό 30-32 εκ. και στρώνουμε λαδόκολλα στη βάση του. Χτυπάμε τα ασπράδια με το αλά-

τι τι σε μεσαία ταχύτητα μέχρι να γίνουν μαρέγκα. Βάζουμε στον κάδο του μίξερ το βούτυρο με τη ζάχαρη και τα χτυπάμε μέχρι να αφρατέψουν. Προσθέτουμε την κανέλα, το γαρίφαλο, τις βανίλιες και το ξύσμα. Έναν έναν ρίχνουμε τους κρόκους. Διαλύουμε τη σόδα στο χυμό και τα προσθέτουμε στο μείγμα. Χαμηλώνουμε την ταχύτητα του μίξερ. Εναλλάξ, προσθέτουμε το αλεύρι με το γάλα και το κονιάκ. Τέλος, προσθέτουμε τα καρύδια και την μαρέγκα και ανακατεύουμε απαλά το μείγμα. Αδειάζουμε το μείγμα στο ταψί. Προσθέτουμε το φλουρί. Ψήνουμε



για 55' με 1 ώρα. Για να σιγουρευτούμε ότι ψήθηκε, μπήγουμε μαχαίρι στο κέντρο. Αν βγει στεγνό είναι έτοιμη.

Αφήνουμε λίγο να κρυσώσει και αναποδογυρίζουμε σε πιατέλα. Πασπαλίζουμε με άχνη ζάχαρη.

ΚΑΛΗ ΕΠΙΤΥΧΙΑ

ΜΑΙΡΗ ΚΑΡΑΔΗΜΗΤΡΗ

Χριστουγεννιάτικες συνταγές

Brownies ελατάκια

Υλικά : 400 γραμμάρια κουβερτούρα - 180 γραμμάρια βούτυρο - 300 γραμμάρια ζάχαρη - μέτρια αυγά - 1 κ.γ εκχύλισμα βανίλιας - 200 γραμμάρια αλεύρι κοκκινισμένο έξτρα για τη λαδόκολλα

Διακόσμηση : Ξυλάκια για παγωτό - Λευκή σοκολάτα (λιωμένη) - Χρυσή ζάχαρη - Μαύρη ζάχαρη -

Αστεράκια

Εκτέλεση : Προθερμαίνουμε τον φούρνο στους 180° C στον αέρα.

Βάζουμε τα 250 γρ. κουβερτούρα και το βούτυρο σε ένα μεγάλο μεταλλικό μπολ το οποίο το τοποθετούμε πάνω από μία κατσαρόλα με νερό που σιγοβράζει.

Ανακατεύουμε με μία σπάτουλα μέχρι να λιώσει η σοκολάτα.

Αφού λιώσει το βούτυρο και η σοκολάτα, αφαιρούμε το μπολ από τη φωτιά και προσθέτουμε μέσα τη ζά-



χαρη ανακατεύοντας πολύ καλά.

Έπειτα ρίχνουμε μέσα στο μπολ, ένα ένα τα αυγά ανακατεύοντας και προσθέτουμε και τη βανίλια.

Στη συνέχεια προσθέτουμε το αλεύρι και το κακάο (κοκκινισμένα) ενσωματώνοντάς τα καλά στο μείγμα με τη βοήθεια μιας σπάτουλας.

Τέλος, προσθέτουμε τα επιπλέον 150 γρ. ψιλοκομμένης σοκολάτα και ανακατεύουμε για πολύ λίγο. Καλό θα ήταν το μείγμα να είναι κρύο για να μην λιώσει η σοκολάτα.

Σε ένα ταψί 20x30 εκ. (ή 26 εκ. διά-

μετρο σε στρογγυλή φόρμα) βάζουμε λαδόκολλα καλύπτοντας τον πάτο και τα πλάγια.

Βουτυρώνουμε και πασπαλίζουμε με κακάο τη λαδόκολλα.

Ρίχνουμε το μείγμα και ψήνουμε στον φούρνο για 30-35 λεπτά.

Το αφήνουμε να κρυώσει, το κόβουμε σε τριγωνάκια και τοποθετούμε ένα ξυλάκι από κάτω.

Σε μία σακούλα ζαχαροπλαστικής βάζουμε τη λιωμένη σοκολάτα. Κάνουμε μια μικρή τρύπα μπροστά και απλώνουμε τη σοκολάτα πάνω στα “δεντράκια” σε ό,τι σχήμα και σχέδιο θέλουμε.

Πασπαλίζουμε από πάνω με τα διακοσμητικά ζαχαρωτά.

**ΜΑΓΙΑ ΚΑΦΑΡΑΤΖΗ
ΒΑΛΕΝΤΙΝΑ ΠΑΡΑΣΚΕΥΑ**

Τούρτα σοκολάτας κάστανο

Υλικά : Για το παντεσπάνι

1 κ.σ. μπέικιν πάουντερ—1 κ.γ. κανέλα—ξύσμα από 1 πορτοκάλι - 1 κ.γ. τζίντζερ - 90 γρ. κακάο + έξτρα για τη φόρμα - 400 γρ. αλεύρι που φουσκώνει μόνο του - 400 γρ. βούτυρο, σε θερμοκρασία δωματίου + έξτρα για τη φόρμα - 400 γρ. ζάχαρη κρυσταλλική - 1 κ.γ. εκχύλισμα βανίλιας 5 αυγά μέτρια, σε θερμοκρασία δωματίου - 90 γρ. γιαούρτι

Για την κρέμα : 400 γρ. κάστανα, καθαρισμένα και βρασμένα (καθαρό βάρος) - 150 γρ. ζάχαρη κρυσταλλική - 30 γρ. κονιάκ - 1 κ.γ. εκχύλισμα

βανίλιας - 500 γρ. νερό + έξτρα ζεστό, προαιρετικά - 200 γρ. σοκολάτα κουβερτούρα, ψιλοκομμένη - 250 γρ. κρέμα γάλακτος

Για το σερβίρισμα : 5 κουκουνάκια από σοκολάτα - ζάχαρη άχνη

Εκτέλεση :

Για την παντεσπάνι

Προθερμαίνουμε τον φούρνο στους 180ο C στον αέρα.

Βάζουμε σε ένα μπολ όλα τα στερεά υλικά. Το μπέικιν πάουντερ, την κανέλα, το ξύσμα από το πορτοκάλι, το τζίντζερ, το κακάο, το αλεύρι και

ανακατεύουμε με ένα κουτάλι.

Προσθέτουμε στον κάδο του μίξερ το βούτυρο, τη ζάχαρη και χτυπάμε σε δυνατή ταχύτητα μέχρι να αφρατέψει το μείγμα.

Χαμηλώνουμε την ταχύτητα του μίξερ και προσθέτουμε το εκχύλισμα βανίλιας και ένα-ένα τα αυγά. Περιμένουμε να απορροφηθεί το ένα για να προσθέσουμε το επόμενο.

Αφαιρούμε τον κάδο από το μίξερ και προσθέτουμε το γιαούρτι και τα στερεά υλικά. Ανακατεύουμε με μία μαρίζ μέχρι να ομογενοποιηθούν τα υλικά.

Χριστουγεννιάτικες συνταγές

Τούρτα σοκολάτας κάστανο

(Συνέχεια από τη σελίδα 20)

Βουτυρώνουμε και κακαρώνουμε τρεις στρογγυλές φόρμες διαμέτρου 20 εκ. και μοιράζουμε το μείγμα.

Ψήνουμε για 25 λεπτά. Αφαιρούμε από τον φούρνο και αφήνουμε να κρυσώσουν καλά.

Για την κρέμα :

Ρίχνουμε σε ένα μικρό κατσαρολάκι βρασμένα κάστανα, τη ζάχαρη, το κονιάκ, τη βανίλια, το νερό και βράζουμε, με ανοιχτό καπάκι, για 25-30 λεπτά.

Μόλις μειωθεί η στάθμη του νερού και μείνει περίπου ένα δάχτυλο (1 εκ.) αφαιρούμε από τη φωτιά.

Μεταφέρουμε όλο το μείγμα στο πολυμηχάνημα με τα μαχαίρια και χτυπάμε μέχρι να διαλυθούν τα κάστανα και γίνει το μείγμα μας πουρές (μπορεί να χρειαστεί να προσθέσουμε λίγο ζεστό νερό).

Όταν είναι έτοιμος ο πουρές, τον μεταφέρουμε σε ένα μπολ.

