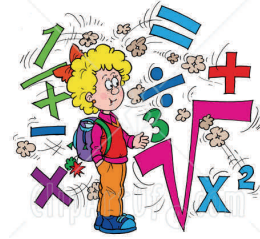




# ΤΑ ΣΑΪΝΙΑ



## Ένα ταξίδι - μια αγκαλιά !

Την **Κυριακή 21 Απριλίου 2013** θα πραγματοποιηθεί στο χώρο του **11ου Δημοτικού Σχολείου Παλαιού Φαλήρου** η εκδήλωση «Ένα ταξίδι — μια αγκαλιά».

**Διοργανωτές της εκδήλωσης είναι το 11ο Δημοτικό Σχολείο Παλαιού Φαλήρου, η εθελοντική ομάδα «Α... όπως Αγάπη» και ο Σύλλογος Φίλων Σωτήρη Π. Περάκη.** Αποδέκτες της «αγκαλιάς» θα είναι οικογένειες της Δραπετσώνας με οικονομικά και κοινωνικά προβλήματα με προτεραιότητα εκείνες του Ειδικού Δημοτικού Σχολείου της περιοχής, αλλά και οικογένειες του 11ου Δημοτικού Σχολείου Παλαιού Φαλήρου.

Στις δύσκολες στιγμές που ζούμε όλοι μας, ο καθένας με τον δικό του τρόπο, σήμερα περισσότερο από ποτέ νιώθουμε την ανά-

ες που δεν έχουν πλέον τη δυνατότητα να καλύψουν οικονομικά την ιατροφαρμακευτική τους περίθαλψη.

Στο 11ο Σχολείο μαθητές, γονείς και εκπαιδευτικοί, όλοι μαζί, προσπαθούμε να απαλύνουμε, όσο μπορούμε, τα προβλήματα της σχολικής μας κοινότητας.

Με την εκδήλωση αυτή απλώνουμε το χέρι της βοήθειας και της συμπαράστασης λίγο πιο μακριά... στη Δραπετσώνα, στην πόλη σύμβολο της βιομηχανικής ανάπτυξης παλιότερα και της ανεργίας σήμερα.

Αποφασίσαμε να μεταβούμε σ' αυτή την εκδήλωση, επειδή **οι λέξεις αλληλεγγύη, συμπαράσταση και εθελοντισμός γίνονται πραγματικότητα, όταν τις αποδεικνύει κανείς με πράξεις.**

**Σας περιμένουμε όλους** αυτή την Κυριακή που θα μυρίζει **Πάσχα**, στο Σχολείο μας, να παίξουμε, να τραγουδήσουμε, να γελάσουμε, να διασκεδάσουμε και **να αγκαλιάσουμε μ' αυτό το χαμόγελο τους συμμαθητές μας από τη Δραπετσώνα** δίνοντας τις γιορτινές μέρες που έρχονται λίγη **χαρά και αισιοδοξία.**

**ΒΙΒΛΙΟΦΑΓΟΙ — ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΕΣ**



γκη της αλλη-

λεγγύης της συ-

και παραστάσης ο

ένας στον άλλο.

Πολλές οικογένειες σήμερα βρίσκονται σε δύσκολη κατάσταση καθώς είτε ο ένας είτε και οι δυο γονείς είναι άνεργοι. Ιδιαίτερα πλήττονται οικογένει-

| ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ ΤΕΥΧΟΥΣ:     |                |
|--------------------------|----------------|
| Ένα ταξίδι — Μια αγκαλιά | 1 - 2          |
| Σχολικός εκφοβισμός      | 1—4            |
| 25 Μαρτίου               | 5—7            |
| Πάσχα                    | 8-15           |
| Διάφορα Θέματα           | 16—20<br>26—27 |
| Συνταγές                 | 21             |
| Αθλητισμός               | 22—25          |
| Διασκέδαση               | 28             |

Σας ευχόμαστε

**ΚΑΛΟ ΠΑΣΧΑ και ΚΑΛΗ ΑΝΑΣΤΑΣΗ**



## Σχολικός εκφοβισμός

Εκφοβισμός είναι η επαναλαμβανόμενη και χωρίς αιτία άσκηση βίας από ένα άτομο προς ένα άλλο, με σκοπό να το «μειώσει», να το «εξετελείσει» ή να το αναγκάσει σε κάποια πράξη. Η βία μπορεί να είναι ψυχολογική, σωματική, λεκτική, κοινωνική. Συνήθως το άτομο που εκφοβίζεται, ο «θύτης» είναι πιο



«δυνατό» από το άτομο που εκφοβίζε-

(Συνέχεια στη σελίδα 3)

## Ένα ταξίδι - μια αγκαλιά !

### Οι συντελεστές

Η ιδέα του Α... όπως αγάπη δημιουργήθηκε πριν δύο χρόνια και σε λίγο καιρό η θέληση του ενός έγινε δύναμη μιας ομάδας ανθρώπων. Τρία χρόνια μετά η ομάδα ωρίμασε, μεγάλωσε και πλέον το στοίχημα ενεργοποίησης μια ολόκληρης τοπικής κοινωνίας με σκοπό την προσφορά κερδίζεται.

Η εθελοντική ομάδα "Α όπως Αγάπη" δημιουργήθηκε από ανθρώπους όλων των ηλικιών με κοινό χαρακτηριστικό την αγάπη προς τους αδύναμους συνανθρώπους μας. Η προσπάθεια αυτή αγκαλιάστηκε από τον Σύλλογο Φίλων Σωτήρη Π. Περάκη, έναν Σύλλογο που δημιουργήθηκε μετά τον ξαφνικό χαμό ενός νέου ανθρώπου και στηρίζει τους νεφροπαθείς. Ο Σωτήρης Περάκης αν και ο ίδιος νεφροπαθής

κατάφερε μέχρι τα 30 του να μας αφήσει ένα τεράστιο συγγραφικό έργο και να αποτελεί πηγή έμπνευσης μέσα από τη ζωή και τη δράση του. Η ομάδα έρχεται σε επαφή με ορφανοτροφεία, γηροκομεία, στέγες απόρων και αναλαμβάνει δράση συγκεντρώνοντας ρούχα, παιχνίδια, τρόφιμα προσφέροντας μια ζεστή αγκαλιά και ένα πλατύ χαμόγελο. Η ομάδα αποτελείται από 85 εθελοντές που προσφέρουν υλικά αγαθά και ψυχαγωγία σε απόρους, ηλικιωμένους και ορφανά παιδιά. Αυτό γίνεται

με επισκέψεις σε ιδρύματα αφού συγκεντρώσουν ρούχα παιχνίδια τρόφιμα, χρήματα και αφού μαγειρέψουν οι ίδιοι φαγητά και γλυκίσματα. Η πρώτη δράση έγινε στις 9 Γενάρη όπου επισκεφτήκανε το Παιδικό Σπίτι Στέγη Αγάπης στον Πειραιά. Αυτή η εθελοντική ομάδα διοργανώνει εκδηλώσεις σε σχολεία με διάφορες δραστηριότητες με σκοπό να μαζέψουν χρήματα για να τα προσφέρουν σε οικογένειες που τα έχουν ανάγκη. Στο πρώτο σχολείο που πραγματοποιήθηκε η εκδήλωση είχε μεγάλη επιτυχία. Μαζεύτηκαν αρκετά χρήματα και δόθηκαν σε ένα σχολείο στο Κερασίни.

**Όλοι μαζί μπορούμε να κάνουμε τον κόσμο μας πιο όμορφο, με περισσότερα χαμόγελα...**

Κυριακή 21 Απριλίου η ομάδα μαζί με το 11ο Δημοτικό Π. Φαλήρου διοργανώνει την εκδήλωση "Ένα Ταξίδι Μια Αγκαλιά" Νο 2. Αυτή τη φορά θα ενώσουμε τις δυνάμεις μας για να προσφέρουμε ένα χαρούμενο Πάσχα στις οικογένειες των παιδιών του Ειδικού Δημοτικού Δραπετσώνας που μας χρειάζονται!! Θα είναι μια όμορφη μέρα με πολλά δρώμενα. Οι δραστηριότητες που θα πραγματοποιηθούν είναι:

\* Παιδική παράσταση « Η ΖΕΡΑΛΤΙΝ ΚΑΙ ΤΟ ΞΩΤΙΚΟ ΤΗΣ

ΛΙΜΝΗΣ» από την Εύα Πετροπούλου- Λιανού

- \* Μαγικά για μικρούς και μεγάλους από τον Μάγο Αντουάν
- \* Face painting με πασχαλινά θέματα
- \* Πλούσιο πασχαλινό παζάρι (λαμπάδες, γλυκά, λουλούδια, κοσμήματα)
- \* Παραδοσιακοί χοροί
- \* Pilates από την Mandy Περασάκη
- \* Επίδειξη Tang Soo Do από τον αθλητικό Σύλλογο « Αχιλλέας»
- \* Yoga γέλιου- μια πρωτόγνωρη εμπειρία που ενθουσιάζει
- \* Φουσκωτό καράβι για τα παιδιά
- \* Ξυλοπόδαρος

- \* Πασχαλινή μασκότ
- \* Συναυλία από :
  - ⇒ Τα μουσικά σύνολα Πανεπιστημίου Πειραιά
  - ⇒ Το hip hop συγκρότημα Νέα Τάξη Πραγμάτων

**ΑΦΡΟΔΙΤΗ ΚΟΡΟΓΙΑΝΝΟΥ**

(Επιστήμονες)

**ΓΙΩΡΓΟΣ ΝΙΚΟΛΑΟΥ (Βιβλιοφάγοι)**



## Σχολικός εκφοβισμός

(Συνέχεια από τη σελίδα 1)

ται, «το θύμα».

Η βία που ασκείται στο σχολικό περιβάλλον, ονομάζεται σχολικός εκφοβισμός. Με άλλα λόγια σχολικός εκφοβισμός συμβαίνει, όταν κάποια παιδιά χτυπούν ή φοβερίζουν ή βρίζουν κάποια άλλα παιδιά και γενικά χρησιμοποιούν τη «δύναμή» τους για να προκαλέσουν σωματικό ψυχικό πόνο ξανά και ξανά στο ίδιο παιδί.

Μπορεί κάποιος από εμάς να έχει ακούσει για κάποιο παιδί που :



κουν σε άλλο παιδί.

Διαδίδει άσχημες φήμες μέσω κινητού

ότι δεν μπορούμε να το αποφύγουμε.

Τα τελευταία χρόνια έχει πάρει ανησυ-

χητικές διαστάσεις σε πολλές χώρες του κόσμου. Το πρόβλημα αυτό απειλεί τη σωματική ακεραιότητα των παιδιών, την ψυχική τους υγεία, την πρόοδο και την κοινωνική τους συμπεριφορά. Επιπλέον δεν ταιριάζει σε καμία κοινωνία που θέλει να θεωρείται δημοκρατική και ανθρωπιστική. Σήμερα σε πολλές χώρες και στην Ελλάδα, φορείς ψυχολογικής υγείας, πραγματοποιούν ενημερωτικά

τηλεφώνου ή Internet για κάποιο άλλο παιδί ή κυκλοφορεί φωτογραφίες παιδιών σε μη κολακευτικές στιγμές.

Δεν κάνει παρέα και απομονώνει ένα άλλο παιδί, γιατί είναι «διαφορετικό».

σεμινάρια, έρευνες, προγράμματα, δραστηριότητες και κάθε είδους παρεμβάσεις με σκοπό την πρόληψη και την αντιμετώπιση του σχολικού εκφοβισμού. Το κλειδί όμως του φαινομένου

### Μαθητές θύματα σχολικού εκφοβισμού

|               |              |
|---------------|--------------|
| ΗΠΑ           | 77%          |
| Πορτογαλία    | 41,6%        |
| Αγγλία        | 27%          |
| Ιταλία        | 20%          |
| <b>Ελλάδα</b> | <b>14,7%</b> |
| Ιρλανδία      | 13%          |
| Νορβηγία      | 9%           |

### Η σχολική βία με αριθμούς

- 75%** των περιστατικών εκδηλώνεται στο προαύλιο
- 25%** των περιστατικών συμβαίνει την ώρα της γυμναστικής
- 33%** των θυτών δηλώνει ότι τα θύματα «το άξιζαν»
- 20%** των μαθητών δηλώνει «συναισθηματικά αμέτοχο» στο ζήτημα
- 25%** των θυμάτων δεν το λέει σε κανέναν
- 40%** των θυμάτων το εκμυστηρεύεται στους γονείς του
- 50%+** των θυτών λέει ότι ούτε οι γονείς ούτε οι καθηγητές τους έκαναν ποτέ παρατήρηση

Στοιχεία : Εφημερίδα «ΤΑ ΝΕΑ»

Χτυπάει και σπρώχνει συνεχώς άλλα παιδιά.

Βρίζει ή διώχνει από την παρέα ένα άλλο παιδί.

Κοροϊδεύει ή απειλεί κάποιο άλλο παιδί.

Παίρνει ή χαλαίει πράγματα που ανή-

Ώλα αυτά είναι μορφές εκφοβισμού και βίας που συμβαίνουν μέσα και έξω από το σχολείο.

Ο εκφοβισμός στο σχολείο είναι παγκόσμιο φαινόμενο και τόσο παλιό όσο και η ύπαρξη του σχολείου. Αυτό όμως δε σημαίνει ότι είναι φυσιολογικό ούτε και

είναι η ευαισθητοποίηση όλης της σχολικής κοινότητας :

Των εκπαιδευτικών,  
των γονέων και κυρίως  
των μαθητών,

γιατί χωρίς τη βοήθειά μας ο σχολικός

(Συνέχεια στη σελίδα 27)

## Bullying



**A bully is a person who tries to hurt others by:**

- Making them feel uncomfortable.
- Hurting them by kicking, hitting, pushing etc.
- Spreading nasty rumors.

**The person being bullied feels that he or she can do nothing to stop it:**

- He or she might feel smaller or weak-

er than the bully.

- He or she might feel there is no help:

- He or she might feel there is no one

to talk to. No one is standing up for him or her.

- He or she often feels very sad, but does not know how to change the situation.

**Bullies can be BOYS or GIRLS!!**

**Who do bullies pick on?**

- Smaller kids.
- Kids they think won't stand up to

them.

- Kids that have few friends to stand up for them.



**What to do if someone is bullying you:**

- Tell someone you trust about it (parents, teachers, friends). Never keep it a secret!
- Try not to let the bully see you are upset.
- Try to surround yourself

with friends and people who will stand up for you.

**Thanos Papadogiannis**

**George Nikolaou**

**Vasilis Nikolaou**

## Σχολικός εκφοβισμός (Κι άλλα στοιχεία)

**Ο «Σχολικός εκφοβισμός» ή η**

**«ενδοσχολική βία»** είναι το φαινόμενο χρήσης βίας μεταξύ μαθητών ή συνομηλίκων παιδιών με στόχο να προκληθεί πόνος ή αναστάτωση.

Το φαινόμενο εμφανίζεται με τις εξής μορφές:

του λεκτικού εκφοβισμού (φραστικές επιθέσεις, βρισιές, προσβολές, απειλές, κοροϊδία,)

του σωματικού εκφοβισμού

(χτυπήματα, σπρωξιματα, κλωτσιές),

του ψυχολογικού εκφοβισμού

(εκβιασμοί, καταστροφή αντικειμένων, κλοπές, διακρίσεις)

του κοινωνικού εκφοβισμού (διάδοση φημών, αποκλεισμός και απομόνωση από την ομάδα, τα ομαδικά παιχνίδια,

τις παρέες και τις κοινωνικές δραστηριότητες όπως τα πάρτυ κλπ, καταστροφή προσωπικών αντικειμένων),

του ηλεκτρονικού εκφοβισμού

(εκβιασμός μέσω ηλεκτρονικού ταχυδρομείου, διαδικτύου και μέσω μηνυμάτων στο κινητό τηλέφωνο).

Ρόλο στην εμφάνιση του φαινομένου παίζουν το οικογενειακό περιβάλλον, το σχολικό περιβάλλον, η ανοχή και η αντιμετώπιση της βίας από τα ίδια τα παιδιά, τους γονείς και τους εκπαιδευτικούς και ο τρόπος που προβάλλεται από τα μέσα μαζικής ενημέρωσης.

Τα αποτελέσματα του εκφοβισμού και της βίας είναι πολλά και σοβαρά. Τα παιδιά που γίνονται θύματα νιώθουν έντονο άγχος, ανασφάλεια, έχουν φοβίες, παρουσιάζουν άρνηση για το σχολείο, κάνουν συχνές και αδικαιολόγητες απουσίες, εμφανίζουν μαθησιακές δυσκολίες, ρίχνουν τη σχολική τους απόδοσή, παρουσιάζουν προβλήματα υγείας όπως πονοκεφάλους, πόνους στην κοιλιά, προβλήματα στον ύπνο, είναι συνεχώς στεναχωρημένα και κακοδιάθετα και αρνούνται να συμμετέχουν σε σχολικές εκδηλώσεις και δραστηριότητες.

Εάν οι γονείς παρατηρήσουν τέτοιες αντιδράσεις στο παιδί τους με ψυχραιμία θα το βοηθήσουν να ξεπεράσει

όποιο πρόβλημα αντιμετωπίζει. Οι γονείς πρέπει να συζητήσουν με το παιδί θυμίζοντάς του ότι είναι αυτοί που το νοιάζονται και το προστατεύουν, να του δώσουν να καταλάβει ότι δεν φταίει το ίδιο για ότι συμβαίνει και ότι μαζί θα ξεπεράσουν το πρόβλημα. Το παιδί πρέπει να καταλάβει ότι τα πράγματα θα αλλάξουν μόνο εάν μιλήσει για ότι του συμβαίνει και ότι αυτό σε καμία περίπτωση δεν είναι «κάρφωμα», όπως μπορεί να το φοβίζονται οι συμμαθητές του.

Οποσδήποτε πρέπει να ενημερωθεί ο δάσκαλος και ο διευθυντής του σχολείου ώστε οικογένεια και σχολείο σε συνεργασία να προτείνουν τρόπους στο παιδί για την αντιμετώπιση της κατάστασης που το φοβίζει. Πολλές φορές χρήσιμη μπορεί να είναι και η συμβουλή κάποιου ειδικού.

Σύμφωνα με έρευνες που έχουν γίνει στην Ελλάδα παρατηρήθηκαν τα εξής:

(Συνέχεια στη σελίδα 27)

## Ο Ευαγγελισμός της Θεοτόκου



El Greco : Ευαγγελισμός

Στις 25 Μαρτίου γιορτάζουμε την «ευαγγελία» (το καλό νέο) που πήγε ο αρχάγγελος Γαβριήλ στη Μαρία από τη Ναζαρέτ της Γαλιλαίας. Η Μαρία ήταν κόρη του Ιωακείμ και της Άννας. Ήταν μια κοπέλα με καλή και αγνή καρδιά και ξεχώριζε από όλες τις άλλες. Ο Θεός είχε αποφασίσει ότι ήρθε η ώρα για τη λύτρωση των ανθρώπων από την αμαρτία. Αυτό το μεγάλο νέο θα πήγαινε ο Γαβριήλ στη Μαρία. Έτσι, κάποια στιγμή, το απλό σπιτικό γέμισε φως. Η ταπεινή κόρη άκουγε τον άγγελο να της λέει ότι ο Θεός είναι μαζί της και ότι αυτή έχει ευλογηθεί περισσότερο από κάθε άλλη γυναίκα. Η Μαρία ταράχθηκε απ' όσα άκουγε.

Σκεφτόταν τι να σημαίνουν όλα αυτά.

Ο άγγελος κατάλαβε την ταραχή της και της εξήγησε ότι ο Θεός την είχε διαλέξει για ένα σπουδαίο έργο : Να φέρει στον κόσμο παιδί, που θα το ονομάσει Ιησού και το παιδί αυτό θα είναι ο Υιός του Θεού. Η Μαρία ρώτησε πώς θα γίνει αυτό και ο Γαβριήλ της απάντησε πώς το Πνεύμα το Άγιο θα έρθει πάνω της και η δύναμη του Θεού θα την σκεπάσει. Με αυτή τη δύναμη θα γεννηθεί το παιδί.

