



# ΤΑ ΣΑΪΝΙΑ



## Η ιστορία του εορτασμού των Χριστουγέννων

Από τους Ελληνιστικούς Χρόνους ήταν γνωστή μία γιορτή άγνωστης προέλευσης, το «Τριέσπερον» που είχε σχέση με το «χειμερινό ηλιοστάσιο» (22-24 Δεκεμβρίου). Αργότερα οι Ρωμαίοι επέβαλαν δικό τους τρόπο εορτασμού προσθέτοντας και ρωμαϊκά έθιμα. Τέλος ο αυτοκράτωρ Αυρηλιανός το 274, θέλησε να ενώσει όλους τους λαούς με μία κεντρική διοίκηση και μία θρησκεία. Έτσι, στις 25 Δεκεμβρίου του 274, εορτάστηκε η «ημέρα της Γέννησης του Ανίκητου Ήλιου». Ήταν μια λατρεία που ένωνε το ελληνικό «Τριέσπερο» με την αιγυ-



«Η Γέννηση»

Δομήνικος Θεοτοκόπουλος

πτική εορτή «Γέννηση του Όσιρη» και την περσική τριήμερη εορτή «Γέννηση του Μίθρα.»

Μέχρι τις αρχές του 3ου αιώνα τα «Χριστούγεννα» σαν εορτή ήταν άγνωστη. Οι Χριστιανοί γιόρταζαν μόνο το Πάσχα και τα "Θεοφάνεια", στις 6 Ιανουαρίου, μαζί με την προσκύνηση των ποιμένων και των Μάγων. Ο ελληνικής καταγωγής Επίσκοπος Ρώμης Άγιος Τελεσφόρος (125-138 μ.Χ.) έκανε μια πρώτη πρόταση να συμπεριληφθεί στις λατρευτικές εκδηλώσεις της Ρώμης και η γέννηση του Χριστού. Φαίνεται μάλιστα ότι το θέμα συζητήθηκε και στην Αλεξάνδρεια της Αιγύπτου. Η πρόταση αμέσως απορρίφθηκε από τους ηγέτες

(Συνέχεια στη σελίδα 2)

<b>ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ ΤΕΥΧΟΥΣ:</b>	
Επικαιρότητα	1 – 3
Παραδόσεις–Ήθη & Έθιμα	3 – 15
Οικολογία–Περιβάλλον	15 – 17
Επιστήμες	18
Βιβλία–Ταινίες–Ιστορίες	17–21
Αθλητικά	22
Ψυχαγωγία	23 – 24

## Το νόημα των Χριστουγέννων

Υπάρχουν διάφορες εκδοχές για το πραγματικό νόημα των Χριστουγέννων. Ίσως να σημαίνει κάτι διαφορετικό για τον καθένα μας.

Γενικά, θα μπορούσαμε να πούμε ότι το νόημα των Χριστουγέννων είναι να κάνουμε ένα διάλειμμα από την καθημερινότητα, να προσφέρουμε δώρα, να περνάμε καλά... Το σημαντικότερο όμως, νόημα είναι να περάσουμε όσο πιο πολύ χρόνο μπορούμε με τα αγαπημένα μας πρόσωπα, τους φίλους και τις οικογένειές μας.

ΓΙΩΡΓΟΣ ΓΚΙΟΥΛΕΡΟΓΛΟΥ



*Οι μαθητές της Ε΄ τάξης σας εύχονται Χαρούμενα Χριστούγεννα και ευαχαιμένον το 2023*

## ΕΠΙΚΑΙΡΟΤΗΤΑ

### Η ιστορία του εορτασμού των Χριστουγέννων

(Συνέχεια από τη σελίδα 1)

της εκκλησίας. Τίποτε λοιπόν δεν έγινε μέχρι τον 4ο αιώνα.

Το πρώτο επίσημο κείμενο που αναγγέλλει την κατάργηση της λατρείας του «Ανίκητου Ήλιου» είναι το Ρωμαϊκό «Καλεντάρι των Φιλοκαλίων» του 354 μ.Χ. γραμμένο στη Λατινική Γλώσσα, που διορθώνει τη φράση «Ημέρα γέννησης του Ανίκητου Ήλιου» με τη φράση «Ο γεννηθείς Χριστός εν Βηθλεέμ της Ιουδαίας». Ο Πάπας Ιούλιος Α΄ (337-352) καθιέρωσε επίσημα στη Ρώμη τον εορτασμό της «Χριστού Γεννήσεως» και από τότε στη Δύση είναι η σημαντικότερη εορτή. Έχουμε

ιστορικές μαρτυρίες ότι το 356 στην Ρώμη γιορτάζονταν τα Χριστούγεννα στις 25 Δεκεμβρίου, ενώ στην Αρμενία και Συρία γιορτάζονταν στις 6 Ιανουαρίου. Στην Ανατολή, η 25η Δεκεμβρίου έγινε αποδεκτή λίγο αργότερα (τέλος 4ου – αρχές 5ου αιώνα). Ο Μέγας Βασίλειος, ο Γρηγόριος ο Θεολόγος και ο Ιωάννης Χρυσόστομος γνώριζαν την καινούργια αυτή εορτή και έγραψαν λόγους για αυτήν.

Με τον ίδιο τρόπο σιγά – σιγά αντικαταστάθηκαν και άλλες ειδωλολατρικές γιορτές με αντίστοιχες χριστιανικές. Με ένα νόμο του 529 μ.Χ. καθιερώθηκε γενική αργία, ενώ στην

«Βασιλείον Τάξιν» του Κωνσταντίνου Ζ΄ Πορφυρογέννητου περιγράφεται ένα περίπλοκο τελετουργικό για τις εορτές των Χριστουγέννων που θυμίζουν πολύ τις αρχαίες τελετές των Περσών και των Ρωμαίων προς τιμήν του Ήλιου. Στην Αγία Σοφία τον 10ο και 11ο αιώνα γινόταν αναπαράσταση της «Γέννησης του Χριστού» με τη συμμετοχή επαγγελματιών ηθοποιών.

#### ΜΑΡΙΝΙΚΗ ΜΗΤΡΟΠΟΥΛΟΥ



### Κάλαντα, η ιστορία τους

Τα Κάλαντα αποτελούν δημοτικά ευχητικά και εγκωμιαστικά τραγούδια που ψάλλονται εθιμικά κατ' έτος κυρίως την παραμονή μεγάλων θρησκευτικών εορτών όπως των Χριστουγέννων, της Πρωτοχρονιάς (Αγ. Βασιλείου), των Θεοφανείων, ακόμη και των Βαΐων ή του Λαζάρου, με εξαίρεση εκείνων της Μεγάλης Παρασκευής που είναι κατανοητικά. Κύρια παραδοσιακά μουσικά όργανα που συνοδεύουν τα κάλαντα είναι το τρίγωνο, το λαούτο, το νταούλι ή τσαμπούνα, η φλογέρα κ.ά.

Οι τραγουδιστές - οργανοπαίκτες των καλάντων ονομάζονται «καλαντιστές».

α κάλαντα ψάλλονται κυρίως από παιδιά αλλά και από ενήλικα άτομα, είτε μεμονωμένα είτε κατά ομάδες, που περιέρχονται οικίες, καταστήματα, δημόσιους χώρους κ.λπ. με τη συνοδεία του πατροπαράδοτου σιδερένιου τριγώνου, αλλά ενίοτε και άλλων μουσικών οργάνων (φυσαρμόνικας, ακορντεόν, τύμπανου, φλογέρας κ.λπ.). Τα παιδιά ρωτούν συνήθως «Να τα πούμε;» και περιμένουν την απάντηση «Να τα πείτε».



Κάλαντα, Νικηφόρος Λύτρας

Κύριος σκοπός των τραγουδιών αυτών είναι μετά τις αποδιδόμενες ευχές τα "Χρόνια Πολλά" το φιλοδώρημα είτε σε χρήματα (σήμερα) είτε σε προϊόντα (παλαιότερα). Σχετική μ' αυτό είναι και η παρασκευή "κουλούρας" ονομαζόμενης "κολλίκι" (Βέροια) ή "κουλιαντίνα" (Σιάτιστα) και εξ αυτών οι φέροντες αυτά ονομάζονται "Κουλουράδες" ή "Φωτάδες"

Τα κάλαντα ξεκινούν κυρίως με χαιρετισμό στη συνέχεια αναγγέλλουν τη μεγάλη χριστιανική εορτή που φθάνει και καταλήγουν σε ευχές. Χα-

ρακτηριστικό σημείο είναι η γλώσσα στην οποία αυτά ψάλλονται, στη καθαρεύουσα, καταδηλούντα την άμεση καταγωγή τους από τους Βυζαντινούς χρόνους τις Καλένδες του Ιανουαρίου που γιορτάζονταν με ιδιαίτερη λαμπρότητα.

Ο μεγάλος αριθμός των διαφόρων παραλλαγών εξανάγκασε να διακρίνονται αυτά σε εθνικά ή αστικά και στα τοπικά ή παραδοσιακά (κατά περιοχή). Στα

χριστουγεννιάτικα κάλαντα έχουν καταμετρηθεί περισσότερες από τριάντα παραλλαγές μόνο στον Ελλαδικό χώρο. Σήμερα εκτός των παραπάνω έχουν εισαχθεί και διάφορα αγγλοσαξωνικά χριστουγεννιάτικα τραγούδια, μερικά από τα οποία έχουν μεταγλωττιστεί στα ελληνικά και χρησιμοποιούνται κάποιες φορές επιπρόσθετα με τα παραδοσιακά.

Επίσης και η ημέρα που ψάλλονται τα κάλαντα σε ορισμένες περιοχές ονομάζονται "Κάλαντα" (Κόλιντα, Κόλεντας, Κόλιαντας) με εξαίρεση τη νήσο

(Συνέχεια στη σελίδα 3)

## ΕΠΙΚΑΙΡΟΤΗΤΑ

### Κάλαντα, η ιστορία τους

(Συνέχεια από τη σελίδα 2)

Μήλο που φέλλονταν μόνο τη παραμονή της Πρωτοχρονιάς, συντασσόμενα κάθε φορά νέα κάλαντα, με τα οποία όμως ζητούσαν οικονομική συνδρομή για κάποιο κοινωνικό σκοπό (π.χ. ανέγερση ή επιδιόρθωση ναού) δίδοντας και συμβουλές προς τους άρχοντες η παρατηρήσεις με σκωπτικό χαρακτήρα. Τέτοιες είναι και οι σχετικές "μαντινάδες" της Κρήτης ή "κοτσάκια" της Νάξου με σκωπτικό επίσης χαρακτήρα που ψάλλονται ως "κάλαντα".

Πολλές φορές όταν δεν υπήρχε φιλοδώρημα ή ήταν ευτελές τότε τα παιδιά συνέχιζαν με πολύ δυνατή φωνή έξω από την οικία δίστιχα σκωπτικά, επαναλαμβανόμενα:

«Αφέντη μου στη κάπα σου χίλιες χιλιάδες ψείρες,

### ΠΑΡΑΔΟΣΗ

#### Κάλαντα Χριστουγέννων Θράκης

Χριστός γεννιέται, χαρά στὸν κόσμο,  
χαρά στὸν κόσμο, στὰ παλληκάρια.

Σαράντα μέρες, σαράντα νύχτες,  
ἢ Παναγιά μας κοιλοπονοῖσε.

Κοιλοπονοῖσε, παρακαλοῖσε,  
τοὺς ἀρχαγγέλους, τοὺς ἱεράρχες.

Σεῖς ἀρχαγγέλοι καὶ ἱεράρχες,  
στὴ Σμύρνη πηγαίν'τε, μαμμές νὰ φέρ'τε.

Ἄγια Μαρίνα, ἄγια Κατερίνα,  
στὴ Σμύρνη πᾶνε, μαμμές νὰ φέρουν.

Ὅσο νὰ πᾶνε κι ὅσο νὰ ἔρθουν,  
ἢ Παναγιά μας ἠληυτηρώθη.

Στὴν κούνια τὸ ἴβαν καὶ τὸ κουνοῖσαν,  
καὶ τὸ κουνοῖσαν, τὸ τραγουδοῦσαν.

Σὰν ἥλιος λάμπει, σὰ νιὸ φεγγάρι,  
σὰ νιὸ φεγγάρι, τὸ παλληκάρι.

Φέγγει σὲ τοῦτον τὸ νοικοκύρη, μὲ τὰ καλά του,  
μὲ τὰ παιδιά του, μὲ τὴν καλὴ τὴ νοικοκυρά του...

ἄλλες γεννοῦν, ἄλλες κλωσοῦν κι  
ἄλλες αὐγὰ μαζώνουν!»

Αὐτές οι απειλές έχουν την αφετηρία τους τα κάλαντα της αρχαιότητας. Στα χελιδονίσματα της αρχαίας Ελλάδας (κάλαντα της εαρινής πρωτοχρονιάς) τα παιδιά, αφού έλεγαν το άγγελμα της πρωτοχρονιάς και τις ευχές τους, χωρίς θρησκευτικές αναφορές, διατύπωναν τις απαιτήσεις τους για φιλοδώρημα κι ύστερα περνούσαν στις απειλές των νοικοκυραίων. "...αν όμως δεν μας δώσεις δεν θα περάσει έτσι την αυλόπορτά σου σηκώνουμε ἢ το στέγαστρό της, ..."

Το ίδιο γίνονταν και στα κόλιντα (τα παραδοσιακά κάλαντα) της Βισαλτίας στη Μακεδονία, τότε που τα παιδιά βροντούσαν τις εξώπορτες με τις τοπούζες (ραβδιά με σφαιρικές απολήξεις) φωνάζοντας:

Κόλιντα, μπάμπου, κόλι-

ντα! (το άγγελμα)

Τρεις χιλιάδες πρόβατα κι  
άλλα τόσα γίδια, (οι ευχές)

Δο μ', κυρά μ', καρύδια, (οι απαιτήσεις), μη σι σπάσ' τα κираμίδια (οι απειλές).

Ιδιαίτερα σημαντικό, όμως, είναι ότι οι απειλές των παιδιών στα κάλαντα του Σιτοχωρίου είναι σχεδόν ίδιες με αυτές του τελευταίου στίχου στο αρχαίο χελιδόνισμα: Μη σι σπάσου τ' θύρα σου κι την παραθύρα σου (οι απειλές). Γενικότερα οι νοικοκυραίοι ανάλογα με την περιοχή, έδιναν στα παιδιά φρούτα, ξηρούς καρπούς (καρύδια, φουντούκια, σταφίδες κλπ.), αυγά, βούτυρο, καβουρμά και πληγούρι. Επίσης όσοι επιθυμούσαν έδιναν και μερικές δεκάρες ἢ δραχμές.

ΜΠΕΛΑΜ ΒΙΣΙΑ

#### Κάλαντα Χριστουγέννων Πελοποννήσου.

Χριστούγεννα πρωτούγεννα, πρώτη γιορτή του χρόνου,  
για έβγατε, δέστε, μάθετε, πώς ὁ Χριστός γεννιέται,  
γεννιέται κι αναθρέφεται στο μέλι καὶ στο γάλα,  
τὸ μέλι τρών' οἱ ἄρχοντες, τὸ γάλα οἱ ἀφεντάδες  
καὶ τὸ μελισσοχόρταρο τὸ λούζουντ' οἱ κυράδες.

Κυρά ψιλὴ, κυρά λιγνὴ, κυρά γαϊτανοφρύδα,  
κυρά μ' ὅταν στολίζεσαι νὰ πᾶς στὴν ἐκκλησιά σου,  
βάζεις τὸν ἥλιο πρόσωπο καὶ τὸ φεγγάρι ἀγκάλι  
καὶ τὸν καθάριο αὐγερινὸ τὸν βάζεις δαχτυλίδι.

Εμεῖς ἐδῶ δὲν ἤρθαμε νὰ φᾶμε καὶ νὰ πιοῦμε,  
μόνο σᾶς ἀγαπούσαμε κι ἤρθαμε νὰ σᾶς δοῦμε·  
ἐδῶ πού τραγουδήσαμε πέτρα νὰ μὴ ραγίσει  
κι ὁ νοικοκύρης τοῦ σπιτιοῦ πολλοὺς χρόνους νὰ ζήσει.

Δώστε μας καὶ τὸν κόκορα, δώστε μας καὶ τὴν κότα,  
δώστε μας καὶ πέντ' ἔξ' αὐγὰ, νὰ πᾶμε σ' ἄλλη πόρτα.

ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ : ΜΑΡΚΕΛΛΑ ΜΙΧΑΗΛΙΔΟΥ

## ΠΑΡΑΔΟΣΗ

### Κάλαντα στο εξωτερικό

#### Γαλλικά Κάλαντα : Les Anges dans nos Campagnes

Les Anges dans nos campagnes,  
Ont entonné l'hymne des cieux ;  
Et l'écho de nos montagnes  
Redit ce chant mélodieux :  
Gloria in Excelsis Deo (bis)

Bergers grande est la nouvelle :  
Le Christ est né, le Dieu sauveur !  
Venez le ciel vous appel  
A rendre hommage au Rédempteur  
Gloria in Excelsis Deo (bis)

Vers l'enfant qui vient de naître  
accourons tous avec bonheur!  
le ciel nous l'a fait connaître;  
oui, gloire au Christ au Dieu sauveur!  
Gloria in Excelsis Deo (bis)

#### Κάλαντα στα Αγγλικά : Jingle Bells

Dashing through the snow  
In a one horse open sleigh  
O'er the fields we go  
Laughing all the way

Bells on bobtails ring  
Making spirits bright  
What fun it is to ride and sing  
A sleighing song tonight

Oh, jingle bells, jingle bells  
Jingle all the way  
Oh, what fun it is to ride  
In a one horse open sleigh

Oh, jingle bells, jingle bells  
Jingle all the way  
Oh, what fun it is to ride  
In a one horse open sleigh

ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ : ΕΚΤΟΡΑΣ ΦΕΡΡΟ

## ΣΥΝΤΑΓΕΣ ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΩΝ

### Χριστουγεννιάτικες δίπλες

Ένα από τα πιο αγαπημένα χριστουγεννιάτικα γλυκά είναι οι δίπλες. Οι μελωμένες δίπλες κοσμούν κάθε χρόνο το χριστουγεννιάτικο τραπέζι.

Προετοιμασία: 30 λεπτά Εκτέλεση: 3 λεπτά

#### Υλικά Για τις δίπλες

3 ½ φλ. αλεύρι για όλες τις χρήσεις— 5 αυγά—2 βανίλιες—1 κ.γ. σόδα (στην μύτη ενός κουταλιού γλυκού) - 1 πρέζα/ες αλάτι

#### Υλικά Για το τηγάνισμα

ελαιόλαδο ή σπορέλαιο

#### Υλικά Για το μελώμα

500 γρ. θυμαρίσιο μέλι—1 φλ. νερό—½ κ.γ. κανέλα— ½ κ.γ. γαρύφαλλο—ψιλοκομμένη καρυδόψιχα

#### Εκτέλεση

Χωρίζουμε πρώτα τους κρόκους από τα ασπράδια.

Στα ασπράδια ρίχνουμε το αλάτι και τα χτυπάμε μέχρι να κάνουν κορυφές που να στέκονται (μεσαία ταχύτητα).

Στους κρόκους ρίχνουμε τη βανίλια και

τους χτυ-



πάμε για 5' με μίξερ χειρός, για να ασπρίσουν καλά και να μη μυρίζουν. Ρίχνουμε τους κρόκους στα ασπράδια και προσθέτουμε τη σόδα.

Χτυπάμε 5 λεπτά για να αφρατέψει καλά το μίγμα.

Ρίχνουμε τα 2/3 του αλευριού για να γίνει σαν πηχτός χυλός.

Λαδώνουμε τα χέρια και προσθέτουμε το υπόλοιπο αλεύρι (λίγο-λίγο).

Ζυμώνουμε μέχρι η ζύμη να μην κολλάει στα χέρια.

Τη σκεπάζουμε και την ξεκουράζουμε το λιγότερο για 30 λεπτά.

Ανοίγουμε πολύ λεπτό φύλλο με πλάστη, σε αλευρωμένη επιφάνεια.

Κόβουμε σε μακρόστενα κομμάτια, περίπου 20×15 εκατοστά.

Αφού κόψουμε όλες τις δίπλες (τις αφήνουμε πάνω σε πετσέτα απλωμέ-

νες μέχρι να τις ετοιμάσουμε όλες), ζεσταίνουμε σε κατσαρόλα το λάδι.

Ρίχνουμε μέσα μία – μία τις δίπλες. Μόλις σχηματίσουν φουσκάλες στην επιφάνεια, μετά από 30 δευτερόλεπτα, με τη βοήθεια 2 πιρουινιών τις ρολάρουμε κατά μήκος διπλώνοντας τις.

Αφήνουμε να ροδίσουν.

Τις βγάζουμε σε απορροφητικό χαρτί να στραγγίξουν.

#### Η διαδικασία του μελώματος

Αραιώνουμε το μέλι με 1 φλ. νερό και περιχύνουμε τις δίπλες με προσοχή να μελωθούν όλες.

Πασπαλίζουμε με καρύδια και κανελογαρύφαλλο.

Εναλλακτικά, μπορούμε να τις μελώσουμε όπως τα μελομακάρωνα και να τις πασπαλίζουμε με καρύδι (αφού κρυώσουν, με το σιρόπι να είναι ζεστό).

ΛΥΔΙΑ ΨΥΧΑ

## ΣΥΝΤΑΓΕΣ ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΩΝ

### Βασιλόπιτα κέικ

#### ΥΛΙΚΑ

300 γρ. βούτυρο Lurpak, - σε θερμοκρασία δωματίου - 250 γρ. ζάχαρη άχνη - 1 κ.σ. ζάχαρη κρυσταλλική - 7 γρ. μαχλέπι 2 γρ. μαστίχα - 1/2 κ.γ. μοσχοκάρυδο - 2 κ.σ. αλεύρι γ.ο.χ. - ξύσμα πορτοκαλιού, από 1-2 πορτοκάλια - 1 βανιλίνη 4 αυγά, θερμοκρασία δωματίου - 75 γρ. γάλα, 3,5% - 400 γρ. αλεύρι γ.ο.χ. 1 κ.σ. μπέικιν πάουντερ - ζάχαρη άχνη, για το σερβίρισμα



#### ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Προθερμαίνουμε τον φούρνο στους 180° C στον αέρα.

Ρίχνουμε στον κάδο του μίξερ το βούτυρο, την άχνη και χτυπάμε με το σύρμα πολύ καλά μέχρι να αφρατέψει το βούτυρο, 2-3 λεπτά.

Στη συνέχεια, σταματάμε το χτύπημα, καθαρίζουμε τα πλαϊνά τοιχώματα με μία σπάτουλα ή με μαριζ, συνεχίζουμε το χτύπημα για άλλα 5 λεπτά και αφήνουμε στην άκρη.

Σε ένα μικρό μπλέντερ-μούλτι ρίχνουμε τη ζάχαρη, το μαχλέπι, τη μαστίχα, το μοσχοκάρυδο, 2 κ.σ. από το αλεύρι μας και χτυπάμε πολύ καλά. (Αν χρησιμοποιήσουμε βανιλίνες, και όχι εκχύλισμα, τις προσθέτουμε στο μούλτι)

Όταν το μείγμα μας γίνει σκόνη το προσθέτουμε στον κάδο του μίξερ.

Ρίχνουμε το ξύσμα πορτοκαλιών, το εκχύλισμα βανίλιας και χτυπάμε στον κάδο σε χαμηλή ταχύτητα.

Ρίχνουμε ένα ένα τα αυγά. Με το που απορροφηθεί το ένα ρίχνουμε το επόμενο.

Βγάζουμε τον κάδο από το μίξερ και ρίχνουμε στον κάδο και το γάλα ανακατεύοντας ελάχιστα με μία μαριζ.

Σε ένα μπολ ανακατεύουμε τα 400 γρ. αλεύρι με το μπέικιν και τα προσθέτουμε στον κάδο ενώ ανακατεύουμε ελαφρά με μία μαριζ.

Βουτυροαλευρώνουμε πολύ καλά μία στρογγυλή φόρμα κέικ με αποσπώμενη βάση, διαμέτρου 25 εκ.

Ρίχνουμε εκεί το μείγμα για τη βασιλόπιτά μας και απλώνουμε καλά με μία σπάτουλα.

Ψήνουμε στον φούρνο για 45 λεπτά, στην υψηλή σχάρα.

Πριν το ψήσιμο δεν ξεχνάμε να βάλουμε το φλουρί!

Μόλις είναι έτοιμη, πασπαλίζουμε με άχνη ζάχαρη και σερβίρουμε!

Καλή Επιτυχία και Καλές Γιορτές με Υγεία!

ΓΙΑΝΝΗΣ ΑΒΡΑΜΗΣ



### Μελομακάρονα



#### Υλικά συνταγής

240 γραμ. Ηλιέλαιο ή Καλαμποκέλαιο - 240 γραμ. Ελαιόλαδο ελαφρύ - 50 γραμ. κονιάκ - 160 γραμ. χυμός φρέσκο πορτοκάλι - 1 κ.γλ. κοφτό σόδας μαγειρικής - 200 γραμ. ψιλή κοφτή ζάχαρη - 1 κοφτό κ.γλ. Γαρύφαλλο - 2 κοφτά κ.γλ. Κανέλα - ξύσμα από 2 πορτοκάλια ακέρωτα -

900 γραμ. αλεύρι γ.ο.χ - 2 κοφτά κ.γλ. Μπέικιν πάουντερ -

#### Για το σιρόπι

400 γραμ. ζάχαρη - 400 γραμ. νερό

400 γραμ. μέλι θυμαρίσιο - 1/2 λεμόνι (ακέρωτο) - αλεσμένο φιστίκι Αιγίνης ή καρύδι

#### Εκτέλεση

Κοσκινίζουμε πρώτα το αλεύρι και το μπέικιν πάουντερ σε μπολ.

Τα αφήνουμε στην άκρη. Σε άλλο μπολ βάζουμε το ελαιόλαδο, το ηλιέλαιο, το κονιάκ, τη ζάχαρη, την κανέλα, το γαρύφαλλο και το ξύσμα πορτοκαλιού. Με σύρμα το ανακατεύουμε να διαλυθεί και να λιώσει η ζάχαρη. Διαλύουμε την σόδα στον χυμό, ανακατεύουμε και την ρίχνουμε στο μείγ-

μα. Ανακατεύουμε με το σύρμα. Τέλος, ρίχνουμε μέσα το αλεύρι σταδιακά και ανακατεύουμε. Δεν παιδεύουμε το μείγμα για πολύ ώρα. Ψήνουμε στους 160 βαθμούς για 25 λεπτά και... έτοιμα τα μελομακάρωνά μας.

ΝΕΦΕΛΗ ΚΥΡΙΑΖΗ



## ΕΘΙΜΑ ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΩΝ

### Λεπτομέρειες για γνωστά έθιμα

#### Βασιλόπιτα

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 σπασμένο ρόδι στην Πελοπόννησο

Το ρόδι σπάει στην πόρτα του σπιτιού ώστε να τα φέρει όλα δεξιά και καλότυχια. 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.

#### Το ψωμί «Βασίλης» στην Κύπρο

Την παραμονή της Πρωτοχρονιάς στην Κύπρο έφτιαχναν ένα ψωμί που το ονόμασαν «Βασίλης» μέσα στο οποίο τοποθετούσαν ένα νόμισμα. Έβαζαν μέσα σε μια μεγάλη τσιάρτα (κούπα) κόλλυβα και από πάνω τον «Βασίλη», μ' ένα κερί αναμμένο στο κέντρο του. Το εναπόθεταν στο καλό τραπέζι του σπιτιού, μαζί με κρασί, αλλά και το πορτοφόλι του νοικοκύρη, καθώς και ένα κλαδί ελιάς. Όλη αυτή η διαδικασία γινόταν

γιατί πίστευαν, ότι το βράδυ της παραμονής θα επισκεπτόταν το σπίτι τους ο Άγιος Βασίλης, θα έτρωγε, θα έπινε και θα ευλογούσε το πορτοφόλι του νοικοκύρη προκειμένου να είναι πάντα γεμάτο.

#### Καλικάντζαροι

Ένα από τα παραδοσιακά έθιμα των Χριστουγέννων στη Μεσηνία είναι οι Καλικάντζαροι, γνωστοί ως μαλλιαρά πλάσματα, που τρυπάνουν στα σπίτια τις νύχτες, κλέβουν τα φαγητά που βρίσκουν και



Το έθιμο της πέτρας στην Κρήτη

μεγάλοι να σηκώνονται, να φορούν τα καλά τους ρούχα, χωρίς να μιλούν καθόλου και να κάνουν τρεις φορές το σταυρό τους. Έπειτα, έβγαιναν έξω από το σπίτι και ο καθένας έπαιρνε από μια πέτρα, όσο μεγαλύτερη μπορούσε να βρει και την τοποθετούσε μέσα στο σπίτι.

Μετά κάθονταν πάνω στην πέτρα που ο καθένας είχε φέρει και έλεγαν: «Κλού -Κλού στα ορνίθια μας, καλοχρονιά στα σπίτια μας, όσο βάρος έχει η πέτρα τούτη, τόσο χρυσάφι κι ασήμι να μπει στα σπίτια μας!» Έπειτα από αυτή τη φράση έκαναν το σταυρό τους 3 φορές και καλημέριζαν τους υπόλοιπους για να πάνε στην εκκλησία. Στην επιστροφή στο σπίτι πρώτος έμπαινε ο πρωτότοκος υιός και μετά όλοι οι υπόλοιποι. Οι πέτρες έμεναν μέσα στο σπίτι για οκτώ μέρες και την τελευταία ημέρα ο καθένας έπαινε την πέτρα που είχε αφήσει και έκανε το σταυρό του 3 φορές και την έβγαζε πάλι έξω από το σπίτι.

ΓΑΛΗΝΗ ΔΗΜΗΤΡΟΠΟΥΛΟΥ



ράζου τους ανθρώπους, ανακατεύοντας τα σπίτια τους, διότι είναι άτακτοι και τους αρέσουν τα παιχνίδια. Σύμφωνα με την παράδοση, ανεβαίνουν στη γη την παραμονή των Χριστουγέννων και φεύγουν την ημέρα των Θεοφανίων, όταν γίνεται ο αγιασμός των υδάτων.

#### Η πέτρα

Ένα πρωτοχρονιάτικο έθιμο αποτελεί η τοποθέτηση μιας μεγάλης πέτρας στην είσοδο κάθε νοικοκυριού την Πρωτοχρονιά σε αρκετές περιοχές της Κρήτης. Η παράδοση αναφέρει ότι όσο μεγαλύτερη πέτρα επέλεξαν, τόσο περισσότερη ευτυχία, γαλήνη και χαρά υπήρχε στο σπίτι κατά τη διάρκεια του νέου έτους.

Συνήθιζαν στην Κρήτη, χαράματα Πρωτοχρονιάς “με την πρώτη καμπάνα της εκκλησίας”, μικροί και

## ΕΘΙΜΑ ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΩΝ

### Έθιμα από τη Θράκη

Μια περιοχή με απίθανα χριστουγεννιάτικα έθιμα είναι η Θράκη !



Κόλιαντα

Από χωριό σε χωριό όλα τα έθιμα της Θράκης και περισσότερα στον βόρειο Έβρο παραμένουν στην παράδοση του

Θρακικού ελληνισμού. Η παράδοση της Θράκης διατηρήθηκε μέχρι και την δεκαετία του 70', μερικά από τα πιο γνωστά είναι Τα κόλιαντα, η Μπάμπω και ο Πουρπούρης

Για τα «κόλιαντα» οι ομάδες, συγκεντρωνόντουσαν στα καφενεία, στα σπίτια ή ακόμα και έξω στους δρόμους, για να κάνουν πρόβες για τα χριστουγεννιάτικα τραγούδια. Ήταν κυρίως τα μικρά αγόρια αλλά και νέοι μέχρι την ηλικία που θα πήγαιναν στον στρατό. Η κάθε ομάδα έπρεπε να μάθει τα ίδια λόγια με τα οποία θα έμπαινε στα σπίτια της γειτονίας γιατί έπρεπε να πούνε πολλά χριστουγεννιάτικα τραγούδια για όλα τα μέλη της οικογένειας που επισκεπτόταν.

Το έθιμο της μπάμπως είναι ένα έθιμο που οι περισσότερες οικογένειες της Θράκης τηρούν μέχρι και σήμερα. Η «Μπάμπω» ήταν το πρώτο φαγητό που θα έτρωγε η οικογένεια

μετά από τη νηστεία των 40 ημερών, μάλιστα το έβραζαν όλη τη νύχτα σε σιγανή φωτιά για να είναι έτοιμο όταν θα γύριζε η οικογένεια από την εκκλησία. Είναι το έντερο του γουρουνού γεμιστό με κρέας, ρύζι και μπαχαρικά.