Όσο είναι ακόμα ζεστός, προσθέτουμε τη σοκολάτα κουβερτούρα ψιλο-

κομμένη, ανακατεύουμε καλά με μία σπάτουλα και αφήνουμε το μείγμα στην άκρη να κρυσώσει.

Στον κάδο του μίξερ ρίχνουμε την κρέμα γάλακτος και την χτυπάμε με το σύρμα για 4-5 λεπτά μέχρι να γίνει σαντιγί.

Όταν κρυσώσει ο πουρές με τα κάστανα και τη σοκολάτα, προσθέτουμε τη σαντιγί σε δόσεις με τη βοήθεια μιας μαρίζ και ανακατεύουμε ελαφρά ώστε να ομογενοποιηθεί και αφρατέψει το μείγμα.

Για τη σύνθεση : Απλώνουμε λίγο από την κρέμα στην πιατέλα σερβίρισματος ώστε να κολλήσει πάνω το ένα παντεσπάνι. Βάζουμε, το λιγότερο όμορφο εμφανισιακά, στη βάση.

Βάζουμε το 1/3 από την κρέμα πάνω στο παντεσπάνι και απλώνουμε με ένα κουτάλι ώστε να καλύψει



όλη την επιφάνειά του.

Τοποθετούμε πάνω από το δεύτερο παντεσπάνι, το υπόλοιπο 1/3 από την κρέμα και απλώνουμε μέχρι να καλυφθεί η επιφάνειά του.

Ακολουθούμε την ίδια διαδικασία και για το τρίτο παντεσπάνι.

Με μία σπάτουλα απλώνουμε όση κρέμα έχει περισσέψει στην επιφάνεια και περιμετρικά της τούρτας.

Σερβίρουμε με τα κουκουνάρια από σοκολάτα και πασπαλίζουμε με ζάχαρη άχνη.

**ΜΑΓΙΑ ΚΑΦΑΡΑΤΖΗ
ΒΑΛΕΝΤΙΝΑ ΠΑΡΑΣΚΕΥΑ**

Μπισκοτόσπιτα

Η παράδοση της κατασκευής των διακοσμημένων μπισκοτόσπιτων, ξεκίνησε στη Γερμανία στις αρχές του 1800. Τα πρώτα σπίτια από μπισκότα ήταν αποτέλεσμα του γνωστού παραμυθιού των αδελφών Grimm "Hansel and Gretel", στο οποίο τα δύο παιδιά που εγκαταλείφθηκαν στο δάσος βρήκαν ένα σπίτι φτιαγμένο από μπισκότα και ζαχαρωτά. Μετά τη δημοσίευση αυτού του βιβλίου, η Γερμανοί αρτοποιοί άρχισαν να ψήνουν διακο-

σημένα παραμυθένια σπίτια του lebkuchen

(μελόψωμο). Αυτά έγιναν δημοφιλή κατά τη διάρκεια των Χριστουγέννων, μια παράδοση που έφτασε στην Αμερική από τους Γερμανούς μετανάστες της Πενσυλβανίας.

Από τη Wikipedia



Τα Χριστούγεννα πλησιάζουν ευκαιρία να φτιάξουμε το αγαπημένο γλυκό όλων των παιδιών το μπισκοτόσπιτο.

Ακολουθεί η συνταγή

(Συνέχεια στη σελίδα 22)

Χριστουγεννιάτικες συνταγές

Μπισκοτόσπιτα

(Συνέχεια από τη σελίδα 21)

ΥΛΙΚΑ : 1 Πακέτο ππι-μπερ - 1 Κορνέ
- Ζάχαρη - 3 Ασπράδια αυγού -
Λίγο λεμόνι ή πορτοκάλι - Χρώμα
Ζαχαροπλαστικής
Γλυκά για στόλισμα

ΕΚΤΕΛΕΣΗ : Σε ένα μικρό τηγάνι λιώνουμε την ζάχαρη για να γίνει καραμέλα. Ενώνουμε τα μπισκότα με την

καραμέλα και φτιάχνουμε το σπιτάκι. Κάθε πακέτο μπισκότων βγάζει 3-4 σπιτάκια. Χτυπάμε τα ασπράδια μαζί με το λεμόνι ή το πορτοκάλι και φτιάχνουμε μαρέγκα. Αν θέλουμε βάζουμε και χρώμα ζαχαροπλαστικής για να ομορφύνουμε το σπιτάκι. Όταν γίνει η μαρέγκα την βάζουμε στο κορνέ και κάνουμε σχέ-

δια πάνω στο μπισκοτόσπιτο. Στο τέλος αν θέλουμε, μπορούμε να προσθέσουμε και διάφορα γλυκά όπως ζελεδάκια, πουράκια, χρωματιστές καραμέλες, καπρίς και mars melow, κ.α.

ΝΑΤΑΛΙΑ ΤΡΟΥΝΙΚ

ΣΤΕΛΛΑ ΒΑΣΙΛΑΚΗ

Συνταγή για βασιλόπιτα

Υλικά: 2 κούπες ζάχαρη
- ½ κούπα γάλα - ½
κούπα κονιάκ - ½ κούπα
χυμό πορτοκάλι - ½
κιλό αλεύρι Φαρίνα -
240gr βούτυρο γάλακτος
5 αυγά - Λίγο ξύσμα
προτοκαλιού
½ κουταλάκι του γλυκού
μαγειρική σόδα - ½
κουταλάκι του γλυκού
τριμμένη κανέλα - 1 κουταλάκι του
γλυκού bakingpowder

Εκτέλεση: Χωρίζουμε τα αυγά σε κρόκους και ασπράδια.

Χτυπάμε στο μίξερ τη ζάχαρη, το βούτυρο, τους κρόκους και το ξύσμα πορτοκαλιού.

Στη συνέχεια, ανακατεύοντας σιγά σιγά, προσθέτουμε το γάλα, το κονιάκ, τον χυμό πορτοκαλιού, την κανέλα, τη σόδα & το bakingpowder.

Σε ένα ξεχωριστό μπολ χτυπάμε τα



ασπράδια μέχρι να γίνουν μαρέγκα. Στη συνέχεια προσθέτουμε σε δόσεις, στο μίγμα του μίξερ, λίγο αλεύρι – λίγο μαρέγκα ανακατεύοντας απαλά.

Τοποθετούμε το μίγμα σε ταψί διαμέτρου 50cm, το οποίο έχουμε βουτυρώσει & στο οποίο έχουμε στρώσει αντικολητικό χαρτί.

Ψήνουμε σε προθερμασμένο φούρνο στους 175°C για 45 λεπτά της ώρας.

Μόλις τη βγάλουμε από τον φούρνο, την αφήνουμε 5 λεπτά να κρυώσει. Στη συνέχεια την αναποδογυρίζουμε προσεκτικά & αφαιρούμε την λαδόκολλα.

Τοποθετούμε την βασιλοπιτά μας σε ένα ταψί και την αφήνουμε να κρυώσει καλά.

Αφού κρυώσει καλά, την κάνουμε άλλη μια τουμπίτσα (προσεκτική!) & βάζουμε το φλουρί (αφού το έχουμε πλύνει πολύ καλά και το έχουμε τυλίξει με αλουμινόχαρτο) από την κάτω μεριά.

Τέλος, την τοποθετούμε στη χριστουγεννιάτικη πινατέλα και την στολίζουμε όπως μας αρέσει.

***Μην ξεχνάτε ότι: Όλες οι συνταγές πετυχαίνουν όταν φτιάχνονται με Πολλή Αγάπη!**

ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ ΤΣΑΚΑΡΔΑΝΟΥ

Χριστουγεννιάτικες κατασκευές

Χριστουγεννιάτικο δεντράκι από σπιρτόκουτα

Υλικά που θα χρειαστείτε:

25 Σπιρτόκουτα - Χαρτί περιτυλίγματος - Κόλλα - Μαρκαστόχορτο

Αφού τυλίξετε το κάθε ένα σπιρτόκουτο με το χαρτί περιτυλίγματος της αρεσκείας σας, κολλάτε 9 σπιρτόκου-

τα, ξεκινώντας από την βάση του δέντρου, και ανεβαίνετε προς την κορυφή αφαιρώντας δύο σπιρτόκουτα σε κάθε σειρά. Αφού δημιουργηθεί το δέντρο, μπορείτε να το γεμίσετε με καραμέλες και μπιχλιμιδάκια. Τέλος αν θέλετε μπο-

ρείτε σε κάθε σπιρτόκουτο να γράψετε ένα



Χριστουγεννιάτικες κατασκευές

Χριστουγεννιάτικο δεντράκι από σπιρτόκουτα

(Συνέχεια από τη σελίδα 22)

αριθμό από το ένα μέχρι το 25 (Χριστούγεννα) και να το χρησιμοποιή-

ήσετε ως ημερολόγιο.

