

# Sch ...an ner

Μηνιαία σχολική εφημερίδα του  
14<sup>ου</sup> Γυμνασίου Καλλιθέας.

Απρίλιος 2015 Β ΤΕΥΧΟΣ.



Από την οδό Συγγρού εδώ δίπλα  
που άνθισε ξανά η μεγάλη  
αμυγδαλιά, μέχρι την αμμουδιά της  
θάλασσας που άνθισε η άμμος  
σχεδόν μέχρι το κύμα, η φύση



γιορτάζει!!!!



Η καρδιά της **Δομνίκης**, προέδρου της  
μαθητικής κοινότητας του Σχολείου  
μας **λάμπει** στο μαύρο σκοτάδι! Τι πιο  
Ελπιδοφόρο !!!!!!! Η **Δομνίκη**  
**Μπαξεβάνου** και πρόεδρος του  
δεκαπενταμελούς του 14<sup>ου</sup> έχει έναν  
από τους ΕΠΑΙΝΟΥΣ στο **Μαθητικό**  
**Φεστιβάλ του Δήμου Καλλιθέας**  
φέτος το Μάρτιο του 2015.

Άλλους 5 ΕΠΑΙΝΟΥΣ για το Σχολείο  
μας έχουν τα παιδιά:

**ΖΑΧΟΥ ΕΙΡΗΝΗ Α1**

**ΜΑΣΤΡΟΓΙΑΝΝΟΠΟΥΛΟΥ**

**ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ Α2**

**ΜΠΕΡΚΟΒΙΤΣ ΑΝΤΩΝΗΣ Α3**

**ΡΩΜΙΟΥ ΝΙΚΟΛ Β2**

**ΣΑΚΟΡΑΦΑ ΧΡΙΣΤΙΝΑ Β2**

**Επίσης:**

**ΜΠΡΑΒΟ ΣΤΑ ΠΑΙΔΙΑ ΜΑΣ ΚΑΙ  
ΣΕ ΑΝΩΤΕΡΑ!!!!**

Οι υπόλοιποι να μη στενοχωριούνται  
καθώς κέρδισαν ένα καλό βαθμό στα  
Εικαστικά και κυρίως τη **συμμετοχή**  
που είναι το σπουδαιότερο!

**Η ΑΝΟΙΞΗ ΕΦΤΑΣΕ !**

και τα παιδιά πρέπει να διαβάζουν  
πολύ για να προλάβουν το τραίνο  
της ζωής, αντί να κυλιούνται και να  
παίζουν στ' ανθισμένα λιβάδια ....

**Η πληγή της άνοιξης:  
ο έρωτας... σελ 14**

## 25<sup>H</sup> ΜΑΡΤΙΟΥ 1821-2015

**Ήμασταν ποτέ στ' αλήθεια  
ελεύθεροι;  
Οι δανεισμοί της Χώρας.**



Στις **12 Απριλίου του 1823**, στη Β' Εθνοσυνέλευση στο Άστρος Κυνουρίας, αποφασίστηκε η σύναψη εξωτερικού δανείου, η οποία θα άλλαζε ριζικά την ελληνική ιστορία. Στην Β' Εθνοσυνέλευση του Άστρος, εκτός από την αναθεώρηση του Συντάγματος, έγινε και ένας πρόχειρος προϋπολογισμός του επαναστατημένου ελληνικού Έθνους, ο οποίος δεν άφηνε κανένα περιθώριο παρερμηνείας: ότι δεν υπήρχαν χρήματα και παρά τη φορολογία, τους τελωνειακούς δασμούς, τις λείες, τα λάφυρα, τα λύτρα, τον εσωτερικό δανεισμό, και τις εισφορές ντόπιων και φιλελλήνων, τα έξοδα ήταν περισσότερα από τα έσοδα. Η ανάγκη εξωτερικού δανεισμού ήταν πλέον μονόδρομος. Έτσι στις 2 Ιουνίου 1823, το Εκτελεστικό εξουσιοδότησε τους **Ιωάννη Ορλάνδο, Ανδρέα Ζαΐμη και Ανδρέα Λουριώτη** να μεταβούν στο Λονδίνο και να συνάψουν δάνειο 4.000.000 ισπανικών ταλίων.

Σύντομα έγινε ξεκάθαρο ότι η Ελλάδα δεν μπορούσε να αποπληρώσει το δάνειο και έτσι στις 31 Ιουλίου του 1824 το Βουλευτικό αποφασίζει τη σύναψη και νέου δανείου, έτσι αναγκάστηκε να ξαναδανειστεί.

Τα δύο δάνεια, τα οποία χαιρετίστηκαν ως «σωτήρια» από το ελληνικό πολιτικό κατεστημένο, όχι μόνο δεν βοήθησαν ποτέ τον Ελληνικό Αγώνα, αλλά έφεραν πιο πολλές διαμάχες, ενώ έθεσαν επίσης τη χώρα σε τροχιά εξάρτησης από τις «Μεγάλες Δυνάμεις», εξάρτηση η οποία κατά πολλούς συνεχίζεται μέχρι τώρα.

Το Ελληνικό κράτος αναγνωρίστηκε ως αυτοτελές κράτος με το όνομα «**Βασίλειον της Ελλάδος**» το έτος **1828** με τη **Συνθήκη του Λονδίνου** αλλά είχε αρχίσει να δέχεται εξωτερικά δάνεια από το έτος 1824-1826.

Συγκεκριμένα, κατά την περίοδο 1824-1897 η Ελλάδα πήρε 10εξωτερικά δάνεια, συνολικά 770 εκ. γαλλικά Φράγκα. Αυτά ήταν:

- Δύο δάνεια από την Αγγλία κατά τη διάρκεια της Ελληνικής Επανάστασης το 1824 και το 1825, συνολικά 2,8 εκ. λίρες στερλίνες
- Ένα, 60 εκ. γαλλικά φράγκα με την εκλογή του Όθωνα ως βασιλιά της Ελλάδας, το 1832.
- Δύο επί Κουμουνδούρου, το 1879 και το 1890, συνολικά 180 εκ. γ.φ.
- Πέντε επί Χ. Τρικούπη το 1882-1885 και το 1886-1881, συνολικά 450 εκ. γ.φ. και τέλος
- Ένα επί Σωτηρόπουλου-Ράλλη το 1893, 9.7 εκ. γ.φ.

### **Η οικονομική κατάσταση της Ελλάδας σήμερα**

Το 2008 ήρθε η παγκόσμια οικονομική κρίση που οδήγησε στο πάγωμα των αλόγιστων δανείων από την πλευρά των πιστωτών. Η Ελλάδα δεν μπορούσε πλέον να βρει εύκολα δανεικά χρήματα από την χρηματοπιστωτική αγορά για να

καλύπτει τις ανάγκες της και να εξυπηρετήσει τα παλιότερα δάνεια της με αποτέλεσμα τελικά να ζητήσει την βοήθεια του Διεθνούς Νομισματικού Ταμείου και της Ε.Ε. Το πακέτο διάσωσης 130 δισ. ευρώ της Ελλάδας αποφασίστηκε με αντάλλαγμα μια σειρά μέτρων συρρίκνωσης του δημόσιου τομέα, εκποίησης της κρατικής περιουσίας, αύξησης της φορολογίας και περικοπής των μισθών και των συντάξεων. Επιχειρήθηκε η αναδιάρθρωση του ελληνικού χρέους εντός του ευρώ. Πολλοί οικονομολόγοι παρουσιάζουν το πρόβλημα αναδεικνύοντας το ατελέσφορο της προσέγγισης της τρόικας στο Ελληνικό πρόβλημα ως εξής « Ένα μικρό κράτος της Ευρωζώνης πριν δύο χρόνια είχε ένα δυσβάστακτο χρέος της τάξης των περίπου €300 δις. Η τρόικα προσέφερε στο μικρό αυτό κράτος, με τον έναν ή με τον άλλον τρόπο, €340 δις για να το βοηθήσει. Και που φτάσαμε σήμερα; Φτάσαμε το μικρό μας κράτος να χρωστά €340 δις και βάλει. »».