Η Μαρία δέχθηκε ταπεινά να γεννήσει τον Υιό του Θεού και, πράγματι, εννέα μήνες μετά γεννήθηκε στη Βηθλεέμ ο μικρός Χριστός.

**ANNA ΧΟΤΖΑΛΛΗ**

(Αστραπές)

## 25 Μαρτίου 1821

Η 25<sup>η</sup> Μαρτίου είναι η μέρα της επίσημης έναρξης του εθνικοαπελευθερωτικού αγώνα των Ελλήνων εναντίον της τουρκικής σκλαβιάς, που κράτησε περίπου 400 χρόνια.

Αν και η επανάσταση ξεκίνησε λίγες μέρες νωρίτερα, η μέρα αυτή καθιερώθηκε σε συνδυασμό με τη γιορτή του Ευαγγελισμού, συμβολίζοντας το τέλος της πνευματικής σκλαβιάς και την αρχή μιας νέας εποχής.

Αφετηρία της επανάστασης στην Ελλάδα ήταν η Πελοπόννησος, όπου ο Παλαιών Πατρών Γερμανός ευλόγησε τα όπλα και τους αγωνιστές.

Σημαντικό ρόλο στην προετοιμασία του λαού έπαιξε ο νεοελληνικός διαφωτισμός σαν παρακλάδι του ευρωπαϊκού

διαφωτισμού. Ο νεοελληνικός διαφωτισμός καλλιέργησε το όραμα της Λευτεριάς στηριγμένος στην άποψη ότι «ο λαός πρέπει να μορφω-



θεί και να συνειδητοποιήσει την εθνική του ταυτότητα και μόνο τότε να αγωνιστεί για την ελευθερία του».

Σημαντικότεροι εκπρόσωποι του ελληνικού διαφωτισμού ήταν ο Αδαμάντιος Κοραΐς και ο Ρήγας Φεραίος, που αγωνίστηκαν με την πένα τους, τα

ποιήματά και τα συγγράμματά τους.

Η Φιλική Εταιρεία βοήθησε στη στελέχωση του αγώνα και στην υλική του κάλυψη με όπλα και πολεμοφόδια. Από τη μεριά του ο ελληνικός λαός αγωνίστηκε με κάθε μέσο σε έναν αγώνα άνισο από κάθε άποψη, αλλά αποφασιστικό μέχρι το θάνατο. Ένα πλήθος επώνυμων ηρώων, που το όνομά τους έμεινε αθάνατο, αλλά και πολύ περισσότερων ανώνυμων, έδωσαν τη ζωή τους ανοίγοντας τον δρόμο για ένα ελεύθερο και αυτόνομο ελληνικό κράτος.

**ΚΛΕΟΠΑΤΡΑ ΣΤΑΘΑΤΟΥ**

(Επιστήμονες)

## Η ελληνική επανάσταση του 1821

Μετά την πτώση του Βυζαντίου το 1453 για τη χώρα μας θ' αρχίσει μια από τις χειρότερες περιόδους της ιστορίας της. Για 400 χρόνια και συγκεκριμένα έως το 1821, το έθνος θα ζήσει



Ρήγας Φεραίος

πολύ δύσκολα χρόνια. Όμως χάρη στη γενναιότητα των Ελλήνων ο θα παραμείνει ζωντανός. Το μίσος των Τούρκων θα κάνει τους Έλληνες πιο δυνατούς κι έτσι θα καταφέρουν μέσα από τον αγώνα τους να απελευθερώσουν την Ελλάδα αλλά και να δείξουν τη δύναμη της ελληνικής ψυχής. Την περίοδο αυτή μοναδικός σκοπός των Τούρκων ήταν ο εξισλαμισμός δηλαδή η υποτέλεια στο Ισλάμ. Όλοι όσοι αρνιόντουσαν το Ισλάμ ήταν άπιστοι.

Την περίοδο αυτή πολλά μνημεία της αρχαιότητας καταστράφηκαν ή κλάπηκαν είτε εξαιτίας πολέμων είτε με την άδεια των Τούρκων. Έτσι, στα 1687 καταστράφηκε μεγάλο μέρος της Ακρόπολης από μια οβίδα του Βενετού Μοροζίνι, ο οποίος πολιορκούσε τους Τούρκους.

Το 1801 ο Άγγλος Λόρδος Έλγιν θα φτάσει στην Ελλάδα με μοναδικό σκοπό να μεταφέρει με τα καράβια του τον ελληνικό πλούτο στην Αγγλία. Οι Τούρκοι χωρίς κανένα ίχνος εκτίμησης για την Ελλάδα του έδωσαν την άδεια

να πάρει ό,τι ήθελε από την Ακρόπολη. Έτσι το 1804 λεηλατούν τον Παρθενώνα και τα αρχαία κειμήλια φτάνουν στην Αγγλία.

Σ όλη τη διάρκεια της Τουρκοκρατίας οι Έλληνες με μανία θ' αναζητούν να βρουν τρόπο για την ελευθερία τους. Το 1821 όμως ξημερώνει μια νέα μέρα. Ο Παλαιών Πατρών Γερμανός ευλογεί την Ελληνική σημαία και την υ-



Θεόδ. Κολοκοτρώνης

ψώνει στο μοναστήρι της Αγίας Λαύρας μαζί με τους Έλληνες οπλαρχηγούς. Η Ελληνική επανάσταση είχε μόλις αρχίσει. Μέσα στον επόμενο χρόνο οι Έλληνες θα έχουν μεγάλες επιτυχίες με κορυφαία γεγονότα: την απελευθέρωση της Καλαμάτας, τη μάχη στο Χάνι της Γραβιάς, την πυρπόληση της Τουρκικής Ναυαρχίδας από το Δημήτριο Παπανικολή, την Άλωση της Τριπολιτσάς από το Θεόδωρο Κολοκοτρώνη αλλά και την νικητήρια μάχη στα Δερβενάκια.

Οι Τούρκοι με αρχηγό τον Αιγύπτιο Ιμπραήμ Πασά δεν θα κάτσουν με σταυρωμένα τα χέρια. Το 1825 θα φτάσουν στη Πελοπόννησο με μοναδικό σκοπό να την καταστρέψουν. Τον ίδιο χρόνο ξεκινάει η δεύτερη πολιορκία του Μεσολογγίου. Οι Μεσολογγίτες θα πεινάσουν και το 1826 θα γίνει η γνωστή "έξοδος του Μεσολογγίου" κατά την οποία λίγοι επιβίωσαν. Όμως η μεγαλοψυχία και ο ηρωισμός τους

θα μείνει στην ιστορία.

Λίγο αργότερα θα αρχίσει και η πολιορκία της πόλης των Αθηνών στην οποία θα φτάσει ο Καραϊσκάκης και θα αρχίσει τον κλεφτοπόλεμο. Τον Απρίλιο του 1827 Κυβερνήτης της Ελλάδας γίνεται ο Ιωάννης Καποδίστριας. Στο τέλος του ίδιου χρόνου Ρωσικές, Γαλλικές και Βρετανικές δυνάμεις καταστρέφουν στη ναυμαχία του Ναβαρίνου τις δυνάμεις των Οθωμανών και των Αιγυπτίων. Ένα χρόνο αργότερα η Ρωσία θα είναι εκείνη που θα κηρύξει τον πόλεμο στην Τουρκία. Το 1829 οι Ρώσοι με την συνθήκη της Αδριανούπολης αναγκάζουν τον Σουλτάνο να αποδεχτεί την αυτονομία της Ελλάδος.

Οι ήρωές μας πολλοί. Μεταξύ όλων αναφέρουμε τους σπουδαιότερους: Ο Ρήγας Φεραίος που με τα λόγια του κατάφερε πριν την επανάσταση να ξεσηκώσει όλους τους Έλληνες.

Ο Θεόδωρος Κολοκοτρώνης που θα καταφέρει να διασώσει την Πελοπόννησο και να ηγηθεί σε πολλούς αγώνες



Γεώργιος Καραϊσκάκης

ενάντια στους Τούρκους. Η Λα-  
σκαρίνα Μπουμπουλίνα που με τα δικά της πλοία θα αντιμετωπίσει με ηρωισμό πολλές φορές τους Τούρκους.

Ο Γεώργιος Καραϊσκάκης που έδρασαν κλέφτης την επαναστατική περίο-

(Συνέχεια στη σελίδα 7)

## Η ελληνική επανάσταση του 1821

(Συνέχεια από τη σελίδα 6)

δο

Ο Αθανάσιος Διάκος που στη μάχη της Αλαμάνας θα επιλέξει να θυσιαστεί παρά να παραδοθεί. Με φρικτό θάνατο θα μαρτυρήσει υπέρ της πατρίδας. Ο Παπαφλέσσας που με 300 γενναίους άντρες στο Μανιάκι καταφέρνει να αγωνιστεί και να πέσει ηρωικά κάτοντας μεγάλη ζημιά στο στρατό του

Ιμπραήμ.

Ο Κωνσταντίνος Κανάρης που καταφέρει την πυρπόληση της Ναυαρχίδας.

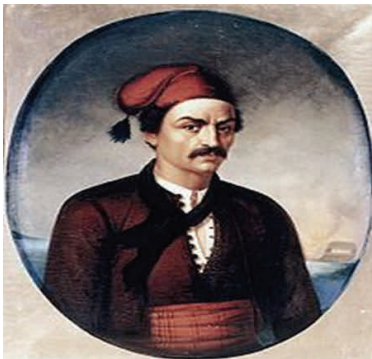
Η Μαντώ Μαυρογένους που πρόσφερε όλη της την περιουσία για τον αγώνα.

Και να μην ξεχνάμε τον Διονύσιο Σολωμό που έγραψε τον "Ύμνο προς την Ελευθερία" του οποίου οι 2 stroφές θα γίνουν ο Εθνικός μας Ύμνος.

Χάρη σε αυτούς η Ελλάδα βρήκε το δρόμο της ελευθερίας και μπόρεσε να μεταδώσει τον Ελληνισμό στις επόμενες γενιές.

**ΖΩΗ ΜΠΑΚΗ**

(Τα Φιλαράκια)



### Κωνσταντίνος Κανάρης

Ο Κωνσταντίνος Κανάρης (Ψαρά 1793 ή 1795 – Αθήνα 2 Σεπτεμβρίου 1877) ήταν σημαντική μορφή του ναυτικού αγώνα κατά την Ελληνική Επανάσταση του 1821 και μετέπειτα ναύαρχος και πολιτικός, ο οποίος διετέλεσε πέντε φορές πρωθυπουργός της Ελλάδας σε ένα διάστημα 33,5 ετών (1844, 1848-49, 1864, 1864-65 και 1877) και για 2 χρόνια και 3 μήνες συνολικά.

Δύο γεγονότα καταδεικνύουν τη συμβολή του Κανάρη ως πολιτικού άνδρα στη Νεότερη Ελληνική Ιστορία: γίνεται ο πρώτος που συμπληρώνει 4 πρωθυπουργίες (1864) από την πλήρη εφαρμογή Συντάγματος στη χώρα το 1844 (όπως και ο Αλ. Μαυροκορδάτος 10 χρόνια νωρίτερα, με τις δύο όμως πρώτες κατά την Απόλυτη Μοναρχία του Όθωνα) και βασικά ο

μόνος πρωθυπουργός που επί των ημερών του η Βουλή ψηφίζει ή αναθεωρεί το Σύνταγμα της Ελλάδας δυο φορές, το 1844 και το 1864.

**ΕΛΕΥΘΕΡΙΑ ΣΟΥΣΟΥΡΗ**  
(Αστραπές)

### Μαντώ Μαυρογένους

Η Μαντώ Μαυρογένους (Τεργέστη 1796 ή 1797 - Πάρος, Ιούλιος 1840) ήταν αγωνίστρια της Ελληνικής Επανάστασης του 1821. Καταγόταν από ελληνική οικογένεια της Ρουμανίας, η οποία έφυγε κρυφά για την Ιταλία. Εγκαταστάθηκαν στην Τεργέστη και εκεί ο πατέρας της Νικόλαος Μαυρογένους ασχολήθηκε με το εμπόριο. Με την έναρξη της Επανάστασης πήγε στην Μύκονο και ξεσήκωσε τους κατοίκους εναντίον των Τούρκων. Με πλοία εξοπλισμένα με δικά της έξοδα, καταδίωξε τους πειρατές που λυμαίνονταν τις Κυκλάδες και αργότερα πολέμησε στο Πήλιο, στη Φθιώτιδα και στη Λιβαδειά. Κάτοχος της γαλλικής γλώσσας, συνέταξε συγκινητική έκκληση προς τις

γυναίκες της Γαλλίας, ζητώντας τη συμπαράστασή τους στον πληθυσμό της Ελλάδας. Για τον Αγώνα διέθεσε όλη της την περιουσία. Για τη δραστηριότητά της, συνολικά, ο Ιωάννης Καποδίστριας της απέναιμε -τιμή μοναδική σε γυναίκα- το αξίωμα του επίτιμου αντιστράτηγου και της παραχώρησε κεντρικό σπίτι στο Ναύπλιο. Επίσης, αξίζει να σημειωθεί πως, εκτός από τη Γαλλική, μιλούσε άπαιστα την



Μαντώ Μαυρογένους

Ιταλική αλλά και την Τουρκική. Μετά την Επανάσταση, απογοητευμένη από την άτυχη ερωτική περιπέτειά της με το Δημήτριο Υψηλάντη και καταδιωκόμενη από τον Ιωάννη Κωλέττη, ξαναγύρισε στη Μύκονο και έπειτα από λίγα χρόνια πέθανε στην Πάρο πολύ φτωχή και λησμονημένη.

**ΕΛΕΥΘΕΡΙΑ ΣΟΥΣΟΥΡΗ** (Αστραπές)

## Πάσχα

### Η καθιέρωση του εορτασμού

Το Πάσχα είναι η μεγαλύτερη γιορτή της Χριστιανοσύνης. Η πένθιμη ατμόσφαιρα της Μεγάλης Εβδομάδας και η χαρά που τη διαδέχεται το βράδυ της Ανάστασης δεν βιώνονται με την ίδια κατάνυξη και τον ίδιο ενθουσιασμό από ολόκληρο το Χριστιανικό κόσμο. Η Ορθόδοξη Εκκλησία δίνει μεγαλύτερη έμφαση στην ανάσταση του Κυρίου, ενώ η Δυτική στο θρήνο για το θάνατό του. Η ορθόδοξη θεώρηση για την Ανάσταση συμπυκνώνεται στον πασίγνωστο ύμνο:

Χριστός Ανέστη εκ νεκρών  
θανάτω θάνατον πατήσας και  
την εν τοις μνήμασι ζωήν  
χαρισάμενος!

Τους πρώτους μετά Χριστόν αιώνες, οι εορτασμοί της Μεγάλης Εβδομάδας και του Πάσχα δεν υπήρχαν, καθώς οι Χριστιανοί ήταν μια διωκόμενη μειονό-

τητα. Όλα άλλαξαν τις ημέρες του Αυτοκράτορα Κωνσταντίνου του Μεγάλου και οι πρώτες λειτουργίες της Μεγάλης Εβδομάδας ξεκίνησαν στην Ιερουσαλήμ. Το Χριστιανικό Πάσχα πιστεύεται ότι έχει τις ρίζες του στο Εβραϊκό Πεσάχ. Το Πεσάχ ήταν η πρώτη από τις τρεις ετήσιες μεγάλες εορτές των Εβραίων, η οποία γιορταζόταν στις αρχές της Άνοιξης. Η λέξη Πάσχα είναι ελληνοποιημένη απόδοση του Πεσάχ και σημαίνει Διάβαση. Οι μεν Εβραίοι γιορτάζουν τη διάβασή τους από την Ερυθρά θάλασσα και την απελευθέρωσή τους από τη φαραωνική δουλεία, οι δε Χριστιανοί γιορτάζουν το Πάσχα, την ανάσταση του Χριστού και την απελευθέρωσή τους από την αμαρτία και το θάνατο. Ο Χριστιανισμός πήρε το Πάσχα από τους Εβραίους και του έδωσε νέο νόημα. Με απόφαση της Α'

Οικουμενικής Συνόδου, το 325 μ.Χ, το Πάσχα ορίστηκε να γιορτάζεται σ' όλη τη Χριστιανοσύνη την πρώτη Κυριακή μετά την πανσέληνο της εαρινής ισημερίας και μετά το εβραϊκό Πάσχα, προκειμένου να τηρείται η σειρά των γεγονότων. Όμως, από την εισαγωγή του Γρηγοριανού ημερολογίου, Ανατολικοί και Δυτικοί Χριστιανοί γιορτάζουν το Πάσχα σε διαφορετικές ημερομηνίες, οι μεν βάσει του παλαιού ημερολογίου, οι δε βάσει του νέου. Αν και το Οικουμενικό Πατριαρχείο έχει υιοθετήσει το νέο ημερολόγιο από τις αρχές του 20ου αιώνα, για το Πάσχα ακολουθεί το παλαιό. Οι προσπάθειες για κοινό εορτασμό μεταξύ όλων των δογμάτων και ομολογιών του Χριστιανισμού δεν έχουν ευοδωθεί ως σήμερα.

**ΓΙΩΡΓΟΣ ΝΙΚΟΛΑΟΥ**  
(Βιβλιοφάγοι)

### Τα Άγια Πάθη

#### Η Ανάσταση του Λαζάρου

Στη Βηθανία, κοντά στα Ιεροσόλυμα, ζούσε ένας φίλος του Χριστού, ο Λάζαρος, με τις δύο αδελφές του Μάρθα και Μαρία.

Κάποτε ο Λάζαρος αρρώστησε βαριά και πέθανε. Ο Χριστός, όταν το έμαθε, πήγε στον τάφο του Λαζάρου με τους μαθητές του, τη Μάρθα, τη Μαρία και πολύ κόσμο.

— Σηκώστε την πέτρα, από τον τάφο, διέταξε ο Κύριος.

Όταν σήκωσαν την πλάκα από τον τάφο, ο Χριστός πλησίασε, προσευχήθηκε στο Θεό και φώναξε.

— Λάζαρε, έλα έξω ! (Λάζαρε δεύρο έξω)

Αμέσως ο Λάζαρος σηκώθηκε και βγήκε από τον τάφο.

Όσοι ήταν εκεί και είδαν το θαύμα, έπεσαν στα πόδια του Χριστού, τον προσκύνησαν και πίστεψαν, πως πραγματικά είναι Γιος του Θεού.

Την ανάσταση του Λαζάρου τη γιορτάζουμε κάθε χρόνο το Σάββατο, παραμονή της Κυριακής των Βαΐων.

#### Η Κυριακή των Βαΐων

Ο Χριστός την άλλη ημέρα μετά την Ανάσταση του Λαζάρου ανέβηκε σ' ένα γαϊδουράκι και μαζί με τους μαθητές Του πήγε στα Ιεροσόλυμα. Εκεί είχαν μάθει το θαύμα και πήγαν όλοι



να τον υποδεχτούν.

Πολλοί έστρωναν τα ρούχα τους, για να περάσει ο Χριστός από πάνω. Κρατούσαν κλωνάρια από φοίνικες (βάγια) και έψελναν:

«Ωσαννά (Ζήτω) ! Ευλογημένος ο ερχόμενος εν ονόματι Κυρίου».

Κατόπιν ο συγκεντρωμένος κόσμος άκουσε τη διδασκαλία του Κυρίου. Τη Θριαμβευτική είσοδο του Χριστού στα Ιεροσόλυμα τη γιορτάζουμε την Κυρια-

(Συνέχεια στη σελίδα 9)



## Τα Άγια Πάθη

(Συνέχεια από τη σελίδα 8)

κή των Βαΐων, μία Κυριακή πριν από το Πάσχα. Την ημέρα αυτή ο παπάς στην εκκλησία μοιράζει στους χριστιανούς κλαδιά δάφνης.