ΑΝΔΡΙΑΝΑ ΚΟΥΣΟΥΛΑ



Μουσικό Χριστουγεννιάτικο Δεντράκι

Παρακάτω υπάρχουν οδηγίες για την κατασκευή ενός πανέμορφου Χριστουγεννιάτικου μουσικού δέντρου. Μου φάνηκε πολύ πρωτότυπο και είπα να σας το δείξω. Ελπίζω να σας αρέσει. Καλή διασκέδαση!!!!!!!!!!!!!!

ΜΟΥΣΙΚΟ ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΙΑΤΙΚΟ ΔΕΝΤΡΑΚΙ Θα χρειαστείς: ένα κομμάτι φελλό (το μεγαλύτερο πάχος), ένα καλαμάκι για σουβλάκι, δύο αυτοκόλλητα αστεράκια και μια μουσική

παρτιτούρα τυπωμένη σε Α4.

Πάρε την παρτιτούρα και σχεδίασε ένα μεγάλο τρίγωνο (βάση του τριγώνου να είναι η μικρή πλευρά του Α4). Κόψε το τρίγωνο και δίπλωσέ το σε βεντάλια. Αφού το διπλώσεις ξεδίπλωσέ το.

Τώρα η παρτιτούρα σου θα έχει αποκτήσει τσακίσεις. Πέρασε ανάμεσα το καλαμάκι σουβλάκι (όπως φαίνεται στην εικόνα) με το μυτερό μέρος προς τη βάση του τριγώνου.

Κόψε ένα τετράγωνο κομμάτι φελλό. Κάρφωσε το δεντράκι στο κομμάτι φελλού ώστε να αποκτήσει βάση και να μπορεί να στέκεται.

Τέλος, κόλλησε στην κορυφή του καλαμακίου τα δύο αστεράκια έτσι ώστε το καλαμάκι να είναι ανάμεσά τους και το δεντράκι σου είναι πανέμοιρο!!!!!!!!!!

ΕΥΦΡΟΣΥΝΗ ΚΑΡΑΜΟΛΕΓΚΟΥ

Χιονάνθρωπος φωτιστικό

Υλικά :

μπουκάλι η πλαστική κανάτα
χαρτόνι (μαύρο & πορτοκαλί)
φωτάκια (ό,τι χρώμα θέλετε)
πομπομ (κόκκινο & πράσινο)
Σύρμα με χρωματιστό ύφασμα
κόλα
ψαλίδι

Οδηγίες : Για να φτιάξετε έναν χιονάνθρωπο φωτιστικό θα πάρετε ένα

μπουκάλι (πλαστική κανάτα), μετά θα κόψετε ένα μαύρο χαρτόνι σε μικρούς & μεσαίους κύκλους για το στόμα και τα μάτια. Μετά θα κόψετε ένα τρίγωνο για τη μύτη. Μετά περνάς το σύρμα και τα πομ πομ και το κολλάς πάνω στο μπουκάλι. Κάνεις μια τρύπα από κάτω και βάζεις τα φωτάκια (ό,τι χρώμα θέλετε) και ο χιονάνθρωπος- φωτιστικό είναι έτοιμος.

**ΔΕΣΠΟΙΝΑ ΜΑΡΙΑ ΜΑΛΤΕΖΟΥ
ΜΕΛΙΝΑ ΕΛΚΙΣ**



Άγιος Βασίλης από μανταλάκια

Ζωγραφίστε απλά και κολλήστε ένα πομ πομ για μύτη και ένα τσόχινο σκουφάκι!

**ΓΕΩΡΓΙΑ ΛΙΛΟΓΛΟΥ
ΜΑΡΙΛΕΝΑ ΚΑΡΑΜΠΕΛΑ**



Χριστουγεννιάτικα σκουφάκια

Θα χρειαστούμε μόνο τρία υλικά:
- χάρτινο ρολό τουαλέτας ή κουζίνας
- διάφορα πολύχρωμα νήματα
- χαρτί περιτυλίγματος.

Ξεκινήστε, κόβοντας το νήμα στο ίδιο μήκος. Στη συνέχεια κόβετε και

(Συνέχεια στη σελίδα 24)

Χριστουγεννιάτικες κατασκευές

Χριστουγεννιάτικα σκουφάκια



τον χάρτινο κύλινδρο σε μικρότερα κομμάτια.

κυκλικά όλο το ρολό. Παίρνουμε το χαρτί περιτυλίγματος, το κάνουμε

Να περάσετε το νήμα μέσα από τον κύλινδρο.

Κάντε κόμπο και συνεχίζετε μέχρι να καλυφθεί

μία μικρή μπάλα και το τοποθετούμε μέσα στο ρολό.

Κρατάμε όλα τα νήματα, τα δένουμε μαζί, και κόβουμε στο μήκος που θέλουμε ώστε να γίνει μία ωραία φουντίτσα.

Τα πολύχρωμα σκουφάκια είναι έτοιμα τώρα μπορείτε να τα διακομήσετε όπου θέλετε.

ΓΕΩΡΓΙΑ ΛΙΛΟΓΛΟΥ

ΜΑΡΙΛΕΝΑ ΚΑΡΑΜΠΕΛΑ

Ξύλινο χριστουγεννιάτικο σπιτάκι

ΥΛΙΚΑ: 6 ΣΑΝΙΔΕΣ 5εκ.Χ 10εκ.

ΣΩΛΗΝΑΡΙΑ ΜΕ ΤΕΜΠΕΡΕΣ

ΚΟΛΛΑ ΓΙΑ ΞΥΛΟ

1 ΜΙΚΡΟ ΜΕΤΡΟ ΣΠΑΣΤΟ

1ΚΟΜΜΑΤΑΚΙ ΣΧΟΙΝΙ

ΟΔΗΓΙΕΣ ΚΑΤΑΣΚΕΥΗΣ:

Βάφουμε με όποιο χρώμα θέλουμε τις σανίδες και τις αφήνουμε να στεγνώσουν. Μετά κολλάμε με την κόλ-

λα τις τέσσερις ώστε να γίνει ένα τετράγωνο σαν κορνίζα. Παίρνουμε τις άλλες δύο και τις κολλάμε σαν σκεπή από πάνω. Τέλος φτιάχνουμε ένα αστέρι με το μέτρο μας και το κολλάμε στην κορυφή. Στρίβουμε το σχοινί σαν θηλιά και το κολλάμε από πίσω στο αστέρι μας. Έτοιμο για κρέμασμα!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!

ΔΗΜΗΤΡΗΣ ΚΑΡΑΔΗΜΗΤΡΗΣ



Χριστουγεννιάτικη κατασκευή

Η διάθεση τα Χριστούγεννα και την Πρωτοχρονιά ανεβαίνει μαζί με την φαντασία και την δημιουργικότητα. Με απλά ανακυκλώσιμα υλικά μπορείτε να φτιάξετε νέα χριστουγεννιάτικα στολίδια χρησιμοποιώντας τα παλιά σας.

Υλικά

Παλιά χριστουγεννιάτικα στολίδια (αστεράκια, μπάλες και ότι άλλο έχετε βαρεθεί)

Λευκή κόλλα

Ένα μεσαίο πινέλο

Χρυσόσκονη

Μικροσκοπικά κρυσταλλάκια

Εκτέλεση

Βάλτε όλα τα υλικά πάνω σε ένα τραπέζι αφού από κάτω έχετε βάλει πολλές εφημερίδες για να μην λερώσετε. Πάρτε το στολίδι στο ένα σας χέρι και το πινέλο στο άλλο και στη συνέχεια καλύψτε το στολίδι με αρκετή κόλλα σε κάθε σημείο του.

Μετά ραντίστε το στολίδι με μπόλικά μικροσκοπικά κρυσταλλάκια της επιλογής σας και μπόλικη χρυσόσκονη και τέλος τινάξτε το ώστε να πέσουν τα περιττά υλικά. Τέλος αφήστε το στολίδι να στεγνώσει για ένα ολόκληρο βράδυ και την επόμενη μέρα κρεμάστε το στο δέντρο σας.