Όλες αυτές οι δανειακές συμβάσεις που συνάψανε τόσα χρόνια οι ελληνικές κυβερνήσεις με τις ξένες δυνάμεις είχαν το εξής αποτέλεσμα: η Ελληνικές κυβερνήσεις να είναι υποτελείς προς τις ξένες δυνάμεις εφόσον είχαν οικονομική εξάρτηση από αυτές και πολλές φορές και πολιτική εξάρτηση. Η ελευθερία της Ελλάδας τίθεται υπό αμφισβήτηση καθώς βρισκόταν και βρίσκεται υπό καθεστώς ‘‘ομηρίας’’. Μέσα στο πλαίσιο αυτό τίθεται σε αμφισβήτηση και η δημοκρατία στην χώρα αφού η πολιτική που υπαγορεύεται από τους δανειστές εξυπηρετεί πρωτίστως τα δικά τους συμφέροντα.

### **Η Ελλάδα στο παγκόσμιο σύστημα**

Η Ελλάδα διέθετε τότε όπως διαθέτει και τώρα πολλά ευνοϊκά στοιχεία που θα μπορούσε να τα αξιοποιήσει και να τα συντονίσει με την εξέλιξη της

παγκόσμιας οικονομίας. Από την άποψη των υλικών πόρων διαθέτει εύκρατο κλίμα, γόνιμα εδάφη και ορυκτό πλούτο, ενώ σε σχέση με το κοινωνικό κεφάλαιο διαθέτει σχετικά υγιή πληθυσμό με υψηλό μορφωτικό επίπεδο, με ναυτική παράδοση και επιχειρηματική πείρα.

Δυστυχώς όμως οι ρυθμοί του ελληνικού εκσυγχρονισμού ήταν πάντα βραδείς, ώστε εξουδετέρωσαν όλες τις δυνατότητες να συμβαδίσει η Ελλάδα με την εξέλιξη του παγκόσμιου καπιταλιστικού συστήματος.

### **Από τη Σιγάλα Ιωάννα του Γ3.**



**Στη γιορτή του σχολείου μας της 25<sup>ης</sup> Μαρτίου πρωταγωνίστησε εκτός από την υπέροχη Χορωδία μας και ένα πολύ ξεκαρδιστικό ΣΚΕΤΣ! (Έτσι για να μας φτιάξει λίγο η διάθεση..) Οι καθηγήτριες που επιμελήθηκαν τη γιορτή κες Κάζηρα και Χριστοφορίδου έβαλαν τα δυνατά τους καθώς παρουσίασαν επίσης και μια μελέτη για τους Γάλλους και Έλληνες Ζωγράφους που Ζωγράφισαν από κοντά την εποχή του 1821. ΜΠΡΑΒΟ σε όλους! Συνέχεια στη σελ27.**





**ΤΟ ΠΑΣΧΑ ΕΦΘΑΣΕ !!!**



Οι περισσότεροι θα ξεχουθούμε στα χωριά μας για να χαρούμε το πάσχα με τους συγγενείς και τους συγχωριανούς μας!! Όμως δεν υπάρχει μόνο το ...δικό μας χωριό, όλη η Ελλάδα έχει πολύ ενδιαφέροντα ήθη και έθιμα που διαφέρουν από τόπο σε τόπο.

Ας δούμε κάποια ήθη και έθιμα, της Κεντρικής Ελλάδος του χωριού Καταφυγίου Καρδίτσας.



**ΚΑΛΗ ΑΝΑΣΤΑΣΗ!!!!!!**



Το **τελευταίο Σάββατο** πριν τη Μεγάλη Εβδομάδα δηλαδή την παραμονή του Λαζάρου, τα παιδιά τραγουδούν. Μια μέρα πριν έχουν ετοιμάσει τα **Λαζαράκια**, δηλαδή στολισμένα καλάθια με λουλούδια και εκεί θα βάλουν τα καλούδια που θα τους δίνουν οι χωριανοί (αβγά - καρύδια και λεφτά).



**ΔΕΥΤΕΡΑ ΤΟΥ ΠΑΣΧΑ**

**Τα Σίγνα**

Τη δεύτερη μέρα του Πάσχα, συναντάμε σε αρκετά χωριά, τα Σίγνα. Πρόκειται για ένα καθαρά θρησκευτικό έθιμο, καθώς μετά τη

Λειτουργία σχηματίζεται μία πομπή με λάβαρα, εικόνες και εξαπτέρυγα, που κάνει τον κύκλο του χωριού, καθώς και οι παλαιότερες εικόνες του κάθε σπιτιού. Στην πομπή συμμετέχουν οι ιερείς, οι ψάλτες και οι πιστοί που κρατάνε λαμπάδες και καθ' όλη την διαδρομή ψέλνουν το «Χριστός Ανέστη». Έτσι εξορκίζουν το κακό Το απόγευμα της ίδιας μέρας ξαναπήγαιναν στην εκκλησία, για να παρακολουθήσουν την ακολουθία της Αγάπης. Μετά το τέλος της, όλοι πήγαιναν στο σεργιάνι, όπου παρακολουθούσαν τους πασχαλιάτικους χορούς που χόρευαν οι Καραγκούνες, χαρωπά.



όλα τα άλλα έθιμα είναι τα ίδια σχεδόν με όλη την Ελλάδα.



Σοφία Νικήτα Α3

**Να μη ξεχνάμε τους φίλους και συγγενείς που βρίσκονται στο **εξωτερικό** οι οποίοι τέτοιες μέρες αισθάνονται πιο έντονα τη νοσταλγία της χώρας τους .**

Επίσης να προσέχουν πολύ τα παιδιά την Ανάσταση με το έθιμο των **βεγγαλικών** να μη τα εισπνέουν καθ' ότι είναι τοξικά και να μη δοκιμάσουν ποτέ χωρίς επίβλεψη μεγαλύτερου να τ' ανάψουν. Δεν αξίζει για μια στιγμή χαράς να ακρωτηριαστούν, ακόμη και να τσουρουφλιστούν...τα εγκαύματα πονάνε πολύ και αφήνουν άσχημα σημάδια που δεν επουλώνονται ποτέ!

**Ας προσπαθήσουμε να συμμετέχουμε στις πασχαλινές παραδοσιακές εκδηλώσεις όπως είναι η εκκλησία και τα τοπικά γλέντια γιατί έτσι κρατάμε την αλυσίδα της παράδοσης ζωντανή από τα πολύ παλιά χρόνια και με το παράδειγμά μας ακολουθούν και οι άλλοι!** Οι άλλοι τρόποι διασκέδασης μπορούν να γίνουν κι άλλες μέρες που δεν είναι Πάσχα. Μη ξεχαστούμε και ντυθούμε πολύ ανοιξιάτικα, επειδή το Πάσχα φέτος είναι πολύ νωρίς και θάχει κρύο... θ' ανάψουμε τζάκι και ξυλόσομπες!! Μη ξεχνάμε πως το Πάσχα τρώμε Αρνάκι όσο και να μη το θέλουμε οι ζωόφιλοι...