Η εβδομάδα που ακολουθεί λέγεται **Μεγάλη Εβδομάδα**. Σ' αυτήν τιμούμε τα Άγια Πάθη του Χριστού μας.

### Το Ανώτατο Συμβούλιο και η προδοσία του Ιούδα

Οι Γραμματείς και οι Φαρισαίοι είχαν κυριευτεί από οργή και μίσος για τον Ιησού, ενοχλημένοι από τα κυρήγματά του. Συγκεντρώθηκαν στο σπίτι του αρχιερέα Καϊάφα και συζητούσαν πώς να θανατώσουν τον Ιησού, χωρίς να το πάρει είδηση ο λαός που Τον αγαπά, για να μην ξεσηκωθεί εναντίον τους. Την ώρα εκείνη παρουσιάστηκε μπροστά τους ο Ιούδας ο Ισκαριώτης και τους έβγαλε από την αμχανιά.

— Τι θα θέλατε να μου δώσετε και εγώ θα σας παραδώσω τον Ιησού.

Οι Φαρισαίοι που γνώριζαν τη φιλαργυρία του, του είπαν :

— Τριάντα αργύρια.

Τα πήρε ο Ιούδας και μετά πήγε στον Ιησού και τους μαθητές Του, έμεινε μαζί τους και έκανε πως δεν γνωρίζει τίποτα.

### Ο Μυστικός Δείπνος

Ήταν Πέμπτη. Ο Ιησούς με τους μαθητές Του ξεκίνησε από την Βηθανία να πάει στα Ιεροσόλυμα. Στο δρόμο τους είπε τα όσα επρόκειτο να πάθει έπειτα από λίγο από τους Φαρισαίους. Οι μαθητές στενοχωρήθηκαν και όλη την ώρα ήταν λυπημένοι και μελαγχολικοί. Έφτασαν στα Ιεροσόλυμα το βράδυ και πήγαν σε ένα σπίτι να δειπνήσουν. Πριν από το δείπνο, ο Ιησούς πήρε μια λεκάνη με νερό και έπλυνε τα πόδια των μαθητών Του, για να τους διδάξει

την ταπεινοφροσύνη. Αφού έπλυνε τα πόδια όλων (και του Ιούδα), είπε :

— Αυτό να κάνετε και σεις. Να υπηρετείτε τους άλλους με προθυμία.

Κατόπι κάθισαν όλοι γύρω στο τραπέζι και ο Ιησούς είπε με πολλή συγκίνηση:

— Ένας από σας θα με προδώσει.

Ταράχτηκαν οι μαθητές και ρωτούσαν το δάσκαλο τους ανήσυχοι:

— Μήπως είμαι εγώ, Κύριε ;

— Είναι εκείνος, στον οποίο θα δώσω ένα κομμάτι ψωμί βουτηγμένο στο πιάτο.

Το έδωσε στον Ιούδα και του είπε :

— Ό,τι έχεις να κάνεις, να το κάνεις γρήγορα...

Ο Ιούδας χάθηκε μέσα στη νύχτα.

Πήγε να βρει τους Φαρισαίους...

Ο Χριστός, έπειτα, πήρε ψωμί, το ευλόγησε και το μοίρασε στους μαθητές Του, λέγοντας :



El Greco : Ο Μυστικός Δείπνος

— « Λάβετε, φάγετε· τούτο μου εστί το Σώμα το υπέρ υμών κλόμενον εις άφεσιν αμαρτιών».

Δηλαδή: « Πάρτε και φάτε. Αυτό είναι το Σώμα μου, που θα κομματιαστεί, για να συγχωρεθούν οι αμαρτίες του κόσμου ».

Ύστερα πήρε ένα ποτήρι κρασί, το ευλόγησε και έδωσε σε όλους να πούν, λέγοντας :

— «Πίετε εξ αυτού πάντες· τούτο εστί το Αίμα μου, το της Καινής Διαθήκης, το

υπέρ υμών και πολλών εκχυνόμενον, εις άφεσιν αμαρτιών».

Δηλαδή: «Πιείτε απ' αυτό όλοι. Αυτό είναι το Αίμα Μου, της Καινής Διαθήκης, που θα χυθεί, για να συγχωρεθούν οι αμαρτίες των ανθρώπων».

Κατόπι συμβούλεψε τους μαθητές Του να είναι αγαπημένοι. Και αφού

έψαλαν ύμνους προς το Θεό, βγήκαν έξω και βάδισαν προς το όρος των

Ελαιών. Στο δρόμο ο Ιησούς τους είπε :

— Τη νύχτα αυτή, όλοι σας θα κλονιστείτε στην πίστη σας προς Εμένα.

— Εγώ Κύριε, είπε ο Πέτρος, δε θα το κάνω αυτό. Και τη ζωή μου ακόμη θα δώσω για Σένα.

Και ο Χριστός του απάντησε :

— Πέτρο, αλήθεια σου λέγω, ότι αυτή τη νύκτα, πριν ακόμη λαλήσει ο πετεινός, θα με αρνηθείς τρεις φορές.

### Η σύλληψη του Ιησού στον κήπο της Γεθσημανή

Ήταν σχεδόν μεσάνυχτα, όταν ο Ιησούς έφτασε με τους μαθητές Του στον κήπο της Γεθσημανή. Όλοι ήταν σιωπηλοί και ο Ιησούς βαθιά συγκινημένος.

— Μείνετε εδώ και αγραπνεύετε μαζί μου, τους είπε:

Προχώρησε πιο πέρα, γονάτισε, έπεσε με το πρόσωπο προς τη γη και άρχισε να προσεύχεται, λέγοντας: «Πατέρα, αν είναι δυνατόν, το ποτήρι αυτό (των παθών και του σταυρικού θανάτου) να μην το πιω. Όμως, ας γίνει όχι όπως θέλω εγώ, αλλά όπως θέλεις Εσύ».

Η αγωνία Του ήταν μεγάλη και ο ιδρώτας έτρεχε από το πρόσωπο Του σα βροχή. Τρεις φορές διέκοψε την προσευχή Του και ήρθε προς τους μαθητές Του, αλλά και τις τρεις τους βρήκε να κοιμούνται:

— Κοιμάστε, λοιπόν ; Ώστε δε μπορέ-

(Συνέχεια στη σελίδα 10)

## Τα Άγια Πάθη

(Συνέχεια από τη σελίδα 9)

σατε ούτε μια ώρα να μείνετε

άγρυπνοι μαζί μου;

Την ώρα εκείνη ακούστηκε θόρυβος.

Ήταν Ρωμαίοι στρατιώτες και οι άνθρωποι των Φαρισαίων που έρχονταν, με οδηγό τον Ιούδα, να συλλάβουν τον Ιησού.

— Ιδού, ήρθε η ώρα ! Ο γιος του Θεού παραδίνεται στα χέρια των αμαρτωλών, είπε στους μαθητές Του. Όταν πλησίασαν οι στρατιώτες, τους ρώτησε.

— Ποιόν ζητάτε ;

— Τον Ιησού το Ναζωραίο, αποκρίθηκαν εκείνοι.

— Εγώ είμαι! απάντησε με γλυκύτητα ο Ιησούς. Εκείνη τη στιγμή τον πλησίασε ο Ιούδας και τον φίλησε, λέγοντας:

— Χαίρε, δάσκαλε !

— Με φίλημα προδίδεις το δάσκαλό σου ; Τον παρατήρησε ο Χριστός.

Το φιλί ήταν το σύνθημα: Εκείνον, που θα φιλήσει, εκείνος είναι ο Ναζωραίος. Οι στρατιώτες τότε Τον συνέλαβαν. Οι μαθητές Του αγανάκτησαν. Ο Πέτρος όρμησε και μ' ένα μαχαίρι έκοψε το αυτί του Μάλχου, που ήταν ο υπηρέτης του Αρχιερέα. Ο Ιησούς τον μάλωσε:

— Πέτρο βάλε το μαχαίρι στη θήκη του. Μάχαιραν έδωκες, μάχαιραν θα λάβεις.

Κατόπι πήρε το κομμένο αυτί και το έβαλε στη θέση του.

Οι στρατιώτες έδεσαν τον Ιησού με σχοινιά και τον έφεραν στο σπίτι του Αρχιερέα Άννα. Οι μαθητές φοβήθηκαν και έφυγαν. Μόνο ο Πέτρος και ο Ιωάννης τον ακολούθησαν.

### Η δίκη του Κυρίου

Ο Άννας άρχισε αμέσως την εξέταση του Ιησού. Τον ρώτησε πρώτα για τη διδασκαλία και τους μαθητές Του.

— Γιατί με ρωτάς; απάντησε ο Ιησούς. Εγώ δίδαξα φανερά στους ανθρώ-

πους. Ρώτησε εκείνους που με άκουσαν, να σου πουν.

Ο Άννας δεν μπόρεσε να βρει καμιά κατηγορία για τον Ιησού και Τον έστειλε δεμένο στο γαμπρό του, τον Αρχιερέα Καϊάφα.

Η καταδίκη του Χριστού σε θάνατο ήταν προαποφασισμένη, αλλά για να είναι οι Φαρισαίοι εντάξει με το Νόμο έπρεπε να βρουν δύο ψευδομάρτυρες. Παρουσιάστηκαν πολλοί, αλλά οι κατηγορίες τους δεν δικαιολογούσαν το θάνατο. Τέλος, παρουσιάστηκαν δυο, που είπαν ότι άκουσαν τον Ιησού να λέει, ότι μπορεί να γκρεμίσει το ναό του Σολομώντος και σε τρεις μέρες να τον ξαναχτίσει.

Ο Κύριος σιωπούσε και ο Καϊάφας του είπε :

— Σε εξορκίζω στο όνομα του Θεού, πες μας, αν είσαι ο Χριστός, ο Γιος του Θεού,

— Εγώ είμαι, αποκρίθηκε ήρεμα ο Ιησούς. Ο Καϊάφας, σκίζοντας τα ρούχα του, είπε:

— Βλαστήμησε. Είπε ότι είναι ο Γιος του Θεού μπροστά μας. Τι τους θέλουμε τους μάρτυρες;

Και οι δικαστές καταδίκασαν τον Ιησού σε σταυρικό θάνατο.

Αμέσως ο όχλος άρχισε να Τον φτύνει, να Τον κοροϊδεύει και να Τον ραπίζει λέγοντας: «Ποιος σε ράπισε ;»

### Η άρνηση του Πέτρου

Ο Πέτρος και ο Ιωάννης ακολούθησαν τον Δάσκαλό τους μέχρι την αυλή του Καϊάφα. Εκεί ο θυρωρός ρώτησε τον Πέτρο: «Μήπως είσαι και συ μαθητής του Χριστού» ; Ο Πέτρος απάντησε: «Δεν είμαι» και πήγε στην άλλη άκρη που μερικοί δούλοι είχαν ανάψει φωτιά. Ένας απ' αυτούς τον ρώτησε : «Και συ είσαι μαθητής του Ιησού» ; «Όχι», απάντησε πάλι ο Πέτρος. Ένας άλλος δούλος του λέει : «Μα εγώ νομίζω ότι

σε είδα στον κήπο της Γεθσημανή μαζί Του». Και ο Πέτρος αρνείται τον Δάσκαλο Του για τρίτη φορά: «Δεν γνωρίζω αυτόν τον άνθρωπο...».

Την ίδια στιγμή ακούστηκε λάλημα πετεινού. Ο Πέτρος θυμήθηκε τα λόγια του Δασκάλου Του, βγήκε από την αυλή και έκλαψε πικρά.

### Το τέλος του Ιούδα

Ο Ιούδας, όταν έμαθε ότι οι Φαρισαίοι καταδίκασαν τον Ιησού σε θάνατο, μετάνιωσε. Έτρεξε στο συνέδριο, τους επέστρεψε τα τριάντα αργύρια και τους είπε :

— Αμάρτησα. Σας παρέδωσα αίμα αθώο. Ήταν όμως αργά. Ο Ιησούς είχε καταδικαστεί και βάδιζε τον ανήφορο του Γολγοθά. Απελπισμένος κρεμάστηκε από ένα δέντρο και αυτοκτόνησε. Οι Εβραίοι με τα τριάντα αργύρια αγόρασαν ένα χωράφι για να θάβουν τους ξένους.

### Ο Ιησούς μπροστά στον Πιλάτο

Το πρωί της Παρασκευής οι Φαρισαίοι οδήγησαν τον Ιησού στο Ρωμαίο διοικητή Πόντιο Πιλάτο, για να εγκρίνει την καταδίκη, γιατί οι Εβραίοι ήταν υποδουλωμένοι στους Ρωμαίους. Έπρεπε όμως να πειστεί για την ενοχή Του και γι' αυτό Τον ανάκρινε. Δεν βρήκε όμως τίποτε ενοχοποιητικό εναντίον Του και είπε στους Αρχιερείς :

— Ο άνθρωπος αυτός είναι αθώος. Δεν βρίσκω καμιά αιτία για να εγκρίνω την καταδίκη Του.

Οι Φαρισαίοι, για να τον εξαναγκάσουν να υπογράψει την καταδίκη Του, του είπαν :

— Αυτός ο άνθρωπος αναστάτωσε το λαό. Του λέει να μην πληρώνει φόρους. Και λέγει ότι είναι βασιλιάς μας,

(Συνέχεια στη σελίδα 11.)

## Τα Άγια Πάθη

(Συνέχεια από τη σελίδα 10)

ενώ εμείς έχουμε ένα βασιλιά, τον δικό σας βασιλιά, τον Καίσαρα.

Ο Πιλάτος φοβήθηκε απ' αυτό. Φοβήθηκε μήπως οι Εβραίοι τον κατηγορή-



EL Greco : Ο Χριστός κουβαλάει τον Σταυρό

σουν στον Καίσαρα και χάσει το αξίωμα του. Επειδή, όμως, γνώριζε ότι ο Χριστός είναι αθώος και επειδή ήθελε να τον σώσει, τους είπε:

— Επειδή τις ημέρες του Πάσχα χαρίζουμε τη ζωή σε ένα κατάδικο, σας ρωτώ : ποιον θέλετε να βγάλω από τη φυλακή, το ληστή Βαραββά ή τον Ιησού;

Και ο φανατισμένος όχλος των φώναξε:

— Το Βαραββά.

— Και τον Ιησού τι θέλετε να τον κάμω;

— « Άρον, άρον, σταύρωσον Αυτόν».

Αναγκάστηκε, λοιπόν, ο Πιλάτος να υπογράψει την καταδίκη Του. Και για να μην έχει τύψεις πήρε νερό, έπλυνε τα χέρια του και είπε:

— Εγώ είμαι ανεύθυνος, σεις να

όψεστε. Τότε ο Πιλάτος παράδωσε τον Ιησού στους Εβραίους να Τον σταυρώσουν, αφού διάταξε να Τον μαστιγώσουν και να Του φορέσουν ακάνθινο στεφάνι.

### Η Σταύρωση

Οι θανατικές εκτελέσεις γίνονταν σε έναν τόπο, ο οποίος ονομαζόταν Γολγοθάς, δηλαδή κρανίου τόπος. Εκεί οδηγήθηκε ο Ιησούς, φέρνοντας στους ώμους του το σταυρό του μαρτυρίου Του. Στο δρόμο, ο Ιησούς έπεσε κάτω από τις κακουχίες και το βάρος και οι Ρωμαίοι αγάρευσαν για την μεταφορά του σταυρού έναν άνθρωπο από την Κυρήνη, που τον έλεγαν Σίμωνα.

Ήταν μεσημέρι, όταν έφθασαν στο Γολγοθά. Κάρφωσαν με καρφιά τα χέρια και τα πόδια Του και έστησαν το σταυρό όρθιο. Μαζί Του σταύρωσαν και δύο ληστές, έναν δεξιά και έναν αριστερά Του. Την ώρα που ο Ιησούς βρισκόταν στο σταυρό του μαρτυρίου άφησε τη φωνή της συγνώμης προς τους εχθρούς Του λέγοντας:

«Πάτερ, άφες αύτοίς, ου γαρ οίδασι τί ποιούσιν».

Στο πάνω μέρος του σταυρού οι Ρωμαίοι είχαν γράψει: Ιησούς Ναζωραίος Βασιλεύς των Ιουδαίων.

Πολλοί από τον όχλο περιέπαιζαν ακόμη και πάνω στο Σταυρό τον Ιησού και Του έλεγαν:

— Εσύ, ο οποίος μπορείς σε τρεις ημέρες να γκρεμίσεις και να ανοικοδομήσεις το Ναό, κατέβα τώρα από το σταυρό.

Άλλοι έλεγαν:

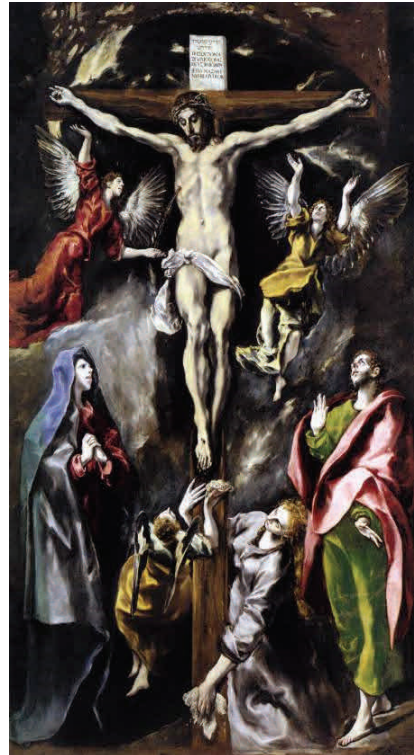
— Έσωσες άλλους, και δεν μπορείς να σώσεις τον εαυτό σου; Αν είσαι υιός του Θεού, ας σε σώσει λοιπόν ο Θεός! Και ο ένας από τους ληστές μίλησε

προς τον Ιησού με άσχημο και περιπαικτικό λόγο.

Ο άλλος όμως ληστής τον μάλωσε και του είπε:

— Δεν φοβάσαι το Θεό, εσύ ο ένοχος να περιπαίζεις έναν αθώο;

Ο ληστής αυτός, ο οποίος είχε ήδη



EL Greco : Η Σταύρωση

πιστέμει, είπε στον Ιησού:

« Μνήσθητί μου, Κύριε, όταν έλθης εν τη Βασιλεία Σου»

Και ο Ιησούς του απάντησε:

«Αληθώς σου λέγω, ότι σήμερα θα είσαι μαζί μου εις τον Παράδεισον!»

Έπειτα ο Ιησούς είδε την μητέρα Του κοντά στο Σταυρό, μαζί με τον αγαπητό Του μαθητή Ιωάννη, και είπε προς Αυτήν: «Ιδού ό υιός σου». Προς τον Ιωάννη δε είπε: «Ιδού, ή μήτηρ σου».