ΙΛΕΑΝΑ ΓΕΡΟΥΜΑΤΟΥ

Χριστουγεννιάτικες κατασκευές

Χιονάνθρωπος από κάλτσα

Σας προτείνουμε μια εύκολη, διασκεδαστική και όμορφη κατασκευή για αυτά τα Χριστούγεννα. Με απλά υλικά μπορείτε να δημιουργήσετε χιονάνθρωπους σε διάφορα μεγέθη και εκφράσεις και να στολίσετε το δένδρό σας ή το δωμάτιό σας.

ΥΛΙΚΑ για έναν χιονάνθρωπο:

Μια μακριά άσπρη κάλτσα - Φακές ή Ρύζι -- Λαστιχάκια - Κουμπιά - Πούλιες χρωματιστές - κλωστή - Ψαλίδι - Κόλλα - Κορδέλα

ΒΗΜΑΤΑ εκτέλεσης:

Με το ψαλίδι κόβουμε το μέρος των δαχτύλων της κάλτσας. Περίπου 3 εκατοστά από το τέλος αυτής

Το άνοιγμα της κάλτσας που δημιουργήθηκε με το κόψιμο, το στρίβουμε και το πιάνουμε με την κλωστή ώστε να κλείσει.

Διπλώνουμε το πάνω μέρος της κάλ-

τσας κατά 3-4 εκατοστά και γεμίζουμε την μισή κάλτσα με φακές ή ρύζι.

Επαναφέρουμε το διπλωμένο κομμάτι και κάνουμε έναν κόμπο στην κάλτσα.

Με μια κορδέλα δένουμε και σφίγουμε ελαφρώς στο μέσον της κάλτσας ώστε να δημιουργήσουμε το σώμα και το κεφάλι.

Κόβουμε το κομμάτι της κάλτσας που περισσεύει αφήνοντας περίπου 4-5 εκατοστά από τον κόμπο.

Γυρνάμε το κομμάτι της κάλτσας ώστε να καλύψουμε τον κόμπο και να φτιάξουμε το σκουφί του χιονάνθρωπου.

Στο μεγαλύτερο μέρος που είναι το σώμα κολλάμε τρία κουμπιά.

Στο κεφάλι βάζουμε 2 πούλιες για μάτια και μια πορτοκαλί για μύτη.



Με ένα κομμάτι κλωστή μαύρη ή με τις πούλιες σχηματίζουμε το στόμα. Ο χιονάνθρωπος είναι έτοιμος. Καλές δημιουργίες και διασκέδαση.

ΠΑΝΑΓΙΩΤΑ ΚΑΤΣΙΚΑ

Χριστουγεννιάτικες ταινίες

Τα Χριστούγεννα και η Πρωτοχρονιά είναι οι αγαπημένες μου γιορτές όλου του χρόνου. Τα σχολεία κλείνουν, τα σπίτια στολίζονται και παίρνουμε πολλά δώρα!!

Ένας άλλος λόγος που μου αρέσουν τα Χριστούγεννα είναι οι χριστουγεννιάτικες ταινίες που απολαμβάνουμε με την οικογένειά μου. Μερικές από αυτές είναι:

1. "Το Πολικό Εξπρές" (The Polar Express)

Την παραμονή των Χριστουγέννων, ένα νεαρό αγόρι που έχει αρχίσει να αμφιβάλει για την ύπαρξη του Άι-Βασίλη, ξυπνά μέσα στη νύχτα και έκπληκτο βλέπει ένα μαγικό τρένο, το

Πολικό Εξπρές, να καταφθάνει και να σταματά μπροστά από την αυλή του. Το αγόρι αποδέχεται διστακτικά την πρόσκληση του μυστηριώδη Ελεγκτή, επιβιβάζεται στο τρένο και ξεκινά ένα περιπετειώδες ταξίδι προς τον Βόρειο Πόλο με σκοπό να γνωρίσει από κοντά τον Άι-Βασίλη

2. "Μόνος Στο Σπίτι" (Home Alone)

Φεύγοντας βιαστικά για το αεροδρόμιο, η οικογένεια του εννιάχρονου Κέβιν τον ξεχνά στο σπίτι. Τον αρχικό του ενθουσιασμό διαδέχεται η νοσταλγία για την οικογένειά του, και καταλήγει να αντιμετωπίσει με ευρηματικό τρόπο δυο γκαφατζήδες διαρρήκτες που βρίσκουν ευκαιρία να εισβάλλουν στο σπίτι.

3. "Μια Χριστουγεννιάτικη Ιστορία" (A Christmas Carol)

Ο Εμπενίζερ Σκρουτζ ξεκινά τις Χριστουγεννιάτικες διακοπές του με τη συνηθισμένη του μιζέρια, βάζοντας τις φωνές στον πιστό βοηθό του και τον χαρωπό ανιψιό του. Αλλά όταν τα πνεύματα των Χριστουγέννων, το Παρελθόν, το Παρόν και το Μέλλον τον οδηγούν σ' ένα αποκαλυπτικό ταξίδι και τον φέρνουν αντιμέτωπο με αλήθειες που διστάζει να παραδεχτεί, ο Γερο-Σκρουτζ πρέπει ν' ανοίξει όχι μόνο τα μάτια, αλλά και την καρδιά του και να εξιλεωθεί για τα χρόνια των κακών προθέσεων πριν είναι πολύ αργά.

4. "Το Ξωτικό των Χριστουγέν-

Χριστουγεννιάτικες ταινίες

(Συνέχεια από τη σελίδα 25)

νων" (Elf)

Ο Μπάντι που έχει μεγαλώσει στον Βόρειο Πόλο μαζί με τα ζωτικά του Άι-Βασίλη, ταξιδεύει στη Νέα Υόρκη για να βρει τον βιολογικό του πατέρα. Εκεί, θα κάνει τα πάντα για να μεταδώσει το πνεύμα των Χριστουγέννων στους κυνικούς ανθρώπους της πόλης.

5. "Ο Αδελφός του Αϊ Βασίλη" (Fred Claus)

Ο Φρεντ Κλάους είναι ο αδελφός του Άι Βασίλη, γνωστού και ως Σάντα

Κλάους. Μεγαλωμένος στη σκιά του αδελφού του, ο Φρεντ αποβάλλει τη γιορτή των Χριστουγέννων από μέσα του και γίνεται στρυφνός. Κάποια στιγμή όμως, έναν μαγικό Δεκέμβρη όπου ο Φρεντ βρίσκεται στο Βορρά, συνειδητοποιεί ότι ο αδελφός του ο Νικ, αντιμετωπίζει ένα σοβαρό πρόβλημα, όταν ένας επιτήδειος προσπαθεί να ακυρώσει τα Χριστούγεννα μια για πάντα. Έτσι ο Φρεντ καλείται να σώσει τα Χριστούγεννα.

6. "Ο Άγιος Βασίλης Μου" (The Santa Clause)

Ένας χωρισμένος πατέρας αναγκά-

ζεται να πάρει τη θέση του Άι-Βασίλη. Η ταινία μεταδίδει επιτυχημένα τη μαγεία των Γιορτών και στο κέντρο της πραγματεύεται τη σχέση ενός χωρισμένου πατέρα με τον μικρό του γιο.

7. "Jack Frost"

Ένας πατέρας επιστρέφει στη ζωή ως χιονάνθρωπος την περίοδο των Χριστουγέννων για να δείξει στο γιο του το πραγματικό νόημα των γιορτών.

Καλή σας διασκέδαση!!!

ΓΕΡΑΣΙΜΟΣ ΡΑΓΚΟΥΣΗΣ

Χριστουγεννιάτικοι προορισμοί

Αλλάξτε παραστάσεις και ξεφύγετε εντελώς από την καθημερινότητα της πόλης με μια εκδρομή

στα **Ζαγοροχώρια!** Επιλέξτε ένα από τα 48 παραδοσιακά χωριά για τη διαμονή σας και νοικιάστε ένα αυτοκίνητο για να ανακαλύψετε και τα υπόλοιπα με την άνεσή σας! Το φυσικό τοπίο στο Ζαγόρι της Πίνδου είναι μοναδικό και οι εικόνες που θα αντικρίσετε εκεί θα σας κάνουν να ξεχάσετε ότι σας απασχολεί και θα σας βοηθήσουν να γεμίσετε τις μπαταρίες σας για τον νέο χρόνο!