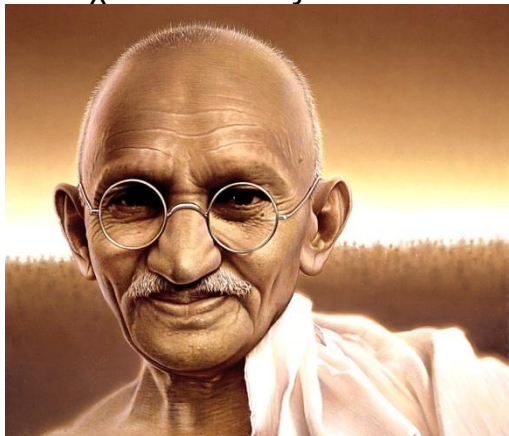
## ΠΑΓΚΟΣΜΙΕΣ ΠΡΟΣΩΠΙΚΟΤΗΤΕΣ

### ΜΑΧΑΤΜΑ ΓΚΑΝΤΙ

**Πρέπει να είσαι ο ίδιος η αλλαγή που εύχεσαι να δεις στο κόσμο.**



Ο Μαχάτμα Γκάντι ( 1869-1948 ) ήταν Ινδός πολιτικός Ακτιβιστής της εποχής ,στοχαστής και επαναστάτης. Υπήρξε η κεντρική μορφή του Εθνικού κινήματος για την Ινδική Ανεξαρτησία από την Αγγλική αποικιοκρατία και κυριαρχία στην Ινδία. Ήταν ο εμπνευστής της αναίμακτης μεθόδου της παθητικής αντίστασης **χωρίς χρήση βίας** έναντι των καταπιεστών. Έχουν παραμείνει παροιμιώδεις οι **απεργίες πείνας** που είχε κάνει ο ίδιος.



Η διδασκαλία του επηρέασε το διεθνές κίνημα για την Ειρήνη και μαζί με τον ασκητικό βίο του συνέτειναν στο να καταστεί παγκόσμιο σύμβολο και ορόσημο της φιλοσοφικής και κοινωνικοπολιτικής διάνοησης.

Ήταν επίσης ποιητής εκτός από φιλόσοφος. Ο Νεχρού που ήταν το δεξί του χέρι έγινε πρωθυπουργός το 1947. . Ο Μαχάτμα Γκάντι δολοφονήθηκε στο Νέο Δελχί το 1948 από έναν Εθνικιστή Ινδό. Τον Νεχρού διαδέχθηκε η Ίντιρα Γκάντι για πάρα πολλά χρόνια. Η ίδια δολοφονήθηκε επίσης.

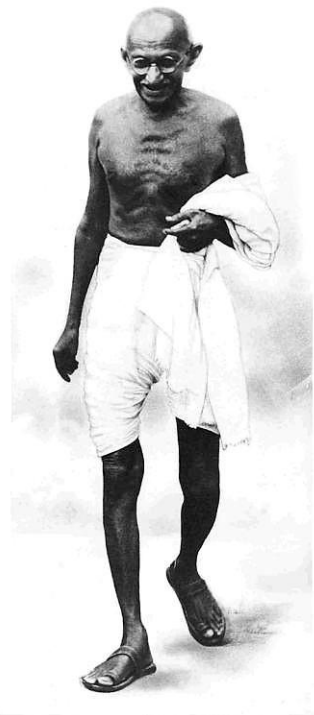
**Λόγια του Γκάντι:**

Τα 7 σφάλματα του κόσμου:

Πλούτος χωρίς μόχθο  
Ηδονή χωρίς συνείδηση  
Γνώση χωρίς χαρακτήρα  
Εμπόριο χωρίς ηθική  
Επιστήμη χωρίς ανθρωπιά  
Λατρεία χωρίς θυσία  
Πολιτική χωρίς αρχές

**Η φτώχεια είναι η μεγαλύτερη μορφή βίας.**

Δεν υπάρχει Θεός παραπάνω απ την αλήθεια.



ο Μ. Γκάντι με στολή βουδιστή μοναχού

**Δάφνη Γκερβένη Β τάξη**



## ΡΑΤΣΙΣΜΟΣ

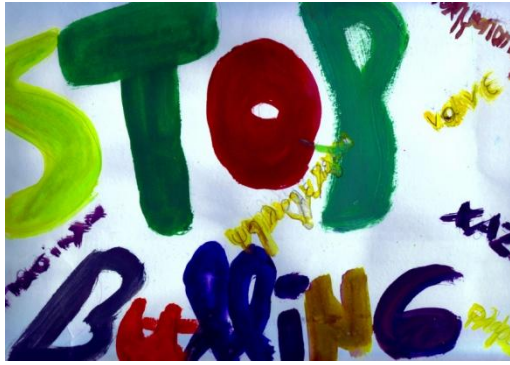
Ο Ρατσισμός ήταν πάντα ενεργός στην κοινωνία. Στις μέρες μας όμως έχει αυξηθεί προς έκπληξή μας. Ρατσισμό δέχεται ο καθένας μας καθημερινά για διαφορετικούς λόγους! Πολλοί και συχνοί λόγοι είναι πρώτον η καταγωγή κάποιων ανθρώπων π.χ. συνήθως χώρες οι οποίες δεν έχουν αναπτυχθεί, είτε τεχνολογικά είτε στο τρόπο που σκέπτονται. Ένας άλλος σοβαρός λόγος είναι η εμφάνιση. Κάποιοι άνθρωποι που υστερούν στο ύψος ή έχουν παραπάνω κιλά ή γενικά έχουν κάτι που δεν αρέσει σε κάποιον «ρατσιστή» δεν γίνονται αποδεκτοί. Το χρώμα του δέρματος ή συγκεκριμένα χαρακτηριστικά δηλώνουν καμιά φορά τη καταγωγή κάποιου με αποτέλεσμα να απορρίπτονται αμέσως από κάποιους που κρίνουν με βάση τη καταγωγή και αυτό είναι μεγάλο λάθος. Ένα μήνυμα που θα έδινα σε αυτούς τους ανθρώπους είναι πως πρέπει να καταλάβουν πως δεν πρέπει να μας χωρίζουν η καταγωγή, η θρησκεία, η εμφάνιση, τα γούστα και τίποτε άλλο σ' αυτόν τον πλανήτη. Επίσης κανείς μας δεν μπορεί να είναι τέλειος γι αυτό πρέπει να αγαπάμε τον άλλον όπως είναι και να μη προσπαθούμε να τον αλλάξουμε. Εκτός απ αυτό πρέπει να ερχόμαστε στη θέση του άλλου γιατί σιγουρότατα με κάποιο τρόπο κι εμείς μπορεί να

δεχθούμε κάποιο ρατσισμό! Ζωντανό παράδειγμα στις μέρες μας στα Σχολεία τα παιδιά με οικονομικά προβλήματα γίνονται συχνά στόχος ρατσιστικών επιθέσεων καθώς πολλά απ αυτά είναι παιδιά μεταναστών και όχι μόνο! Τώρα που χτυπάει όλες τις πόρτες η φτώχεια μπορεί να βρεθούν πολλοί στη θέση τους...

### Νικολοπούλου Νεκταρία Β τάξη



Ο τραγουδιστής **Μάικλ Τζάκσον**, ήταν πολύ όμορφος και πολύ ταλαντούχος μουσικός! Είχε όμως τόσο μεγάλη ανασφάλεια με το χρώμα του, ώστε είχε υποβληθεί σε αλλεπάλληλες εγχειρήσεις προκειμένου να αλλάξει το χρώμα του δέρματός του. Είχε ξοδέψει γι αυτό μια μεγάλη περιουσία στους πλαστικούς χειρουργούς και είχε υποστεί τόσα πολλά χειρουργεία ώστε χρησιμοποιούσε ισχυρά ναρκωτικά για να απαλύνει τους πόνους του αλλά και τη θλίψη του που αντί να ησυχάσει όλο και μεγάλωνε!! Όλ' αυτά τον κατέστρεψαν! **ΔΕΝ ΘΑ ΗΤΑΝ ΠΟΛΥ ΚΑΛΥΤΕΡΑ ΝΑ ΕΙΧΕ ΑΠΟΔΕΧΘΕΙ ΤΟΝ ΕΑΥΤΟ ΤΟΥ ; ΘΑ ΗΤΑΝ ΑΚΟΜΑ ΚΑΛΥΤΕΡΑ ΟΜΩΣ ΑΝ ΟΙ ΚΟΙΝΩΝΙΕΣ ΜΑΣ ΔΕΝ ΞΕΧΩΡΙΖΑΝΕ ΤΟΥΣ ΑΝΘΡΩΠΟΥΣ ΑΠΟ ΤΟ ΧΡΩΜΑ ΤΟΥΣ ΚΑΙ ΕΤΣΙ ΘΑ ΕΙΧΑΜΕ ΛΙΓΟΤΕΡΟΥΣ ΔΥΣΤΥΧΙΣΜΕΝΟΥΣ ΑΝΘΡΩΠΟΥΣ.**