Στη διάρκεια του Δωδεκαμήρου, οι μεταμφιέσεις ήταν οι χαρακτηριστικότερες εκδηλώσεις της γιορταστικής περιόδου. Τέτοιο έθιμο ήταν ο «Πουρπούρης», που αναπαριστούσαν οι κάτοικοι του Ισαακίου τη δεύτερη μέρα των Χριστουγέννων, πολλές φορές, όμως, και την τρίτη. Ο «Πουρπούρης», φορούσε προβιά ή κάπα τσομπάνη μια μάσκα από νεροκολοκύθα και κουδούνια στη μέση, πήγαινε από σπίτι σε σπίτι, με τη συνοδεία νέων του χωριού και έλεγε τα χριστουγεννιάτικα τραγούδια.

ΔΗΜΗΤΡΗΣ ΚΟΥΤΣΟΣ

### Έθιμα από την Πελοπόννησο



Χριστόψωμο Πελοποννήσου

για να το ευλογήσει ο παπάς. Κατά την επιστροφή στο σπίτι, ο νοικοκύρης πρέπει να χτυπήσει το κουδούνι της εξώπορτας και όχι να ανοίξει με κλειδί και να είναι ο πρώτος που θα μπει στο σπίτι για να κάνει ποδαρικό, με το ρόδι στο χέρι. Μπαίνουντας μέσα, με το δεξί, σπάει το ρόδι πίσω από την εξώπορτα 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».

Χριστόψωμο: Το ζύμμα του χριστόψωμου είναι ολόκληρη τελετουργία και απαιτεί ακριβή υλικά, όπως ψιλοκοσκινισμένο αλεύρι, ροδόνερο, μέλι, σουσάμι, κανέλα και γαρύφαλα. Όσο το ζυμώνει η νοικοκυρά λέει ευχές: «Ο Χριστός γεννιέται, το φως ανεβαίνει, το προζύμι για να γένει». Πλάθουν το ζυμάρι και παίρνουν τη μισή ζύμη και φτιάχνουν την κουλούρα. Με την υπόλοιπη φτιάχνουν σταυρό με λουρίδες απ' τη ζύμη και στο κέντρο βάζουν ένα άσπαστο κα-

ρύδι ή ένα αυγό που συμβολίζουν τη γονιμότητα.

Το κυνήγι: Στα χωριά Μάνης κατά τη διάρκεια των Χριστουγέννων τα παιδιά βγαίνουν τα βράδια με φακούς και γυρίζανε σε βράχια και σε σπήλαια ψάχνοντας για «γουργουγιάννηδες», μικρά πουλάκια που κούρνιαζαν εκεί. Τα τρώμαζαν με το φακό και τα πιάνανε και στη συνέχεια τα πήγαιναν στο σπίτι όπου οι νοικοκυρές τα καθάριζαν και τα πάστωναν, τα βάζανε σε πήλινα ή γυάλινα βάζα και τα έτρωγαν για μεζέ τα Χριστούγεννα.

ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΑ ΠΑΓΙΑΤΗ



Τα Χριστουγεννιάτικα έθιμα της Πελοποννήσου έχουν επίσης μεγάλο λαογραφικό ενδιαφέρον. Περιλαμβάνουν το κλασικό Χριστόψωμο και το σπάσιμο του ροδιού, αλλά και το «κυνήγι» κατά το οποίο τα μικρά παιδιά της οικογένειας έπιαναν τους μεζέδες του τραπέζιού.

Το σπάσιμο του ροδιού: Το πρωί της Πρωτοχρονιάς, η οικογένεια πηγαίνει στην Θεία Λειτουργία του Μεγάλου Βασιλείου και ο νοικοκύρης έχει μαζί του ένα ρόδι

## ΕΘΙΜΑ ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΩΝ

### Έθιμα από τα Δωδεκάνησα

Κύριο φαγητό στα περισσότερα νησιά της Δωδεκανήσου ήταν και είναι η γαλοπούλα και το χοιρίνο κρέας.

Το σφάξιμο του χοίρου που μεγάλωναν οι οικογένειες γινόταν σε παρέες και με ειδική ιεροτελεστία.



Γαφράκια Ρόδου

Από τα χριστουγεννιάτικα φαγητά ήταν τα παραδοσιακά γιαπράκια ντολμαδάκια).

Σε ό,τι αφορά τα γλυκά τόσο στη Ρόδο όσο και στα υπόλοιπα νησιά το χαρακτηριστικό είναι οι δίπλες, οι οποίες εξακολουθούν να παρασκευάζονται και σήμερα.

Από τα αξιοσημείωτα των ημερών είναι ότι την ημέρα των Χριστουγέννων οι κάτοικοι της Ρόδου συνηθίζουν να πηγαίνουν οικογενειακά στην εκκλησία και αμέσως μετά να επισκέπτονται τους ηλικιωμένους γονείς και παππούδες για τις σχετικές ευχές.

**ΑΜΑΝΤΑ ΠΑΣΚΟ**

### Έθιμα απ' όλο τον κόσμο

#### ΓΕΡΜΑΝΙΑ

Στη Γερμανία το διάστημα που προηγείται των Χριστουγέννων είναι πολύ σημαντικό. Για τις οικογένειες τα χριστουγεννιάτικα μπισκότα και το χριστουγεννιάτικο κέικ αποτελούν τα παραδοσιακά έθιμα της περιόδου. Χαρακτηριστικές είναι και οι χριστουγεννιάτικες αγορές στο κέντρο κάθε πόλης που εμφανίζονται από το πρώτο Σαββατοκύριακο του Δεκεμβρίου και τελειώνουν την παραμονή των Χριστουγέννων. Στις 6 Δεκεμβρίου γιορτάζεται ο Ζανκτ Νικόλαους (ο Άγιος Νικόλαος) που είναι παρόμοιος του Αγίου Βασιλείου ως προς το έθιμο των δώρων.

#### ΔΑΝΙΑ

Στη Δανία την περίοδο πριν από τα Χριστούγεννα φτιάχνονται πολλά χειροποίητα στολίδια για τη διακόσμηση των σπιτιών. Οι περισσότερες οικογένειες φτιάχνουν μόνες τους το παραδοσιακό Αλεξανδρινό στεφάνι με τέσσερα κεριά που συμβολίζουν τις τέσσερις Κυριακές μέχρι την ημέρα των Χριστουγέννων. Εκτός από το στεφάνι, υπάρχει και το «έθιμο του κεριού» που είναι ιδιαίτερα αγαπητό στα παιδιά και χρησιμεύει σαν ημερολόγιο. Κάθε παιδί έχει ένα κερί το οποίο χωρίζεται με οριζόντιες γραμμές ή νούμερα στις μέρες που αντιστοιχούν μέχρι τα Χριστούγεννα. Κάθε μέρα το κερί ανάβεται μέχρι να πλησιάσει η επόμενη γραμμή. Έτσι φτάνει η μέρα που θα πάρει και το δώρο του.

#### ΙΣΠΑΝΙΑ

Η παραμονή των Χριστουγέννων ή αλλιώς «Noche Buena» είναι το βράδυ



Χριστουγεννιάτικη αγορά στη Γερμανία

που μαζεύεται όλη η οικογένεια. Τα δωμάτια διακοσμούνται με κλαδιά από πεύκα, μπεζ και κόκκινα αλεξανδρινά και αναμμένα κεριά δίνοντας μια κατάνυξη και ένα χρώμα στην ατμόσφαιρα. Μετά το τραπέζι των Χριστουγέννων στο οποίο προσφέρονται τοπικές σπεσιαλιτέ, ακολουθεί η λειτουργία των Χριστουγέννων. Οι άνθρωποι ντυμένοι σαν τους Τρεις Μάγους και άλλες μορφές της Θρησκείας πετάνε γλυκά στα παιδιά. Η εορταστική περίοδος ολοκληρώνεται στις 6 Ιανουαρίου τη μέρα των Θεοφανίων κατά τη διάρκεια της οποίας οι Τρεις Μάγοι φέρνουν τα δώρα στα παιδιά

#### ΓΑΛΛΙΑ

Στη Γαλλία, η παραμονή των Χριστουγέννων είναι εργάσιμη ημέρα. Ο «Père

Noël», ο δικός τους δηλαδή Άγιος Βασίλης, δίνει τα δώρα του το βράδυ της 24ης Δεκεμβρίου. Τα παιδιά αφήνουν τα παπούτσια τους δίπλα από το τζάκι για να τους τα γεμίσει με γλυκά και ξηρούς καρπούς. Ιδιαίτερη βαρύτητα δίνουν οι Γάλλοι στο εορταστικό τραπέζι, το «Réveillon» (ρεβεγιόν), τόσο των Χριστουγέννων όσο και της Πρωτοχρονιάς, το οποίο και γεμίζουν με διάφορα φαγητά και γλυκά.

#### ΣΟΥΗΔΙΑ

Στη Σουηδία εκτός από Χριστουγεννιάτικα δέντρα στολίζουν και μια κατσίκα από άχυρο. Η κατσίκα του Γκέβλε εμφανίστηκε για πρώτη φορά το 1966 στην κεντρική πλατεία της ομώνυμης πόλης και είχε ύψος 13 μέτρων. Τα μεσάνυχτα της παραμονής των Χριστουγέννων τυλίχτηκε στις φλόγες και από τότε, κάθε χρόνο κάποιος προσπαθεί να την κάψει.

Απαιτούνται πολλές ώρες δουλειάς για να δημιουργηθεί το μεγαλύτερο, από άχυρο, γλυπτό κατσίκας στον κόσμο.

#### ΝΟΡΒΗΓΙΑ

Στη Νορβηγία, τα Χριστούγεννα ονομάζονται «Jul» και έχουν τις ρίζες τους σε αρχαία γεωργικά έθιμα του χειμώνα και της εποχής της συγκομιδής.

Ο Julenissen, όπως ονομάζεται ο Νορβηγός Άγιος Βασίλης, μαζί με τους βοηθούς του φέρνει δώρα και καλή



## ΕΘΙΜΑ ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΩΝ

### Έθιμα απ' όλο τον κόσμο

(Συνέχεια από τη σελίδα 8)

τύχη στο σπίτι και στον στάβλο και του προσφέρουν ένα μπολ με κουρκούτι από αλεύρι.

Η παράδοση λέει ότι οι μάγισσες και τα κακά πνεύματα εμφανίζονται την Πρωτοχρονιά και κλέβουν τα σκουπόξυλα των Νορβηγών και πετάνε μακριά. Για αυτό και οι άνθρωποι, κρύβουν τα σκουπόξυλα και οτιδήποτε σχετικό, ένα βράδυ πριν, ώστε να «προλάβουν» το κακό.

#### ΡΩΣΙΑ

Στη Ρωσία ντύνουν μία νεαρή κοπέλα στα λευκά για να παραστήσει την Παναγία. Στις 6 Ιανουαρίου, πολλές περιοχές της Ρωσίας με ορθόδοξους χριστιανούς, βασισμένοι στο Ιουλιανό ημερολόγιο, γιορτάζουν την παραμονή των Χριστουγέννων, γνωστή και ως «Σοτσέλνικ».

Την παραμονή των Χριστουγέννων οι πιστοί τηρούν αυστηρή νηστεία και οι ορθόδοξοι χριστιανοί, στολίζουν τα σπίτια τους με κλαδιά ελάτου. Επίσης τηρούν και τις επισκέψεις τους στις εκκλησίες, προκειμένου να παρακολουθήσουν τις λειτουργίες και να «αγιαστούν».

#### ΟΥΚΡΑΝΙΑ

Τα ουκρανικά χριστουγεννιάτικα δέντρα καλύπτονται με αράχνες και ιστούς αράχνης.

Σύμφωνα με την τοπική λαογραφία, υπήρχε μια φτωχή γυναίκα που δεν μπορούσε να αντέξει οικονομικά να διακοσμήσει το χριστουγεννιάτικο δέντρο. Αλλά το επόμενο πρωί, τα παιδιά της ξύπνησαν και είδαν το δέντρο να καλύπτεται από μεγάλες επιφάνειες ιστών αράχνης που μετατράπηκαν σε χρυσό και ασήμι. Έτσι πιστεύουν ότι ένας ιστός αράχνης το πρωί των Χριστουγέννων φέρνει τύχη.

#### ΕΛΒΕΤΙΑ

Στην Ελβετία οι τέσσερις εβδομάδες πριν τα Χριστούγεννα εορτάζονται με παραδοσιακά έθιμα όπως: Το γιορτινό στεφάνι και το χριστουγεννιάτικο ημερολόγιο. Ο Samichlaus, όπως ονομάζεται στη γερμανική πλευρά της Ελβετίας, ο Άγιος Νικόλαος μοιράζει γλυκά και δώρα στα παιδιά στις 6 Δεκεμβρίου. Η παραμονή των Χριστουγέννων χαρακτηρίζεται από διάφορα έθιμα όπως αυτό του δέντρου, των καλάντων, του

γιορτινού τραπέζιου και της λειτουργίας των Χριστουγέννων.

#### ΤΣΕΧΙΑ

Στην Τσεχία η 4η Δεκεμβρίου, ημέρα της εορτής της Αγίας Βαρβάρας είναι αφιερωμένη στη μάρτυρα της περιόδου των πρώτων διωγμών των Χριστιανών. Από άκρη σε άκρη της Χώρας κόβονται κλαδιά κερασιάς και διατηρούνται στο νερό. Εάν έχουν ανθίσει μέχρι τα Χριστούγεννα φέρνουν καλή τύχη και πιθανόν ευνοϊκές προοπτικές για γάμο μέσα στην επόμενη χρονιά. Τα κλαδιά της κερασιάς μαζί με μικρά φυτά Αλεξανδριανών και άλλα γιορτινά στολίδια τοποθετούνται μέσα σε ψάθινα καλάθια, που κοσμούν το γιορτινό τραπέζι.

Τέσσερις εβδομάδες πριν τα Χριστούγεννα φτιάχνουν το στεφάνι του «advent», που έχει τέσσερα κεριά.



Ελβετία : Samichlaus

Κάθε μια από τις τέσσερις Κυριακές ανάβουν και ένα κεριά από το Χριστουγεννιάτικο στεφάνι. Το πρώτο συμβολίζει την Ελπίδα, το δεύτερο την Ειρήνη, το τρίτο την Φιλία και το τελευταίο την Αγάπη.

#### ΦΙΝΛΑΝΔΙΑ

Η 24η Δεκεμβρίου είναι η σημαντικότερη ημέρα της περιόδου των Χριστουγέννων. Οι εορτασμοί αρχίζουν το μεσημέρι. Η χριστουγεννιάτικη διακόσμηση περιλαμβάνει κεριά και τα εποχικά φυτά διακόσμησης όπως το "Αλεξανδρινό".

Επίσης η παραμονή των Χριστουγέννων είναι αφιερωμένη στη μνήμη των νεκρών. Έτσι έχουν έθιμο να πηγαί-

νουν στο νεκροταφείο για να τιμήσουν τους νεκρούς.

Από τον Μεσαίωνα αυτή γιορτάζεται "Η Διακήρυξη της Ειρήνης των Χριστουγέννων". Η μοναδική χρονιά που δεν γιορτάστηκε ήταν το 1939 εξαιτίας του πολέμου Φινλανδίας και Ρωσίας. Στις μέρες μας διακηρύσσεται



Φινλανδία : Χριστουγεννιάτικα φαγητά

επίσης και "Η Χριστουγεννιάτικη Ειρήνη για τα ζώα του δάσους" και έτσι σταμάτα το κυνήγι κατά τη διάρκεια των Χριστουγέννων σε πολλές πόλεις και δήμους.

Παραδοσιακά φαγητά είναι το χοιρινό, η γαλοπούλα, ο βραστός μπακαλιάρος που σερβίρεται με ρέγγα τουρσί και λαχανικά.

#### ΜΕΞΙΚΟ

Ο εορτασμός των Χριστουγέννων μοιάζει με καρναβάλι! Στο Μεξικό γιορτάζεται από τις 16 Δεκεμβρίου έως την παραμονή των Χριστουγέννων η «Λας Ποσάδας», σε ανάμνηση των περιπετειών που πέρασαν ο Ιωσήφ και η Μαρία, μέχρι να βρουν μέρος να γεννήσουν τον Ιησού. Οι εννέα ημέρες της γιορτής συμβολίζουν τους εννέα μήνες κύησης της Παρθένου Μαρίας. Στο Μεξικό, βλέπεις παντού φάντες.