Τη στιγμήν εκείνη, αν και ο ήλιος ήταν στη μέση του ουρανού ακόμη, βαθύ

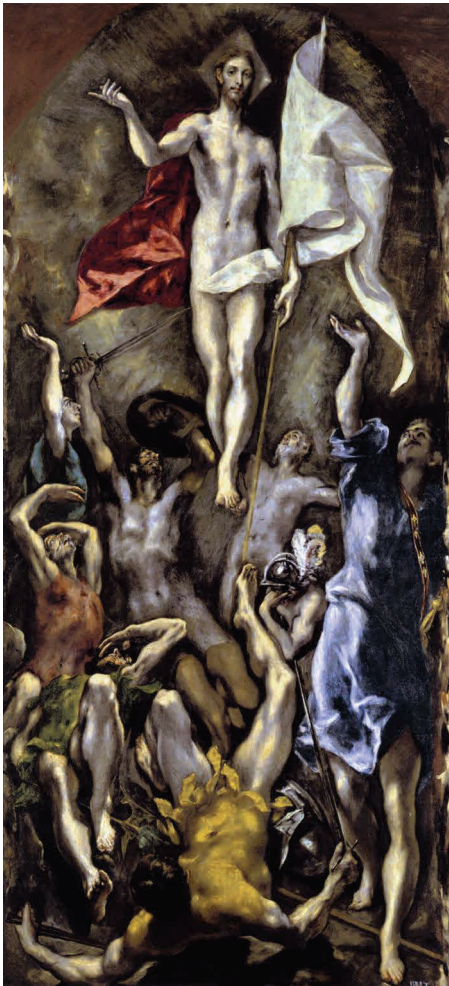
(Συνέχεια στη σελίδα 12)

## Τα Άγια Πάθη

(Συνέχεια από τη σελίδα 11)

σκοτάδι κάλυψε τη γη που κράτησε τρεις ώρες. Τότε ο Ιησούς φώναξε: «Ήλί, Ήλί, λάμα σαβαχθανί», δηλαδή Θεέ μου, Θεέ μου, γιατί με εγκατέλειψες;

Μετά από λίγο ο Ιησούς είπε: « Διψώ» Έτρεξε τότε κοντά του ένας στρατιώτης και του πρόσφερε ξίδι. Ο Χριστός δοκίμασε αλλά δεν ήπιε. Έγειρε το κεφάλι Του και είπε τα τελευταία λόγια Του: «Τετέλεσται. Πάτερ, εις χείρας σου παραδίδωμι το πνεύμα μου». Την ίδια στιγμή έγινε μεγάλος σεισμός. Βράχοι κόπηκαν, τάφοι ανοίχθηκαν



El Greco : Η Ανάσταση

και το καταπέτασμα του Ναού σκίστηκε στα δύο. Όλοι όσοι βρίσκονταν εκεί κατατρόμαξαν και έλεγαν:

«Αληθώς ό άνθρωπος ούτος ήτο Υιός του Θεού»!

Ο Ιησούς είχε πεθάνει. Ένας από τους στρατιώτες κέντησε την πλευρά του με τη λόγχη για να βεβαιωθεί.

Η σταύρωση του Ιησού τιμάται τη Μεγάλη Παρασκευή.

### Η ταφή του Κυρίου

Την άλλη μέρα ήταν Σάββατο (Πάσχα των Εβραίων) και δεν επιτρεπόταν να βρίσκονται κρεμασμένοι άνθρωποι στο σταυρό. Πριν δύσει ο ήλιος, ο Ιωσήφ από την Αριμαθαία και ο Νικόδημος πήραν την άδεια από τον Πιλάτο να θάψουν τον Ιησού. Τον τύλιξαν με καθαρό σεντόνι, τον άλειψαν με μύρα και τον έθαψαν σ' ένα τάφο, που ήταν σκαμμένος μέσα σε ένα βράχο.

Ύστερα έκλεισαν τον τάφο με μια μεγάλη πέτρα.

Οι Εβραίοι ζήτησαν από τον Πιλάτο να βάλει φρουρά στον τάφο του Ιησού, για να μη κλέψουν οι μαθητές Του το σώμα Του και διαδώσουν, ότι αναστήθηκε. Ο Πιλάτος τους έδωσε στρατιώτες και τους είπε: «Κάμετε όπως γνωρίζετε». Εκείνοι ασφάλισαν τον τάφο, έβαλαν τις σφραγίδες τους πάνω στον τάφο, εγκατέστησαν τη φρουρά και έμειναν ήσυχοι.

### Η Ανάσταση του Κυρίου

Την αυγή η Μαρία η Μαγδαληνή, η Μαρία, η μητέρα του Ιακώβου και η Σαλώμη πήγαν στον τάφο, έχοντας μαζί τους αρώματα και μύρο, για να αλείψουν το Σώμα του Ιησού.

Οι μυροφόρες γυναίκες έλεγαν η μία στην άλλη:  
—Ποιος θα μας μετακινήσει το βράχο από τον τάφο;

Γιατί γνώριζαν ότι ο βράχος ήταν βαρύτατος.

Όταν πλησίασαν στον τάφο, είδαν με απορία ότι ο μεν βράχος είχε μετακινηθεί, οι φρουροί δε του τάφου είχαν πέσει κάτω στο έδαφος και ήταν κατατρομαγμένοι.

Είδαν τότε με τρόμο και οι ίδιες πάνω στο βράχο να κάθεται ένας άγγελος, ο οποίος είπε σε αυτές:

—Μη φοβάσθε. Ζητάτε τον Ιησού τον εσταυρωμένο; Δεν είναι εδώ. Αναστήθηκε. Να ο τάφος, οπου τον ενταφιάσαν είναι κενός. Να πάτε λοιπόν γρήγορα και να πείτε τα νέα στους μαθητές. Οι μυροφόρες έτρεξαν αμέσως να αναζητήσουν τους μαθητές και να τους πουν την χαρμόσυνη είδηση. Στο δρόμο συνάντησαν τον Ιησού, ο οποίος τις χαιρέτησε. Αυτές, όταν Τον είδαν, έπεσαν και Τον προσκύνησαν.

Ο Κύριος μίλησε σε αυτές και τους είπε:

—Να πείτε στους μαθητές να συγκεντρωθούν στη Γαλιλαία, όπου θα εμφανισθώ σε αυτούς.

Οι γυναίκες, έσπευσαν να βρουν τους μαθητές και να τους αναγγείλουν την μεγάλη είδηση, ότι ο Χριστός ανέστη. Εκείνοι όμως δεν τις πίστεψαν.

Ο Πέτρος μάλιστα και ο Ιωάννης έτρεξαν αμέσως στο μνημείο. Πράγματι, βρήκαν τον τάφο ανοικτό, μπήκαν μέσα και είδαν το νεκρικό σεντόνι. Το Σώμα του Σωτήρα δεν ήταν εκεί. Ο Ιησούς, καθώς είχε προείπει, είχε αναστηθεί εκ νεκρών. Κατήργησε τον θάνατον δια του θανάτου και χάρισε στους νεκρούς την ζωή.

Την Ανάσταση του Χριστού την γιορτάζουμε το Πάσχα. Τότε ψέλνουμε:

«Χριστός Ανέστη εκ νεκρών, θανάτω θάνατον πατήσας και τοις εν τοις μνήμασι ζωήν χαρισά-

(Συνέχεια στη σελίδα 13)

## Τα Άγια Πάθη

(Συνέχεια από τη σελίδα 12)

μενος».

### Ο Ιησούς φανερώνεται στους μαθητές Του

Οι Φαρισαίοι ανησύχησαν από την ανάσταση του Κυρίου και πλήρωσαν τους στρατιώτες, που είδαν την ανάσταση, να λένε ότι οι μαθητές έκλεψαν το σώμα του Χριστού. Στο μεταξύ αποφάσισαν να συλλάβουν τους μαθητές. Εκείνοι το γνώριζαν αυτό και κρύβονταν.

Ήταν συγκεντρωμένοι σ' ένα σπίτι και ενώ είχαν κλεισμένες τις πόρτες και τα

παράθυρα, για το φόβο των Ιουδαίων, εμφανίζεται ο Ιησούς ανάμεσα τους και τους λέει : «Ειρήνη Υμίν». Εκείνοι χαρούμενοι έπεσαν να Τον προσκυνήσουν, αλλ' ο Χριστός εξαφανίστηκε. Από τους μαθητές έλειπε ο Θωμάς και όταν επέστρεψε οι μαθητές με χαρά του είπαν:

— Είδαμε τον Κύριο.

Ο Θωμάς όμως δεν πειθόταν;

— Αν δεν Τον δω με τα ίδια μου τα μάτια και δε βάλω το δάκτυλο μου στα σημάδια, που Του άφησαν οι πληγές των καρφιών, δε θα πιστέψω.

Μετά οκτώ μέρες παρουσιάζεται πάλι

ο Ιησούς στους μαθητές Του και τους χαιρετά: «Ειρήνη Υμίν». Στρέφεται αμέσως προς το Θωμά και του λέει :

— Θωμά, έλα και βάλε το δάκτυλο σου στις πληγές Μου και μη γίνεσαι άπιστος, αλλά πιστός !

Ο Θωμάς προσκύνησε με χαρά το Χριστό και φώναξε : « Ο Κύριος μου και ο Θεός μου».

### **ΖΩΗ ΜΠΑΚΗ**

(Τα Φιλαράκια)



## Τα κόκκινα αυγά

**ΓΙΑΤΙ ΒΑΦΟΥΜΕ ΚΟΚΚΙΝΑ ΑΥΓΑ ΤΟ ΠΑΣΧΑ;**

Σύμφωνα με την ορθόδοξη παράδοση το Πάσχα βάφουμε κόκκινα αυγά συμβολίζουν το αίμα του Χριστού που έδωσε για την σωτηρία του κόσμου.

### **Ο ΜΥΘΟΣ ΜΕ ΤΟΝ ΤΙΒΕΡΙΟ ΚΑΙΣΑΡΑ**

Ο μύθος λέει ότι, κάποια μέρα μετά την Ανάσταση του Κυρίου μας, η Μαρία η Μαγδαληνή πήγε στον Τιβέριο Καίσαρα και του ανακοίνωσε ότι αναστήθηκε ο Χριστός και όλα τα γεγονότα για την Ανάσταση του Χριστού. Εκείνη την ώρα κάποιος κρατούσε δίπλα από τον Καίσαρα ένα καλάθι αυγά. Ο Τιβέριος Καίσαρας, βέβαια, έδειξε απορημένος και λέει στην Μαγδαληνή ότι, εάν αυτό που λέει, είναι αλήθεια τότε τα αυγά, από άσπρα που είναι, να γίνουν κόκκινα.

Έξαφνα τα αυγά έγιναν κόκκινα και

έμεινε άναυδος ο Καίσαρας. Έτσι κατά την Παράδοση αυτή τα αυγά βάφονται κόκκινα.

### **ΤΟ ΡΩΣΙΚΟ ΜΟΝΑΣΤΗΡΙ**

Το γεγονός αυτό καταγράφεται στο Ρωσικό Μοναστήρι της Αγίας Μαρίας της Μαγδαληνής που βρίσκεται στα Ιεροσόλυμα. Το Ρωσικό Μοναστήρι της Αγίας Μαρίας της Μαγδαληνής χτίστηκε το 1885 από τον Ρώσο Αυτοκράτορα Αλέξανδρο τον Γ' και τους αδελφούς του στη μνήμη της μητέρας του αυτοκράτειρας Μαρίας και βρίσκεται στη Γεσθημανή.

Μέσα στο Ναό του Μοναστηριού και πάνω από το Ιερό Τέμπλο του Ιερού Βήματος, υπάρχει μεγάλη τοιχογραφία όπου παρουσιάζεται η Μαρία η Μαγδαληνή μπροστά στον Τιβέριο Καίσαρα και του χαρίζει ένα κόκκινο αυγό.

### **ΤΟ ΕΒΡΑΙΚΟ ΕΘΙΜΟ**

Μία άλλη άποψη, ωστόσο, αναφέρει ότι πρόκειται για εβραϊκό έθιμο.

Η παράδοση θέλει τα αυγά που βάφονται κόκκινα την Μ. Πέμπτη να διατηρούνται 40 ημέρες εκτός ψυγείου,



χωρίς να παρουσιάσουν καμία αλλοίωση.

### **ΚΑΛΟ ΠΑΣΧΑ!!!**

**ΒΕΡΑ ΚΟΥΒΑΡΗ**

(Τα Φιλαράκια)

## ΕΘΙΜΑ ΤΟΥ ΠΑΣΧΑ

### Έθιμα στην Κεντρική Ελλάδα και τα Δωδεκάνησα

#### ΚΕΝΤΡΙΚΗ ΕΛΛΑΔΑ

**ΑΡΑΧΩΒΑ.** Ανήμερα του Πάσχα και από το απόγευμα ξεκινάει η περιφορά της Εικόνας του Αγίου Γεωργίου την



Αράχωβα : Η περιφορά της εικόνας του Αγίου Γεωργίου

οποία συνοδεύουν περί τα 500 άτομα ντυμένα με παραδοσιακές φορεσιές. Την επομένη πραγματοποιείται αγώνας δρόμου των γερόντων (ανηφορικός δρόμος), οι οποίοι ξεκινούν από την εκκλησία του Αγίου Γεωργίου και φτάνουν στο λόφο. Ακολουθούν χορευτικά συγκροτήματα και το απόγευμα χορεύουν γυναικείοι χορευτικοί σύλλογοι. Οι εκδηλώσεις συνεχίζονται με κλέφτικα αγώνισματα, όπως το σήκωμα της πέτρας κλπ

#### ΛΙΒΑΔΕΙΑ

Το πιο χαρακτηριστικό έθιμο της πόλης, είναι το πολύ γνωστό και μοναδικό «Πάσχα της Λιβαδειάς», που όχι μόνο διατηρείται αλλά χρόνο με το χρόνο ζωντανεύει μιας και οι νεότεροι συμμετέχουν με ιδιαίτερο μεράκι και κέφι στο έθιμο του «λάκκου». Μετά την Ανάσταση και πριν καλά ξημερώσει οι κάτοικοι ετοιμάζουν την φωτιά. Ένας, κάνοντας το σταυρό του, βάζει φωτιά στο σωρό με τη λαμπάδα της Αναστάσεως. Οι φλόγες αγκαλιάζουν το σωρό. Με ραντίσματα νερού και συχνό χτύπημα με ένα μακρύ ξύλο, η θράκα είναι έτοιμη για να ψηθούν τα αρνιά. Το ίδιο γίνεται σε όλους τους «λάκκους» και ανεβαίνουν οι καπνοί, αναρίθμητοι και πυκνοί, σε τέτοιο βαθμό, που σκεπάζουν τον ήλιο που στο μεταξύ ανατέλλει.

#### ΔΩΔΕΚΑΝΗΣΑ

**ΠΑΤΜΟΣ.** Στο νησί της Αποκάλυψης επίκεντρο των τελετών και ακολουθιών αποτελεί ο «ΝΙΠΤΗΡΑΣ». Κάθε χρόνο, στολίζεται με λαμπρές βάνιες και πλούσια ποικιλία ανοιξιάτικων λουλουδιών. Την Μ. Πέμπτη, γίνεται αναπαράσταση του «ΜΥΣΤΙΚΟΥ ΔΕΙΠΝΟΥ» του ΝΙΠΤΗΡΑ, σε κεντρική πλατεία της Χώρας. Το Μ. Σάββατο το βράδυ πριν

από την Ανάσταση, το Ευαγγέλιο διαβάζεται σε ηρωικό εξάμετρο με κώντιο και την Κυριακή του Πάσχα στις 3 το απόγευμα, στο Μοναστήρι της Πάτμου γίνεται η 2η Ανάσταση κατά την οποία το Αναστάσιμο Ευαγγέλιο διαβάζεται σε επτά γλώσσες και από τον ηγουμένο μοιράζονται κόκκινα αυγά στους πιστούς.

**ΡΟΔΟΣ (ΙΑΛΥΣΟΣ).** Το Σάββατο του Λαζάρου, τα παιδιά γυρίζουν από πόρτα σε πόρτα και τραγουδούν τον «Λάζαρο», συγκεντρώνοντας χρήματα και αυγά για τους ιερείς. Παλαιότερα, αυτή την ημέρα, κανένας γεωργός δεν πήγαινε στο χωράφι του να εργαστεί, γιατί όπως πίστευαν, ό,τι έπιαναν θα μαραινόταν. Επιτρεπόταν μόνο η συγκέντρωση ξερών κλαδιών για το άναμμα των φούρνων τη Μεγάλη Εβδομάδα για το ψήσιμο των κουλουριών. Την ημέρα αυτή επίσης, σε όλα τα σπίτια οι νοικοκυρές φτιάχνουν στριφτά κουλουράκια, «τα Λαζαράκια», συμβολίζοντας με τον τρόπο αυτό το σώμα του Λαζάρου που ήταν τυλιγμένο στο σάβανο.

#### ΑΦΡΟΔΙΤΗ ΚΟΡΟΓΙΑΝΝΟΥ (Επιστήμονες)

### Έθιμα της Μάνης

Ένα από τα πιο χαρακτηριστικά πασχαλινά έθιμα της Μάνης είναι το **ζύμωμα**. Από την Μεγάλη Πέμπτη οι νοικοκυρές ξεκινούν να ζυμώνουν λαμπριάτικες κουλούρες με επτάζυμο ζυμάρι για κάθε ένα άτομο του σπιτιού, τα βαφτιστήρια τους, τους συγγενείς και τους φίλους, ακόμη και για

εκείνους που έχουν ξενιτευτεί. Πάσχα στη Μάνη σημαίνει ακολουθία της περιφοράς του Επιταφίου στην Αρεόπολη, στον Άγιο Νίκωνα και στο Φλομοχώρι, όπου η ατμόσφαιρα είναι κάτι παραπάνω από κατανυκτική. Το βράδυ της Ανάστασης σε όποιο χωριό της Μάνης κι αν βρίσκεστε γίνε-

ται το αδιαχώρητο, ενώ ο μανιάτικος ουρανός φωτίζεται από πολύχρωμα βεγγαλικά. Την Κυριακή του Πάσχα στις δύο το μεσημέρι χτυπούν οι καμπάνες για τη «Δεύτερη Ανάσταση». Κάτοικοι και επισκέπτες φορούν τα γιορτινά τους και μετά τη λειτουργία

(Συνέχεια στη σελίδα 15)

## Έθιμα της Μάνης

(Συνέχεια από τη σελίδα 14)

γίνεται το κάψιμο του Ιούδα.

Τη δεύτερη μέρα του Πάσχα τηρείται το ξεχωριστό μανιάτικο έθιμο, η **Λιπα-νεία**. Το πρωί ξεκινούν οι ιερείς από τις εκκλησίες και τους ακολουθούν οι πιστοί των ενοριών κρατώντας εικόνες και σταυρούς. Όλοι μαζί κάνουν το γύρο του χωριού και ψέλνουν αναστάσιμα τροπάρια και παρακλήσεις.

Σε πολλά χωριά η πομπή πηγαίνει στο νεκροταφείο, όπου εκεί περιμένουν οι συγγενείς των νεκρών.

Πάνω στα ανθοστολισμένα μνήματα είναι τοποθετημένα το θυμιατήρι με το θυμίαμα, πασχαλιάτικα κουλούρια και αυγά, ενώ στους τάφους των νεκρών

που «έφυγαν» λίγο πριν το Πάσχα, υπάρχουν κουλούρια σε μέγεθος μεγάλου χωριάτικου ψωμιού, τα λεγόμενα «δοξάρια».

Στην **Καλαμάτα** την Κυριακή του Πάσχα αναβιώνει ένα ξεχωριστό τοπικό έθιμο, ο **σαϊτοπόλεμος**, του οποίου οι ρίζες βρίσκονται στους απελευθερωτικούς αγώνες του 1821.

Σύμφωνα με το θρύλο, οι Μεσσήνιοι χρησιμοποίησαν σαίτες γεμάτες εκρηκτικά και αναχαίτισαν το ιππικό των Τούρκων, τρομάζοντας τα άλογά τους και αποδεικνύοντας, ότι η νίκη σε μία μάχη δεν έρχεται απαραίτητα από την αριθμητική υπεροχή.

Οι συμμετέχοντες, αρκετοί από τους οποίους είναι ντυμένοι με παραδοσιακές φορεσιές, οπλισμένοι με σαίτες που έχουν κατασκευάσει μόνοι τους από χάρτινους σωλήνες γεμισμένους με μπαρούτι, αρχίζουν την εκτόξευση και ξεσηκώνουν το πλήθος που παρακολουθεί.

Τα «μπουλούκια», όπως ονομάζονται οι ομάδες των σαϊτολόγων, αναβιώνουν το έθιμο κάθε χρόνο, υπενθυμίζοντας τον ηρωισμό των Ελλήνων επί Τουρκοκρατίας.