Εικονογράφηση : Γερωντίδου Ελπίδα  
Α τάξη

Η κακοποίηση των παιδιών στις μέρες μας είναι δυστυχώς ένα πολύ συνηθισμένο φαινόμενο . Τα παιδιά κακοποιούνται για πολλούς λόγους οι οποίοι τις περισσότερες φορές δεν αποτελούν δική τους ευθύνη. Η εφηβεία είναι μια δύσκολη περίοδος των παιδιών γιατί τότε τα παιδιά είναι πιο αντιδραστικά και διεκδικητικά. Έτσι οι γονείς τους προσπαθούν να τα ηρεμήσουν και να τα κάνουν να σκεφθούν όπως εκείνοι θέλουν με ΛΑΘΟΣ τρόπο. Ο σωστός τρόπος είναι πως πρέπει ο κάθε γονιός να μιλήσει ήρεμα στο παιδί του και όχι να το χτυπήσει ή να το προσβάλει. Όταν τα παιδιά επικοινωνούν με τους γονείς τους τότε καταλαβαίνουν τα πράγματα πιο καλά. Τα παιδιά δεν νομίζω πως θα μιλήσουν ποτέ για ότι τους συμβαίνει σε κάποιον εκτός αν είναι ειδικός.

Ένας άνθρωπος που έχει σπουδάσει πως θα φερθεί σε ένα παιδί όπως ο ψυχολόγος ο ειδικευμένος σε θέματα παιδιών θα μπορέσει να κάνει το παιδί να του εκμυστηρευτεί την κακοποίηση που έχει υποστεί από τους γονείς του ή άλλους και στη συνέχεια θα το βοηθήσει να το αντιμετωπίσει ή θα επέμβει ριζικά για να προστατευτεί το παιδί.

Στη συνέχεια θα ήθελα να μιλήσω για τη βία που βιώνουν τα παιδιά στα σχολεία. Αυτή η βία ονομάζεται «**Bulling**». Τα παιδιά προσπαθούν να δείξουν πως υπερέχουν με ΛΑΘΟΣ τρόπο. Δεν είναι καθόλου σωστό να

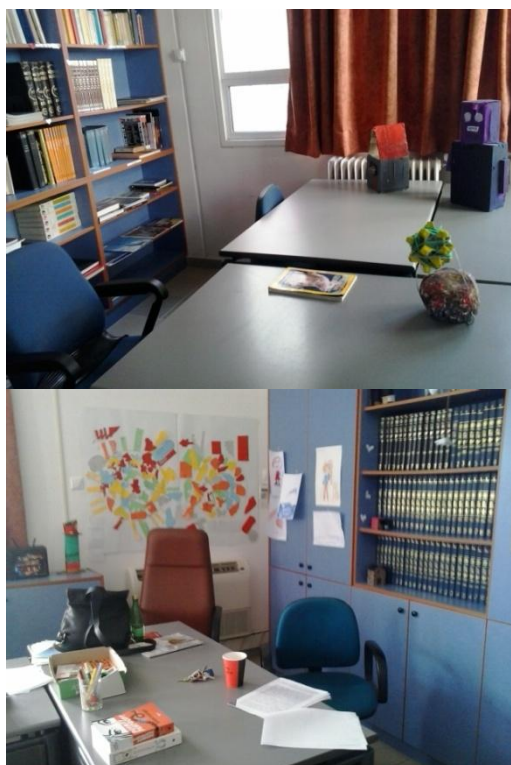
κοροϊδεύεις και να κακολογείς τον άλλον. Με το να δημιουργείς τη «παρεούλα» σου με κάποια παιδιά και να κακολογείς (βρίζεις) ή να εκβιάζεις κάποια μοναχικά παιδιά που δεν τους αρέσουν τόσο οι παρέες ή κάποια άλλη «παρεούλα» παιδιών που δεν σου ταιριάζει για κάποιο λόγο λέγεται ψυχολογική βία και είναι πολύ άσχημη. Τα παιδιά που δέχονται αυτή τη βία φοβούνται να μιλήσουν στους γονείς τους και στους καθηγητές τους γιατί δεν θέλουν να τους πουν καρφιά και να χειροτερέψουν τη θέση τους. Αυτό είναι ΛΑΘΟΣ και όσο συνεχίζεται το γεγονός χειροτερεύει και καταλήγει να ξεφεύγει στα άκρα και να εξωθεί και σε σωματική βία. Και οι δυο πλευρές των παιδιών πρέπει συχνά να συμβουλευονται από τους δασκάλους και καθηγητές οι οποίοι πρέπει να βάζουν τα πράγματα στη θέση τους με ήρεμο τρόπο και με συζήτηση. Μπορεί να σταματήσει η βία αρκεί να τη προλάβουμε σε κάποιο σημείο που δεν θα έχει ξεπεράσει τα όρια. Εδώ μπορούν να βοηθήσουν πολύ οι ψυχολόγοι στα Σχολεία οι οποίοι συμβουλευουν και μαθητές και καθηγητές πώς να αντιμετωπίσουν μια κατάσταση , ένα γεγονός ή ένα παιδί με ιδιαιτερότητες.

Πρέπει να αναφέρω κάτι πάρα πολύ σημαντικό το οποίο έχει συγκλονίσει όλη την Ελλάδα νομίζω. Είναι ένα περιστατικό ενός νέου ο οποίος έφυγε από τη ζωή άδικα και άσχημα. Πιστεύω πως αυτό το παιδί θα γίνει και έχει γίνει παράδειγμα για το πόσο κακή είναι η βία η οποία σε αυτό το σημείο δεν ονομάζεται πλέον πείραγμα. Η ζωή αυτού του παιδιού ήταν άσχημη και θεωρώ πως χάθηκε ένας μικρός αλλά «γενναίος» άγγελος.

**Νάσια Παπαχρήστου Β τάξη**



## Η ΒΙΒΛΙΟΘΗΚΗ ΤΟΥ ΣΧΟΛΕΙΟΥ ΜΑΣ



### ΔΙΑΛΕΓΩ ΕΝΑ ΠΟΙΗΤΗ

**Ο Κώστας Καρυωτάκης** θεωρείται ως ο κυριότερος εκφραστής της σύγχρονης λυρικής ποίησης και τα έργα του έχουν μεταφραστεί σε περισσότερες από τριάντα γλώσσες. Η ποίησή του διδάσκεται σε αρκετά Πανεπιστήμια της Ελλάδας αλλά και του εξωτερικού. Για το έργο του έχουν γραφεί εκατοντάδες εργασίες και βιβλία, πραγματοποιήθηκαν δε δεκάδες ειδικά συνέδρια.

### Ανδρείκελα

Σα να μην ήρθαμε ποτέ σ'  
αυτήν εδώ τη γη,  
σα να μένουμε ακόμη στην  
ανυπαρξία.

Σκοτάδι γύρω δίχως μια  
μαρμαρυγή.  
Άνθρωποι στον άλλων μόνο  
τη φαντασία.

Από χαρτί πλασμένα κι από  
δισταγμό,  
ανδρείκελα, στις Μοίρας τα  
τυφλά δυο χέρια,  
χορεύουμε, δεχόμαστε τον  
εμπαιγμό,  
άτονα κοιτώντας, παθητικά,  
τ' αστέρια.

Μακρινή χώρα είναι για μας  
κάθε χαρά,  
η ελπίδα κι η νεότης έννοια  
αφηρημένη.