Μια από τις πιο δημοφιλείς εκδηλώσεις στο Μεξικό, είναι το σπάσιμο της πινάτας.

Οι μεξικάνοι γεμίζουν το γιορτινό τραπέζι τους με παραδοσιακά πιάτα, όπως οι Ταμάλες, το ψητό γουρουνόπουλο, η γαλοπούλα, και μια ειδική γιορτινή φρουτοσαλάτα!

#### ΠΕΡΟΥ

## ΕΘΙΜΑ ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΩΝ

### Έθιμα απ' όλο τον κόσμο

(Συνέχεια από τη σελίδα 9)

Οι χριστουγεννιάτικες παραδόσεις στο Περού χρονολογούνται από το 1535. Η παραμονή των Χριστουγέννων λέγεται λέγεται "La Noche Buena" δηλαδή "Η Καληνύχτα". Συνήθως, το βράδυ μετά τη λειτουργία οι οικογένειες πηγαίνουν στο σπίτι για το γιορτινό γεύμα και για να ανοίξουν τα δώρα

τους. Η φάτνη είναι απαραίτητη στο χριστουγεννιάτικο στολισμό.

Στο Κούσκο διοργανώνεται μία χριστουγεννιάτικη αγορά η οποία επικεντρώνεται στην κατασκευή της παραδοσιακής φάτνης.

Στις περιοχές των Άνδεων, οι οικογένειες ανταλλάσσουν δώρα στις 6

Ιανουαρίου για να γιορτάσουν τον ερχομό των τριών μάγων.

Οι περουβιανοί, τα Χριστούγεννα πίνουν ζεστή σοκολάτα με κανέλα και γαρύφαλλο.

**ΕΛΕΥΘΕΡΙΑ ΖΟΡΜΠΑΝΟΥ  
ΜΑΡΙΝΙΚΗ ΜΗΤΡΟΠΟΥΛΟΥ**

### Το χριστουγεννιάτικο δέντρο

Όταν σκεφτόμαστε τα Χριστούγεννα, σε όλους μας έρχεται στο μυαλό ένα στολισμένο και φωτισμένο έλατο. Το χριστουγεννιάτικο δέντρο αποτελεί σήμερα διεθνές χριστουγεννιάτικο έθιμο. Πώς ξεκίνησε όμως; Ως χριστουγεννιάτικο σύμβολο - έθιμο φέρεται από τον 8ο αιώνα, όταν ο Άγιος Βονιφάτιος θέλησε περί το 750 να εξαλείψει τη

μέχρι τότε αποδιδόμενη ιερότητα των «ειδωλολατρών» στη βελανιδιά, αντικαθιστώντας την με το έλατο δηλαδή το δέντρο των Χριστουγέννων. Ο στολισμός του είναι καθαρά συμβολικός της ευτυχίας των ανθρώπων για τη γέννηση του Χριστού.

**ΓΙΩΡΓΟΣ ΓΚΙΟΥΛΕΡΟΓΛΟΥ**



### Το χριστουγεννιάτικο καραβάκι

Η Ελλάδα περιτριγυρίζεται από θάλασσα και πάντα ήταν εμπορική και ναυτική χώρα. Η καθημερινή ζωή σχετιζόταν άμεσα με τη θάλασσα και σχεδόν από κάθε σπίτι, ειδικά στα νησιά, κάποιος έλειπε στα καράβια εργαζόμενος ως ναυτικός για να ζήσει την οικογένειά του. Τα παιδιά που έμεναν πίσω συνήθιζαν να κατασκευάζουν μόνα τα παιχνίδια τους. Χρησιμοποιούσαν συνήθως ξύλο, λίγο χαρτί ή κουρέλια. Τα περισσότερα κατέληγαν να φτιάχνουν το παραδοσιακό πλέον καραβάκι, εμπνευσμένα από τα μακρινά ταξίδια των αγαπημένων τους προσώπων και τη νοσταλγία να τα ξαναδοούν. Έτσι το καραβάκι συμβόλιζε την αγωνία και την επιθυμία τους να συναντηθούν με τους συγγενείς τους αλλά ταυτό-



χρονα και τη δική τους αγάπη για τη θάλασσα. Συχνά τα παιδιά που πήγαιναν να πουν τα κάλαντα κρατούσαν ένα μικρό καραβάκι στολισμένο με χρωματιστά χαρτιά που γέμιζε από γλυκά και χριστόψωμα από τους γείτονες.

Το έθιμο με το καραβάκι άντεξε για αρκετά χρόνια. Το πρώτο

δέντρο στην Ελλάδα -πιθανότατα ένα έλατο- στολίστηκε το 1833, στα ανάκτορα του βασιλιά Όθωνα, στο Ναύπλιο. Παρόλα αυτά, μόλις τη δεκαετία του 1950 κατάφερε να μπει μαζικότερα στα ελληνικά σπίτια.

Πάντως, κυρίως ανάμεσα σε ναυτικούς, ψαράδες και θαλασσοπόρους, το έθιμο με το στόλισμα καραβιού κρατάει ακόμα γερά. Ίσως και σαν μία μορφή τάματος στον Άη Νικόλα, προστάτη άγιο των ναυτικών, ο οποίος γιορτάζεται στις 6 Δεκεμβρίου, για μπουνάτσες τη νέα χρονιά.

**ΜΑΡΙΝΙΚΗ ΜΗΤΡΟΠΟΥΛΟΥ**

### Ρούντολφ, το ελαφάκι

Ο Ρούντολφ το ελαφάκι είναι ο διάσημος τάρανδος με την κόκκινη μύτη (Rudolph The Red Reindeer) του Robert L. May. Το παραμύθι δημιούργησε η εταιρεία Montgomery Ward το 1939, για να εξοικονομήσει χρήματα από τις πωλήσεις βιβλίων ζωγραφικής.

Ο Robert L. May, κειμενογράφος της εται-

ρείας, επιλέχθηκε για να γράψει μια χριστουγεννιάτικη ιστορία για παιδιά, διαφημίζοντας τα βιβλία της εταιρείας. Ο May συμβουλευτηκε τη μικρή του κόρη, Barbara, και δοκίμασε πολλές ιδέες μέχρι που κατέληξε στην ιστορία του μικρού τάρανδου με την κόκκινη μύτη.



Αρχικά, η ιδέα του δεν άρεσε στους υπεύθυνους της εταιρείας, μιας και φοβόντουσαν πως η κόκκινη μύτη θα συνδεόταν με τη χρήση αλκοόλ. Ωστόσο, έδωσαν την έγκρισή τους, όταν είδαν τα σκίτσα του Denver Gillen.

(Συνέχεια στη σελίδα 11)

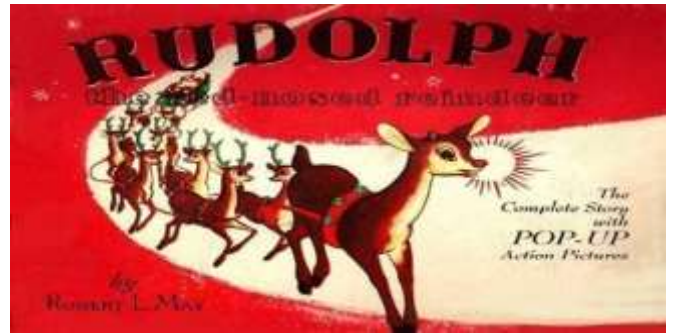
## ΕΘΙΜΑ ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΩΝ

### Ρούντολφ, το ελαφάκι

(Συνέχεια από τη σελίδα 10)

Τον πρώτο χρόνο, ο «Τάρανδος με την κόκκινη μύτη» πούλησε 2,4 εκατομμύρια αντίτυπα και μέχρι το 1946 ο αριθμός των πωλήσεων ξεπέρασε τα 6 εκατομμύρια. Λίγα χρόνια αργότερα, ο Johnny Marks δημιούργησε τη μουσική εκδοχή της παιδικής ιστορίας με τον Harry Brannon (1948) να την τραγουδά για πρώτη φορά. Το παιδικό τραγούδι έγινε διάσημο, όταν το είπε ο Gene Autry το 1949 και από τότε είναι παγκόσμια γνωστό.

Το 1947, η εταιρεία αποφάσισε να μεταφέρει στον May (δημιουργό της ιστορίας) τα πνευματικά δικαιώματα, που εκείνη την εποχή βρισκόταν άσχημη οικονομική κατάσταση εξαιτίας των εξόδων για την άρρωστη σύζυγό του. Ο May κατάφερε να αποπληρώσει τα



χρέη του και συνταξιοδοτήθηκε από την εταιρεία το 1971.

ΛΥΔΙΑ ΨΥΧΑ

## Η ιστορία του χριστουγεννιάτικου δέντρου

Ο στολισμός του δένδρου είναι καθαρά συμβολικός της ευτυχίας των ανθρώπων και της φύσεως με τη Γέννηση του Θεανθρώπου. Σύμφωνα με ερευνητές του αντικειμένου, το πρώτο στολισμένο δένδρο εμφανίστηκε στη Γερμανία το 1539 και τα πρώτα στολίδια ήταν συσκευασμένα φαγητά ή είδη ρουχισμού ή άλλα χρήσιμα είδη, που στο πέρασμα των χρόνων και με την άνοδο του βιοτικού επιπέδου εξελί-



Χριστουγεννιάτικο δέντρο στη Νέα Υόρκη

χθηκαν μόνο σε διακοσμητικά αντικείμενα. Κατά την παράδοση ο πρώτος που στόλισε δέντρο ήταν ο Μαρτίνος Λούθηρος.

Έχει εκφραστεί όμως και η άποψη ότι το έθιμο έχει ανατολίτικη προέλευση. Σύμφωνα με αυτή, ο Αναστάσιος Α' το 512 έχτισε στη Συρία έναν ναό με δύο ορειχάλκινα δέντρα.

Στην Ελλάδα το έθιμο αυτό του έλατου ως χριστουγεννιάτικη διακόσμηση ήρθε για πρώτη φορά με τον Βαυαρό Βασιλιά Όθωνα το 1833, που σημαίνει ότι είχε ήδη καθιερωθεί ως έθιμο στους βασιλικούς οίκους της Βόρειας Ευρώπης.

Αρχικά στολίστηκε στα ανάκτορα του Ναυπλίου και εν συνεχεία στην Αθήνα, όπου οι κάτοικοι έκαναν ουρές για να το θαυμάσουν. Σημειώνεται ότι στη Γαλλία ως έθιμο εισήχθηκε αρκετά χρόνια μετά από

ό,τι στην Ελλάδα από την Κόμισσα της Ορλεάνης.

Τα χριστουγεννιάτικα δένδρα μπορεί να είναι είτε φυσικά, κυρίως έλατα, είτε τεχνητά των οποίων η παραγωγή είναι σημαντική. Οι βιοτεχνίες παραγωγής χριστουγεννιάτικων στολιδιών είναι επίσης πολύ σημαντικές. Η υλοτομία των φυσικών δένδρων για τις ανάγκες του εθίμου γίνεται πάντα από συγκεκριμένα δενδρόφυτα μέρη και μετά από σχετική άδεια του κατά τόπου αρμόδιου Δασαρχείου.

Τα σημαντικότερα χριστουγεννιάτικα δένδρα στον κόσμο είναι αυτά που στολίζονται στα Ανάκτορα του Μπάκιγχαμ στο Λονδίνο και στον Λευκό Οίκο στις ΗΠΑ.

Σημειώνεται ότι σήμερα, για λόγους εμπορικούς και τουριστικούς, τέτοια δένδρα, κατά την περίοδο των εορτών των Χριστουγέννων, στολίζονται και σε χώρες μη χριστιανικές.

Το ακριβότερο χριστουγεννιάτικο δέντρο σήμερα στον κόσμο είναι αυτό που φέρεται στο ξενοδοχείο Εμιρέιτς Παλάς στο Άμπου Ντάμπι των Ηνωμένων Αραβικών Εμιράτων, όπου όλα τα στολίδια του είναι πραγματικά πανάκριβα κοσμήματα, με πολύτιμες πέτρες πάνω τους που διατίθενται προς πώληση, η συνολική αξία των οποίων φθάνει τα 11 εκατομμύρια δολάρια.

Αντίστοιχο καθαρά ελληνικό παραδοσιακό έθιμο αποτελεί το στολισμένο καρναβάλι, που συναντάται ιστορικά στη Μικρά Ασία και στα νησιά.

ΑΙΜΙΛΙΑ ΠΑΠΑΠΕΤΡΟΠΟΥΛΟΥ



## Πρωτοχρονιά

### Τι γιορτάζουμε την Πρωτοχρονιά

Την Πρωτοχρονιά γιορτάζουμε την έναρξη του νέου έτους. Κατά το Γρηγοριανό ημερολόγιο, που ακολουθεί ο δυτικός κόσμος η πρωτοχρονιά είναι η 1η Ιανουαρίου. Στις περισσότερες χώρες είναι αργία.

Στην Ελλάδα γιορτάζουμε από το βράδυ της παραμονής της Πρωτοχρονιάς. Συνήθως οι άνθρωποι καλούν συγγενείς και φίλους στο σπίτι τους. Λίγα δευτερόλεπτα πριν την αλλαγή του χρόνου σβήνουν τα φώτα και κάνουν αντίστροφη μέτρηση. Στις 12 ακριβώς τα ανοί-



γουν και εύχονται «καλή χρονιά». Μετά κόβουν τη βασιλόπιτα και όποιος βρει το φλουρί στο κομμάτι του θεω-

ρείται ο τυχερός της χρονιάς. Την επόμενη μέρα, τη μέρα της Πρωτοχρονιάς, και πάλι συνηθίζουν να βρίσκονται και να τρώνε μαζί οικογένειες και φίλοι.

Σε κάποιες χώρες όμως, παρόλο που το επίσημο ημερολόγιο είναι το Γρηγοριανό, γιορτάζουν την πρωτοχρονιά σε άλλες ημερομηνίες. Αυτό ισχύει για παράδειγμα στην Κίνα και την Ιαπωνία.

ΠΕΤΡΟΣ ΚΑΣΙΔΙΑΡΗΣ

### Έθιμα Πρωτοχρονιάς



#### Το Ποδαρικό

Πολλοί άνθρωποι είναι ιδιαίτερα προσεκτικοί ακόμα και σήμερα σχετικά με το ποιος θα κάνει ποδαρικό στο σπίτι τους, δηλαδή ποιος θα

μπει πρώτος στο σπίτι τους τον καινούριο χρόνο.

Έτσι, από την παραμονή λένε σε κάποιο δικό τους άνθρωπο, που τον θεωρούν καλότυχο και γουρλή, να έρθει την

Πρωτοχρονιά να τους κάνει ποδαρικό.

Πολλές φορές προτιμούν ένα μικρό παιδί για να κάνει ποδαρικό, γιατί τα παιδιά είναι αθώα και στην καρδιά τους δεν υπάρχει η ζήλια κι η κακία.

#### Το Ρόδι

Το ρόδι είναι σύμβολο αφθονίας, γονιμότητας και καλής τύχης. Σε πολλά μέρη της Ελλάδας κρεμούσαν στο κάθε σπίτι, από το φθινόπωρο, ένα ρόδι.

Μετά τη Μεγάλη Λειτουργία της Πρωτοχρονιάς το πετούσαν με

δύναμη στο κατώφλι για να σπάσει σε χίλια κομμάτια κι έλεγαν: «Χρόνια Πολλά! Ευτυχισμένος ο καινούριος χρόνος».

Το έθιμο του ροδιού διατηρείται και σήμερα. Την ώρα που αλλάζει ο χρόνος στην εξώπορτα του σπιτιού πετούν και σπάνε ένα ρόδι και μπαίνουν μέσα στο σπίτι με το δεξί πόδι κάνοντας το ποδαρικό, ώστε ο καινούργιος χρόνος να τα φέρει όλα δεξιά, καλότυχα.

ΑΙΜΙΛΙΑ ΠΑΠΑΠΕΤΡΟΠΟΥΛΟΥ



### Το έθιμο της βασιλόπιτας

Βασιλόπιτα ονομάζεται η πίτα που παρασκευάζεται από τους χριστιανούς παραμονές της Πρωτοχρονιάς και κόβεται λίγο μετά την αλλαγή του χρόνου. Όποιος βρει το φλουρί κατά το μοίρασμα της Βασιλόπιτας θα είναι ο τυχερός της χρονιάς.