**ΒΕΡΑ ΚΟΥΒΑΡΗ**

(Τα Φιλαράκια)

## Το έθιμο του ρουκετοπόλεμου στο Βροντάδο της Χίου

Πάσχα στην Χίο σημαίνει ρουκετοπόλεμος, ένα έθιμο που ξεκινά από παλιά την εποχή της τουρκοκρατίας και είναι ένας "πόλεμος" ανάμεσα σε δύο ενορίες του Βροντάδου, την ενορία του Αγίου Μάρκου και την ενορία της Παναγίας της Ερειθανής.

Απ' ότι λένε ξεκίνησε από τα παιδιά των δύο ενοριών που έπαιζαν πετροπόλεμο με σφεντόνες. Στην συνέχεια άρχισαν να εμπλέκονται και οι μεγαλύτεροι με αποτέλεσμα οι σφεντόνες να αντικατασταθούν από τα κανονάκια.

Στην αρχή, το βράδυ της Ανάστασης, με τα κανονάκια που έφερναν οι ναυτικοί από πλοία που παροπλίζονταν, έριχναν κανονιές από την αυλή της μίας εκκλησίας στην άλλη, για να γιορτάσουν την Ανάσταση και με τον δυνατό κρότο τους προσπαθούσαν να σπάσουν τα τζάμια της "αντίπαλης" εκκλησίας, χρησιμοποιώντας όμως μόνο

πυρίτιδα. Μετά από επέμβαση των Τούρκων, επειδή φοβήθηκαν για την χρησιμοποίηση των κανονιών σε πιθανή



Βροντάδο : Ο ρουκετοπόλεμος

νή εξέγερση των κατοίκων, τα κανονάκια κατασχέθηκαν και μεταφέρθηκαν στο κάστρο.

Μετά από αυτό το περιστατικό οι ενορίτες των δύο εκκλησιών άρχισαν να σκέφτονται ένα νέο τρόπο για να συνεχίσουν τον "πόλεμο" με κάτι εντυπωσιακό αλλά που να μην τους το απαγορεύσουν οι Τούρκοι. Η λύση δόθηκε από τους ενορίτες του Αγίου Μάρκου

και τον πυροτεχνουργό Κορακάκη, που είχε το εργαστήριό του στην πόλη. Τους έφτιαξε μερικές ρουκέτες τις

οποίες μετέφεραν στο Βροντάδο. Συγχρόνως οι ίδιοι άφησαν να διαρρεύσει το μυστικό τους και στους ενορίτες της Παναγίας της Ερειθανής ώστε να συνεχιστεί ο "πόλεμος".

Με αυτόν τον τρόπο άρχισε η νέα περίοδος του ρουκετοπόλεμου. Στην αρχή έπαιρναν τις ρουκέτες από τον Κορακάκη,

αργότερα όμως (μέχρι και σήμερα)

έμαθαν να τις κατασκευάζουν μόνοι τους. Στην αρχή η ρίψη των ρουκετών γινόταν από τις σκεπές των εκκλησιών αλλά μετά από μερικά ατυχή περιστατικά, η ρίψη συνεχίστηκε έως σήμερα από τα χωράφια γύρω από τις εκκλησίες.

**ΖΩΗ ΜΠΑΚΗ**

(Τα Φιλαράκια)

## ΔΙΑΦΟΡΑ ΘΕΜΑΤΑ

### Ο κολλητός... κάνει καλό !

Η φιλία είναι ο κοινωνικός δεσμός ανάμεσα σε δύο ή περισσότερους ανθρώπους. Η φιλία είναι σημαντική, γιατί αναπτύσσεται η αλληλοκατανόηση και η συμπαράσταση σε δύσκολες στιγμές. Καλλιεργείται η προσωπικότητα και ο χαρακτήρας. Μέσω της φιλίας μαθαίνουμε να συνεργαζόμαστε, να μοιραζόμαστε και να μειώνεται ο εγωισμός μας.

Η φιλία κάνει τον άνθρωπο κοινωνικό.

Οι φίλοι μεταξύ τους διασκεδάζουν και



περνούν ευχάριστα την ώρα τους. Όμως πολλές φορές δημιουργούνται

και συγκρούσεις μεταξύ τους λόγω παρεξηγήσεων. Αυτό όμως δεν πρέπει να τους διχάζει αλλά να το ξεπερνούν. Σε μια φιλία δεν πρέπει να φερόμαστε εγωιστικά αλλά να υποχωρούμε κάποιες φορές.

Άρα οι φίλοι είναι σημαντικοί στη ζωή μας και παίζουν κυρίαρχο λόγο όχι μόνο στη διαμόρφωση της προσωπικότητάς μας αλλά και στην κοινωνική μας ζωή.

**ΖΩΗ ΜΠΑΚΗ**

(Τα Φιλαράκια)

### Το νησί Surtsey



Το

Surtsey είναι νησί στην νοτιοδυτική Ισλανδία που αλληπάλληλες ηφαιστειακές εκρήξεις. Το μεγαλύτερο μέγεθος που απέκτησε είναι 2,7 τετραγωνικά

χιλιόμετρα, αλλά σήμερα είναι στα 1,4 λόγω της διάβρωσης. Είναι το νοτιότερο σημείο της Ισλανδίας και ανήκει στο σύμπλεγμα νησιών Vestmannaeyjar. Το Surtsey είναι μια σπάνια ευκαιρία όπου γινόμαστε μάρτυρες τη δημιουργίας ενός νέου νησιού από μια ηφαιστειακή έκρηξη και μπορούμε μάλιστα να παρακολουθήσουμε πώς φτάνει και πώς αναπτύσσεται η ζωή στα νησί αυτό, αφού μένει αποκλεισμένο από τις ανθρώπινες δραστηριότητες πέρα από την επιστημονική

έρευνα. Γι' αυτό το λόγο μάλιστα τον περασμένο Ιούλιο η UNESCO ανακήρυξε το νησί Μνημείο Παγκόσμιας Πολιτιστικής Κληρονομιάς. Το όνομα Surtsey σημαίνει νησί του Surtur, του θεού της φωτιάς στο σκανδιναβικό πάνθεον και αντίστοιχου με τον Ήφαιστο του αρχαιοελληνικού δωδεκάθεου. Σίγουρα ταίριαστό όνομα.

**ΓΙΩΡΓΟΣ ΝΙΚΟΛΑΟΥ**

(Βιβλιοφάγοι)

### Τα ηφαίστεια της Ελλάδας

Παρόλο που η Ινδονησία κατέχει τα πρωτεία στον αριθμό ηφαιστειών ( 167 παρακαλώ!!!) και ακολουθούν η Ιαπωνία( με 108) και οι ΗΠΑ , εντούτοις και η χώρα μας είναι γνωστή για τα ηφαίστεια της

Στην Ελλάδα υπάρχουν περίπου 39 ηφαίστεια, με μεγαλύτερα της Σαντορίνης, της Μήλου, της Νισύρου και των Μεθάνων.

**Σαντορίνη:** Έχει τη μεγαλύτερη καλδέρα όλου του κόσμου, με ύψος 300 m και διάμετρο 11 km

**Μήλος:** Ηφαίστειο Φυριπλάκας, ύψους 220 m και διαμέτρου 1700 m

**Νίσυρος:** Μια από τις μεγαλύτερες καλδέρες στο κόσμο, με ύψος 650 m και διάμετρο 3000m.

**Βόρεια Εύβοια:** Πολλά και μικρά ηφαίστεια (Μαλιακός κόλπος, Παγασητικός, Κολπίσκος Αγίου Γεωργίου, Όριο, Μετόχι, Λυχάδα, Οξύλιθος και αλλού)

**Σκύρος:** Ηφαίστειο Μπάρες και νησίδες Ψαθούρας, Ψαθουροπούλας

**Χίος:** Περιοχή Αντιστρόβιλα και Εμπο-

ρικού

**Λήμνος:** Οι αρχαίοι μύθοι έχουν σχέση με τον τρόπο σχηματισμού του. Ένας από αυτούς μας λέει πως ο Ήφαιστος έπεσε στη Λήμνο όταν ο πατέρας του ο Δίας, θυμωμένος γιατί αυτός είχε πάρει το μέρος της μητέρας του της Ήρας σε έναν από τους φοβερούς καυγάδες του ζευγους, τον άρπαξε και τον πέταξε μακριά από τον Όλυμπο. Οι ντόπιοι τον περιέθαλψαν και αυτός, σε αντάλλαγμα, τους δίδαξε την Τέχνη του.



## ΔΙΑΦΟΡΑ ΘΕΜΑΤΑ

### Τα ηφαιστεια και η θετική τους επίδραση στη συνέχεια της ανθρώπινης ζωής. (Συνέχεια από το προηγούμενο φύλλο)

Το μεγαλύτερο όμως δώρο των ηφαιστειών στον άνθρωπο της λίθινης εποχής ήταν ο οψιανός. Ο οψιανός, μαύρο συμπαγές, φυσικό γυαλί, είναι ένα σχετικό σπάνιο και όμορφο ηφαιστειακό πέτρωμα. Τα κύρια πλεονεκτήματά του είναι η μεγάλη σκληρότητα και η δυνατότητα να αποσπάζεται με επιδέξια χτυπήματα, λεπτές λεπίδες, τόσο κο-



Οψιανός

φτερές όσο το νυστέρι. Τα ηφαιστεια της Μήλου και του Λίπαρι (Ιταλία) ήταν οι κύριες πηγές οψιανού στη Μεσόγειο, εδώ και 15.000 χρόνια. Τα ηφαιστεια τροφοδότησαν τον άνθρωπο με τεράστιες ποσότητες πετρωμάτων

(Γρανίτης, Βασάλτης) μεγάλης αντοχής και ομορφιάς, για να χτιστούν ακροπόλεις, κάστρα, ναοί και σπήλια. Τα ηφαιστεια παράγουν το θειάφι. Σε σκόνη χρησιμοποιήθηκε και χρησιμοποιείται στην αμπελουργία και την κηπουρική. Ήταν βασικό συστατικό του υγρού πυρός των Βυζαντινών και της πυρίτιδας των Κινέζων.

Το υπόγειο νερό που θερμαίνεται από τα ηφαιστεια κυκλοφορεί βαθιά στις ρωγμές των πετρωμάτων και μεταφέρει πολύτιμα μέταλλα όπως το χρυσάφι και το ασήμι, σιδηρομεταλλεύματα, ημιπολύτιμους λίθους, όπως ο αμέθυστος, το τοπάζι, το βηρύλλιο. Οι πολυτιμότεροι λίθοι της Γης, τα διαμάντια, έχουν μεταφερθεί από βάθη εκατοντάδων χιλιομέτρων στην επιφάνεια του πλανήτη από πανάρχαια ηφαιστεια και σήμερα βρίσκονται μέσα στους αγωγούς αυτών των ηφαιστειών. Η λεπτή ηφαιστειακή στάχτη είναι άλλο ένα δώρο των ηφαιστειών. Ανα-

κατεύοντας ηφαιστειακή στάχτη και αβέστη παράγεται ένα είδος τσιμέντου, γνωστό σήμερα «ποζολάνη», που έχει πολύ καλές υδραυλικές ιδιότητες. Η διώρυγα του Σουέζ κατασκευάστηκε από τέτοιο τσιμέντο, χρησιμοποιώντας την ηφαιστειακή στάχτη της Σαντορίνης. Πάνω και γύρω από τα ηφαιστεια υπάρχουν οι θερμές πηγές, που η ιαμακτική τους δράση ήταν γνωστή από την αρχαιότητα. Πέρα όμως από αυτό, σήμερα το θερμό νερό και ο ατμός των ηφαιστειών είναι η πηγή μιας εναλλακτική πηγής ενέργειας, της γεωθερμικής ενέργειας.

Ένα ακόμη ευεργέτημα των ηφαιστειών προς τον άνθρωπο είναι ότι μέσα στις αποθέσεις τους διατήρησαν απολιθώματα των μακρινών προγόνων μας, δίνοντας τη δυνατότητα στους παλαιοανθρωπολόγους να αρχίσουν την αποκρυπτογράφηση της απαρχής του είδους μας.

**Κλεοπάτρα Σταθάτου**  
(Εξερευνητές)

### Οι αετοί (Συνέχεια από το προηγούμενο φύλλο)

Αετούς θα συναντήσουμε στις τέσσερις ηπείρους: την Ευρώπη, την Ασία, την Αφρική και την Αμερική, Βόρεια και Νότια. Στην Ελλάδα συναντά κανείς αετούς στα ψηλά βουνά: στον Όλυμπο, τον Παρνασσό, την Οίτη, τον Τυμφρηστό. Στη νότια Ευρώπη, στη βόρεια Αφρική και στη δυτική Ασία, δηλ. στις περιοχές γύρω από τη Μεσόγειο ζει ο αετός ο χελωνιάρης ή αλλιώς ο μέλας (μαύρος) ή και αυτοκρατορικός.

Πολλά από τα είδη των αετών είναι ωφέλιμα για τη γεωργία κυρίως, γιατί καταστρέφουν τα διάφορα μικρά ζώα, όπως τα διάφορα είδη των ποντικών και προ-

στατεύουν με τον τρόπο αυτό τη γεωργική παραγωγή. Εκτός όμως αυτού κυνηγάει και κοτόπουλα, αρνιά, κατσίκια, και αποτελεί πολλές φορές μάλιστα για τους γεωργούς. Έτσι, ενώ είναι ωφέλιμος γιατί κυνηγάει τους ποντικούς στα χωράφια, συγχρόνως κάνει και μεγάλες ζημιές, γι' αυτό και δεν ανήκει στην κατηγορία των ωφέλιμων.

Ο αετός αυτός χτίζει τη φωλιά του σε κουφάλες δένδρων ή σε σχισμές βράχων. Το θηλυκό γεννάει 1-2 αυγά. Τα μικρά αετόπουλα είναι δυνατό, όταν αιχμαλωτιστούν, να εκπαιδευτούν και να γίνουν άριστοι κυνηγοί. Συνήθως

τους αετούς αυτούς εκπαιδεύουν στην κεντρική Ασία και τους χρησιμοποιούν στο κυνήγι

Οι αρχαίοι Έλληνες θεωρούσαν τον αετό σαν σύμβολο του Δία και τον τιμούσαν. Είναι γνωστό το χάλκινο άγαλμα του Αετού, που βρέθηκε το 1967 στις ανασκαφές του ιερού της Δωδώνης. Αργότερα οι Ρωμαίοι χρησιμοποίησαν τον αετό σαν στρατιωτικό έμβλημα, ενώ οι Βυζαντινοί χρησιμοποιούσαν σαν έμβλημα το δικέφαλο αετό, που ίσως ήταν οικογενειακό έμβλημα των Παλαιολόγων. Σύμφωνα

(Συνέχεια στη σελίδα 18)

## ΔΙΑΦΟΡΑ ΘΕΜΑΤΑ

### Οι αετοί

(Συνέχεια από τη σελίδα 17)

με μια άποψη, ο δικέφαλος αετός συμβολίζει τη βυζαντινή αυτοκρατορία που εκτεινόταν στις δύο ηπείρους: την Ευρώπη και την Ασία. Μετά την άλωση της Κωνσταντινούπολης από τους Τούρκους (το 1453) και μέχρι σήμερα, ο δικέφαλος αετός αποτελεί το επίσημο έμβλημα του πατριαρχείου της Κωνσταντινούπολης. Εκτός όμως από τους Βυζαντινούς, τους αετούς τους χρησιμοποίησαν σαν έμβλημα, σαν δείγμα αυτοκρατορικής εύνοιας και οι διάφοροι Ευρωπαίοι..

**Νεφέλη Δρακονταειδή**

### Οι πλανήτες του ηλιακού μας συστήματος

(συνέχεια από το προηγούμενο φύλλο)

Ο **Άρης** είναι ο τέταρτος σε απόσταση από τον Ήλιο πλανήτης του Ηλιακού μας Συστήματος και ο δεύτερος πλησιέστερος στη Γη. Λέγεται συχνά και «κόκκινος πλανήτης» εξαιτίας του κόκκινου χρώματος που παρουσιάζει. Ο Άρης διαθέτει ακόμη το Όρος Όλυμπος, το ψηλότερο γνωστό όρος στο Ηλιακό μας Σύστημα και την Κοιλάδα Μαρινέρις, τη μεγαλύτερη κοιλά-

δα. Το βαθύπεδο Βορεάλις που βρίσκεται στο βόρειο ημισφαίριο του πλανήτη καλύπτει το 40% της επιφάνειάς του και αποτελεί το υπόλειμμα μιας γιγάντιας σύγκρουσης. Έχει δυο δορυφόρους, τον Φόβο και τον Δείμο.

Ο **Ουρανός** είναι ο έβδομος σε απόσταση από τον Ήλιο, ο τρίτος μεγαλύτερος και ο τέταρτος σε όγκο πλανήτης του Ηλιακού Συστήματος. Το όνομα

προέρχεται από την αρχαία ελληνική θεότητα του Ουρανού, ο οποίος ήταν πατέρας του Κρόνου και παππούς του Δία. Δεν είναι εύκολα ορατός με γυμνό μάτι από τη Γη. Ανακαλύφθηκε μόλις το 1781 και ήταν ο πρώτος πλανήτης που ανακαλύφθηκε με τηλεσκόπιο.

**ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ ΤΖΑΚΩΣΤΑΣ**  
(Επιστήμονες)

### Άνοιξη

#### Η ΑΝΟΙΞΗ

Άνοιξη είναι μία από τις τέσσερις εποχές της εύκρατης ζώνης. Αστρονομικά ξεκινά με την εαρινή ισημερία κατά τις 21 Μαρτίου στο Βόρειο ημισφαίριο, περιλαμβάνει τους μήνες Μάρτιο, Απρίλιο Μάιο και τελειώνει με το θερινό ηλιοστάσιο στις 21 Ιουνίου.

Το ημισφαίριο αρχίζει να ζεσταίνεται σημαντικά γεγονός που ευνοεί την ανθοφορία και τη φυτική ανάπτυξη.

Το χιόνι (αν υφίσταται) αρχίζει να λιώνει και τα ποτάμια ή οι χείμαρροι φουσκώνουν. Τα περισσότερα φυτά ανθίζουν αυτή την εποχή του χρόνου, ακόμα και αν υπάρχουν χιόνια σε ορεινές περιοχές. Σε περιοχές που δεν υπάρχουν βαριές χιονοπτώσεις η Άνοιξη είναι δυνατόν να ξεκινήσει νωρίς τον Φεβρουάριο. Στις υποτροπικές περιοχές οι αλλαγές των

εποχών παρουσιάζουν πολύ μικρές διαφορές μεταξύ τους και οι τροπικές σχεδόν καμία. Οι υποαρκτικές περιοχές αντιλαμβάνονται την Άνοιξη κατά τον Μάιο ή τον Ιούνιο και στην Ανταρκτική τον Δεκέμβριο.

#### ΤΟ ΒΡΑΧΙΟΛΙ ΤΟΥ ΜΑΡΤΗ

Σήμερα το βραχιολάκι αυτό το αποκαλούμε με το όνομα «Μάρτης», όμως το



Από την εποχή ακόμα της αρχαίας Ελλάδας, οι μητέρες των μικρών παιδιών, συνήθιζαν να δένουν στον καρπό του χεριού των παιδιών τους, ένα κορδόνι από λευκό και κόκκινο

έθιμο αυτό ξεκινάει από τους μύστες των Ελευσίνιων Μυστηρίων.