**Άλλος δεν ξέρει ότι  
βρισκόμαστε, παρά  
όποιος πατάει επάνω μας  
καθώς διαβαίνει.**

Πέρασαν τόσα χρόνια,  
πέρασε ο καιρός.  
Ω! κι αν δεν ήταν η βαθιά  
λύπη στο σώμα,  
ω! κι αν δεν ήταν στην ψυχή  
ο πραγματικός  
πόνος μας, για να λέει ότι  
υπάρχουμε ακόμα...

**Κώστας Καρυωτάκης**

Επέλεξε η  
Νικολέτα Μίχου Β2.

## ΔΙΑΛΕΓΩ ΕΝΑ ΒΙΒΛΙΟ

### ΕΡΑΓΚΟΝ

του ΚΡΙΣΤΟΦΕΡ ΠΑΟΛΙΝΙ

Η ιστορία μας ξεκινάει σ' ένα μικρό χωριό που ονομάζεται Κάρβαχολ, στη φανταστική χώρα της Αλαγαισίας, όταν ο δεκαεξάχρονος Έραγκον βρίσκει μια γαλάζια πέτρα-αυγό. Την ίδια μέρα το αυγό εκκολάπτεται και από μέσα βγαίνει ένας γαλάζιος θηλυκός δράκος, με το όνομα Σαφίρα. Τώρα η μοίρα και το πεπρωμένο του Έραγκον αλλάζει και από ένα φτωχό παιδί, γίνεται Δρακοκαβαλάρης. Η τύχη και η μοίρα της Αλαγαισίας είναι στα χέρια τους. Με τη βοήθεια ξωτικών, νάνων, μάγων και άλλων φανταστικών πλασμάτων ο Έραγκον και η Σαφίρα θα προσπαθήσουν να νικήσουν τον Γκαλμπατόριξ, τον διεφθαρμένο ηγέτη της Αλαγαισίας, που θέλει να πραγματοποιήσει τους σατανικούς σκοπούς του.

Στο Έραγκον, το πρώτο βιβλίο της σειράς η Κληρονομιά, ο Παολίνι καταφέρνει να μας εντυπωσιάσει με τα λογοτεχνικά «μαγικά» του. Το Έραγκον είναι ένα βιβλίο που δεν του λείπει τίποτα. Εκπληκτικό, με δράση και λόγο που ρέει. Καταφέρνει να αιχμαλωτίσει το ενδιαφέρον του αναγνώστη από τις πρώτες κιόλας σελίδες και το κρατάει αμείωτο έως το τέλος. Παρ' όλο τον όγκο του, διαβάζεται εύκολα και με ανυπομονησία θα περιμένετε να διαβάσετε τη συνέχεια. Σας το προτείνω ανεπιφύλακτα.

Επέλεξε η

Αλεξάνδρα Κατσινέλου Β τάξη

## ΛΟΓΟΤΕΧΝΙΑ ΦΑΝΤΑΣΙΑΣ

### Ο ΑΓΑΠΗΜΕΝΟΣ ΜΟΥ ΣΥΓΓΡΑΦΕΑΣ...

Ένας από τους αγαπημένους μου συγγραφείς είναι ο **Τζόν Ρόναλντ Ράκελ Τόλκιν** ο οποίος ήταν Άγγλος φιλόσοφος, συγγραφέας, ποιητής και ακαδημαϊκός. Σήμερα είναι γνωστός σαν ο Συγγραφέας των γνωστών έργων Φανταστικής λογοτεχνίας: «Χόμπιτ», «Ο Άρχοντας των δακτυλιδιών» και «Σιλμαρίλιον».

Τα βιβλία του παρουσιάζουν ένα κόσμο που θυμίζει Μεσαιωνική Ευρώπη. Υπάρχουν μάγοι, καθώς και άλλες φυλές πέρα από ανθρώπους και τέλος μυθικά πλάσματα όπως ξωτικά και δράκοι. Μεταξύ του 1951-1955 ο Τόλκιν χρησιμοποίησε τον όρο *legendarium* για να αναφερθεί σε όλο το πλασματικό σύμπαν που δημιούργησε στα γραπτά του.

Ένα από τα πρώτα του βιβλία ήταν το «Χόμπιτ» το οποίο έγραψε για τα παιδιά του το 1937 και είχε μεγάλη επιτυχία. Χρειάστηκαν 12 ολόκληρα χρόνια για να ολοκληρωθεί το βιβλίο καθώς ενδιάμεσα διέκοψε ο Β παγκόσμιος πόλεμος. Όμως η ιστορία δεν ήταν πια ένα απλό διήγημα για παιδιά αλλά ένα έπος για ενήλικες.

Το 1971 μετά το θάνατο της γυναίκας του επέστρεψε στην Οξφόρδη κοντά στα παιδιά του. Δύο χρόνια αργότερα πέθανε από μια σύντομη ασθένεια στις 2 Σεπτεμβρίου του 1973, σε ηλικία 81 ετών. Μετά το θάνατό του ο γιος του Κρίστοφερ Τόλκιν δημοσίευσε δύο έργα του Σιλμορίλιον και Ατελείωτες Ιστορίες.

Σιαράμπαλη Αργυρώ Β τάξη

# ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ



Με αφορμή το θέμα του 7<sup>ου</sup> Μαθητικού Φεστιβάλ του Δήμου μας που έγινε φέτος το Μάρτιο και αποτελεί ένα μοναδικό μέσο για τους μαθητές να δείξουν τις αξιόλογες δουλειές τους που με πολύ κόπο δημιούργησαν παρ' όλη τη πίεση των μαθημάτων και των άλλων δραστηριοτήτων τους, σας παρουσιάζουμε τα άρθρα δυο μαθητριών μας της Γ και Β τάξης σχετικά με τον έρωτα στην Εφηβεία.

## Η Ψυχολογία των εφήβων σε σχέση με τον έρωτα και τις επιρροές του, μέσα και έξω από το σχολείο.

Οι περισσότεροι από εμάς θεωρούν ότι κατά τους θερινούς μήνες αναπτύσσεται κάτι το οποίο δεν πρόκειται να αλλάξει ποτέ, ο Έρωτας. Δυστυχώς όμως η "αρρώστια" αυτή εμφανίζεται στην διάρκεια όλων των εποχών με εξαίρεση λίγο περισσότερο την άνοιξη, μέσα από πολύ απλές και ασήμαντες καταστάσεις που καταλήγουν

σε συναισθηματικά φορτισμένους εφήβους με πολλούς προβληματισμούς και αγωνίες...



τις καρδιές ζωγράφισαν οι μαθήτριες της Β τάξης Φερλέ Βαλέρια και Τροσάνι Αντονέλα συμμετοχή στο διαγωνισμό για το μαθητικό Φεστιβάλ Αφίσας.

Για αρχή ας διευκρινίσουμε ότι όλοι οι άνθρωποι έλκονται ο ένας από τον άλλο απλά πάντα θα υπάρχει κάποιος ή κάποια που θα μας κάνει να αισθανθούμε μια παραπάνω έλξη. Αυτό τις περισσότερες φορές ονομάζεται Έρωτας αν και υπάρχουν περιπτώσεις απλών ενθουσιασμών ή μπερδεμάτων που περνούν σε πολύ σύντομο χρονικό διάστημα. Όταν όμως έχουμε να κάνουμε με έρωτα ο οποίος επικρατεί στις ηλικίες 13-16 τότε τα πράγματα είναι πολύ «σοβαρά» μιας και κατ' αυτές τις ηλικίες υπάρχει πολύ συναισθηματικό βάρος στα παιδιά, μιας και σε αυτή την ηλικία ψάχνονται, αναπτύσσονται, προβληματίζονται και δεν ξέρουν από που να αντλήσουν δύναμη για να νιώσουν σιγουριά ότι όλα στην εφηβεία τους και τη νεότητά τους θα εξελιχθούν ήρεμα και φυσιολογικά.