Κατά την θρησκευτική παράδοση κάποτε στη Καισαρεία της Καππαδοκίας στη Μικρά Ασία που ήταν επίσκοπος ο Μέγας Βασίλειος ήρθε να τη καταλάβει ο Έπαρχος της Καππαδοκίας με πρόθεση να τη λεηλατήσει. Τότε ο Μέγας Βασίλειος ζήτησε από τους πλούσιους της πόλης να μαζέψουν ότι χρυσαφικά μπορούσαν προκειμένου να τα παραδώσει στον κατακτητή. Πράγματι συγκεντρώθηκαν πολλά τιμαλφή. Κατά την παράδοση τους όμως εκθαύματος, ο Άγιος Μερκούριος με πλήθος Αγγέ-

λων απομάκρυνε τον στρατό και ο Έπαρχος έφυγε μακριά με άδεια τα χέρια. Προκειμένου όμως ο Μέγας Βασίλειος να επιστρέψει τα τιμαλφή, μη γνωρίζοντας σε ποιόν ανήκει τι, έδωσε εντολή να παρασκευαστούν μικροί άρτοι εντός των οποίων τοποθέτησε ένα από τα νομίσματα ή τα τιμαλφή και τα μοίρασε στους κατοίκους την επομένη του εκκλησιασμού. Από τότε σαν παράδοση, κάνουμε στη γιορτή του Αγίου Βασιλείου πίτες με νομίσματα μέσα.

Η Βασιλόπιτα ζυμώνεται κυρίως με αλεύρι, αυγά, ζάχαρη και γάλα, και συνήθως στην πάνω μεριά της γράφουμε τον αριθμό του νέου έτους με

αμύγδαλα ή ζάχαρη.

Το κόψιμο της Βασιλόπιτας γίνεται και τις άλλες μέρες του “Δωδεκαήμερου” των εορτών. Υπουργεία, γραφεία, σωματεία, επαγγελματικές ενώσεις, οργανώσεις και σύλλογοι μπορεί να κόβουν βασιλόπιτες μέχρι και το μήνα Φεβρουάριο. Η συνήθεια αυτή είναι νεώτερη και κατάγεται από στις παλαιότερες συντεχνίες, τα μέλη των οποίων έκοβαν την πρωτοχρονιάτικη πίτα και τη μοιράζονταν για το καλό το δικό τους και του κοινού τους επαγγέλματος.

ΔΗΜΗΤΡΗΣ ΚΟΥΤΣΟΣ

## Πρωτοχρονιά

### Τα καλικάντζαράκια



Καλικά-ντζαροι, σκαλικα-ντζέρια, καρκάζια, καλοκυράδες, βερ-βελούδες... αυτά τα ασχημούτσικα πειραχτήρια έχουν πολλές ονομασίες ανά την Ελλάδα.

Ποιος ακριβώς είναι ο μύθος; Για να ξέρουμε τι λέμε στα παιδιά.

Οι ιστορίες των καλικάντζαρων προέρχονται από πολύ παλιά, από αρχαίες ελληνικές δοξασίες, που με διάφορες παραλλαγές ανάλογα με την περιοχή, σώζονται ως λαϊκός μύθος μέχρι τις μέρες μας. Σύμφωνα με τη λαϊκή δοξασία, κατά το δωδεκαήμερο μεταξύ των Χριστουγέννων και των Φώτων, τις μέρες που τα νερά είναι «αβάφτιστα», οι καλικάντζαροι βγαίνουν από τη γη για να πειράξουν τους ανθρώπους και να τους ανακατέψουν τα σπίτια, διότι τους αρέσουν τα παιχνίδια και οι αταξίες.

Οι καλικάντζαροι είναι παράξενα όντα, κοντά, μαυριδερά, τριχωτά και κακομούτσουνα. Έχουν μυτερά αφτιά, μεγάλα δόντια και μακριά χέρια και ουρά. Τα πόδια τους είναι άσχημα και στραβά, με νύχια γαμπιά και βρόμικα. Αν και αποκρουστικοί στην όψη, οι καλικάντζαροι δεν είναι κακοί. Δεν επιθυμούν να βλάψουν τους ανθρώπους, αλλά να τους πειράξουν. Είναι πολύ

σκανταλιάρηδες και τους αρέσει να κλέβουν τις λιχουδιές και να αναστατώνουν τα σπίτια των ανθρώπων. Είναι όμως και εύπιστοι και είναι εύκολο να τους κοροϊδέψεις.

Όλο το χρόνο, οι καλικάντζαροι ζουν στα έγκατα της γης και με ένα μεγάλο πριόνι προσπαθούν να κόψουν το δέντρο που κρατάει τη γη (παραλλαγή του μύθου του Άτλαντα). Το δέντρο όμως είναι πολύ μεγάλο και ο κορμός του πολύ χοντρός και χρειάζεται μεγάλη προσπάθεια και πολλές χρόνος για να το πριονίσουν. Την παραμονή των Χριστουγέννων, όταν σχεδόν τα έχουν καταφέρει, βγαίνουν στην επιφάνεια της γης, επειδή φοβούνται μήπως η ετοιμόρροπη γη τους πλακώσει (στην Μακεδονία: για να γιορτάσουν πρόσκαιρα τη νίκη τους).

Οι καλικάντζαροι είναι χιλιάδες και ξετρυπώνουν στην επιφάνεια της γης από παντού, από κάθε τρύπα. Κατά τη διάρκεια της ημέρας, μένουν κρυμμένοι σε σπηλιές, πηγάδια, μύλους και γεφύρια, επειδή φοβούνται το φως. Βγαίνουν από τις κρυψώνες

τους μόνο αφού βραδιάσει και πάλι εξαφανίζονται το ξημέρωμα, μόλις ο κόκορας λαλήσει τρεις φορές.

Οι καλικάντζαροι είναι μικροί και πολύ ευκίνητοι και μπορούν να πηδούν από στέγη σε στέγη. Τις νύχτες, όταν όλοι κοιμούνται, τρυπώνουν στα σπίτια των ανθρώπων από όπου μπορούν: από πόρτες και παράθυρα που έχουν ξεχαστεί ανοιχτά, από τις κλειδαρότρυπες και, βέβαια, από τις καμινάδες! Και τότε, αρχίζουν να χορεύουν το δικό τους τρελό χορό, να πηδούν από μέρος σε μέρος, και να αναστατώνουν

τα σπίτια. Μπαίνουν στις κουζίνες και λερώνουν (μαγαρίζουν) ότι είναι ασυγύριστο. Τους αρέσει να πλατσουρίζουν μέσα στα δοχεία που έχουν οι νοικοκυρές το λάδι, να σκορπούν το αλεύρι, να πηδούν μέσα στα τηγάνια και στα τσουκάλια, να τρώνε τις γιορτινές λιχουδιές που βρίσκουν και να λερώνουν τα πάντα με τα βρόμικα νύχια τους.

**ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΑ ΠΑΓΙΑΤΗ**



## Θεοφάνια

### Τι γιορτάζουμε τα Θεοφάνια

Τα Θεοφάνια είναι μεγάλη χριστιανική γιορτή της Βάπτισης του Ιησού Χριστού στον Ιορδάνη ποταμό από τον Άγιο Ιωάννη τον Βαπτιστή. Γιορτάζεται στις 6 Ιανουαρίου και είναι η τρίτη και τελευταία γιορτή του Δωδεκαημέρου των γιορτών των Χριστουγέννων. Το όνομα προκύπτει από την φανέρωση των τριών προσώπων της Αγίας Τριάδας. Λέγεται επίσης και Επιφάνια, Φώτα. Τα ονόματα που γιορτάζουν είναι: Φανή, Ιορδάνης, Φώτιος, Φωτεινή, Θεοφάνης, Θεοφανώ, Θεοφανία, Ουρανία, Φαίδων κ.α.

Το όνομα της εορτής προκύπτει από τη φανέρωση των τριών προσώπων της Αγίας Τριάδας. Στις Δυτικές Εκκλησίες, τα Θεοφάνια είναι συνδεδεμένα με την εμφάνιση των Τριών Μάγων στη Φάτνη του Ιησού.

#### Τι γιορτάζουμε τα Θεοφάνια;

Όταν ο Ιησούς έγινε 30 ετών βαπτίστηκε στον Ιορδάνη ποταμό από τον Ιωάννη τον Πρόδρομο. Τη στιγμή της Βάπτισης, κατέβηκε από τον ουρανό το Άγιο Πνεύμα με τη μορφή περιστεράς και ταυτόχρονα ακούστη-

κε η φωνή Του Θεού από τον ουρανό που έλεγε: «Ούτος εστί ο Υιός του Θεού ο αγαπητός, δια του οποίου ευδόκησε ο Θεός να σώσει τους αμαρτωλούς». Αυτή ήταν η πρώτη και μοναδική φορά που εμφανίστηκε στη Γη η Αγία Τριάδα.

#### Έθιμα

Κάλαντα των Φώτων

Η Κατάδυση του Τιμίου Σταυρού (το «πίσιμο του Σταυρού») από κολυμ-

(Συνέχεια στη σελίδα 14)

## Θεοφάνια

### Τι γιορτάζουμε τα Θεοφάνια

(Συνέχεια από τη σελίδα 13)

βητές

Αγιασμός των οικιών από τους ιερείς. Παλιότερα, οι άνθρωποι πίστευαν ότι με τον αγιασμό των σπιτιών εξαφάνιζαν και τους καλικάντζαρους, τους οποίους φαντάζονταν να φεύγουν μόλις έβλεπαν τον ιερέα φωνάζοντας: «Φύγετε να φύγουμε κι έφτασε ο τρουλόπαπας με την αγιαστούρα του και με τη βρεχτούρα του!»

Το "Πλύσιμο" των εικόνων. Το έθιμο του

πλυσίματος των εικόνων, κρατάει από τα Αρχαία χρόνια. Οι αρχαίοι Αθηναίοι πήγαιναν στο Φάληρο, για να πλύνουν το άγαλμα της Αθηνάς με θαλασσινό νερό. Γιατί έτσι πίστευαν ότι αν το καθάριζαν από τους ρύπους θα αποκτούσε πάλι την ιερή του δύναμη.

Ο χορός των καλικάντζαρων.

**ΕΛΕΥΘΕΡΙΑ ΖΟΡΜΠΑΝΟΥ**



## Χριστουγεννιάτικη διακόσμηση και κατασκευές

### Ιδέες για τη διακόσμηση του σπιτιού

Τα Χριστούγεννα έφθασαν και το σπίτι μας θα φορέσει τα γιορτινά του!!!

Αν θέλετε κάτι διαφορετικό για τα φετινά Χριστούγεννα, κατασκευάστε με τα αγαπημένα σας πρόσωπα κάποια από τις παρακάτω ιδέες.

- Διακοσμήστε το χώρο σας με μικρά στολίδια (ρουχαλάκια) που θα κρεμάσετε σε ένα κλαδί σε μια γωνιά του σπιτιού.
- Αναδειξτε το τζάκι σας! Αν δεν το ανάβετε, χρησιμοποιείστε γυάλες στις οποίες θα έχετε τοποθετήσει μικρά φωτάκια!

- Ένας μικρός ή μεγαλύτερος μαυροπίνακας σε μια γωνιά του σπιτιού (αλλά και έξω από το σπίτι) είναι υπέροχη ιδέα για να γράψετε με κιμωλία τις δικές σας χριστουγεννιάτικες ευχές ή σκέψεις!
- Βάλτε φωτάκια στο καλάθι με τα ξύλα για το τζάκι!
- Διακοσμήστε διάφορα σημεία του σπιτιού με χριστουγεννιάτικα στεφάνια!
- Βάλτε κόκκινο στο σαλόνι σας!



Το πιο γιορτινό χρώμα!

- Γεμίστε μερικά γυάλινα βάζα με φρούτα και πρασινάδες, είναι μια εύκολη χριστουγεννιάτικη ιδέα που δίνει χρώμα στο σπίτι σας.

**ΛΥΔΙΑ ΨΥΧΑ**

## Πρωτότυπες κατασκευές

### Χριστουγεννιάτικο στεφάνι με συρμάτινη κρεμάστρα

Το χριστουγεννιάτικο στεφάνι δεν θα μπορούσε να λείπει από τις ιδέες για χριστουγεννιάτικες κατασκευές. Σε αυτό το άρθρο θα σου δείξουμε τον πιο εύκολο τρόπο να δημιουργήσεις το δικό σου χριστουγεννιάτικο στεφάνι.

Τα υλικά που θα χρειαστείς είναι:

Μπάλες - Συρμάτινη κρεμάστρα - Στολίδια

Πάρε μια συρμάτινη κρεμάστρα και δημιούργησε με αυτήν έναν κύκλο, χωρίς να χαλάσεις την θηλιά της. Στη συνέχεια, πέρ-

να μια μια τις μπάλες και τα στολίδια που θέλεις μέχρι να γεμίσει ο κύκλος. Κλείσε τον κύκλο στο σημείο της θηλιάς και κρέμασε το στεφάνι σου στην πόρτα ή στο τοίχο σου!

### Χριστουγεννιάτικη σύνθεση τοίχου

Συνεχίζουμε στις ιδέες για χριστουγεννιάτικες κατασκευές με μια χριστουγεννιάτικη σύνθεση τοίχου. Είναι μια πολύ απλή κατασκευή που μπορεί να αναδείξει τον χώρο σου και να προσδώσει μια αίσθηση πληρότητας στην χριστουγεννιάτικη διακόσμησή σου.

Τα μόνα που θα χρειαστείς είναι:

1 Μακρόστενο ξύλο - Στολίδια - Πετονιά

Διάλεξε τα στολίδια που σου αρέσουν και δέσε τα με πετονιά. Σε ένα μακρόστενο ξύλο δέσε τα στολίδια με την πετονιά, όσο πιο ακανόνιστα μπορείς. Είναι σημαντικό κάθε στολίδι να βρίσκεται σε διαφορετικό μήκος, ώστε να δημιουργήσεις μια εντελώς ακανόνιστη σύνθεση, που θα αναδειχθεί ακόμη περισσότερο.

### Χριστουγεννιάτικο δέντρο τοίχου με ξύλα

(Συνέχεια στη σελίδα 15)

## Χριστουγεννιάτικη διακόσμηση και κατασκευές

### Πρωτότυπες κατασκευές

(Συνέχεια από τη σελίδα 14)

Μια πανεύκολη κατασκευή που μπορείς να κάνεις μόνος σου στο σπίτι είναι να δημιουργήσεις ένα Χριστουγεννιάτικο δέντρο τοίχου με ξύλα. Είναι μια πολύ όμορφη ιδέα με αρκετά χαμηλό κόστος και πολύ γρήγορα εκτελέσιμη. Το μόνο που θα χρειαστείς είναι να συγκεντρώσεις όμορφα



λεπτά ξύλα και να έχεις αρκετή φαντασία.

Το μυστικό για να πετύχει η συνταγή είναι να αρχίσεις να τοποθετείς τα ξύλα από κάτω προς τα πάνω, ώστε να ορίσεις το κατάλληλο ύψος. Πρέπει να έχεις υπόψη σου πως στο κάτω μέρος τοποθετούμε τα πιο μακριά και μεγάλα ξύλα, ενώ όσο ανεβαίνουμε το μήκος τους θα πρέπει να μικραίνει.

## ΟΙΚΟΛΟΓΙΑ—ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ

### Φυτά των Χριστουγέννων



Ποϊνσέπια ή Αλεξανδρινό

Πέρα από το χριστουγεννιάτικο δέντρο τον στολισμό του σπιτιού όμως πλασιώνουν και τα όμορφα φυτά που για μια μικρή περίοδο, αυτή των εορτών γίνονται εσωτερικού χώρου γιατί τον υπόλοιπο καιρό προτιμούν το άπλετο φως του ήλιου και το αερακι που φυσεί τα φύλλα τους στην αυλή μας.