νήμα, ώστε να τα προφυλάξουν από τις ακτίνες του μαρτιάτικου ήλιου, οι οποίες θεωρούνται, από πολλούς ακόμα και σήμερα, πολύ επικίνδυνες

#### ΠΡΩΤΟΜΑΓΙΑ

Πρωτομαγιά ονομάζεται η πρώτη μέρα του Μαΐου, η οποία είναι μέρα αργίας (η Πρωτομαγιά δεν είναι αργία, για το εργατικό κίνημα είναι απεργία) για πολλές χώρες του κόσμου. Τις περισσότερες φορές η Πρωτομαγιά είναι συνώνυμη με την Παγκόσμια Μέρα των Εργατών (Εργατική Πρωτομαγιά), την ημέρα δηλαδή που τιμώνται οι αγώνες του εργατικού κινήματος. Ο εορτασμός όμως της Πρωτομαγιάς, έχει τις ρίζες του στις παγανιστικές γιορτές του παρελθόντος. Πολλά από τα αρχαία έθιμα έχουν επιβιώσει μέχρι

(Συνέχεια στη σελίδα 19)

## ΔΙΑΦΟΡΑ ΘΕΜΑΤΑ

### Άνοιξη

(Συνέχεια από τη σελίδα 18)

και σήμερα. Η σημασία της ημέρας της Πρωτομαγιάς για τους αρχαίους λαούς οφείλεται στο γεγονός πως ημερολογιακά η πρώτη ημέρα του Μαΐου βρίσκεται ανάμεσα στην Εαρινή Ισημερία και το Θερινό Ηλιοστάσιο.

#### Η ΓΙΟΡΤΗ ΤΗΣ ΜΗΤΕΡΑΣ

Η γιορτή της μητέρας ή Ημέρα της Μητέρας είναι κινητή εορτή προς τιμήν της μητέρας και **γιορτάζεται κάθε χρόνο την δεύτερη Κυριακή του μήνα Μάη.**

Καθιερώθηκε τον 20ό αιώνα και προέρχεται από το αγγλικό και το αμερικάνικο κίνημα των γυναικών.

Η Αμερικανίδα Ann Maria Reeves

Jarvis διοργάνωσε για πρώτη φορά το 1865 ένα κίνημα με το όνομα *Mothers Friendships Day* και συναντήσεις με το όνομα *Mothers Day Meetings*, κατά τις οποίες οι μητέρες αντάλλασσαν απόψεις και εμπειρίες. Το 1870 η Julia Ward Howe διοργάνωσε μια εκδήλωση φιλειρηνικής συγκέντρωσης μητέρων με το σλόγκαν *peace and motherhood* με σκοπό, τα παιδιά να μην στέλνονται στον πόλεμο.

**ΕΛΕΥΘΕΡΙΑ ΣΟΥΣΟΥΡΗ (Αστραπές)**

### Η θέση της γυναίκας στο Βυζάντιο

Η θέση της γυναίκας στο Βυζάντιο ήταν κατώτερη από τη θέση του άνδρα, σύμφωνα με τη βυζαντινή νομοθεσία. Τα κορίτσια υποχρεώνονταν από πολύ μικρά να παντρευτούν όποιον διάλεγε ο πατέρας τους ή να πάνε σε μοναστήρι. Η ηλικία γάμου για τους Βυζαντινούς ήταν τα 15 με 25 περίπου χρόνια για τα αγόρια και τα 13 έως 16 για τα κορίτσια. Οι γονείς είχαν υποχρέωση να δίνουν προίκα στις κόρες τους κι αυτό ήταν ένας λόγος για τον οποίο οι φτωχοί εύχονταν να γεννούν αγόρια.

Η κυριότερη απασχόληση των γυναικών ήταν η εργασία στο σπίτι. Ιδιαίτερα το γνέσιμο και η ύφανση ήταν βασικές ασχολίες για όλες σχεδόν τις γυναίκες, από το πιο φτωχό σπίτι ως τα πλούσια μοναστήρια και το ίδιο το παλάτι. Τα κορίτσια των περισσότερων

οικογενειών μάθαιναν συνήθως ανάγνωση, γραφή, αριθμητική, ιερή ιστορία και ωδική. Μόνο οι κόρες αριστοκρατικών και πλούσιων οικογενειών μπορούσαν να αποκτήσουν μεγαλύτερη μόρφωση, αν το ενέκριναν οι γονείς τους.

Οι γυναίκες στο Βυζάντιο έπρεπε να ντύνονται σεμνά, να μην κυκλοφορούν μόνες στους δρόμους και να αποφεύγουν να συναναστρέφονται με άνδρες.

Παρ'όλους όμως αυτούς τους περιορισμούς, οι γυναίκες έπαιζαν ένα πολύ σημαντικό ρόλο όχι μόνο στην οικογενειακή αλλά και στην κοινωνική και την οικονομική ζωή του κράτους. Πολλές γυναίκες ασκούσαν διάφορα επαγγέλματα: γιατρίνες, μαμές, καλλιγράφισσες, ιδιοκτήτριες πλοίων. Και βέβαια, πάρα πολλές βοηθούσαν επαγγελματικά τους συζύγους τους στην

ιατρική, στο καπηλειό, στο πανδοχείο ή στις αγροτικές εργασίες. Μετά τον 11ο αιώνα οι γυναίκες ασχολήθηκαν και με το εμπόριο τροφίμων. Είχαν αρτοποιεία ή πουλούσαν φρούτα και λαχανικά.

Σε ορισμένες περιπτώσεις εξαιρετικές γυναίκες αναδείχτηκαν ως ποιήτριες (Κασσιανή), συγγραφείς (Άννα Κομνηνή) ή αυτοκράτειρες (Θεοδώρα του Ιουστινιανού) και ξεπέρασαν τους άνδρες της εποχής τους. Αναφέρονται ακόμα και περιπτώσεις που γυναίκες όλων των τάξεων συμμετείχαν σε κοινωνικά ή θρησκευτικά γεγονότα, όπως π.χ. σε δημόσιες διαμαρτυρίες κατά των εικονομάχων αυτοκρατόρων.

**ΖΩΗ ΜΠΑΚΗ**

(Τα φιλαράκια)



αναζητούν την τροφή τους. Τα γνωστότερα είδη είναι: το Οχθοχελίδο, το Βραχοχελίδο, το Δενδροχελίδο, το Σπιτοχελίδο και το Σταυλοχελίδο.

**ΓΙΩΡΓΟΣ ΝΙΚΟΛΑΟΥ**

(Βιβλιοφάγοι)

### Χελιδόνια

Το χελιδόνι είναι αποδημητικό πουλί. Το μέγεθος τους είναι 12-22 εκ. ανάλογα το είδος στο οποίο ανήκουν καθώς και το χρώμα τους. Μεταναστεύουν κατά δεκάδες εκατοντάδες σε σμήνη, στα μεσογειακά κλίματα από τον Μάρτιο προκειμένου να αναπαράχθουν και στις αρχές του φθινοπώρου μεταναστεύουν προς τα θερμά κλίμα-

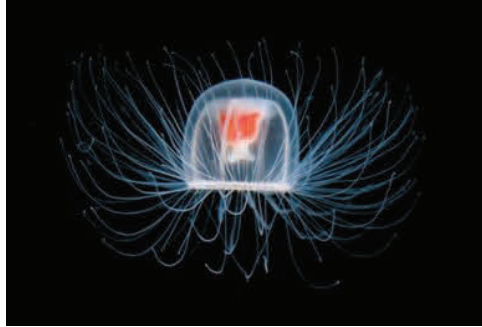
τα της Αφρικής. Τα χελιδόνια τρέφονται κυρίως με μικρά έντομα, αράχνες, νύμφες και κάμπιες. Το θηλυκό χελιδόνι γεννάει 4-6 αυγά, η επώαση των αυγών διαρκεί περίπου 12 ως 20 μέρες ανάλογα το είδος και μετά την εκκόλαψη οι γονείς τις πρώτες μέρες τα ταΐζουν με μικρά έντομα ενώ αργότερα τα μαθαίνουν να πετάνε και να

## ΔΙΑΦΟΡΑ ΘΕΜΑΤΑ

### Μέδουσα

Χωρίς εγκέφαλο, στομάχι, νευρικό, κυκλοφορικό και αναπνευστικό σύστημα, οι μέδουσες συγκαταλέγονται στα πιο παράξενα πλάσματα του πλανήτη. Ένα συγκεκριμένο είδος όμως, η μέδουσα *Turritopsis nutricula*, έχει δώσει στην έννοια της λέξης «παράξενος» εντελώς νέες διαστάσεις. Η μέδουσα *Turritopsis nutricula*, γνωστή ως αθάνατη μέδουσα ή μέδουσα Benjamin Button έχει τη μοναδική ικανότητα, σε συνθήκες στρες ή περίπτωση τραυματισμού, να επιστρέφει από την ώριμη ηλικία σε πρώιμο στάδιο. Όσο περριεργο κι αν ακούγεται, αυτή η μέδουσα μπορεί, παρότι βρίσκεται σε ώριμη ηλικία, να επιστρέψει στο στάδιο του

πολύποδα, δηλαδή σε αρχικό στάδιο ζωής. Η μετατροπή της μέδουσας σε αποικία πολύποδα γίνεται μέσω μιας διαδικασίας που ονομάζεται «μεταδιαφοροποίηση». Σε περίπτωση



που η μέδουσα *Turritopsis nutricula* απειλείται, έχει τραυματιστεί ή αδυνατεί να τραφεί, προσκολλάται σε μια επιφάνεια σε θερμά νερά στον ωκεανό

και μετατρέπεται σε άμορφη μάζα. Σε αυτό το στάδιο ξεκινά η διαδικασία της μεταδιαφοροποίησης, κατά την οποία τα κύτταρα μεταμορφώνονται σε διαφορετικούς τύπους κυττάρων. Τα μυϊκά κύτταρα για παράδειγμα μπορούν να γίνουν αυγά ή τα νευρικά κύτταρα να γίνουν μυϊκά. Έτσι η μέδουσα επιστρέφει στο στάδιο του πολύποδα και «αναγεννιέται». Αυτό το αέναο πέρασμα από ώριμο σε πρώιμο στάδιο είναι που κάνει τη μέδουσα *Turritopsis nutricula* να ξεχωρίζει, καθιστώντας την ουσιαστικά «αθάνατη».

**ΓΙΩΡΓΟΣ ΝΙΚΟΛΑΟΥ**  
(Βιβλιοφάγοι)

### Η αρκούδα

Η καφέ αρκούδα (*Ursus arctos*) είναι παμφάγο θηλαστικό ζώο, είδος αρκούδας (ίσως το γνωστότερο) που μπορεί να φτάσει σε μάζα από 170 μέχρι 300 κιλά. Υποείδος της είναι η *Αρκούδα γκριζλί*, διάσημη στις Ηνωμένες Πολιτείες. Στην Ελλάδα, η καφέ αρκούδα υπάρχει κυρίως στη δυτική και βορειοδυτική Ελλάδα ωστόσο ο πληθυσμός της είναι περιορισμένος. Γενικότερα, συναντάται στην Ασία, την Ευρώπη, την Βόρεια Αμερική και τα όρη της βόρειας Αφρικής.

Μέσα από μια πορεία εξέλιξης και επιβίωσης διάρκειας 35 εκατομμυρίων χρόνων, η καφέ αρκούδα, ζώο ιδιαίτερα προσαρμοστικό, εξαπλώθηκε από την τούνδρα της Αλάσκας και τις στέπες της Ασίας ως τα δρυοδάση των μεσογειακών χωρών. Η καφέ αρκούδα ως το 15ο αιώνα, ζούσε σε ολόκληρη την Ευρώπη. Η καταστροφή των βιοτόπων της και το κυνήγι της

που έχει απαγορευτεί εδώ και δύο δεκαετίες περίπου, είναι οι κύριες αιτίες της σταδιακής εξαφάνισης της από τις περισσότερες χώρες. Σήμερα ζει σε μικρούς αποκομμέ-



νους πληθυσμούς και κινδυνεύει να εξαφανιστεί. Στη Γαλλία έχουν απομείνει περίπου δέκα ενώ στην Ισπανία και την Ιταλία περίπου από πενήντα. Στην Ελλάδα έως το 17ο αιώνα, η αρκούδα ζούσε ακόμη και στην Πελοπόννησο, σήμερα έχει περιοριστεί στη βόρεια Πίνδο και την κεντρική Ροδόπη. Ο πληθυσμός της δεν ξεπερνά τα 150 άτομα και αποτελεί το νοτιότερο τμήμα του Βαλκανικού πληθυσμού που

δεν ξεπερνά τα 2.500 άτομα. Παρόλα αυτά είναι από τους μεγαλύτερους πληθυσμούς στην Ευρωπαϊκή Ένωση. Η φυσική σύνδεση των πληθυσμών της καφέ αρκούδας στα Βαλκάνια θα αυξήσει τις πιθανότητες επιβίωσης του είδους και στην Ελλάδα.

Η αρκούδα είναι ζώο παμφάγο με προτίμηση στις τροφές φυτικής προέλευσης και έχει ανάγκη από μεγάλες ποσότητες τροφής. Τρέφεται με όλων των ειδών τους διαθέσιμους καρπούς του δάσους: Βατόμουρα, άγρια κορόμηλα, κεράσια, μήλα, αχλάδια, σμέουρα, καρπούς σορβιάς, αγριοφράουλες, βελανίδια, καρπούς οξιάς αλλά και βολβούς, ρίζες και χόρτα. Συμπληρώνει το διαπολόγιο της με μέλι, μικρά και μεγάλα θηλαστικά, έντομα, μυρμήγκια, βατράχια, σαλιγκάρια, ψάρια και χελώνες.

**ΕΛΕΥΘΕΡΙΑ ΣΟΥΣΟΥΡΗ**  
(Αστραπές)

## ΣΥΝΤΑΓΕΣ

### Φλαούνες Πασχαλινές

**ΥΛΙΚΑ :** 4 ποτήρια αλεύρι φαρινάπ – 2 κουταλάκια του γλυκού μπέικιν πάουντερ - λίγο αλάτι – ½ κουταλάκι μαστίχα Χίου κοπανισμένη – ½ κουταλάκι μαχλέπι – 1 ποτήρι βούτυρο γάλακτος – ½ ποτήρι γιαούρτι – 2 κρόκους αυγών – λίγο γάλα, για να μαλακώσει η ζύμη.

**ΥΛΙΚΑ ΓΕΜΙΣΜΑΤΟΣ :** 1 κιλό τυρί ανάλατο και ολόπαχο – 12 κουταλιές μπέικιν πάουντερ – ¾ του ποτηριού δυόσμο φρέσκο – ½ ποτήρι σιμιγδάλι – ½ κουταλάκι μαστίχα κοπανισμένη – ½ κουταλάκι μαχλέπι.

**ΕΚΤΕΛΕΣΗ :** Ζυμώνουμε προσεκτικά τα υλικά της ζύμης, ώστε να είναι μα-

λακή και τη ραντίζουμε με λίγο γάλα, καθώς ζυμώνουμε. Μόλις ετοιμαστεί την αφήνουμε για 2 ώρες περίπου.



Ανακατεύουμε τα υλικά της γέμισης πολύ καλά μέσα σε μεγάλο μπολ. Πριν τη χρησιμοποιήσουμε, την αφήνουμε 4 – 5 ώρες στο ψυγείο. Παίρνουμε ένα κομμάτι από τη ζύμη και ανοίγουμε φύλλο, που το κόβουμε σε σχήμα τρι-

γώνου ή τετραγώνου, στο μέγεθος περίπου της παλάμης. Τοποθετούμε μια κουταλιά από τη γέμιση και κλείνουμε τη φλαούνα γύρω – γύρω πιέζοντας με τα δάχτυλά μας. Αλείφουμε με κρόκο αυγού την κάθε φλαούνα και ρίχνουμε λίγο σουσάμι από επάνω. Τοποθετούμε τις φλαούνες σε ταψί, που έχουμε αλείψει με λάδι. Προθερμαίνουμε τον φούρνο στους 250° – 300° C και ψήνουμε έως ότου ροδίσουν.

**ΚΛΕΟΠΑΤΡΑ ΣΤΑΘΑΤΟΥ**  
(Εξερευνητές)

### Κουλουράκια Σμυρνέικα (πασχαλινά)



**ΥΛΙΚΑ :** 1 φλιτζάνι ζάχαρη – ½ φλιτζάνι βούτυρο γάλακτος – 1 φλιτζάνι ζάχαρη – ½ φλιτζάνι λάδι – 1 ποτηράκι του λικέρ κονιάκ – ½ φλιτζάνι χυμό πορτοκαλιού – ½ φλιτζάνι ζεστό νερό – ½ κουταλάκι του γλυκού μαστίχα Χίου κοπανισμένη-

αλεύρι φαρινάπ (περίπου 1 κιλό) – 2 κρόκους αυγού.

**ΕΚΤΕΛΕΣΗ :** Χτυπάμε στο μίξερ το βούτυρο με τη ζάχαρη πολύ καλά, μέχρι να ασπρίσει το μείγμα. Συνεχίζοντας προσθέτουμε σιγά – σιγά το λάδι, το κονιάκ, τον χυμό πορτοκαλιού, το νερό, και τη μαστίχα Χίου, κοπανισμένη μ' ένα κουταλάκι ζάχαρη.

Όταν γίνουν ένα μείγμα αφράτο, προσθέτουμε το αλεύρι, ώστε να σχηματιστεί μια εύπλαστη και αφράτη ζύμη.

Πλάθουμε τα κουλουράκια μας στρογγυλά ή πλεξίδες ή στεφανάκια. Βουτυρώνουμε καλά ένα ταψί και τα τοποθετούμε μέσα. Τα αλείφουμε με τον κρόκο του αυγού. Ψήνουμε σε καλά προθερμασμένο φούρνο περίπου για 25 λεπτά, μέχρι να ροδίσουν τα κουλουράκια και να μοσχομυρίσει το σπιτικό !

**ΚΛΕΟΠΑΤΡΑ ΣΤΑΘΑΤΟΥ**  
(Εξερευνητές)

### Λαδένια Κιμώνου ή αλλιώς η Ελληνική πίτσα

**ΥΛΙΚΑ :** Για τη ζύμη:

400 γρ. Αλεύρι για όλες τις χρήσεις, 1 φακελάκι μαγιά, ½ κουταλάκι αλάτι, 1 ½ ποτήρι νερό, ½ φλιτζάνι ελαιόλαδο

Για τη λαδένια:

2 τεμ. Κρεμμύδι σε φέτες, 2 τεμ. Τομάτα σε φέτες, 2 κουταλάκια ρίγανη

Αλάτι, ½ φλιτζάνι ελαιόλαδο

**ΕΚΤΕΛΕΣΗ :** Ανακατεύουμε όλα τα υλικά για τη ζύμη (αφού τα κοσκινί-

σουμε) και ζυμώνουμε μέχρι να ομογενοποιηθεί. Αφήνουμε για μισή ώρα να ξεκουραστεί και μετά βάζουμε τη ζύμη σε ένα ταψάκι το οποίο έχουμε αλείψει με ελαιόλαδο και ανοίγουμε με τα δάχτυλα μέχρι να καλύψει όλη την επιφάνεια του ταψιού. Σκεπάζουμε τη ζύμη με της φέτες από το κρεμμύδι και τη τομάτα. Πασπαλίζουμε με τη ρίγανη και προσθέτουμε το αλατάκι. Ρίχνουμε πάνω από τη



λαδένια το υπόλοιπο λάδι και ψήνουμε στους 180 βαθμούς για 45'.

**MARINA MIPKOY**

## ΣΥΝΤΑΓΕΣ

### Αγιορείτικοι ρεβυθοκεφτέδες

#### Υλικά

2 κούπες ρεβίθια, 2 μεγάλα κρεμμύδια, 3-4 φρέσκα κρεμμυδάκια, 1 ματσάκι άνιθο, 1 ματσάκι δυόσμο, 1 ματσάκι μαϊντανό, Αλάτι, πιπέρι, Λάδι, Αλεύρι

#### Εκτέλεση

Μια μέρα πριν ξεκινήσουμε βάζουμε τα ρεβίθια στο νερό να φουσκώσουν. Την επόμενη, στεγνώνουμε καλά τα ρεβίθια και τα πολτοποιούμε λίγα λίγα στο μούλτι. Στη συνέχεια ψιλοκόβουμε (με το χέρι όμως και όχι στο μούλτι) τα

υπόλοιπα υλικά, τα προσθέτουμε στα ρεβίθια και ανακατεύουμε καλά. Αφήνουμε το μείγμα να ξεκουραστεί 2-3 ώρες στο ψυγείο.