Πάντα βέβαια υπάρχουν και εξαίρεσεις εφήβων που δεν ερωτεύονται και δεν προβληματίζονται αλλά απλά επιβιώνουν (!) και προσπαθούν να καλύψουν τα κενά τους με το να



ασχολούνται υπερβολικά με το διάβασμα ή αντίθετα με την ψυχαγωγία τους.

Από την άλλη γι' αυτούς που ερωτεύονται, από την στιγμή που γίνει το... «κακό», ο οργανισμός τους αλλάζει πολλές από τις αντιδράσεις του, χωρίς την δική τους συγκατάθεση και εν αγνοία τους. Υπάρχουν κλασσικά συμπτώματα όταν βλέπουμε αυτόν/ αυτή που μας αρέσει, όπως ταχυκαρδία, τρέμουλο, νευρικές κινήσεις, άγχος, σπαστικό γέλιο, τάση για φωνές κλπ και αυτά συμβαίνουν εντελώς αυτόματα χωρίς την δική μας συγκατάθεση. Αυτά τα μικρά πραγματάκια μπορούν να μας καταβάλουν με αποτέλεσμα να χαλάσουν την εικόνα μας και να μας... καταστρέψουν κάποιες φορές .

Επίσης πρέπει να ξέρουμε πως συνήθως τα κορίτσια ερωτεύονται και εξαρτώνται περισσότερο από αυτό, ενώ τα αγόρια σ' αυτές τις ηλικίες είναι πιο ελεύθερα και διαφορετικά ,εφόσον σπάνια ερωτεύονται και γενικά προτιμούν να ασχολούνται με τις παρέες τους περισσότερο. Πολλές φορές φυσικά γίνεται και το ανάποδο μιας και ο καθένας μας σύμφωνα με την ανατροφή τους και τα συναισθήματά τους κάνουν και τις ανάλογες επιλογές.



**εικονογράφηση της Αργυρώς Βαρντιμιάδη της Γ τάξης** συμμετοχή στο διαγωνισμό για το μαθητικό Φεστιβάλ

Αφίσας.

Εφόσον ξεκαθαρίσαμε τις διαφορετικές κατηγορίες εφήβων μέσα στο θέμα έρωτας ας μιλήσουμε τώρα και για τις επιρροές που μας προκαλεί. Αρχικά το μυαλό μας γεμίζει με ανεπιθύμητες σκέψεις κάποιου για τον οποίο μπορεί να μην ξέρουμε και πολλά, όμως σύμφωνα με το πως είμαστε εμείς πλάθουμε γι' αυτόν που αγαπάμε και τον ανάλογο χαρακτήρα που εμείς φανταζόμαστε και επιθυμούμε κάτι σαν ένα είδωλο του εαυτού μας ή της επιθυμίας μας. Πολλές φορές λοιπόν απογοητεύομαστε όταν γνωρίζοντας περισσότερο τον άλλον, μαθαίνουμε την αλήθεια και αυτό μας ρίχνει ψυχολογικά. Η ζήλια είναι ακόμα ένα μεγάλο κεφάλαιο στο θέμα έρωτας που πολλές φορές μας κάνει να αντιδρούμε υπερβολικά και μας ρίχνει ακόμα πιο πολύ την ψυχολογία. Πολλές φορές όταν βλέπουμε τον/ την αγαπημένο/ αγαπημένη μας με κάποιον/ κάποια άλλη αισθανόμαστε πως κάποιος παίρνει τον προβολέα από πάνω μας και ξαφνικά ξυπνάει μέσα μας η ανάγκη για "εξόντωση" της οποιασδήποτε σχέσης μεταξύ αυτής/ αυτού που θέλουμε και του ανθρώπου που ζηλεύουμε με αποτέλεσμα να γεμίζουμε με σκέψεις που μας δημιουργούν ανασφάλειες και κακία προς τους άλλους, καθώς επίσης και να μας αποσπούν από την μαθητική και κοινωνική μας ζωή και πολλές φορές να μας κάνουν να οδεύουμε προς **απάνθρωπους "εξόδους διαφυγής"** , όπως κλάματα, αυτοτραυματισμούς, ακόμη και απόπειρες αυτοκτονίας , ενώ δεν σκεφτόμαστε πως ο έρωτας που τρέφουμε για κάποιον κάποια στιγμή στο μέλλον θα περάσει. Κάποιοι από μας ξεμπερδεύουν με όλ' αυτά αν ερωτευτούν τρελά έναν τραγουδιστή –

στρια και έτσι ακούγοντας τα τραγούδια του-της ή πηγαίνοντας στις συναυλίες τους υποκαθιστούν αυτό που τους λείπει προσωρινά και αναβάλουν την εμπειρία της πρώτης σχέσης γι αργότερα. Αρκετές επίσης φορές ο έρωτας που τρέφουμε για κάποιον είναι αμοιβαίος και δημιουργεί μια σχέση που πολλές φορές είναι κρυφή και άλλες φορές γνωστή είτε σε πολλούς, είτε σε λίγους. Σε αυτές τις περιπτώσεις υπάρχουν άλλες αντιδράσεις με τις περιπτώσεις των ερωτευμένων χωρίς ανταπόδοση και σε πιο ήπιες μορφές και δεν σημαίνει πως είμαστε ώριμοι ακόμα για να έχουμε μια ολοκληρωμένη ερωτική σχέση .

Συμπεραίνουμε όμως σε όλες τις περιπτώσεις πως ο έρωτας μας αποσπά από τους φίλους, την οικογένεια, την μελέτη και την γενική εξωσχολική και ενδοσχολική απασχόληση, μας καταβάλει και μας επηρεάζει αρνητικά ή θετικά, ανάλογα με την σχέση που αναπτύσσουμε με το ταίρι μας και την αντιμετώπισή μας σε αυτήν. Επίσης είναι σημαντικός ο ρόλος των γονιών, των φίλων μας και γενικά του περιβάλλοντός μας αν θα είναι υποστηρικτικός ή εχθρικός ή υπερπροστατευτικός και είναι καθοριστικό στο κατά πόσο θα καταφέρουμε να το βάλουμε, όλο αυτό το νέο πράγμα για μας που είναι ο Έρωτας, ομαλά στη ζωή μας και να μη μας τραυματίσει από την αρχή. Είναι δύσκολο για μας τους έφηβους γιατί δεν έχουμε την εμπειρία και μπορεί να εκθέσουμε τον εαυτό μας υπερβολικά στην προσπάθειά μας να δείξουμε πως είμαστε μεγάλοι και μπορούμε να κάνουμε πράγματα που μόνο μεγάλοι μπορούν. Είναι επίσης σημαντικό ακόμα να είμαστε καλά πληροφορημένοι για τους κινδύνους που μπορούμε να διατρέξουμε και να ξέρουμε καλά πως να

προφυλαχθούμε. Ο χρόνος που θ' αφιερώσουμε στον έρωτα είναι και πάλι ένα ζήτημα καθώς η καθημερινότητά μας στους περισσότερους είναι καλυμμένη με δραστηριότητες και κάτι απ' όλα πρέπει να θυσιάσουμε, προσοχή εδώ, δεν τα θυσιάζουμε όλα!!! Επειδή υπάρχουν και περιπτώσεις παιδιών που εγκαταλείπουν ακόμα και το σχολείο για έναν έρωτα! Στο τέλος καταλήγουν απογοητευμένοι και να προσπαθούν να τελειώσουν το Γυμνάσιο σε νυχτερινό σχολείο.... Ή οι κοπελίτσες παντρεμένες από τα 14 και με ένα μωρό στην αγκαλιά εξ αιτίας μιας εγκυμοσύνης που από τον φόβο τους κράτησαν μυστικό και προχώρησε.