Τα έλατα είναι συνήθως μεγάλα κωνικόμορφα δένδρα αλλά έχουν δημιου-

ρσόν αφορά τον στολισμό του δέντρου σου, θα πρέπει να σκεφτείς τι στυλ θες να του δώσεις. Τα στολίδια που θα τοποθετήσεις στα ξύλα του δέντρου σου θα πρέπει να έχουν επιλεγεί με τέτοιο τρόπο, ώστε να γίνεται μια όμορφη αντίθεση με τον τοίχο. Απέφυγε να χρησιμοποιήσεις μπάλες σε ίδιες αποχρώσεις με τον τοίχο, καθώς δεν θα φαίνονται και το δέντρο σου δεν θα είναι όσο εντυπωσιακό όσο θες να το κάνεις. Στην φωτογραφία έχουν χρησιμοποιηθεί άσπρα αντικείμενα, σε άσπρο ντεκόρ και γκρι τοίχο. Αντίστοιχα, στο δικό σου δέντρο θα πρέπει να δημιουργήσεις το δικό σου ταίριασμα!

### Μια εναλλακτική πρόταση για ξύλινο δέντρο

Για την κατασκευή μπορεί να θεωρηθεί μέτριας δυσκολίας. Εξαρτάται πάντα με το πόσο εξοικειωμένος/η είσαι με τον κατασκευαστικό κλάδο. Θα σου παρουσιάσουμε την πιο εύκολη λύση που μπορείς να επιλέξεις για να γίνει η ζωή σου πιο εύκολη.

Όπως βλέπεις και στην εικόνα, το μόνο που χρειάζεσαι είναι να προμη-

θευτείς μια παλέτα. Με ένα μολύβι ή στυλό, σχεδίασε το δέντρο σου στην παλέτα και κόψε τα ξύλα προσεκτικά. Μόλις δημιουργήσεις το δέντρο σου!

Μπορείς να χρησιμοποιήσεις το περίσσευμα για να δημιουργήσεις τα ραφάκια στο δέντρο σου, που θα σου επιτρέψουν να τοποθετήσεις όμορφα μικρά στολίδια και χριστουγεννιάτικα αντικείμενα. Φυσικά μπορείς να βάψεις το δικό σου δέντρο σε ότι χρώμα επιθυμείς.

Αφού ολοκληρωθεί η διαδικασία, μπορείς να στολίσεις το δέντρο σου με οτιδήποτε επιθυμείς! Φυσικά, δεν θα χρειάζεται να το κατασκευάζεις κάθε χρονιά. Μπορείς να το φτιάξεις και να το αποθηκεύσεις μαζί με τα υπόλοιπα στολίδια. Όχι και άσχημα ε;

Ελπίζουμε να σου άρεσαν οι ιδέες για χριστουγεννιάτικες κατασκευές που σου παρουσιάσαμε και να δημιουργήσεις σύντομα τις δικές σου κατασκευές για το σπίτι σου! Σου ευχόμαστε καλή επιτυχία και Καλά Χριστούγεννα!

**ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΑ ΠΑΓΙΑΤΗ**

γηθεί και νανώδεις ποικιλίες. Είναι αειθαλή φυτά με μεμονωμένες βελόνες σε σπειροειδή διάταξη, με επίπεδη διατομή και δυο λευκές γραμμές στην κάτω επιφάνειά τους. Οι κώνοι τους είναι κυλινδρικοί όρθιοι που διαλύονται κατά την ωρίμανσή τους. Τα κλαδιά αναπτύσσονται σε κανονικούς σπονδύλους ενώ η ανάπτυξη τους είναι πολύ αργή σε νεαρή ηλικία. Τα εορταστικά δένδρα δεν κόβονται από τα ελληνικά δάση, το μεγαλύτερο μέρος παράγεται σε ιδιωτικές τεχνητές φυτείες που δημιουργήθηκαν ακριβώς για αυτό το σκοπό. Αδιαμφισβήτητα ο βασιλιάς των χριστουγεννιάτικων φυτών είναι η **ΠΟΪΝΣΕΠΙΑ**.

Γνωστό με το όνομα **Αλεξανδρινό**, είναι θαμνώδες καλλωπιστικό φυτό με πυκνό φύλλωμα και χαρακτηριστικά φύλλα σε κόκκινο χρώμα.. Χρειάζεται τακτικό πότισμα την εποχή της ανάπτυξης του. Μετά την ανθοφορία, τα φύλλα του πέφτουν και τότε περιορίζουμε τα ποτίσματα. Πρέπει να κλαδεύεται μετά το τέλος της ανθοφορίας του, νωρίς την άνοιξη, ώστε να ανανεωθεί.

Το **ίλεξ**, γνωστό και ως ήμερο πουρνάρι ή αρκουδοπούρναρο, είναι αειθαλής θάμνος. Στη χώρα μας σπάνια θα ξεπεράσει τα τρία μέτρα σε ύψος. Το ίλεξ έχει σκληρά, σκουροπράσινα φύ-

(Συνέχεια στη σελίδα 16)

## ΟΙΚΟΛΟΓΙΑ—ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ

### Φυτά των Χριστουγέννων

(Συνέχεια από τη σελίδα 15)



Ίληξ ή Ου

λα, περισσότερο ή λιγότερο οδοντωτά ανάλογα το είδος. Ανθοφορεί την άνοιξη με μικρά αλλά εύοσμα άνθη σε λευκό χρώμα. Στα θηλυκά φυτά τα άνθη ακολουθούνται από σφαιρικούς καρπούς, κόκκινους. Προτιμά τις ηλιόλουστες θέσεις φύτευσης και τα καλά αποστραγγιζόμενα εδάφη. Επίσης, έχει μέτριες απαιτήσεις σε νερό, ενώ παρουσιάζει εξαιρετική αντοχή στις ακραίες



Ιξός ή Γκυ

θερμοκρασίες του χειμώνα.

Ο **Ιξός**, γνωστός και ως **γκι** ή **γκυ**, είναι αιεθαλής παράσιτο δέντρων, κυρίως των ελάτων και των καστανιών. Προτιμά τα κρύα ή δροσερά μέρη, ενώ είναι φυτό που μπορεί να αναπτυχθεί ακόμη και σε σκιερά

μέρη. Οι σπόροι του περιβάλλονται από μία κολλώδη ουσία και για να φυτρώσουν πρέπει πρώτα να περάσουν από το πεπτικό σύστημα των πουλιών που τους τρώνε. Ο σπόρος δεν καταστρέφεται μέσα στο στομάχι του πουλιού, αντίθετα, ένζυμα που βρίσκονται στο πεπτικό του σύστημα τον ενεργοποιούν, έτσι ώστε όταν το πτηνό αφήσει τα περιττώματα του πάνω σε άλλο δένδρο, αυτά κολλούν στο κλαδί λόγω της κόλλας, και ο γόνιμος σπόρος φυτρώνει. Ο Ιξός αναπαράγεται μόνο με αυτό τον τρόπο, αφού έχει αποδειχτεί ότι οι σπόροι δεν βλαστάνουν όταν τοποθετηθούν σε νερό ή χρώμα.

Το **κυκλάμινο** είναι φθινοπωρινό και χειμωνιάτικο φυτό και δεν θα μπορούσε να λείπει από την Χριστουγεννιάτικη διακόσμηση. Ειδικά το κόκκινο κυκλάμινο. Είναι φυτό μετρίου μεγέθους, με το μέγιστο ύψος και τη διάμετρο του να φτάνουν τα τριάντα εκατοστά. Έχει μεγάλα, καρδιάσχημα, σκουροπράσινα φύλλα με γραμμώσεις στην επιφάνεια τους. Τα άνθη του έχουν χρώμα λευκό ή αποχρώσεις του ροζ, του κόκκινου. Το κυκλάμινο θέλει ελαφρύ χρώμα που να είναι διαρκώς νοτισμένο.

**Αμαρυλλίδα**, γνωστή και ως



Αστέρι της Βηθλεέμ ή Ορνιθόγαλο

Ιππίαστρο. Έχει μακριά, δερματώδη φύλλα σε έντονο πράσινο χρώμα, επιμήκη και λογχοειδή. Το χαρακτηριστικό, μεγάλου μεγέθους άνθος της φύεται μόνο του ή σε ομάδες έως επτά ανθέων. Έχει μέτριες απαιτήσεις σε νερό ενώ. Η Αμαρυλλίδα προτιμά ηλιόλουστες θέσεις, όπου να δέχεται άμεσο ηλιακό φως για λίγες ώρες. Τα άνθη της είναι μονόχρωμα ή δίχρωμα σε λευκό, κόκκινο, κίτρινο, πορτοκαλί, μωβ ή ροζ χρώμα.

Το **ορνιθόγαλο** ή Αστέρι της Βηθλεέμ, είναι ένα χαμηλό βολβώδες φυτό, ανοιξιάτικης ανθοφορίας, ενδημικό στην περιοχή της Μεσογείου. Το φυτό έχει σκληρά φύλλα και άσπρα άνθη που στο πίσω μέρος τους είναι πράσινα. Εξαπλώνεται εύκολα όπως τα αγριόχορτα. Το άνθος έχει συνδεθεί με το άστρο που οδήγησε τους μάγους στη φάτνη.

ΔΗΜΗΤΡΗΣ ΚΟΥΤΣΟΣ

### Φρούτα και λαχανικά του χειμώνα

Φρούτα και λαχανικά υπάρχουν σε όλες τις εποχές του χρόνου. Ειδικά τον χειμώνα, τα φρούτα και τα λαχανικά θα πρέπει να αποτελούν βασικό συστατικό της διατροφής μας, για να ενισχύουν την άμυνα του οργανισμού μας. Όμως, εκτός από υψηλή διατροφική αξία, τα χειμωνιάτικα φρούτα και λαχανικά έχουν και υπέροχη γεύση.

#### Μήλο

Το μήλο είναι πλούσια πηγή αντιοξειδωτικών στοιχείων, ειδικά οι κόκκινες ποικιλίες! Μερικά από τα μοναδικά αντιοξειδωτικά του στοιχεία είναι η κερσετίνη, η κατεχίνη και η ανθοκυανίνη. Οι ουσίες αυτές δρουν ως αντιοξειδωτικοί και αντιφλεγμονώδεις

Η ιστοσελίδα του E1 : <https://sainia.gr>

παράγοντες ενάντια σε νοσήματα που μπορείς να εμφανίσεις.

#### Μπανάνα

Η μπανάνα μπορεί να χαρακτηριστεί από τα πλέον αξιόλογα φρούτα, καθώς συγκεντρώνει σπουδαία διατροφική αξία, μπορεί να συνδυαστεί με πολλούς γευστικούς συνδυασμούς και είναι εύκολη στην μεταφορά και την κατανάλωση. Μία μπανάνα σε προμηθεύει με κάλιο, βιταμίνη C, μαγνήσιο, μαγγάνιο και βιταμίνη B6. Επίσης, είναι σημαντική πηγή φυτικών ινών και πρεβιοτικών.



#### Πορτοκάλι

(Συνέχεια στη σελίδα 17)



## ΕΠΙΚΑΙΡΟΤΗΤΑ

### Φρούτα και λαχανικά του χειμώνα

(Συνέχεια από τη σελίδα 16)

Το πορτοκάλι περιέχει, επίσης, αρκετές φυτικές ίνες, βιταμίνες του συμπλέγματος Β, βιταμίνη Α, κάλιο και ασβέστιο. Η αντιοξειδωτική ικανότητα του πορτοκαλιού οφείλεται στην ομάδα των φλαβονονών (φυτοχημικές ουσίες με σημαντική αντιφλεγμονώδη και αντιμικροβιακή δράση), με κυριότερες ουσίες την χολίνη, την ζεαξανθίνη και τα καροτενοειδή.

#### Ακτινίδιο

Το ακτινίδιο παρουσιάζει ποικιλία από μικροθρεπτικά συστατικά, καθώς είναι πηγή βιταμίνης Κ, χαλκού, καλίου, σιδήρου, φυλλικού οξέος, φωσφόρου, μαγνησίου και πολυφαινόλων (μία από τις σημαντικότερες

αντιοξειδωτικές ομάδες). Είναι σημαντικό, επίσης, να θυμάσαι πως περιέχει περισσότερη βιταμίνη C από το πορτοκάλι !

#### Μπρόκολο

Είναι πλούσιο σε βιταμίνες Α, C, E, Κ και σε διάφορα μέταλλα, κυρίως ασβέστιο. Τονώνει το ανοσοποιητικό μας σύστημα, έχει αντικαρκινική δράση και βελτιώνει τις διάφορες λειτουργίες του οργανισμού μας (γαστρεντερικό σύστημα, κυκλοφορικό σύστημα, νευρικό σύστημα).

#### Λάχανο

Είναι πλούσιο σε αντιοξειδωτικά (πχ λουτεΐνη, ζεαξανθίνη) και σε συνδυα-

σμό με την βιταμίνη C που περιέχει το λάχανο εκτοξεύεται η αντικαρκινική του δράση. Επιπλέον, ειδικά το κόκκινο λάχανο είναι είναι πολύ καλή πηγή σιδήρου.

#### Καρότα

Είναι πλούσιο σε αντιοξειδωτικά στοιχεία και εξαιρετική πηγή β-καροτίνης (προβιταμίνη Α). Βοηθούν στην τόνωση της όρασης και στην καρδιαγγειακή προστασία. Ακόμα, περιέχουν λιγνίνη, η οποία τονώνει το ανοσοποιητικό μας σύστημα.

ΓΙΩΡΓΟΣ ΓΚΙΟΥΛΕΡΟΓΛΟΥ

### Τα ζώα των πολικών περιοχών



Εσύ το ξέρεις ότι υπάρχουν μέρη στη γη όπου τα χιόνια δε λιώνουν ποτέ; Ο Βόρειος Πόλος περιβάλλεται από τον Αρκτικό Ωκεανό και ο Νότιος Πόλος από τον Ατλαντικό Ωκεανό. Και τα δύο είναι πολύ κρύα και έχουν πολύ πάγο, αλλά ο Νότιος Πόλος είναι πιο κρύος από τον Βόρειο Πόλο και μπορεί να φτάσει τους -25 °C το καλοκαίρι.

Ο Βόρειος και ο Νότιος πόλος, δηλαδή η Αρκτική και η Ανταρκτική, είναι τα πιο παγωμένα μέρη του πλανήτη μας.

Ας ταξιδέψουμε πρώτα στον Βό-

ρειο πόλο. Αλλιώς λέγεται Αρκτική. Το όνομα αυτό προέρχεται από την αρχαία ελληνική λέξη άρκτος που σημαί-

νει... αρκούδα. Εδώ θα συναντήσουμε πολικές αρκούδες, την αρκτική αλεπού, γνωστή και ως λευκή αλεπού ή αλεπού του χιονιού, τον αρκτικό λαγό, τον αρκτικό λύκο, τον αρκτικό σκίουρο, μικρά τρωκτικά, τάρανδους και καριμπού, αρκτικογλάρους, χιονόλευκες κουκουβάγιες, την Καμπούρα Φάλαινα, Ναρβάλ, την μπελούγκα ή άσπρη φάλαινα, φώκιες, θαλάσσιους ίππους.

Στον Νότιο πόλο της Γης, στην Ανταρκτική, δε ζουν καθόλου άνθρωποι. Το όνομα Ανταρκτική προ-

έρχεται από την ελληνική σύνθετη λέξη ανταρκτική, θηλυκό του ανταρκτικός που σημαίνει «αντίθετα από τον Αρκτικό».

Επομένως εκεί δε θα συναντήσουμε πολικές αρκούδες. Όμως εκεί ζουν ακάρεα και σιμπούρια διαφόρων ειδών, ο Δομινικανός γλάρος, το περιστέρι της Ανταρκτικής, Πιγκουίνοι, Αυτοκρατορικοί πιγκουίνοι, Άλμπατρος Γλάρος όρθιος, Φρατέρκουλα του Ατλαντικού, θαλάσσιο λιοντάρι της Ανταρκτικής, θαλάσσιος



Ανταρκτική : Αυτοκρατορικοί πιγκουίνοι

ελέφαντας, φώκια λεοπάρδαλη ή θαλάσσια λεοπάρδαλη, Φώκια Καρκινοφάγος. Πολλά από αυτά τα ζώα ζουν είτε στα νερά του Νότιου Ατλαντικού Ωκεανού είτε στην Ανταρκτική Χερσόνησο.

ΙΣΜΗΝΗ ΓΚΟΤΣΗ

## ΕΠΙΣΤΗΜΕΣ - ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑ

### Οι κινητήρες Υδρογόνου

Οι κινητήρες υδρογόνου θεωρούνται οι κινητήρες του μέλλοντος, επειδή είναι φιλικό προς το περιβάλλον. Ένα παράδειγμα είναι το αυτοκίνητο Hyundai NEXO, το οποίο κυκλοφορεί από το 2018 και διαθέτει κινητήρα υδρογόνου. Αυτό σημαίνει ότι χρησιμοποιεί υδρογόνο για καύσιμο και εκπέμπει μόνο υδρατμούς.