Η ονομασία «Ζαγόρι» είναι σλαβικής

προέλευσης και σημαίνει «πέρα από τα βουνά». Απολαύστε τις ομορφιές της φύσης,

περπατήστε στο βουνό κι αναπνεύστε καθαρό αέρα, διασχίστε πέτρινα γεφύρια και χορτάστε με παραδοσιακές ηπειρώτικες πίτες!

Tip: Μερικά από τα πιο γνωστά χωριά είναι το Μικρό και Μεγάλο Πάπιγκο, τα Άνω Πεδινά, το Μονοδένδρι, η Αρίστη, το Τσεπέλοβο και η Βωβούσα. Η περιοχή είναι αρκετά ανεπτυγμένη τουριστικά. Εδώ θα βρείτε πανέμορφους και φιλόξε-

νους οικογενειακούς ξενώνες, για μια αξέχαστη χριστουγεννιάτικη απόδραση!

Πώς θα φτάσετε: Τα Ζαγοροχώρια βρίσκονται περίπου 470 χιλιόμετρα μακριά από την Αθήνα και 350 χιλιόμετρα μακριά από τη Θεσσαλονίκη (ανάλογα με ποιο χωριό θα επιλέξετε για τη διαμονή σας). Μπορείτε όμως να κλείσετε φθηνά αεροπορικά εισιτήρια για Γιάννενα και από εκεί να νοικιάσετε ένα για να ανεβείτε στα ορεινά χωριά της περιοχής.

Οικολογία—Περιβάλλον

Τα φρούτα του χειμώνα

Αχλάδι: Αποτελεί εξαιρετική πηγή φυτικών ινών, προστατεύει την καρδιά, βοηθάει στην καλή υγεία του εντέρου. Επιπλέον τα αχλάδια περιέχουν σημαντικές ποσότητες βιταμινών c, k B2 και B6, ασβέστιο, μα-

γνήσιο κάλιο και μαγγάνιο.

Ακτινίδιο: (42 θερμίδες) Είναι πλούσιο σε βιταμίνη C. Η βιταμίνη C αποτελεί ισχυρό αντιοξειδωτικό, το οποίο βοηθά στην καταπολέμηση των ελευθέρων ριζών, καθώς επί-



σης και στην παραγωγή κολλαγόνου, για τη διατήρηση της υγείας του δέρματος. Επιπλέον, η βιταμίνη C που περιέχει το ακτινίδιο, βοηθάει στην καλύτερη απορρόφηση του σιδήρου. Τα ακτινίδια είναι επίσης εξαιρετική

Οικολογία—Περιβάλλον

Τα φρούτα του χειμώνα

Μανταρίνι : (53 θερμίδες) Ανήκει στην ομάδα των εσπεριδοειδών όπως το πορτοκάλι, το γκρέιπφρουτ και το λεμόνι. Είναι πλούσια πηγή καλίου και βοηθά στη μείωση της αρτηριακής πίεσης. Είναι πλούσιο σε καροτενοειδή τα οποία, εκτός από πολλές ευεργετικές για τον οργανισμό ιδιότητες, δίνουν στα μανταρίνια το πορτοκαλί τους χρώμα. Τελευταίες έρευνες αποδεικνύουν ότι η κατανάλωση των συγκεκριμένων εσπεριδοειδών μπορεί να μειώσει τις πιθανό-

τητες καρκίνου .

Πορτοκάλι : (47 θερμίδες)
Το πορτοκάλι έχει πολλαπλά οφέλη για τον οργανισμό. Συμβάλλει στη μείωση της αρτηριακής πίεσης, ενισχύει την άμυνα του οργανισμού, προλαμβάνει την εμφάνιση καρκίνου και βελτιώνει τις καρδιαγγειακές λειτουργίες. Οι παραπάνω λειτουργίες οφείλονται στην περιεκτικότητά του σε αμινοξέα, φολικό οξύ, κάλιο, ασβέστιο, σίδηρο, ιώδιο, φώσφορο και



ψευδάργυρο. Τέλος είναι πλούσιο σε βιταμίνη Α, Β1 και C.

ΓΕΩΡΓΙΑ ΛΙΟΓΛΟΥ

ΜΑΡΙΛΕΝΑ ΚΑΡΑΜΠΕΛΑ

Τα λαχανικά του χειμώνα

Τα λαχανικά είναι πολύ σημαντική τροφή στη ζωή μας αλλά και πολύ υγιεινή επίσης. Μπορεί μερικά λαχανικά να μην αρέσουν σε μερικούς αλλά σε όλους αρέσει έστω και 1 λαχανικό. Πρέπει να τρώμε πολλά λαχανικά και σαλάτες για να έχουμε ένα υγιές σώμα.

Κάθε εποχή, βγαίνουν και διαφορετικά λαχανικά. Τον Χειμώνα, τα λαχανικά που φυτρώνουν είναι τα: λάχανο, λαχανάκια Βρυξελλών, μπρόκολο, κουνουπίδι, σπαράγγι, καρότο και ραπανάκι.

ΛΑΧΑΝΟ: Το λάχανο είναι ένα λαχανικό, πολυαγαπημένο σε πολλές χώρες, το οποίο είναι απαραίτητο για τον οργανισμό μας. Από το λάχανο παίρνουμε βιταμίνη C και σίδηρο (το κόκκινο λάχανο μας δίνει περίπου 6-8 φορές περισσότερο βιταμίνη και σίδηρο).

ΛΑΧΑΝΑΚΙΑ ΒΡΥΞΕΛΛΩΝ: Τα λαχανάκια Βρυξελλών, παρόλο που δεν είναι πολύ αγαπητά λαχανικά στην χώρα μας, έχει πολύ μεγάλη θρεπτική αξία. Μας δίνει βιταμίνη, φυτικές

ίνες αλλά και νερό!



ΜΠΡΟΚΟΛΟ: Το μπρόκολο, Ανήκει στην οικογένεια των κλαμμοειδών λαχανικών και αποτελεί πηγή βιταμινών Α, Ε και C, καθώς και ασβεστίου. Είναι ένα πολύ θρεπτικό λαχανικό, με πάρα πολλά θρεπτικά συστατικά, τα οποία σχετίζονται με πρόληψη και θεραπευτική επίδραση στην υγεία μας.

ΚΟΥΝΟΥΠΙΔΙ: Το κουνουπίδι είναι ένα λαχανικό, που αν και έχει υψηλή βιολογική αξία, «αδικείται» από τη μυρωδιά του. Είναι καλή πηγή βιταμίνης C, βιταμίνης K και φυλλικού οξέος, που είναι μια βιταμίνη του συμπλέγματος Β. Το κουνουπίδι ανήκει στην οικογένεια των κλαμμοειδών λαχανικών μαζί με το μπρόκολο. Πολλοί λένε ότι το μπρόκολο με το κουνουπίδι είναι ξαδε-

φάκια.

ΣΠΑΡΑΓΓΙ: Το σπαράγγι είναι λαχανικό, που τα τελευταία χρόνια άρχισε να καταναλώνεται ευρέως στη χώρα

μας, ενώ καλλιεργείται σε πολλές περιοχές, όπως στη Βόρεια Ελλάδα, κυρίως όμως για εξαγωγές σε χώρες που το υπερκαταναλώνουν. Είναι μία πηγή καλίου, βιταμίνης Α και φυλλικού οξέως.

ΚΑΡΟΤΟ: Εξαιρετικό λαχανικό, που τρώμε όλο το χρόνο, σε φαγητά και το χειμώνα κυρίως σε σαλάτες, μόνο του ή με λάχανο μαζί. Αποτελεί λαχανικό πλούσιο σε αντιοξειδωτικές ουσίες και προβιταμίνη Α (το γνωστό β-καροτένιο).