Ας μη την πατήσουμε! Η σωστή προφύλαξη θα μας σώσει όχι μόνο από τις ανεπιθύμητες εγκυμοσύνες αλλά και από αφροδίσιες ασθένειες που μπορεί να μας μεταδοθούν με την πιο επικίνδυνη να είναι το γνωστό πια σε όλους μας AIDS, χωρίς όμως να υποτιμούμε και τις υπόλοιπες. Ο Έρωτας χωρίς προφύλαξη δεν είναι δείγμα αφοσίωσης είναι δείγμα βλακείας και επιπολαιότητας. Πολλοί μπερδεύουν την επιπολαιότητα αυτή με την απόδειξη απόλυτης αγάπης από τον-την σύντροφό τους αλλά δυστυχώς τα αποτελέσματα πολύ γρήγορα τους διαψεύδουν...

Μπορεί όλο αυτό να μοιάζει τρομακτικό μα να ερωτεύεστε! Για όλα υπάρχει μια πρώτη φορά και αν δεν τολμήσουμε δεν θα γίνει ποτέ. Απλά να μη βιαστούμε και να προσέχουμε. Ο έρωτας είναι περιπέτεια! Και αν ήταν πάντα άσχημη περιπέτεια κανείς δεν θα ερωτευόταν...

**Αγγελική-Ελευθερία Αντωνιάδη Γ Τάξη**

## Η πληγή της άνοιξης: ο έρωτας...



**εικονογράφηση: Κατερίνα Παγκάλου**  
Γ τάξη συμμετοχή στο διαγωνισμό για το  
μαθητικό Φεστιβάλ Αφίσας

Δεν ξέρουμε τι ακριβώς μας συμβαίνει την άνοιξη. Είναι η ζέστη; Η λιακάδα; Μήπως το ότι τελείωσαν επιτέλους τα άτιμα διαγωνίσματα που δεν μας άφηναν να κοιμηθούμε; Πάντως και πάλι δεν τη γλιτώνουμε, με τίποτα, αφού έρχεται κάτι άλλο που θα μας κρατάει ξύπνιους τα βράδια. Θα μπορούσαμε να πούμε όμως «Θεέ μου δόξα τω Θεώ που δεν είναι διαγώνισμα»; Μάλλον όχι αφού στη περίπτωση αυτή ένα διαγώνισμα θα ήταν χίλιες φορές καλύτερο από το να καθόμαστε με τις ώρες πάνω από το κινητό περιμένοντας να «στείλει» κάτι ή να πατήσει «Like». Πάντως ένα είναι σίγουρο. Την άνοιξη, τα λουλούδια και τα δέντρα δεν είναι τα μόνα πράγματα που ανθίζουν γύρω μας. Είναι οι καρδιές των νέων (και όχι μόνο) που ανθίζουν απ' τον έρωτα.

Όλη μέρα και κάθε μέρα. Δεν υπάρχει βασικά κάποιος συγκεκριμένος τρόπος να σταματήσεις να το σκέφτεσαι. « Μα καλά παιδί μου τι έχεις, ερωτευμένος είσαι και δεν προσέχεις το μάθημα;» φωνάζει ο

καθηγητής καθώς σε βλέπει ν' αγναντεύεις στο αόριστο την ώρα που έχει μόλις αρχίσει να εξηγεί τις συναρτήσεις  $y=a*x+2$ . Αλλά που να βρεις εσύ το θάρρος να σηκωθείς να πεις «Ναι κύριε, ερωτευμένος είμαι!». Μα γιατί το βρίσκουν τόσο κακό οι δάσκαλοι να είναι ερωτευμένος ένας μαθητής; Το ότι πετάει στα σύννεφα και όχι πάνω από τα ουσιαστικά β' κλίσης των Αρχαίων να δεν λέω, είναι αλήθεια. Αλλά δεν έχει μόνο αρνητικά προς τα μαθήματα ο έρωτας. Ο καθηγητής της γλώσσας δεν έχει κανένα παράπονο μετά από την έκθεση που παρέδωσες με τις 2000 λέξεις. Καθόσουνα μες τη νύχτα και δεν μπορούσες να σταματήσεις να γράφεις ενώ σου ερχόταν στο μυαλό η εικόνα του αγαπητού σου προσώπου. Είδατε λοιπόν η έμπνευση; Εσείς οι καθηγητές να τ' ακούτε. Αφήστε τα παιδιά να ερωτευτούν. Αν φτιάξει η διάθεσή τους μπορεί να αποδίδουν καλύτερα! Δυστυχώς όμως δεν υπάρχει μόνο η δημιουργική αυτή πλευρά των ερωτευμένων νέων. Κάποια ερωτευμένα παιδιά έχουν κι έναν άλλο τρόπο να εκφραστούν και να βγάλουν όλο το βάρος των συναισθημάτων που νιώθουν Καταλήγουν στο να απομονώνονται από τους φίλους τους και τις δραστηριότητές τους να αλλάζουν τις συνήθειές τους να αποφεύγουν τις προπονήσεις τους ή το διάβασμα για το σχολείο με αποτέλεσμα να πέφτει η απόδοσή τους σε όλα. Αυτό συμβαίνει καμιά φορά και στις δύο περιπτώσεις και όταν έχουν ανταπόκριση-από τη μεγάλη χαρά του νέου ενδιαφέροντος-αλλά και στη μη ανταπόκριση λόγω της απογοήτευσης-από τη θλίψη της απόρριψης. Ο Έρωτας δεν είναι μόνο γέλια και χαρές. Μπορεί να φανταζόμαστε



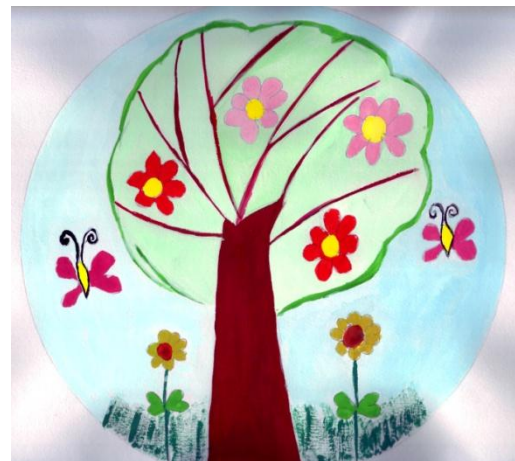
την αγάπη σαν μια μικρή κόκκινη καρδούλα αλλά στην πραγματικότητα φέρνει μαζί της μια γιγάντια φουρτούνα πλημμυρίζοντας την ψυχή μας και φέρνοντας τον κόσμο μας άνω κάτω. Ο αυτοτραυματισμός επίσης των νέων ο οποίος μπορεί να είναι αποτέλεσμα είτε μιας ερωτικής απογοήτευσης είτε απλώς μια μονόπλευρη αγάπη, είναι ένα θέμα το οποίο δεν θεωρείται ιδιαίτερα σημαντικό αλλά μπορεί στην πραγματικότητα να γίνει κάτι πολύ επικίνδυνο. Συμβουλή : κόψτε κανένα χαρτί βρέ παιδιά ,όχι τα χέρια σας. Το ξυράφι είναι για να κόβει τρίχες ,όχι δέρμα. Πληγώνετε τους ανθρώπους που σας αγαπάνε και νοιάζονται για σας (ναι υπάρχουν, σταμάτα να κλαις τώρα και έλα να σου δώσω μια αγκαλίτσα ) και πάνω απ όλα τον ίδιο σας τον εαυτό που πρέπει να τον αγαπάτε και να τον σέβεστε. Φάτε μια σοκολάτα. Δείτε μια ταινία. Πάρτε τηλέφωνο την παρέα σας να βγείτε να περπατήσετε όλοι μαζί ,κυρίως να μιλήσετε . Και μη διστάσετε φυσικά να μιλήσετε για τα συναισθήματά σας. Κάνει καλό.