Σε βαθύ τηγάνι βάζουμε αρκετό ελαιόλαδο και το βάζουμε σε μέτρια φωτιά. Πλάθουμε μικρά κεφτεδάκια με το μείγμα, τα τυλίγουμε με αλεύρι και τηγανίζουμε μέχρι να γίνουν χρυσά. Αν θέλετε μπορείτε να συνοδέψετε το πιάτο με φέτες λεμόνι και σος από ταχίνι.

**Συμβουλή:** Όπως λέει η παραδοσιακή συνταγή δεν πρέπει να βράσετε τα ρεβίθια, απλώς αφήστε τα στο νερό να φουσκώσουν. Αν τα βράσετε, όπως προτείνουν αρκετές άλλες συνταγές, το αποτέλεσμα θα είναι να τραβήξουν τα κεφτεδάκια σας πολύ λάδι. Καλή επιτυχία και καλή όρεξη!!!!

Μαρίνα Μίρκου



## ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΣ

### Α.Ε.Κ.

Η Αθλητική Ένωσις Κωνσταντινουπόλεως (Α.Ε.Κ) είναι ελληνικός αθλητικός σύλλογος με έδρα την Αθήνα και έμβλημα τον δικέφαλο αετό. Η ΑΕΚ έχει ενεργά τμήματα για 11 αθλήματα (ποδόσφαιρο, μπάσκετ, βόλεϊ, χάντμπολ, futsal, στίβος, ποδηλασία, πινγκ-πονγκ, πυγμαχία, ξιφασκία, σκάκι). Προσωρινή έδρα του ποδοσφαιρικού τμήματος είναι το Ολυμπιακό Αθλητικό Κέντρο Αθηνών (Ο.Α.Κ.Α.).

#### Ιστορία

Η ιστορία της ΑΕΚ ξεκινά στην Κωνσταντινούπολη, η οποία στα τέλη του 19ου αιώνα και στις αρχές του 20ου συγκέντρωνε μεγάλη πληθυσμιακή κοινότητα Ελλήνων, όπως και η Θεσσαλονίκη και η Σμύρνη, έξω από το τότε ελληνικό κράτος. Τομείς όπως το εμπόριο, η ναυτιλία, η βιοτεχνία, ο πολιτισμός, η μουσική βρίσκονταν σε μεγάλη ακμή. Ο αθλητισμός δεν μπορούσε να ξεφύγει από τον κανόνα αυτό με αποτέλεσμα να δημιουργηθούν αθλητικοί σύλλογοι με πρωτεύον άθλημα το στί-

βο.

Το ποδόσφαιρο αγαπήθηκε από τους Έλληνες της Πόλης με αποτέλεσμα να δημιουργηθούν οι πρώτοι ποδοσφαιρικοί σύλλογοι. Τα κυριότερα ομογενειακά αθλητικά σωματεία ήταν η «Ένωσις Ταταύλων», το «Πέρα Κλουμπ», ο «Ερμής» του Πέραν, ο «Μέγας Αλέξανδρος» Βαθυρύακος, ο «Ηφαιστος», το αθλητικό τμήμα της Ροβερτείου Σχολής κ.λπ. **Έμβλημα της ΑΕΚ είναι ο δικέφαλος αετός και τα χρώματα της είναι το κίτρινο και μαύρο, όλα εμπνευσμένα από τη Βυζαντινή Αυτοκρατορία, για να θυμίζουν στους μεταγενέστερους την ένδοξη αθλητική παρακαταθήκη των Ελλήνων της Πόλης.**

#### Ίδρυση

Η Αθλητική Ένωσις Κωνσταντινουπόλεως ιδρύθηκε το 1924 στην Αθήνα. Η ιδρυτική συνέλευση έλαβε χώρα στις 30 Μαΐου 1924. Η απόφαση για τη δημιουργία της Α.Ε.Κ. είχε παρθεί στο πατάρι του μαγαζιού αθλητικών ειδών των Αιμίλιου Ιωνά και Κωνσταντίνου

Δημόπουλου, που βρισκόταν στην τότε στοά Λουξ της οδού Βερανζέρου. Τα ιδρυτικά μέλη του νεοσύστατου σωματείου ήταν πάνω από 40. Η επιλογή ως προς το όνομα δεν έγινε τυχαία, αφού ο σύλλογος ιδρύθηκε από Έλληνες με καταγωγή από την Κωνσταντινούπολη.

Παράλληλα με το τμήμα ποδοσφαίρου το 1924 ιδρύθηκε το τμήμα καλαθοσφαίρισης και το τμήμα στίβου. Το 1924 η ομάδα μπάσκετ αναδεικνύεται (ανεπίσημα) πρωταθλήτρια Αθηνών.[1] Το 1929 ιδρύεται το τμήμα ποδηλασίας της ομάδας. Το γήπεδο της ΑΕΚ εγκαινιάστηκε το 1930 και ως το 2003 βρισκόταν στη Νέα Φιλαδέλφεια.

## ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΣ

### ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΣ

Ο Ολυμπιακός Σύνδεσμος Φιλάθλων Πειραιώς (Ο.Σ.Φ.Π.) ή απλά **Ολυμπιακός Πειραιώς** είναι ελληνικός αθλητικός σύλλογος με έδρα τον Πειραιά. Η ονομασία του συλλόγου παραπέμπει στο έργο του Λυσία *Ολυμπιακός* το οποίο έγραψε το 388 π.χ. ως έπαινο για τον ιδρυτή των Ολυμπιακών Αγώνων Ηρακλή αλλά και ως προτροπή για ομόνοια ανάμεσα σε όλους τους Έλληνες. Είναι ο δημοφιλέστερος ελληνικός σύλλογος. Το έμβλημα της ομάδας είναι ο δαφνοστεφανωμένος έφηβος, ενώ ο σύλλογος είναι γνωστός και με το προσωνύμιο «Θρύλος».

Έχει κατακτήσει εκατοντάδες τίτλους σε πανελλήνιο κυρίως, αλλά και σε διεθνές επίπεδο. Έχει κατακτήσει συνολικά 7 ευρωπαϊκούς τίτλους στο

μπάσκετ, το βόλεϊ, το πόλο και την ελληνορωμαϊκή πάλη, ενώ στο ποδόσφαιρο από το 1997 έχει συνεχή παρουσία στους ομίλους του Τσάμπιονς Λιγκ, με εξαίρεση τις περιόδους 2008-2009 και 2010-11. Το 1997 η ομάδα μπάσκετ κατέκτησε πρωτάθλημα, κύπελλο και Ευρωλίγκα, ενώ το 2002 η ανδρική ομάδα πόλο κατέκτησε Πρωτάθλημα, Κύπελλο, Πρωτάθλημα Ευρώπης και Ευρωπαϊκό Σούπερ Καπ.

Ο Ολυμπιακός ιδρύθηκε στις 10 Μαρτίου 1925, από τη συγχώνευση δύο πειραιϊκών σωματείων, του Αθλητικού και Ποδοσφαιρικού Συλλόγου Πειραιώς (Πειραιϊκός Ποδοσφαιρικός Όμιλος) και του Ομίλου Φιλάθλων Πειραιώς. Το όνομα του νέου συλλόγου το έδωσε ο πρώτος αντιπρόεδρος

του, Νότης Καμπέρος, δίνοντας τέλος στις διαφωνίες που είχαν δημιουργηθεί. Ο Μιχάλης Μανούσκος πρόσθεσε το «Σύνδεσμος Φιλάθλων Πειραιώς» και ο τίτλος ψηφίστηκε ομόφωνα. Το όνομα του νέου συλλόγου επιλέχθηκε ώστε να υποδηλώνει το πάθος, την αθλητική ισχύ, την ευγενή άμιλλα, τη δίκαιη νίκη, έννοιες που περικλείονται στο λεγόμενο ολυμπιακό ιδεώδες. Υπό το σκεπτικό αυτό επιλέχθηκε και ο δαφνοστεφανωμένος έφηβος ως έμβλημα, με χρώματα το κόκκινο του πάθους και της νίκης και το λευκό της αγνότητας και του δίκαιου ανταγωνισμού. Πρώτος πρόεδρος της ομάδας έγινε ο Μιχάλης Μανούσκος.

**ΕΛΕΥΘΕΡΙΑ ΣΟΥΣΟΥΡΗ**  
(Αστραπές)



να  
γί-

νει ο κυρίαρχος του Πειραιά, με επικεφαλής τη θρυλική πεντάδα των Ανδριανοπουλαίων, που αποτέλεσαν την ψυχή της ομάδας στα πρώτα της βήματα.

Παιδιά γνωστής οικογένειας στον Πειραιά, με αθλητική παράδοση, έκαναν γνωστό το όνομα του Ολυμπιακού σ' όλη την Ελλάδα. Στην αρχή έπαιξαν οι τέσσερις Ανδριανόπουλοι, ο Γιάννης, ο Ντίνος, ο Γιώργος και ο Βασίλης. Αργότερα, εμφανίστηκε και ο Λεωνίδας και για ένα μικρό χρονικό διάστημα αγωνίστηκε και ο Στέλιος. Η πεντάδα της επίθεσης με τους πέντε αδελφούς έγινε θρύλος.

(Συνέχεια στη σελίδα 24)

### ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΣ κι άλλα στοιχεία...

Ο Ολυμπιακός ιδρύθηκε στις 10 Μαρτίου 1925 και προέρχεται από τη συγχώνευση του «Πειραιϊκού Ποδοσφαιρικού Ομίλου» και του Ομίλου Φιλάθλων Πειραιά. Η απόφαση ελήφθη από επιφανείς Πειραιώτες στην ταβέρνα τού Μοίρα στην καρδιά του Πειραιά. Ανάδοχος ήταν ο αξιωματικός του Ναυτικού και αεροπόρος Νότης Καμπέρος, που θέλησε ο τίτλος του νέου συλλόγου να υποδηλώνει τη δύναμη, την αθλητική ισχύ, την ευγενή άμιλλα, την επικράτηση και εν τέλει το ολυμπιακό ιδεώδες.

Ο βιομήχανος και μετέπειτα Δήμαρχος Πειραιά Μιχάλης Μανούσκος πρόσθεσε στο επίθετο *Ολυμπιακός* τις λέξεις Σύνδεσμος Φιλάθλων Πειραιώς κι έτσι ο πλήρης τίτλος του Πειραιϊκού συλλόγου ήταν και παραμένει Ολυμπιακός Σύνδεσμος Φιλάθλων Πειραιώς (ΟΣΦΠ).

Ως έμβλημα του νέου συλλόγου επελέγη η κεφαλή ενός δαφνοστεφανωμένου εφήβου και χρώματα το κόκκινο και το άσπρο, κατόπιν προτάσεως του Γιάννη Ανδριανόπουλου, θαυμαστή της ερυθρόλευκης Άρσεναλ, από την εποχή που σπούδαζε νομικά στο Λονδίνο. Το πρώτο Δ.Σ. του Ολυμπιακού αποτέλεσαν οι: Μιχάλης Μανούσκος (πρόεδρος), Νότης Καμπέρος (αντιπρόεδρος), Τριαντάφυλλος Κρέμος (αντιπρόεδρος), Σταύρος Μαραγκουδάκης (γεν. γραμματέας), Θανάσης Κόκκινος (ταμίας), Παναγιώτης Λαγουρατζής (έφορος), Κώστας Κυρίμης, Νίκος Ζαχαρίας, Γιάννης Λουλουδάκης και Ε. Κασιμάτης.

Ο Ολυμπιακός ιδρύθηκε ως ποδοσφαιρικό σωματείο και γρήγορα επισκίασε τους ανταγωνιστές του στο λιμάνι, για

## ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΣ

### ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΣ κι άλλα στοιχεία...

(Συνέχεια από τη σελίδα 23)

Οι χρυσές περιόδους της ποδοσφαιρικής ομάδας του Ολυμπιακού είναι η δεκαετία του '30, κατά την οποία ξεκίνησε η αντιπαράθεση με τον αιώνιο αντίπαλο Παναθηναϊκό, η δεκαετία του '50 με τα συνεχόμενα πρωταθλήματα, εποχή που η ομάδα απέκτησε το προσωνύμιό της Θρύλος και τη μεγάλη μάζα των οπαδών της, η περίοδος της προεδρίας Γουλιανδρή στις αρχές της δεκαετίας του '70 και η τρέχουσα, που ξεκίνησε το 1993 με την ανάληψη της

προεδρίας από τον επιχειρηματία Σωκράτη Κόκκαλη, ο οποίος παρέλαβε έναν διαλυμένο Ολυμπιακό και τον έκανε απόλυτο κυρίαρχο εντός των συνόρων.

Το μεγάλο πρόβλημα του ποδοσφαιρικού Ολυμπιακού είναι η διεθνής του παρουσία, που είναι πληθωρική αλλά ισχνή σε διακρίσεις και συχνά αντιμετωπίζεται με σκωπτική διάθεση από τους αντίπαλους οπαδούς. Δεν είναι τυχαίο που οι οπαδοί του θυμούνται ακόμα τη φιλική νίκη με 2-1 επί της

μεγάλης Σάντος του Πελέ, που όμως σημειώθηκε το μακρινό 1961. Το 1999 ήταν μια χρονιά ορόσημο, καθώς η ομάδα έφθασε στους οκτώ του Τσάμπιονς Λιγκ και από καθαρή ατυχία δεν πέρασε στη φάση των ημιτελικών. Πιο εξωστρεφείς είναι οι ομάδες του μπάσκετ, του βόλεϊ και του πόλο, που έχουν στη συλλογή τους ευρωπαϊκούς τίτλους.

**ΒΕΡΑ ΚΟΥΒΑΡΗ**

(Τα Φιλαράκια)

## ΠΑΝΑΘΗΝΑΙΚΟΣ

Ήταν 3 Φεβρουαρίου 1908 όταν ο αθλητής του στίβου του Πανελληνίου Γυμναστικού Συλλόγου, Γιώργος Καλαφάτης πήρε την πρωτοβουλία να ιδρύσει ένα νέο Σύλλογο που έμελλε να γίνει η πιο ένδοξη ομάδα ποδοσφαίρου της Ελλάδας.

Αρχικά η συντόμηση του ονόματος της ομάδας ήταν ΠΟΑ (Ποδοσφαιρικός Όμιλος Αθηνών) και μεταξύ των ιδρυτικών μελών ήταν, εκτός από τον Γ. Καλαφάτη, ο αδερφός του Αλέξανδρος, και οι Δουκάκης, Μπούμπουλης, Χρύσης, Γρανίτσας, Μαντζάκος, Παπαγεωργίου, Γαέτας, Δεμερτζής, Σταυρόπουλος, Πάσχος, Μισακιάν, Ρέππας, Σαπούνιαν, Γαρουφαλιάς.

Στις αρχές του 1910, ο Σύλλογος μετονομάστηκε σε Π.Π.Ο (Πανελλήνιος Ποδοσφαιρικός Όμιλος) και συνέχισε να δραστηριοποιείται και να κερδίζει μεγάλων αριθμό φιλάθλων. Μετά το τέλος του Πρώτου Παγκοσμίου Πολέμου, ξαναρχίζει η ποδοσφαιρική δραστηριότητα με τον ΠΠΟ να έχει υιοθετήσει το πράσινο χρώμα και το έμβλημα του τριφυλλιού, το οποίο

σχεδίασε ο Γιώργος Χατζόπουλος, διευθυντής της Εθνικής Πινakoθήκης και μέλος του Παναθηναϊκού. Το τριφύλλι «έφερε» στον Παναθηναϊκό, ο αθλητής και μετέπειτα Γ.Γ. του Συλλόγου, Μιχάλης Παπάζογλου, ο οποίος φορούσε στην ομάδα Χαλκηδόνα της Κωνσταντινούπολης όπου αγωνιζόταν.

Το 1919 η Ένωση Ποδοσφαιρικών Ομίλων της Αθήνας και του Πειραιά οργάνωσε το πρώτο μεταπολεμικό πρωτάθλημα στο οποίο ο Παναθηναϊκός ανακηρύχθηκε πρωταθλητής.

Το οριστικό όνομα, Παναθηναϊκός Αθλητικός Όμιλος αποφασίστηκε το 1922 και εσημοποιήθηκε στη Γενική Συνέλευση της 15ης Μαρτίου 1924.

Στις 26 Απριλίου 1925 ο Παναθηναϊκός έδωσε το πρώτο διεθνές παιχνίδι εναντίον της Γιουγκοσλαβικής ομάδας "Vittoria Zagreb", στο οποίο το τελικό σκορ ήταν 1-1.

Το 1926 κέρδισε την Αυστριακή Kaufenberg με 1-0. Τον ίδιο χρόνο έδωσε και τον πρώτο του αγώνα στη Θεσσαλονίκη εναντίον της ΑΕΚ Θεσσαλονίκης (που αργότερα έγινε ΠΑΟΚ),



τον οποίο κέρδισε με 2-0.

Μία από τις πιο σημαντικές προσωπικότητες στην ιστορία του Παναθηναϊκού ήταν ο Απόστολος Νικολαΐδης, ένας αθλητής φαινόμενο στο ποδόσφαιρο, στο στίβο, στο μπάσκετ και στο βόλεϊ. Έλαβε μέρος στους Ολυμπιακούς Αγώνες της Αμβέρσας το 1920 σαν ποδοσφαιριστής και σαν αθλητής του στίβου.

Ήταν πρόεδρος του ΣΕΓΑΣ για 20 χρόνια. Επί σειρά ετών υπήρξε μέλος του Δ.Σ. του Παναθηναϊκού και το 1974 έγινε ο πρόεδρος της ομάδας. Θεωρείται σύμβολο του Παναθηναϊκού και για αυτό το λόγο το γήπεδο της Λεωφόρου Αλεξάνδρας έχει το όνομα του.

**ΒΑΣΙΛΗΣ ΤΣΙΜΠΛΟΥΛΗΣ**

(Επιστήμονες)

**ΓΙΑΝΝΗΣ ΧΗΝΟΣ**

(Βιβλιοφάγοι)



## ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΣ

### Το Πόλο

Το πόλο άρχισε να πρωτοπαίζεται από τον περασμένο (20ό) αιώνα.

#### ΙΣΤΟΡΙΑ

Όταν ένας έφηβος πέταξε την μπάλα μέσα σε μια λίμνη, οι πολίστες βρήκαν την ευκαιρία να βουτήξουν στο νερό για να δροσιοτούν και να πιάσουν τη μπάλα και διαπίστωσαν ότι μπορεί να γίνει ένα ανάλογο παιχνίδι μέσα στο νερό.

Έτσι, με μια μικρή μπάλα του πόλο παίχτηκε για πρώτη φορά πόλο σε πισίνα που είχε για τέρματα δυο βάρες σε απόσταση 50 μέτρων. Αργότερα ο χώρος μίκρυνε και η μπάλα μεγάλωσε. Απ' τους καλύτερους παίκτες τότε ήταν ο Ουίλσον Γκάμπριελ που ήταν και είναι ο μόνος παίκτης που είχε βάλει γκολ με το πόδι σε επίσημο αγώνα.

#### ΚΑΝΟΝΕΣ

Η μπάλα έχει περιφέρεια 68 ως 71 εκ. και βάρος 400 ως 450 γραμμάρια. Πρέπει να είναι στρογγυλή, καλά φουσκωμένη και εντελώς αδιάβροχη. Απαγορεύεται η επικάλυψή της με γράσο ή παρόμοιο υλικό. Οι κολυμβητές των δύο ομάδων πρέπει να φοράνε διαφορετικά σκουφάκια, συνήθως μπλε και άσπρο για να διακρίνονται και να μη μπερδεύονται οι αντίπαλοι. Αν κάποιος παίκτης

χάσει το σκούφο πρέπει να περιμένει μια διακοπή για να βρει ή να τον αντικαταστήσει με άλλο. Οι αθλητές φοράνε μαγιό και απαγορεύεται να έχουν πάνω τους οποιοδήποτε αντικείμενο. Γκολ επιτυγχάνεται όταν ολόκληρη η μπάλα περάσει τη γραμμή του τέρματος που βρίσκεται ανάμεσα στα κάθετα και το



οριζόντιο δοκάρι της εστίας, με την προϋπόθεση ότι δεν προωθήθηκε με γροθιά και ότι την άγγιξαν τουλάχιστον δυο παίκτες εκτός του τερματοφύλακα. Επίσης γκολ επιτυγχάνεται και όταν ένας αθλητής περάσει τη γραμμή του τέρματος της ομάδας του μαζί με τη μπάλα. Νικήτρια είναι η ομάδα που πετυχαίνει τα περισσότερα γκολ.