ΡΑΠΑΝΑΚΙ: Το ραπανάκι είναι πηγή βιταμίνης Α, C και Ε

ΦΙΛΙΠΠΟΣ ΝΑΚΚΑΣ

ΕΥΦΡΟΣΥΝΗ ΚΑΡΑΜΟΛΕΓΚΟΥ

ΓΕΩΡΓΙΑ ΛΙΟΓΛΟΥ

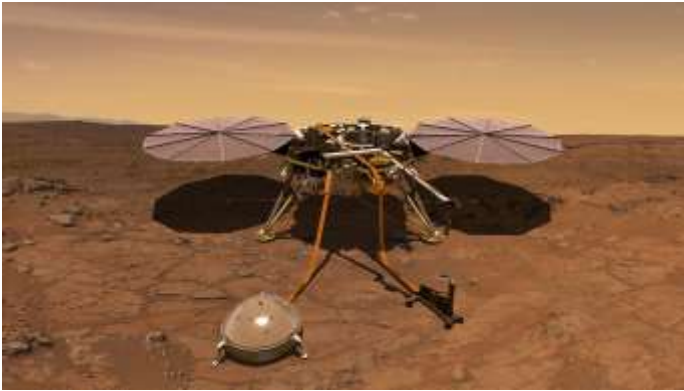
ΜΑΡΙΛΕΝΑ ΚΑΡΑΜΠΕΛΑ

Επιστήμες

Το InSight στον Άρη

(Συνέχεια από τη σελίδα 1)

Μόλις έγινε αντιληπτό ότι το διαστημόπλοιο προσεδαφίστηκε με επιτυχία, οι τεχνικοί ξέσπασαν σε χειροκροτήματα και ζητωκραυγές, καθώς πρό-



κειται για μία από τις σημαντικότερες στιγμές στην ιστορία της ανθρωπότητας.

Έπειτα από ένα διαπλανητικό ταξίδι διάρκειας σχεδόν επτά μηνών, το

διαστημικό επιστημονικό σκάφος InSight της Αμερικανικής Διαστημικής Υπηρεσίας προσεδαφίστηκε στον Άρη, έχοντας διασχίσει με επιτυχία την ατμόσφαιρα του κόκκινου

πλανήτη, επιβεβαίωσε η Nasa από το κέντρο της στην Πασαδενά στην Καλιφόρνια. Πριν από λίγο το InSight έστειλε την

πρώτη του φωτογραφία από την επιφάνεια του Κόκκινου Πλανήτη.

«Προσεδάφιση επιβεβαιώθηκε!» ανακοί-

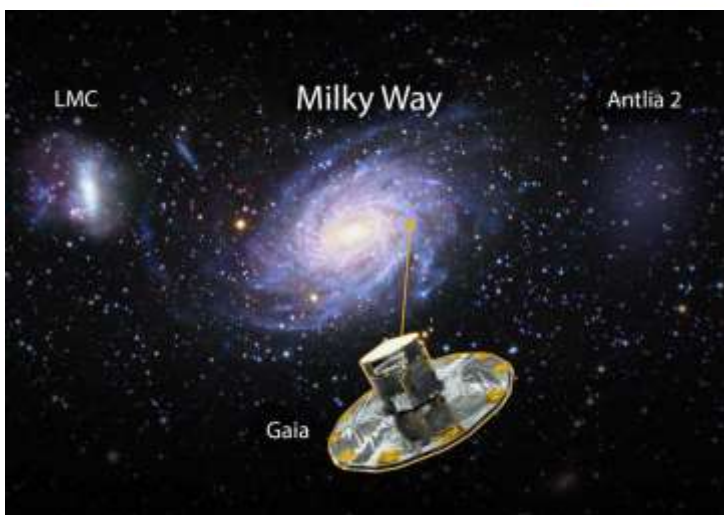
νωσαν οι υπεύθυνοι. Οι μηχανικοί και επιστήμονες της Nasa ξέσπασαν σε χειροκροτήματα και επιφωνήματα χαράς.

Σκοπός του InSight είναι να μελετήσει το εσωτερικό του και τους σεισμούς του Άρη.

Πρόκειται για την πρώτη προσεδάφιση της NASA από το 2012 (ρόβερ Curiosity) και η πρώτη φορά που θα μελετηθεί από ένα ρομποτικό γεωλογικό εργαστήριο το εσωτερικό, η σύνθεση και ειδικότερα η τεκτονική δραστηριότητα όχι μόνο του Άρη, αλλά και οποιουδήποτε άλλου πλανήτη πέρα από τη Γη.

ΦΙΛΙΠΠΟΣ ΝΑΚΚΑΣ

Ο πιο κοντινός γαλαξίας



Έναν τεράστιο γειτονικό γαλαξία «φάντασμα», κρυμμένο πίσω από το δίσκο του δικού μας γαλαξία, ανακάλυψε μια διεθνής ομάδα αστρονόμων αναλύοντας τα στοιχεία του δορυφόρου Gaia του Ευρωπαϊκού Οργανισμού Διαστήματος (ESA).

αραιής πυκνότητας των άστρων του και αφετέρου επειδή ήταν τέλεια κρυμμένος πίσω από το «πέπλο» του δικού μας γαλαξία.

Ο Ant 2 βρίσκεται σε απόσταση περίπου 130.000 ετών φωτός από τον δικό μας γαλαξία. Έχει μέγεθος πε-

ρίπου το ένα τρίτο του δικού μας γαλαξία και είναι εξίσου μεγάλος με το Μεγάλο Μαγγελανικό Νέφος, έναν άλλο γαλαξία δορυφορικό του δικού μας, αλλά είναι 10.000 φορές πιο αχνός σε φωτεινότητα σε σχέση με τον τελευταίο.

Ο δορυφόρος Gaia έχει παράγει τον πληρέστερο κατάλογο άστρων μέχρι σήμερα και έχει αποκαλύψει νέα στοιχεία για τον γαλαξία μας και τους «γείτονές» του. Μέχρι σήμερα έχουν εντοπισθεί περίπου 60 γαλαξίες δορυφορικοί του δικού μας και οι

επιστήμονες δεν αποκλείουν ότι υπάρχουν αρκετά περισσότεροι, που είναι έως τώρα αόρατοι όπως ο Ant

2.

ΧΡΗΣΤΟΣ ΑΒΡΑΜΗΣ

Επιστήμες

Ο 3d εκτυπωτής

Ο τρισδιάστατος εκτυπωτής (3D printer) χρησιμοποιείται για την τρισδιάστατη εκτύπωση και την κατασκευή αντικειμένων σε τρεις διαστάσεις.

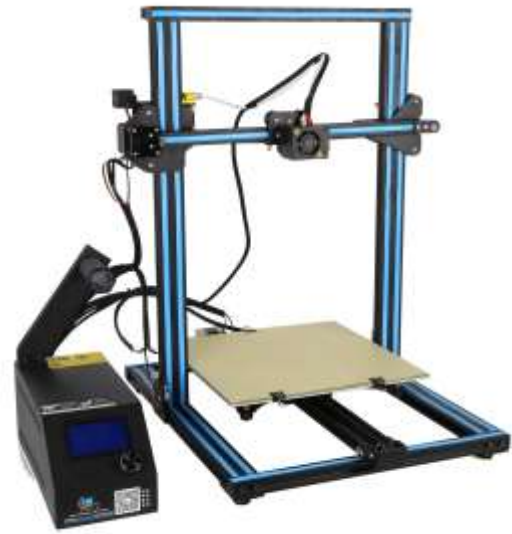
Ο εκτυπωτής ελεγχόμενος από έναν υπολογιστή, που διαθέτει το απαιτούμενο ψηφιακό αρχείο, εκτελεί κινήσεις βάσει του τρισδιάστατου σχεδίου του χρήστη. Έτσι, το υλικό που έχουμε τοποθετήσει (πλαστικό, νάιλον κ.α.) θερμαίνεται μέχρι να λιώσει και ο εκτυπωτής βάζει μια λεπτή στρώση από το υλικό για να κατασκευάσει το αντικείμενο.

Η τρισδιάστατη εκτύπωση εφευρέθηκε το 1982 από τον Chuck Hull. Εκείνος είχε πρώτος την ιδέα να τοποθετήσει χιλιάδες λεπτά στρώματα πλαστικού, το ένα πάνω στο άλλο, να χαράξει το σχήμα τους χρησιμοποιώντας το φως, για να σχηματίσει τρισδιάστατα αντικείμενα. Έναν ολόκληρο χρόνο πειραματιζόταν και στο τέλος όχι μόνο τα κατάφερε αλλά ανακάλυψε ότι η ιδέα του μπορεί να

εφαρμοστεί και σε άλλα υλικά εκτός από το πλαστικό.

Με την χρήση του τρισδιάστατου εκτυπωτή μπορεί κάποιος μόνος του, να δημιουργήσει εύκολα από το πιο μικρό εξάρτημα, μέχρι ολόκληρη κατασκευή (κομμάτι-κομμάτι). Σήμερα, οι τρισδιάστατοι εκτυπωτές, χρησιμοποιούνται στους κλάδους των κοσμημάτων, των υποδημάτων, του βιομηχανικού σχεδίου, της αρχιτεκτονικής, της μηχανικής, της οδοντιατρικής και σε άλλους πολλούς.