Η εταιρία Hyundai έκανε ένα πείραμα με την ολυμπιονίκη Mireia Belmonte, η οποία έκανε διάδρομο μέσα σε μία φούσκα στην οποία ανέπνεε τις εκπομπές

του κινητήρα υδρογόνου. Αποδείχθηκε ότι ο αέρας που ανέπνεε ήταν πιο καθαρός από τον αέρα που αναπνέουμε στις πόλεις.

ΠΕΤΡΟΣ ΚΑΣΙΔΙΑΡΗΣ

## ΒΙΒΛΙΑ ΠΟΥ ΔΙΑΒΑΣΑΜΕ

### Marten Saden : Ένα σπίτι χωρίς καθρέφτες

Η Τομασίν ζει εδώ και μερικούς μήνες στο σκοτεινό και γεμάτο σκόνη σπίτι μιας ηλικιωμένης θείας της μαζί με τον πατέρα της, τη θεία, τον θείο και τα ξαδέλφια της. Ενώ τα αδέλφια του πατέρα της τσακώνονται για την αξία του σπιτιού, ο πατέρας της είναι κλεισμένος στον εαυτό του, πενθώντας τον θάνατο του μικρού της αδελφού.

Αλλά μια μέρα η μικρότερη ξαδέλφη της κάνει μια ανακάλυψη: μια μεγάλη ντουλάπα γεμάτη με όλους τους καθρέφτες

που λείπουν από το μεγάλο σπίτι και μέσα στους καθρέφτες έναν διαφορετικό κόσμο - έναν κόσμο όπου μπορείς να ανακαλύψεις όχι αυτό που επιθυμείς περισσότερο, αλλά αυτό που έχεις περισσότερο ανάγκη...

Το "Ένα σπίτι χωρίς καθρέφτες", μια όμορφη ιστορία αγάπης, πόνου και ενηλικίωσης, είναι μια αξέχαστη περιπέτεια γύρω από τις οικογένειες και τη δύναμη της αγάπης.

ΜΑΡΙΝΙΚΗ ΜΗΤΡΟΠΟΥΛΟΥ



### María Augusta Von Trap : «Η Μελωδία της Ευτυχίας»



Ένα από τα βιβλία που διάβασα

και μου άρεσε πολύ, είναι η «Μελωδία της Ευτυχίας». Η συγγραφέας María Augusta Von Trap είναι η πραγματική ηρωίδα της ιστορίας και περιγράφει τη ζωή της με την οικογένεια Τραπ.

Η Μαρία Αυγούστα ήταν δόκιμη μοναχή σε ένα μοναστήρι στο Σάλτσμπουργκ της Αυστρίας. Εκεί είχε μεγαλώσει από μικρή, καθώς ήταν ορφανή. Η Ηγουμένη και οι υπόλοιπες μοναχές ήταν η οικογένειά της. Λίγο πριν ξεσπάσει ο Β Παγκόσμιος Πόλε-

μος την έστειλαν στο σπίτι του βαρόνου Φον Τραπ σαν δασκάλα. Ο Φον Τραπ ήταν πλοίαρχος του Αυστριακού Βασιλικού Ναυτικού και είχε επτά παιδιά, που υπεραγαπούσε. Είχε χάσει τη σύζυγό του σε μια επιδημία οστρακιάς και χρειαζόταν βοήθεια στην ανατροφή των παιδιών. Η Μαρία Αυγούστα δέθηκε πολύ μαζί τους και έφερε ξανά το χαμόγελο στο σπίτι μέσα από το τραγούδι και το χορό. Ο ιδιόρρυθμος και στριφνός βαρόνος

## ΒΙΒΛΙΑ ΠΟΥ ΔΙΑΒΑΣΑΜΕ

### Maria Augusta Von Trap : «Η Μελωδία της Ευτυχίας»

(Συνέχεια από τη σελίδα 18)

Φον Τραπ άρχισε να τη συμπαθεί, ώσπου την ερωτεύτηκε. Τα πράγματα άρχισαν να δυσκολεύουν, όταν η πριγκίπισσα Υβόνη, που ήθελε να παντρευτεί τον βαρόνο, προσπάθησε να απομακρύνει τη Μαρία Αυγούστα. Όμως δεν τα κατάφερε, και η Μαρία Αυγούστα παντρεύτηκε τον βαρόνο, κάνοντας εκείνον και τα παιδιά πολύ ευτυχισμένους.

Η οικογένεια Φον Τραπ συνέχισε να τραγουδά παραδοσιακά τραγούδια και εκκλησιαστικούς ύμνους και πήρε μέρος σε διαγωνισμούς. Σε αυτό τους βοήθησε ο πατέρας Βάσνερ, που γνώριζε θεωρία της μουσικής και έπαιζε διάφορα όργανα.

Όταν ξέσπασε ο Β΄ Παγκόσμιος



Αφίσα από την ταινία

Πόλεμος, ο Αδόλφος Χίτλερ τους κάλεσε να τραγουδήσουν στα γενέθλιά του. Εκείνοι αρνήθηκαν και με το πατέρα Βάσνερ εγκατέλειψαν την Αυστρία,

που τόσο αγαπούσαν. Πέρασαν κρυφά τα σύνο-

ρα και ταξίδεψαν μέχρι τη Γαλλία, όπου πήραν το πλοίο για την Αμερική. Εγκαταστάθηκαν στο Βερμόντ και απέκτησαν άλλα τρία παιδιά. Συνέχισαν να διαδίδουν τη μουσική τους και αφιερώθηκαν σε φιλανθρωπίες.

Το βιβλίο αυτό μιλά για τις δυσκολίες που εμφανίζονται στη ζωή, την αγάπη, την ειρήνη και τη μουσική που ενώνει όλο τον κόσμο! Η αληθινή αυτή ιστορία έχει μεταφερθεί στον κινηματογράφο με πρωταγωνίστρια την Τζούλια Άντριους (1959) και προβάλεται κάθε Χριστούγεννα.

ΛΥΔΙΑ ΨΥΧΑ

## ΤΑΙΝΙΕΣ ΠΟΥ ΠΡΟΤΕΙΝΟΥΜΕ

### The Grinch—Almost Christmas



The Grinch (2018)-

Ο κακούλης και γκρινιάρης Grinch σχεδιάζει να κλέψει τα Χριστούγεννα, να τα εξαφανίσει και να εκδικηθεί το πνεύμα των ημερών. Δεν φανταζόταν όμως ότι η καρδιά του θα μαλακώσει και θα γλυκάνει χάρη σε ένα γενναίο δωρο κορίτσι.

λειτουργική οικογένεια συγκεντρώνεται για τα πρώτα Χριστούγεννα μετά τον θάνατο της μητέρας, επειδή το ζήτησε ο πατριάρχης σαν Χριστουγεννιάτικο δώρο.

Εάν καταφέρουν και συνυπάρξουν πέντε μέρες κάτω από την ίδια στέγη, θα είναι... θαύμα.

ΝΕΦΕΛΗ ΚΥΡΙΑΖΗ

Almost Christmas (2016)

Μια μεγάλη, αξιολάτρευτη και αρκετά δυσ-

### Home alone—The polar express — A Christmas Carol

Home alone (θα σας πρότεινα να δείτε αυτήν την ταινία γιατί είναι γεμάτη δράση και περιπέτεια).

The polar express. {Αυτή η ταινία είναι γεμάτη αγωνία και συναισθηματισμό}.

A Christmas Carol. {μιλάει για έναν άνθρωπο που μισούσε τα Χριστούγεννα γιατί πήγαιναν παιδιά και του έλεγαν τα κάλαντα όμως όταν κατάλαβε το νόημα των Χριστουγέννων τα αγάπησε όπως όλοι οι άλλοι άνθρωποι}.



ΑΜΑΝΤΑ ΠΑΣΚΟ

## ΤΑΙΝΙΕΣ ΠΟΥ ΠΡΟΤΕΙΝΟΥΜΕ

Klaus



Η ταινία μας παρουσιάζει την ιστορία του Jasper, ενός κακομαθημένου ταχυδρόμου που καλείται να φέρει εις πέρας την πιο δύσκολη αποστολή: να αναλάβει το ταχυδρομείο ενός μικροσκοπικού αλλά άκρως τρομακτικού χωριού στον Βόρειο Πόλο, όπου όλοι μισούνται μεταξύ τους. Τα πράγματα δεν πάνε καθόλου καλά για εκείνον μέχρι που γνωρίζει έναν πρώην κατασκευαστή παιχνιδιών, απομονωμένο ξυλουργό, με το όνομα Klaus. Και μαζί αλλάζουν τα πάντα.

Μία συγκινητική εκδοχή της ιστορίας του "Αι Βασίλη με ένα υπέροχο animation...

**MARINIKH ΜΗΤΡΟΠΟΥΛΟΥ**



## Joulutarina : Μια χριστουγεννιάτικη ιστορία

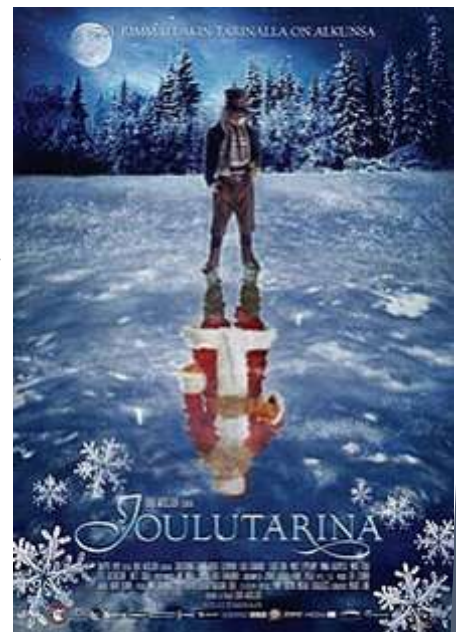
Η ιστορία ξεκινά εκατοντάδες χρόνια πριν σε ένα απόμακρο χωριό της Λαπωνίας, όταν ο μικρός Νικόλας χάνει τους γονείς του σε ένα ατύχημα. Οι κάτοικοι του χωριού αποφασίζουν να φροντίσουν τον πεισματάρη από κοινού με τη συμφωνία κάθε οικογένεια να τον αναλαμβάνει για έναν χρόνο. Στο τέλος κάθε χρόνου, την ημέρα των Χριστουγέννων ο μικρός Νικόλας αλλάζει σπίτι.

Για να δείξει την ευγνωμοσύνη του στους χωρικούς ο Νικόλας αποφάσισε να φτιάχνει χριστουγεννιάτικα δώρα για τα παιδιά των οικογενειών που τον φιλοξένησαν. Τα χρόνια πέρασαν και σχεδόν όλες οι οικογένειες είχαν φιλοξενήσει τον μικρό Νικόλα κι όπως φαντάζεστε, κάθε οικογένεια

εβρίσκει δώρα στο κατώφλι της την ημέρα των Χριστουγέννων.

Κάποια στιγμή έπεσε πείνα στο χωριό και οι κάτοικοι του χωριού δεν μπορούσαν να τον φροντίσουν πλέον, οπότε αποφάσισαν να στείλουν τον Νικόλα μαθητευόμενο σε έναν ερημίτη ξυλουργό που όμως μισούσε τα παιδιά. Κάτω από τη σκληρή κηδεμονία του ξυλουργού, ο Νικόλας έγινε καλύτερος τεχνίτης κι άρχισε να φτιάχνει καλύτερα δώρα.

(Μια ταινία που θα δούμε στην τάξη πριν κλείσουν τα σχολεία).



## ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΙΑΤΙΚΕΣ ΙΣΤΟΡΙΕΣ

### A Christmas Carol

Η Χριστουγεννιάτικη Ιστορία του Κάρουλο Ντίκενς είναι μία από τις πιο γνωστές ιστορίες. Δημοσιεύτηκε για πρώτη φορά στις 19 Δεκεμβρίου 1843 και είχε τον τίτλο "A Christmas Carol".

Η ιστορία με πρωταγωνιστή έναν στριφνό, ιδιόρρυθμο και τσιγκούνη επιχειρηματία, τον Εμπενίζερ Σκρουτζ, μιλά για την αγάπη και την αλληλεγγύη, βασικά μηνύματα των Χριστουγέννων. Ο Σκρουτζ μεταμορ-

φώνεται στην κυριολεξία μετά την επίσκεψη του φαντάσματος του συντάξιου του Τζέικομπ Μάρλεϊ και των τριών πνευμάτων των Χριστουγέννων (του Παρελθόντος, του Παρόντος και του Μέλλοντος). Αποφασίζει να δείξει την



(Συνέχεια στη σελίδα 21)

## ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΙΑΤΙΚΕΣ ΙΣΤΟΡΙΕΣ

### A Christmas Carol

(Συνέχεια από τη σελίδα 20)

υποστήριξή του σε όσους το έχουν ανάγκη και νιώθει την αγάπη και το ενδιαφέρον

γύρω του.

Η ιστορία είχε άμεση επιτυχία και μεταφέρθηκε στο θέατρο και

τον κινηματογράφο, όπου παίζεται ακόμη και σήμερα.

**ΛΥΔΙΑ ΨΥΧΑ**

### Το κοριτσάκι με τα σπίρτα (Χαν Κρίστιαν Άντερσεν)



“Μία κρύα Παραμονή Πρωτοχρονιάς, οι κάτοικοι μιας χιονισμένης πόλης - χαρούμενοι και ζεστά ντυμένοι, φορτωμένοι με ψώνια και δώρα - βιάζονταν βιαστικοί προς τα γιορτινά τους σπίτια, αγνοώντας μία μικρή ορφανή πλανόδια πωλήτρια. Η μικρή, ψιθύ-

ριζε αγνά πως δεν ζητιάνευε αλλά πως πουλούσε σπίρτα για να ζήσει. Τότε μια άμαξα πέρασε γρήγορα και το κορίτσι μόλις που πρόλαβε να τραβηχτεί στην άκρη του δρόμου. Το ένα της παπούτσι τινάχτηκε μακριά, ενώ τα σπίρτα έπεσαν από την ποδιά της και σκορπίστηκαν στον υγρό δρόμο. Το κοριτσάκι γονάτισε στο χιόνι και άρχισε να μαζεύει ένα-ένα τα μουσκεμένα σπίρτα. Έκανε παγωνιά, αλλά φοβόταν να γυρίσει στο φτωχικό της σπίτι, καθώς ο πατέρας της θα την χτυπούσε αφού δεν είχε πουλήσει τα σπίρτα. Σε κάποιο παράθυρο είδε ένα στολισμένο, Χριστουγεννιάτικο, δωμάτιο και μία τρυφερή μανούλα να αϊίζει με στοργή και απέραντη αγάπη την κορούλα της. Τότε βούρκωσε. Αποκαμωμένη και μελαγχολική βρήκε καταφύγιο σε μια γωνιά και άναψε ένα σπίρτο για να ζεσταθεί. Στην λάμψη τους είδε αρκετά υπέροχα οράματα,

συμπεριλαμβανομένων ενός χριστουγεννιάτικου δέντρου και γιορτινών διακοπών. Το κορίτσι κοίταξε προς τον ουρανό είδε ένα πεφταστέρι και θυμήθηκε την πεθαμένη γιαγιά της να λέει πως ένα τέτοιο αστέρι σημαίνει πως κάποιος πέθανε και πάει στον παράδεισο. Καθώς άναψε το επόμενο σπίρτο είδε ένα όραμα με την γιαγιά της, ο μόνος άνθρωπος που την αντιμετώπισε με καλοσύνη και αγάπη. Άναβε το ένα σπίρτο μετά το άλλο για να κρατήσει το όραμα της γιαγιάς κοντά της για όσο περισσότερο μπορούσε.

Το κοριτσάκι πέθανε και η γιαγιά της μετέφερε το πνεύμα της στον παράδεισο. Το επόμενο πρωί περαστικοί βρήκαν το νεκρό παιδί στην γωνιά, τριγυρισμένο από αναρίθμητα καμένα σπίρτα.”

**ΜΑΡΙΝΙΚΗ ΜΗΤΡΟΠΟΥΛΟΥ**

### Ο Καρυθραύστης

Όταν η Μαρία παίρνει δώρο χριστουγεννιάτικο έναν Καρυθραύστη, δεν φαντάζεται καθόλου τις συναρπαστικές περιπέτειες που την περιμένουν!