Κατάλληλα χρώματα θεωρούνται το άσπρο για τη γραμμή του τέρματος που πρέπει να απέχει τουλάχιστον 30 εκ.

από το άκρο της πισίνας, το άσπρο για τη γραμμή της σέντρας που χωρίζει την πισίνα σε δυο ίσα μέρη, το κόκκινο για τη γραμμή του κόρνερ που απέχει δυο μέτρα από τη γραμμή του τέρματος και το κίτρινο για τη γραμμή του πέναλτι που απέχει πέντε μέτρα από τη γραμμή του τέρματος.

Στην πλευρά της πισίνας όπου κινούνται οι κριτές τερμάτων τοποθετείται δυο μέτρα μακριά από κάθε γωνία ένα ευδιάκριτο χρωματιστό σημάδι. Για το διαιτητή πρέπει να υπάρχει αρκετός ελεύθερος χώρος, έτσι ώστε να κινείται από το ένα ως το άλλο άκρο της μιας πλευράς της πισίνας, καθώς και για τους δυο κριτές τερμάτων που βρίσκονται στο ύψος των γραμμών του τέρμα-

τος. Τα τέρματα πρέπει να είναι άσπρα, να επιπλέουν στο νερό, να είναι γερά συναρμολογημένα και να μη λυγίζουν. Έχουν άνοιγμα τριών μέτρων, ενώ το οριζόντιο δοκάρι πρέπει να βρίσκεται 90 εκ. πάνω από την επιφάνεια του νερού (όταν το νερό έχει βάθος πάνω από 1,5 μέτρα) ή 2.40 από το βυθό της πισίνας (όταν το νερό έχει βάθος λιγότερο από 1,5 μέτρα). Τα τέρματα είναι εφοδιασμένα με δίχτυ.

**ΒΑΣΙΛΗΣ ΝΙΚΟΛΑΟΥ**

## Τα επτά θαύματα του αρχαίου κόσμου

### Το χρυσελεφάντινο άγαλμα του Δία στην Ολυμπία

Αυτό το θαύμα κατασκευάστηκε και φιλοτεχνήθηκε το 430 π.Χ. από τον γλύπτη Φειδία, είχε 12 μέτρα και ήταν τοποθετημένο στην Ολυμπία. Το 408 μ.Χ., την εποχή του αυτοκράτορα Θεοδόσιου, ο ναός πυρπολήθηκε και με ταξί 5ου και 6ου αιώνα μ.Χ. το άγαλμα καταστράφηκε.

### Ο Ναός της Αρτέμιδας στην Έφεσο

Ο ναός κατασκευάστηκε στην αρχαία ελληνική πόλη της Εφέσου, στη Μικρά Ασία. Ολοκληρώθηκε 120 έτη μετά την έναρξη των εργασιών (περίπου το 356 π.Χ.). Αρχικά κάηκε ολοσχερώς από πυρκαγιά που έβαλε ο Ηρόστρατος το 356 π.Χ., ξαναχτίστηκε από τον Μ. Αλέξανδρο και καταστράφηκε αργότερα από τους Γότθους το 262 π.Χ. και τελικά το 391 μ.Χ. με εντολή του Ιωάν-

(Συνέχεια στη σελίδα 26)



Αναπαράσταση του χρυσελεφάντινου αγάλματος του

## Τα επτά θαύματα του αρχαίου κόσμου

(Συνέχεια από τη σελίδα 25)

νη του Χρυσόστομου.

### ΤΟ ΜΑΥΣΩΛΕΙΟ ΤΗΣ ΑΛΙΚΑΡΝΑΣΣΟΥ

Κατασκευάστηκε στην Αλικαρνασσό το 353 – 351 π.Χ. ως μνημείο ταφής του Μαυσώλου, Πέρση σατράπη της Καρίας. Ήταν εντυπωσιακό οικοδόμημα με 45 μέτρα ύψος και λευκού χρώματος. Σχεδιάστηκε από τους Έλληνες αρχιτέκτονες Σάτυρο και Πύθεο, ενώ άλλοι τέσσερις Έλληνες γλύπτες το φιλοτέχνησαν.

Καταστράφηκε αρχικά από σεισμό τον 13<sup>ο</sup> αιώνα και ολοκληρωτικά από τους Ιωαννίτες Ιππότες της γειτονικής Ρόδου.

### Ο ΦΑΡΟΣ ΤΗΣ ΑΛΕΞΑΝΔΡΕΙΑΣ



Αναπαράσταση του Κολοσσού της Ρόδου

Ο Φάρος της Αλεξάνδρειας, ένα από τα επτά θαύματα του κόσμου, χτίστηκε πάνω σε ένα νησάκι που λεγόταν Φάρος, μπροστά από την Αλεξάνδρεια της Αιγύπτου. Χρειάστηκε γύρω στα 20 χρόνια για να

χτιστεί και ολοκληρώθηκε το 280 π.Χ. Ήταν έργο του αρχιτέκτονα Σωκράτη. Ο Φάρος κατασκευάστηκε από κομμάτια άσπρης πέτρας και μαρμάρου και είχε τέσσερα επίπεδα, συνολικού ύψους 140 μέτρων. Το χαμηλότερο επίπεδο ήταν η τετράγωνη βάση, το δεύτερο ήταν ένα τετράγωνο κτίσμα, το τρίτο ένα οκτάγωνο κτίσμα και το τέταρτο ένα κυκλικό κτίσμα στην κορυφή του οποίου βρισκόταν το άγαλμα του Ποσειδώνα ή του Απόλλωνα. Στο τέταρτο επίπεδο υπήρχε ένα καθρέφτης, που αντανακλούσε το φως του ήλιου κατά τη διάρκεια της ημέρας, ενώ το βράδυ έκαιγε μια φλόγα, για να προειδοποιεί τα πλοία για την ύπαρξη εμποδίων.

Ο Φάρος καταστράφηκε τον 14ο αιώνα μ.Χ. από δυο αλληπάλληλους σεισμούς.

### Ο ΚΟΛΟΣΣΟΣ ΤΗΣ ΡΟΔΟΥ

Ο Κολοσσός της Ρόδου θεωρούνταν ένα από τα επτά θαύματα του κόσμου.

Ήταν ένα τεράστιο σε διαστάσεις άγαλμα, το οποίο απεικόνιζε τον θεό Ήλιο.

Κατασκευάστηκε από τον Χάρη τον Λίνδιο, μαθητή του Λυσίππου τον 3ο π.χ. αιώνα. Είχε περίπου το ίδιο μέγεθος με το άγαλμα της Ελευθερίας που βρίσκεται στη Νέα Υόρκη.

Χρειάστηκε 12 χρόνια για να τελειώσει. Ο Κολοσσός ήταν φτιαγμένος από χαλκό πάνω σε βάση από λευκό μάρμαρο και είχε ύψος 33 μέτρα.

Το άγαλμα ήταν κούφιο εσωτερικά και ο σκελετός του ήταν φτιαγμένος από σιδερένιες ράβδους, έτσι οι εργάτες γέμιζαν τα κενά με βαριές πέτρες, για να προσδίδουν σταθερότητα στο άγαλμα. Εξωτερικά ήταν καλυμμένο με μπρούντζινα φύλλα. Κρατούσε στο ένα του χέρι έναν πυρσό.

Το άγαλμα έμεινε στη θέση του μόνο 66 χρόνια, γιατί κατέρρευσε από τον μεγάλο σεισμό του 267 / 266 π.Χ..

**ΓΙΑΝΝΗΣ ΧΗΝΟΣ**  
(Βιβλιοφάγοι)

### ΟΙ ΚΡΕΜΑΣΤΟΙ ΚΗΠΟΙ ΤΗΣ ΒΑΒΥΛΩΝΑΣ

Οι κρεμαστοί κήποι θεωρούνται ένα από τα θαύματα του κόσμου, αν και πολλές αμφιβολίες υπάρχουν για την φυσική ύπαρξή τους. Περιζώνονταν από αδιαπέραστα τείχη και ποτίζονταν από τον Ευφράτη καταμεσής της γυ-

μνής ερήμου της Μεσοποταμίας. Εκεί φύτρωνε κάθε είδος δέντρου και φυτού που μεταφέρθηκαν με βοιδάμαξες από κάθε περιοχή της αυτοκρατορίας. Ανάμεσά τους υπήρχαν συκιάς, αμυγδαλιές, καστανιές, ροδιές, τριανταφυλλιές, νούφαρα και αρωματικοί θάμνοι.

Αναφέρονται από δύο αρχαίους Έλληνες ιστορικούς, τον Στράβωνα και τον Διόδωρο τον Σικελιώτη.

Οι κήποι έχουν 2 θεωρίες κατασκευής. Η πρώτη είναι το 600 π.χ. από τον Νεβουχοδονόσορα Β' και δεύτερη το 810 π.χ. από τη βασίλισσα Ασσυρίων

(Συνέχεια στη σελίδα 27)

## Τα επτά θαύματα του αρχαίου κόσμου

(Συνέχεια από τη σελίδα 26)

### Σεμίραμι.

Οι κήποι λένε ότι ήταν ένα μέρος των εξωτερικών τειχών της πόλης και αυτό το θαύμα ισχυρίζεται ότι ανάγεται στον έρωτα ενός βασιλιά για μία γυναίκα. Οι κήποι είναι το μόνο θαύμα που δεν έχει αφήσει κανένα ίχνος, παρά τις μεγάλες ανασκαφές που έχουν γίνει στην Βαβυλώνα.

### ΟΙ ΠΥΡΑΜΙΔΕΣ ΤΗΣ ΑΙΓΥΠΤΟΥ

Οι πυραμίδες είναι οι τάφοι για τους βασιλιάδες της Αιγύπτου, τους Φαραώ. Σκοπός της πυραμίδας ήταν να στεγάσει τον νεκρό Φαραώ κατά την διάρκεια της μεταθανάτιας ζωής του. Οι αρχαιολόγοι λένε ότι το σχήμα της πυραμίδας προήλθε από τους παλαιό-

τερους τύμβους ή συμβόλιζε τις ακτίνες του ήλιου ή ακόμα και μία σκάλα προς τον ουρανό.

Αιώνες μετά οι κάτοικοι της Κεντρικής Αμερικής έκτισαν και αυτοί πυραμίδες – ναούς.

Η μεγαλύτερη και πιο διάσημη είναι η πυραμίδα του Χέοπα ή Χούφου ενώ οι άλλες δύο είναι μικρότερες και βρίσκονται κάποια μέτρα μακρύτερα από την πυραμίδα του Χέοπα.

Σε κανένα κείμενο των Αιγυπτίων δεν αναφέρεται τίποτα για τον τρόπο κατασκευής των πυραμίδων. Η πυραμίδα του Χέοπα κατασκευάστηκε γύρω στο 2550 π.χ. Η μούμια του Χέοπα δεν βρέθηκε ποτέ, αλλά βρέθηκαν μερικοί από τους θησαυρούς του εκεί.

Όλες οι πυραμίδες βρίσκονται στην



Η Πυραμίδα του Χέοπα

δυτική όχθη του Νείλου όπου δύνει ο ήλιος, για θρησκευτικούς λόγους. Για να φτιαχτεί μία πυραμίδα χρειάστηκαν 100.000 εργάτες για 20 χρόνια. Όσο για τους ογκόλιθους το πιθανότερο είναι ότι τους έσερναν πάνω σε ράμπες.

**ΔΑΦΝΗ ΣΠΥΡΙΔΑΚΗ**  
(Επιστήμονες)

## Σχολικός εκφοβισμός

(Συνέχεια από τη σελίδα 3)

εκφοβισμός δεν αντιμετωπίζεται αποτελεσματικά. Μερικά απλά πράγματα που μπορούμε να κάνουμε για να μην περνάει η βία είναι :

- Δεν ενοχλούμε ή πειράζουμε άσχημα τα άλλα παιδιά.
- Βοηθάμε όσα παιδιά φοβερίζονται και προσπαθούμε να πάρουμε στην παρέα μας, όσα παιδιά δεν έχουν παρέα.

- Συνειδητοποιούμε ότι όποιο παιδί βρίζει και χτυπάει δεν είναι ήρωας και με τη στάση μας του το δείχνουμε.
- Να δεχτούμε ότι υπάρχουν παιδιά με ιδιαιτερότητες, καθώς όλοι είμαστε τόσο ίδιοι αλλά και τόσο διαφορετικοί.
- Το σπουδαιότερο όμως είναι να μιλήσουμε σε κάποιον ενήλικα (γονείς ή δασκάλους μας) είτε

έχουμε εμπλακεί είτε είμαστε το «θύμα» είτε το αντιληφθήκαμε να γίνεται γύρω μας ή το ακούσαμε από άλλα παιδιά.

Είναι λάθος να αδιαφορήσουμε από φόβο, γιατί δεν συμβαίνει σ' εμάς και επομένως δεν μας αφορά. Στην περίπτωση του σχολικού εκφοβισμού η ουδετερότητα ισοδυναμεί με συννευχή.

**ΚΛΕΟΠΑΤΡΑ ΣΤΑΘΑΤΟΥ**  
(Εξερευνητές)

## Σχολικός εκφοβισμός (Κι άλλα στοιχεία)

το 10-15% των μαθητών πέφτει θύμα διάφορων μορφών βίας στο σχολείο. Οι μαθητές που ασκούν βία υπολογίζεται ότι ξεπερνούν το 5% του συνόλου των μαθητών.

Τα αγόρια εμπλέκονται περισσότερο σε περιστατικά σωματικής βίας.

Τα κορίτσια εμπλέκονται περισσότερο σε περιστατικά λεκτικής βίας.

Τα αγόρια εμπλέκονται σε αναλογία 3

προς 1 σε περιστατικά βίας σε σχέση με τα κορίτσια.

Τα περιστατικά σχολικού εκφοβισμού εκδηλώνονται πιο συχνά στο δημοτικό και το γυμνάσιο, ενώ στο λύκειο μειώνονται.

Οι μισοί από τους μαθητές θύματα βίας δεν αναφέρουν πουθενά το γεγονός ενώ οι άλλοι μισοί συνήθως το αναφέρουν σε φίλους τους ή σπανιότερα στους δασκάλους ή τους γονείς.

Οι διαστάσεις που έχει προσλάβει η ενδοσχολική βία και ο εκφοβισμός και οι σοβαρές συνέπειες που έχει στη σωματική και ψυχική υγεία των παιδιών κάνουν απαραίτητη την πρόληψη και την αντιμετώπιση του με τη συνεργασία της οικογένειας, του σχολείου και της πολιτείας.

**ΘΑΝΟΣ ΠΑΠΑΔΟΓΙΑΝΝΗΣ** (Εξερευνητές)  
**ΓΙΩΡΓΟΣ ΝΙΚΟΛΑΟΥ** (Βιβλιοφάγοι)  
**ΒΑΣΙΛΗΣ ΤΣΙΜΠΛΟΥΛΗΣ** (Επιστήμονες)

## ΔΙΑΣΚΕΔΑΣΗ

### Λύσε μου την απορία...

#### Γιατί ο ιδρώτας μας είναι αλμυρός:

Ο ιδρώτας μας αποτελείται κατά 99% από νερό, ενώ περιέχει και μεταλλικά άλατα σε ποσοστό 5% προερχόμενα κυρίως από χλωριούχο νάτριο.

#### Πως μας Παίρνει ο Ύπνος:

Έχει αναπτυχθεί ολόκληρη σειρά από θεωρίες. Σύμφωνα με αυτές, τελειώνει μια χημική ουσία που χρειάζεται το σώμα για να παραμείνει ξύπνιο και έτσι αποκοιμώμαστε. Στη διάρκεια του ύπνου η ουσία αυτή παράγεται και πάλι. Άλλοι υποστηρίζουν ότι όσο είμαστε ξύπνιο συσσωρεύονται διάφορες τοξικές ουσίες και αυτό μας φέρνει ύπνο. Ενώ υπάρχουν πολλές θεωρίες, μια από τις πιο κοινές λειτουργίες μας εξακολουθεί να είναι μυστηριώδης. Πάντως, φαίνεται ότι το σώμα μας

γνωρίζει ότι του χρειάζεται ο ύπνος, για να ξεκουραστεί, και με κάποιο τρόπο φροντίζει να κοιμώμαστε.

#### Πως Γίνεται η Έκρηξη στα Ηφαίστεια:

Όταν γίνεται έκρηξη σε ένα ηφαίστειο, βγαίνουν καπνός, στάχτες, βράχια ή λάβα. Η έκρηξη προκαλείται από την πίεση της λάβας και των αερίων στο εσωτερικό του ηφαιστείου τα οποία κάποια στιγμή βρίσκουν κενό και ανεβαίνουν με μεγάλη ταχύτητα. Η λάβα έρχεται από τα βάθη της Γης, εκεί όπου τα πάντα λιώνουν από τη θερμότητα. Το πιο ψηλό βουνό του πλανήτη είναι ένα ηφαίστειο κάτω από τη θάλασσα. Ξεκινά από το βυθό του ωκεανού και έχει 10 χιλιάδες μέτρα ύψος. Η κορυφή του ξεπροβάλλει από το νερό και σχηματίζει έτσι το νησί της Χαβάης

στον Ειρηνικό ωκεανό.

#### Γιατί το Ουράνιο Τόξο είναι Καμπύλο:

Το ουράνιο τόξο είναι κυρίως ένα κόλλο που κάνει το φως παρά κάτι που υπάρχει στον ουρανό. Το καμπύλο σχήμα του οφείλεται στις σταγόνες που είναι κι αυτές καμπύλες. Κάθε σταγόνα βροχής είναι μια μικρή στρογγυλή μπάλα, με έντονα καμπύλες άκρες. Παρά την ονομασία του, το ουράνιο τόξο είναι το τμήμα ενός ολόκληρου κύκλου χρωμάτων το μεγαλύτερο μέρος του οποίου βρίσκεται έξω από το οπτικό μας πεδίο. Μόνο από έναν ουρανοξύστη ή ένα αεροπλάνο θα μπορούσαμε να το δούμε όπως είναι στην πραγματικότητα.

(Η συνέχεια στο επόμενο φύλλο)

**MARINA MIPKOY**

Βρείτε 9 αγγλικές λέξεις στο παρακάτω κρυπτόλεξο

ΘΑΝΟΣ ΠΑΠΑΔΟΓΙΑΝΝΗΣ—ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ ΤΣΑΚΩΝΑΣ  
(Εξερευνητές)

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| C | R | U | C | I | F | I | X | I | O | N |
| R | E | Q | H | A | J | K | M | F | E | R |
| S | S | P | R | L | N | K | M | D | Y | A |
| T | U | O | I | S | G | D | G | U | K | B |
| U | R | N | S | F | R | W | L | Y | Y | B |
| V | R | M | T | S | Z | V | W | E | K | I |
| W | E | G | G | B | M | S | D | A | L | T |
| X | C | H | U | R | C | H | M | S | O | D |
| L | T | E | T | N | M | E | R | T | T | S |
| A | I | D | R | W | C | E | T | E | G | F |
| M | O | J | T | A | V | P | H | R | W | R |
| N | N | T | Z | S | V | R | D | T | J | H |

Ψάξε Οριζόντια και Κάθετα και θα βρεις 10 ποτάμια, 10 λίμνες και 10 βουνά της Ελλάδας **ΖΩΗ ΣΤΡΑΤΗ** (Αστραπές)

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