Όπως όλες οι εφευρέσεις, η χρήση τους μπορεί να γίνει για καλό σκοπό και αντίθετα για κακό σκοπό. Για παράδειγμα, κάποιος θα μπορούσε να κατασκευάσει εύκολα, κομμάτι-κομμάτι ένα όπλο.



Ο 3d εκτυπωτής μας

Είναι στο χέρι μας να χρησιμοποιούμε υπεύθυνα τις νέες τεχνολογίες, για το κοινό καλό και την πρόοδο των ανθρώπων.

ΣΥΜΕΩΝ ΕΓΓΛΕΖΟΣ

ΦΙΛΙΠΠΟΣ ΝΑΚΑΣ

ΙΑΣΩΝΑΣ ΖΑΧΑΡΙΑΔΗΣ



Βιβλία

Βιβλιομαραθώνιος

(Συνέχεια από τη σελίδα 1)

συγγραφέα, την περιλήψη και τις εντυπώσεις που μας άφησε και το παραδίδουμε στον δάσκαλό μας. Στο τέλος της χρονιάς το παιδί που θα

έχει διαβάσει τα περισσότερα βιβλία θα λάβει ένα tablet ως έπαθλο. Φυσικά το μεγαλύτερο έπαθλο της μόρφωσης θα το πάρουν όλα τα παιδιά που θα έχουν αποκτήσει

νέες γνώσεις και εμπειρίες μέσα από αυτόν τον βιβλιομαραθώνιο.

ΠΑΝΑΓΙΩΤΑ ΚΑΤΣΙΚΑ

Προτάσεις βιβλίων

Σας προτείνω να διαβάσετε το βιβλίο για «**το κοριτσάκι με τα σπύρτα**», από το οποίο θα μάθετε πάρα πολλά. Θα μάθετε ότι υπάρχουν πολλοί άνθρωποι που είναι φτωχοί γύρω

μας και εμείς δεν τους δίνουμε σημασία.

Θα μάθετε επίσης πως δεν πρέπει να κρίνετε κάποιον από την εμφάνισή του αν δεν τον ξέρετε.

Πρέπει λοιπόν να μάθουμε να σεβόμαστε τους γύρω μας και άμα μπορούμε να τους βοηθάμε γιατί τότε, και μόνο τότε θα είμαστε σωστοί άνθρωποι.

ΦΙΛΙΠΠΟΣ ΝΑΚΚΑΣ

Βιβλία

Φον Κουραμπιές εναντίον Κόμη Μελομακρόνη



στρατόπεδα των κουραμπιέδων και των μελομακάρωνων προετοιμάζο-

Ενώ τα Χριστούγεννα είναι γιορτή αγάπης τα γλυκο-

νται παραταγμένα για πόλεμο. Οι αρχηγοί τους Φον Κουραμπιές και Κόμη Μελομακρόνης βγαίνουν μπροστά αλλά μια ξαφνική χιονοθύελλα τους παρασύρει στο δάσος.

Μια νηστική αρδκούδα, ένας ξενύχτης σκίουρος, ένα αστέρι, ένας κηπουρός ονειρών και πολλοί άλλοι τους κάνουν να αλλάξουν εξωτερικά και εσωτερικά. Θα καταφέρουν να φτάσουν στο ζαχαροπλαστέιο αφού χάσουν ό,τι πιο πολύτιμο έχουν δηλαδή σκέ-

τα ζυμαράκια. Ο πόλεμος τους έγδυσε κυριολεκτικά. Η ψυχή τους και η σκέψη τους ήταν πιο γυμνές από ποτέ αφού εξασθένησαν από τη φαγωμάρα.

Έτσι θα αλλάξουν ιδέες για τη ζωή και να καταλάβουν τη ματαιότητα και τον παραλογισμό του πολέμου. Μια Χριστουγεννιάτικη περιπέτεια με δύο μεζούρες γέλιο, δύο μεζούρες γλύκα και πολύ νόημα για όλους!



Αθλητισμός Η χιονοσανίδα

Η χιονοσανίδα (snowboard) είναι άθλημα που περιλαμβάνει την κατάβαση με ειδική σανίδα (δεμένη με λουριά στα πόδια του αθλητή) από ένα κεκλιμένο επίπεδο που είναι καλυμμένο με χιόνι. Η ανάπτυξη του αθλήματος επηρεάστηκε από το σέρφινγκ, το πατινάζ με σανίδα (skateboarding) και το σκι. Ξεκίνησε από τις ΗΠΑ, όπου έγινε ιδιαίτερα δημοφιλές από τη δεκαετία του 1970. Το 1998 έγινε ολυμπιακό

άθλημα και συμπεριλήφθηκε στους Χειμερινούς Ολυμπιακούς Αγώνες. Το 2008 οι πωλήσεις εξοπλισμού για το άθλημα έφταναν τα 487 εκατ. \$. Το πιο κοινό στυλ του αθλήματος είναι το ελεύθερο, που γίνεται σε οποιοδήποτε τύπο εδάφους. Ως αγωνιστικό άθλημα, περιλαμβάνει ακροβατικές φιγούρες (άλματα στον αέρα με κινήσεις χεριών και ποδιών, περιστροφές και τούμπες)



συνοδεία μουσικής που επιλέγουν οι ίδιοι οι αθλητές.

ΝΙΚΟΛΑΣ ΤΣΑΡΜΠΟΠΟΥΛΟΣ

Καλλιτεχνικό πατινάζ

Το καλλιτεχνικό πατινάζ ή καλλιτεχνική παγοδρομία είναι άθλημα που διεξάγεται σε παγοδρόμιο.

Οι αθλητές φορούν παγοπέδιλα και κινούνται κατά μήκος της παγοπίστας εκτελώντας φιγούρες με μουσική υπόκρουση σε κάθε πρόγραμμά τους.

Ορισμένα αγωνίσματα του καλλιτεχνικού πατινάζ είναι αγωνίσματα των Χειμερινών Ολυμπιακών Αγώνων. Αυτά είναι τα εξής:

Ατομικό Ανδρών (Men's singles)
Ατομικό Γυναικών (Ladies' singles)
Παγοδρομία Ζευγαριών (Pairs skating)

Χορός στον πάγο (Ice dancing). Σε αυτή την κατηγορία συμμετέχουν ζευγάρια εκτελώντας μόνο χορευτικές κινήσεις, ενώ είναι η μόνη κατηγορία όπου επιτρέπονται τα φωνητικά στη μουσική του προγράμματος (ενώ στις άλλες κατηγορίες αυτό

(Συνέχεια στη σελίδα 31)

Αθλητισμός

Καλλιτεχνικό πατινάζ

(Συνέχεια από τη σελίδα 30)

απαγορεύεται).

Υπάρχουν ακόμη άλλες κατηγορίες αγωνισμάτων και παραστάσεων στο πάγο, που δεν ανήκουν στο πρόγραμμα των Χειμερινών Ολυμπιακών Αγώνων. Αυτά είναι: Συγχρονισμένη παγοδρομία (Synchronized skating). Είναι ένα ταχέως αναπτυσσόμενο ομαδικό αγώνισμα, όπου συμμετέχουν σύνολα από 12 έως 20 παγοδρόμους άνδρες και γυναίκες. Το αγώνισμα περιλαμβάνει χορό στον πάγο με έμφαση στους σχηματισμούς ακριβείας όλης της ομάδας σαν σύνολο και στις σύνθετες εναλλαγές των σχηματισμών. Βασικοί σχηματισμοί είναι οι κύκλοι, οι ευθείες, τα τετράγωνα

και οι τομές. Από το 2000 η ISU (Διεθνής Ομοσπονδία Παγοδρομίας) διοργανώνει ετήσια παγκόσμια πρωταθλήματα συγχρονισμένης παγοδρομίας, ενώ τα τελευταία χρόνια γίνεται προσπάθεια ώστε να συμπεριληφθεί στο πρόγραμμα των Χειμερινών Ολυμπιακών Αγώνων του 2018.

Παγοδρομία Τετράδας (Four skating). Είναι μια κατηγορία σαν την συγχρονισμένη παγοδρομία αλλά μόνο με δύο γυναίκες και δύο άντρες παγοδρόμους, που παρουσιάζουν μια ποικιλία από ατομικά στοιχεία, στοιχεία ζευγαριού και στοιχεία τετράδας.