Τη μάχη του ΚΑΡΥΘΡΑΥΣΤΗ με τον Βασιλιά των Ποντικών, την ιστορία της πριγκίπισσας Πιρπιλάτης με το σκληρό καρύδι .

Η ιστορία του Χόφμαν, με την υπέροχη μουσική του Τσαϊκόφσκι είναι ένα από τα δημοφιλέστερα μπαλέτα το οποίο ανεβαίνει την περίοδο των Χριστουγέννων σε όλες τις μεγάλες σκηνές του κόσμου.

**ΙΣΜΗΝΗ ΓΚΟΤΣΗ**



## ΑΘΛΗΤΙΚΑ ΝΕΑ

### Μουντιάλ: Τα συλλεκτικά αντικείμενα

Το Μουντιάλ άρχισε και όπως κάθε μεγάλη αθλητική διοργάνωση, προκαλεί το συλλεκτικό ενδιαφέρον σε όλο τον πλανήτη.

#### 5. Μπάλα Tango Durlast, Αργεντινή 2018

Ξεκινάμε με το αντικείμενο που πολλοί χαρακτηρίζουν ως την πιο εμβληματική μπάλα. Όχι μόνο στην Ιστορία του Παγκοσμίου Κυπέλλου αλλά γενικότερα! Κρυφός πόθος κάθε πιστορικά που μεγάλωσε τη δεκαετία του 1980, αλλά και δείγμα οικονομικής ευμάρειας αφού η Tango ήταν πανάκριβη για τα δεδομένα της εποχής. Η πρώτη κατασκευάστηκε από την Adidas για τη διοργάνωση του 1978, ονομάστηκε Tango Durlast και η αξία μιας τέτοιας αυθεντικής μπάλας ανέρχεται σε χιλιάδες ευρώ. Έκτοτε η Tango έγινε τόσο δημοφιλής που εμφανίστηκε ως επίσημη μπάλα στο Μουντιάλ της Ισπανίας το 1982, σε τέσσερα ευρωπαϊκά πρωταθλήματα (EURO 1980, 1984, 1988, 2012) αλλά και σε δύο Ολυμπιακούς Αγώνες (Λος Άντζελες 1984, Σεούλ 1988).

#### 4. Φανέλα Εθνικής Ελλάδας, ΗΠΑ 1994

Οι αναμνήσεις από την πρώτη παρουσία της εθνικής μας σε τελική φάση Παγκο-



σμίου Κυπέλλου δεν είναι και οι καλύτερες, αλλά οι φανέλες εκείνες είναι άκρως συλλεκτικές.

#### 3. Γάντια του Τιμ Χάουαρντ, Βραζιλία 2014

Την 1η Ιουλίου 2014 ο Τιμ Χάουαρντ των ΗΠΑ πραγματοποίησε ρεκόρ επεμβάσεων με 16 (!) εναντίον του Βελγίου, στον προημιτελικό του Μουντιάλ της Βραζιλίας. Μάταια προσπαθούσαν ο Ντε Μπρόινε, ο Οριγκί, ο Εντέν Αζάρ, ο Μιραλάς. Ο τίμιος Αμερικανός γκολκίπερ με τα λευκά Nike γάντια του έπιασε τα πάντα, πριν «λυγίσει» (2-1) στην παράταση.

#### 2. Συλλεκτική κάρτα Πελέ, Σουηδία 1958

Γυρίζουμε τον χρόνο στις εποχές που καλά-καλά δεν υπήρχε τηλεόραση. Ακόμα και τα πλάνα από την πρώτη εμφάνιση του 17χρονου Πελέ στο Μουντιάλ της Σουηδίας (1958) είναι περιορισμένα, ασπρόμαυρα, κακής ποιότητας. Σουβενίρ δεν υπήρχαν, το ποδόσφαιρο δεν είχε καν οραματιστεί τη σύνδεσή του με το εμπόριο. Όμως, μία εταιρία καφέ είχε την πρωτοποριακή για την εποχή ιδέα να συνδέσει το όνομά της με το Παγκόσμιο Κύπελλο. Η «Bremer Fachring Kaffee» κυκλοφόρησε κάρτες με φωτογραφίες από εκείνη τη διοργάνωση, οι οποίες χρόνια μετά απέκτησαν απίστευτα συλλεκτικό χαρακτήρα, ως τα μοναδικά mem-

abilia εκείνης της διοργάνωσης. Και όταν μιλάμε για το πρώτο τρόπαιο που κατέκτησε ο Πελέ, η αξία πολλαπλασιάζεται. Ειδικά αυτή που απεικονίζει τον «βασιλιά» να κλαίει δίπλα στον Τζάλμα Σάντος, κοστολογείται σε χιλιάδες ευρώ.

#### 1. Τρόπαιο Ζιλ Ριμέ

Το πιο πολύτιμο αντικείμενο, που θα μείνει για πάντα ανεκπλήρωτος πόθος. Όχι μόνο των συλλεκτών, αλλά όλης της ποδο-



σφαιρικής κοινότητας παγκοσμίως. Κι αυτό γιατί το χρυσό κύπελλο που φιλοτέχνησε ο Γάλλος γλύπτης Αμπέλ Λαφλέρ, απεικόνιζε τη θεά Νίκη και πήρε το όνομα του παλιού πρόεδρου της FIFA, Jules Rimet, δεν υπάρχει πια. Κλάπηκε από τα γραφεία της Ομοσπονδίας Ποδοσφαίρου της Βραζιλίας το 1983, δεν ανακτήθηκε ποτέ και ο αστικός μύθος αναφέρει ότι το έλιωσαν για το χρυσάφι του.

ΛΑΕΡΤ ΚΑΣΟ

## Η ιστορία του Παγκοσμίου Κυπέλλου Ποδοσφαίρου

Αν και η πρώτη ποδοσφαιρική ομάδα στον κόσμο δημιουργήθηκε το 1857 στη Μεγάλη Βρετανία, μόλις το 1905 έγινε η πρώτη συζήτηση για τη δημιουργία ενός παγκόσμιου ποδοσφαιρικού πρωταθλήματος από τη FIFA (Παγκόσμια Ποδοσφαιρική Ομοσπονδία).

Το ποδόσφαιρο έκανε την πρώτη παγκόσμια εμφάνισή του στους Ολυμπιακούς αγώνες στο Λονδίνο αγώνες οι οποίοι δεν στέφθηκαν με επιτυχία. Όμως 13 χρόνια αργότερα Ζυλριμέ ο εκλέχθηκε πρόεδρος της FIFA και ονειρεύτηκε όλος ο πλανήτης να ενωθεί με μία ποδοσφαιρική μπάλα, επιδιώκοντας να μιλήσουν

όλοι τη γλώσσα του ποδοσφαίρου. Η πρόταση συνάντησε εμπόδια αρχικά και ο Ριμέ ήρθε σε σύγκρουση με τον πρόεδρο της Διεθνούς Ολυμπιακής Επιτροπής, Πιερ ντε Κουμπερτέν, αλλά και με την Αγγλική Ποδοσφαιρική Ομοσπονδία, που είχαν εξ' αρχής αντιπαθεί στην ιδέα του Γάλλου για τη δημιουργία μιας τέτοιας διοργάνωσης. Κατά τη δεκαετία του 1920, η ιδέα για μια παγκόσμια ποδοσφαιρική διοργάνωση, βρήκε πολλούς υποστηρικτές, και έτσι το 1928, στο Άμστερνταμ 30 μέλη της FIFA ψήφισαν υπέρ της έναρξης του Παγκοσμίου Κυπέλλου, το οποίο θα τελούταν ανά τετραετία. Έτσι το 1928, υπό την επο-

πτεία και προεδρία του Ριμέ, μία πενταμελής επιτροπή (Μπονέ, Μέισλ, Ντελονέ, Φερετί και Λίνεμαν) σχεδίασε τη δημιουργία του Πρώτου Παγκοσμίου Κυπέλλου. Οι προτάσεις, που διαδέχονταν η μία μετά την άλλη, εγκρίθηκαν και ο Μπονέ έγινε ο πρόεδρος της Οργανωτικής Επιτροπής του Παγκοσμίου Κυπέλλου. Η χώρα στην οποία αποφασίστηκε τελικά να διοργανωθεί το πρώτο παγκόσμιο κύπελλο ήταν η Ουρουγουάη, παρά τις αντιρρήσεις πολλών ευρωπαϊκών χωρών, οι οποίες απείλησαν με αποχή τους από τη διοργάνωση εάν αυτή διεξαγόταν σε χώρα της Λατινικής Αμερικής.

(Συνέχεια στη σελίδα 23)

## ΑΘΛΗΤΙΚΑ ΝΕΑ

### Μουντιάλ: Τα συλλεκτικά αντικείμενα

(Συνέχεια από τη σελίδα 22)

Τελικά, στις 7 Ιουλίου έγινε η πρώτη κλήρωση για τους τέσσερις ομίλους του Παγκοσμίου Κυπέλλου με μόνο 13 ομάδες να συμμετέχουν, ενώ 6 μέρες αργότερα

το σφύριγμα του διαιτητή Ντομίνγκο Λομπάρντι ξεκίνησε τον αγώνα μεταξύ Μεξικού και Γαλλίας. Στο 19ο λεπτό ο Γάλλος Λοράν άνοιξε το σκορ και έγινε ο πρώτος παίκτης που σκόραρε σε παγκό-

σμιο κύπελλο, σε έναν αγώνα όπου οι Γάλλοι επικράτησαν τελικά με 4-1. Η ιστορία αρχίζει να γράφεται.

**ΘΕΜΗΣ ΜΕΤΑΞΑΣ**

## ΨΥΧΑΓΩΓΙΑ

### Ήξερες ότι...

- Αρχικά ο Άγιος Βασίλης φορούσε πράσινα, ύστερα άσπρα και μετά μπλε και μετά από καιρό τα κόκκινα για να διαφημίσει την coca cola.
- Υπάρχει και η κυρία Αγιοβασιλίτσα τα τελευταία χρόνια.
- Το κέτσαπ το χρησιμοποιούσαν κάποτε ως φάρμακο. Το 1834 το

πουλούσαν σε χάπια για τη θεραπεία της διάρροιας και του ίκτερου.

- ο 1756 ο μάγειρας του Ρισελιέ ετοιμάζε το γεύμα στο λιμάνι του Μαχόν για να γιορτάσουν οι Γάλλοι τη νίκη κατά των βρετανών στη ναυμαχία της Μινόρκας (1756). Το γεύμα περιλάμβανε,

μεταξύ άλλων, σάλτσα από κρέμα και αυγά. Όταν ο σεφ συνειδητοποίησε ότι του τελείωσε η κρέμα, έβαλε αντί αυτής λάδι και την ονόμασε Μαχονέζ. Ήταν η πρώτη μαγιονέζα.

Πηγή : sansimera.gr

**ΑΙΜΙΛΙΑ ΠΑΠΑΠΕΤΡΟΠΟΥΛΟΥ**

## Κρυπτόλεξο

Ψάξε να βρεις τις λέξεις που κρύβονται οριζόντια, κάθετα, διαγώνια και αντίστροφα μέσα στο διάγραμμα.

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

**ΜΑΡΚΕΛΛΑ ΜΙΧΑΗΛΙΔΟΥ**



## Σπαζοκεφαλιές

Πώς μπορείς να δεις μέσα από έναν τοίχο;

Απάντηση: Από το παράθυρο

Ένας χρόνος έχει 12 μήνες. Οι 7 μήνες έχουν 31 μέρες. Πόσοι μήνες έχουν 28 ημέρες;

Απάντηση: Όλοι

**ΓΙΑΝΝΗΣ ΑΒΡΑΜΗΣ**

1.Γεννιέται ψηλό και πεθαίνει χαμηλό. Τι είναι; Το κερί.

2.Είμαι κυνηγός αλλά δεν κρατάω ντουφέκι. Απλώνω δίχτυα αλλά δεν είμαι ψαράς. Τι είμαι; Η αράχνη.

3.Τι βρίσκεται στο κέντρο της Γης; Το γράμμα "η"

4.Όποιοι έρχονται και πάνε απ' το χέρι την κρατάνε. Τι είναι; Η πόρτα.

**ΝΕΦΕΛΗ ΚΥΡΙΑΖΗ**

Άμα βλέπω δεν το βλέπω και το βλέπω όταν δε βλέπω τι είναι; το όνειρο.

Τι έχει τέσσερα πόδια αλλά δεν περπατάει; Το τραπέζι

Τι είναι αυτό που έχει λαιμό αλλά δεν έχει κεφάλι; Το μπουκάλι

**ΑΜΑΝΤΑ ΠΑΣΚΟ**

**ΨΥΧΑΓΩΓΙΑ**

**ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΙΑΤΙΚΟ ΣΤΑΥΡΟΛΕΞΟ**



**ΟΡΙΖΟΝΤΙΑ:**

1. Είναι και ο Ρούντολφ.
2. Το γράφουμε τα Χριστούγεννα για να ζητήσουμε το δώρο που θέλουμε.
3. Οδήγησε τους τρεις μάγους στη Βηθλεέμ.
4. Χριστουγεννιάτικο φυτό που το χρησιμοποιούμε για διακόσμηση.
5. Είναι φτιαγμένος από χιόνι και πολλές φορές έχει ένα καρτό για μύτη!
6. Με αυτά στολίζουμε το Χριστουγεννιάτικο δένδρο.
7. Το μεταφορικό μέσο του Αγίου Βασιίλη.
8. Είναι το Χριστουγεννιάτικο δένδρο.
9. Σε μια τέτοια γεννήθηκε ο Ιησούς.
10. Τον κουβαλάει ο Άγιος Βασίλης.

**ΚΑΘΕΤΑ:**

1. Μας φέρνει τα δώρα (2 λέξεις).
2. "... νύχτα σε προσμένουν με χαρά οι Χριστιανοί": στίχος από γνωστό Χριστουγεννιάτικο τραγούδι.
3. Είναι γεμάτος αστέρια.
4. Ακολούθησαν το άστρο των Χριστουγέννων για να προσφέρουν τα δώρα τους.
5. Βοηθάει στην κατασκευή των δώρων στο Χριστουγεννιάτικο χωριό στον Βόρειο Πόλο.
6. Τα περιμένουμε κάτω από το Χριστουγεννιάτικο δένδρο!

ΑΙΜΙΛΙΑ ΠΑΠΑΠΕΤΡΟΠΟΥΛΟΥ

**Ανέκδοτα**

Ποιο είναι το αντίθετο της Μυτιλήνης;  
Να τη δένεις

Παίζουν 2 κρουασάν χαρτιά, ποιο θα κερδίσει;  
Το κρουασάν με-ρέντα

Τι είναι κόκκινο και πετάει;  
Το σαλάμι αέρος  
ΓΙΩΡΓΟΣ ΓΚΙΟΥΛΕΡΟΓΛΟΥ



**Σπαζοκεφαλιές**

Ένα σαλιγκάρι ξεκίνησε από τη βάση ενός στύλου ύψους 10 μέτρων και έφτασε στην κορυφή του ακολουθώντας μια περίεργη πορεία: κάθε μέρα ανεβαίνει 3 μέτρα, ενώ το βράδυ αλλάζει κατεύθυνση και κατέβαινε 2 μέτρα. Σε πόσες μέρες έφτασε το σαλιγκάρι στην κορυφή του στύλου;

Πελαργοί πετούσαν. Τι πολλοί που ήσαν!... Ένας είχε μπρος του δύο κι ένας άλλος πίσω δύο κι ένας γέρος πελαργός έναν πίσω κι έναν μπρος. Πόσοι ήταν οι πελαργοί;

Ένας πλανόδιος έμπορος βρέθηκε στην όχθη ενός ποταμού, έχοντας μαζί του έναν λύκο, μια κατσίκια και ένα λάχανο. Το μόνο μέσο για να περάσει στην απέναντι όχθη ήταν μια μικρή βάρκα, που χωρούσε τον ίδιο και ένα από τα υπάρχοντα του. Δεν τολμούσε όμως να αφήσει τον λύκο μόνο με τη κατσίκια ούτε και την κατσίκια μόνη με το λάχανο. Παρ' όλα αυτά, βρήκε τον τρόπο να περάσει απέναντι. Πώς κατάφερε να μεταφέρει με τη βάρκα τον εαυτό του και τα υπάρχοντα του;

ΑΙΜΙΛΙΑ ΠΑΠΑΠΕΤΡΟΠΟΥΛΟΥ