Θέατρο στον πάγο (Theatre on



skating). Γνωστό επίσης σαν μπαλέτο στον πάγο είναι ένα είδος ομαδικής παγοδρομίας με θεατρικά στοιχεία. Ακροβατική παγοδρομία (Acrobatic skating). Είναι ένα αγώνισμα συνδυασμού καλλιτεχνικού πατινάζ, ακροβατικών τσίρκου και ασκήσεων γυμναστικής στον πάγο.

ΜΑΥΡΙΔΗ ΕΛΠΙΔΑ

Ψυχαγωγία

Ανέκδοτα

Μπαμπά τι θα μου πάρεις τα Χριστούγεννα??? Ρωτάει ο Τοτός.

Τα λεφτά από τα κάλαντα....

- Τι κάνει οχ οχ οχ ???
- Ένας Άγιος Βασίλης που πηγαίνει ανάποδα....

- Τι μου έφερεις Άγιε μου Βασίλη για τα Χριστούγεννα??

- ΧΟ ΧΟ ΧΟΛΣ.....

Εγώ ακούω το LAST CHRISTMAS από τον Σεπτέμβρη για να αναπτύξω αντισώματα.....

- Τι λένε τα παράφωνα παιδιά τα Χριστούγεννα??????

- Τα ατάλαντα.....

Δεν ήξεραν να πουν τα κάλαντα και είπαν τα καλαντάλλων.....

ΜΑΡΙΛΕΝΑ ΚΑΡΑΜΠΕΛΑ



Κουίζ

Τι κάνω όταν γυρίζω γρήγορα ένα πανί; (Πανηγυρίζω)

Πως λένε τα παιδιά της γης; (Γήπεδα)

Πώς λέγεται η άκρη του τυριού; (Ακρωτήριο)

Πώς λέγεται αυτός που δεν φοράει γυαλιά; (Ατζαμής)

Τι κοινό υπάρχει ανάμεσα στα δέντρα και στα χέρια μας; (Έχουν καρπούς)

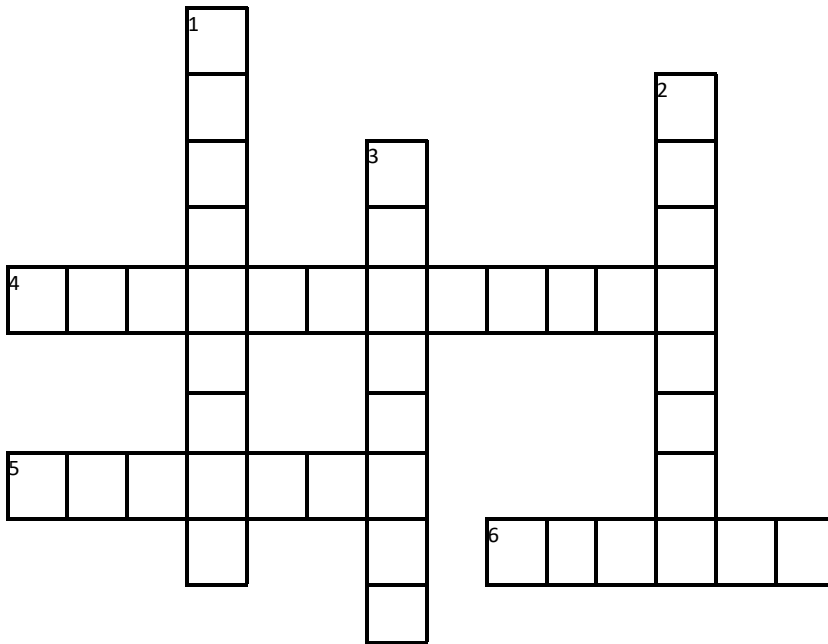
Γιατί πηγαίνουμε στο σχολείο; (Γιατί το σχολείο δεν έρχεται σ' εμάς)

Πώς λέμε το αυτοκίνητο που πάει στα βουνά (κάρβουνο)

ΜΑΥΡΙΔΗ ΕΛΠΙΔΑ

Ψυχαγωγία

Χριστουγεννιάτικα Σταυρόλεξα



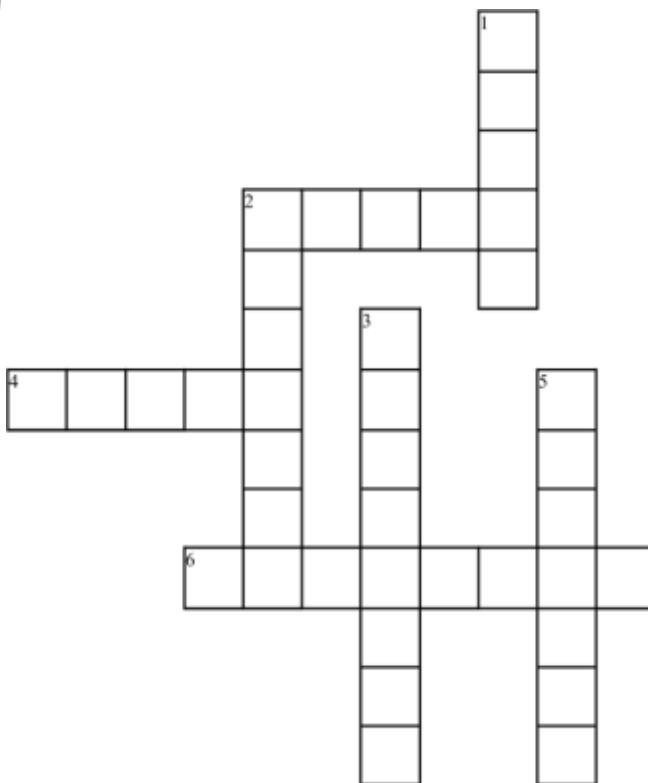
Οριζόντια

- 4. η γιορτή που έχουμε τον Χειμώνα
- 5. το μέσο που χρησιμοποιούσε ο Αη Βασίλης για να μας φέρει τα δώρα
- 6. Οι βοηθοί του Αη Βασίλη

Κάθετα

- 1. Πώς λέγεται ο χοντρούλης που μας φέρνει δώρα;
- 2. Πώς λέγονταν τα ζώα του Αη Βασίλη;
- 3. το ελαφάκι, με μυτούλα λαμπερή

ΦΙΛΙΠΠΟΣ ΝΑΚΚΑΣ



ΟΡΙΖΟΝΤΙΑ

- 2. Το στολίζουμε τα Χριστούγεννα
- 4. Ο Χριστός γεννήθηκε σε μια...
- 6. Ο αγαπημένος τάρανδος του Άι-Βασίλη

ΚΑΘΕΤΑ

- 1. Οι... έφεραν δώρα στον Χριστό
- 2. Με αυτό ταξιδεύει ο Άι-Βασίλης.
- 3. Απο εκεί μπαίνει ο Άι-Βασίλης τα Χριστούγεννα
- 5. Εκεί γεννήθηκε ο Χριστός

ΦΙΛΙΠΠΟΣ ΠΑΠΑΠΑΝΑΓΙΩΤΟΥ

Ο ΡΑΦΤΗΣ

Ένας ράφτης έχει ένα ύφασμα 15 μέτρων. Αν κάθε μέρα κόβει 3 μέτρα σε πόσες μέρες θα το έχει κόψει όλο;

Α: 5 ημέρες

ΑΓΑΠΗ ΕΓΓΛΕΖΟΥ

ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ ΤΣΑΚΑΡΔΑΝΟΥ

Σπαζοκεφαλιές

ΤΙ ΘΑ ΣΥΜΒΕΙ ΠΡΩΤΑ;

Γεμίζουμε ένα ποτήρι με νερό. Τι θα συμβεί πρώτα;

- A) Το ποτήρι θα είναι κατά το 1/4 άδειο;
- B) Το ποτήρι θα είναι κατά τα 2/3 γεμάτο;

Α: Το Β

ΝΟΥΦΑΡΑ ΠΟΛΛΑ

Σε μια λίμνη κάποια παράξενα νούφαρα κάθε μέρα διπλασιάζονται. Αν την 6^η ημέρα έχει καλυφθεί η μισή λίμνη σε πόσες μέρες θα έχει καλυφθεί ολόκληρη;

Α: Την επόμενη ημέρα, δηλαδή την