Ας μη περιμένουμε όμως να περάσει κατευθείαν η πληγή της απογοήτευσης, η οποία είναι και αυτή μέσα στο πρόγραμμα. Ένα ακόμα μεγάλο μέρος του έρωτα. Αν δεν πάθεις, δεν θα μάθεις. Δεν μπορείς όμως να το αποφύγεις. Τι να κάνουμε. Ότι πονάει, πονάει. Ότι το δάκρυ θα τρέχει κορόμηλο, θα τρέχει ,δε λέω. Το σίγουρο όμως είναι ότι θα περάσει. Να μου πεις όμως τι να σου κάνει το ότι «θα περάσει» όταν δεν μπορείς να σταματήσεις να κλαις τώρα; Θέλει χρόνο. Δώσ' του χρόνο. Και όπως είπαμε! Δε θέλω να σε δω με το ξυράφι στο χέρι. Καλύτερα με μια

σοκολάτα. Ναι παχαίνει ,εντάξει τι να κάνουμε τώρα ,μόνο μια φορά.

Ο έρωτας λοιπόν! Όλοι τον αντιλαμβανόμαστε αλλιώς. Έχει πολλές πλευρές. Δεν τον καταλαβαίνουμε τις περισσότερες φορές. Δεν υπάρχει κάποιος συγκεκριμένος τρόπος να τον περιγράψουμε. Αρκετοί ντρεπόμαστε γι αυτό ή ακόμα και φοβόμαστε. Δεν υπάρχει όμως λόγος. Μπορεί να μας κάνει να νιώθουμε παράξενα και ασυνήθιστα αλλά έτσι είναι. Μη φοβόσαστε λοιπόν να ερωτευτείτε. Και φυσικά μη φοβάστε την απογοήτευση . Γιατί δεν υπάρχει περίπτωση να την αποφύγετε. Αλλά επίσης δεν υπάρχει περίπτωση να μην επιβιώσετε. Με τον καιρό όλα περνάνε. Δεν υπάρχει πληγή που δεν μπορεί να γιατρέψει ο χρόνος. Δεν υπάρχει ακόμα λόγος να βιάζεστε. Όλα θα έρθουν με τον καιρό τους. Αφήστε την αγάπη να σας πλησιάσει και να σας αγκαλιάσει από μόνη της και μη της αντισταθείτε.

### Νικόλ Ρωμιού Τάξη Β



**εικονογράφηση: Μαρία Κεραμίδα Α τάξη** συμμετοχή στο διαγωνισμό για το μαθητικό Φεστιβάλ Αφίσας.

# ΕΙΚΑΣΤΙΚΑ

## Λασκαρίδου Σοφία η Ζωγράφος μας, στη Καλλιθέα!



Η **Σοφία Λασκαρίδου**, σημαντική **ζωγράφος** του πρώτου μισού του 20ου **αιώνα**, γεννήθηκε το Φεβρουάριο του 1876 στην **Αθήνα** και πέθανε στις 13 Νοεμβρίου 1965 στην Καλλιθέα **Αττικής**.

Πατέρας της ήταν ο Λάσκαρης Λασκαρίδης, απόγονος του αυτοκρατορικού οίκου Λάσκαρι, μητέρα της η παιδαγωγός Αικατερίνη

Κωνσταντίνου Χρηστομάνου, αδελφή των **Αναστάσιου** και **Αντώνιου Χρηστομάνου** και είχε δύο ακόμη αδελφές, την κατά δεκαπέντε χρόνια μεγαλύτερή της Μελπομένη και την κατά τέσσερα χρόνια μικρότερή της Ειρήνη, τη μετέπειτα διευθύντρια του ιδρύματος «Οίκος Τυφλών».

Το 1916, όταν επέστρεψε οριστικά στην **Αθήνα**, στα μάτια των συγχρόνων της είναι ήδη καταξιωμένη **καλλιτέχνη**, και αφιερώνεται στη ζωγραφική και τη διδασκαλία της. Τον ίδιο χρόνο, μετά το θάνατο της μητέρας της ανέλαβε να διδάξει στη Σχολή **Νηπιαγωγών** Καλλιθέας το μάθημα της Ιχνογραφίας ενώ παράλληλα αναπτύσσει σημαντική ανθρωπιστική δράση και το 1951 εξέδωσε σειρά σχολικής **ιχνογραφίας**.



Μεγάλωσε στο σπίτι που, από το Δεκέμβριο του 2001, στεγάζεται η **«Δημοτική Πινακοθήκη Καλλιθέας Σοφία Λασκαρίδου»**, στη συμβολή των δρόμων **Λασκαρίδου & Φιλαρέτου**, το οποίο είναι χτισμένο το 1887 με σχέδια του αρχιτέκτονα **Ερνστ Τσίλλερ**, ως εξοχική κατοικία της οικογένειας και ήταν ένα από τα πρώτα του τότε, οικισμού Καλλιθέας. Συχνοί **επισκέπτες** τους ήταν τα μέλη της βασιλικής οικογένειας αλλά και όλη η πνευματική, οικονομική και κοσμική κοινωνία της εποχής.

Μεταξύ των ετών 1894 -1900 φοίτησε στο Τμήμα Θηλέων του σχολείου Καλών Τεχνών και από το 1896, στα δεκατέσσερά της χρόνια, εξέθεσε έργα της στην Εταιρεία των Φιλοτέχνων, όπως έγραψε η ίδια στο ημερολόγιο

της, και σε όλες τις μεγάλες εκθέσεις των [Αθηνών](#). Το 1900 έφυγε για το [Παρίσι](#) όπου για σύντομο χρονικό διάστημα παρακολούθησε μαθήματα στην «Academie Julian».

Το 1901, ύστερα από την παρότρυνση της μητέρας της, ζήτησε από το Βασιλιά [Γεώργιο Α΄](#), να επιτραπεί με νόμο η εισαγωγή [γυναικών](#) στη Σχολή Καλών Τεχνών. Ο νόμος ψηφίστηκε και έγινε η πρώτη γυναίκα που γράφτηκε και σπούδασε στη σχολή από τις 27 Οκτωβρίου 1903 έως τις 7 Ιουλίου 1907, με δασκάλους τον [Κωνσταντίνο Βολανάκη](#), το [Νικηφόρο Λύτρα](#) και το [Γεώργιο Ιακωβίδη](#).

Το 1908 ταξίδεψε με 3τή [υποτροφία](#) στη [Γερμανία](#) και παρουσιάζει έργα της σε εκθέσεις του [Μονάχου](#) και του [Βερολίνου](#) ενώ από το 1910 ως το 1914 φοιτά στην «Academie de la Grande Chaumiere» στο Παρίσι, με δασκάλους και [καθοδηγητές](#) της τους B.Constant και J.P Laurens, όπου έλαβε μέρος σε πολλές εκθέσεις ζωγραφικής.

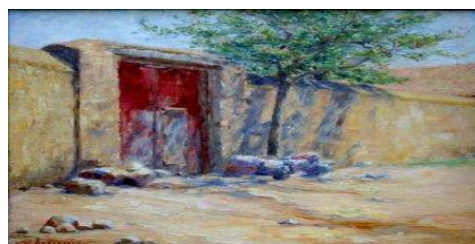


Σοφία Λασκαρίδου, Καταρράκτης Αιδηψού, 1902

Ο [Γρηγόριος Ξενόπουλος](#) στα «Απομνημονεύματα» του αναφέρει ότι αποτέλεσε το [πρότυπό](#) του για την ηρωίδα του έργου του «Στέλλα Βιολάντη»

## Το έργο της

Υπάρχουν 339 έργα της, λάδια, σχέδια και χαρακτικά, τα οποία μετά το θάνατό της, σκορπίστηκαν σε ιδιωτικές συλλογές -ελάχιστα κληροδότησε στην Εθνική Πινακοθήκη- και έγιναν απρόσιτα στο κοινό.



**Σοφία Λασκαρίδου, Κόκκινη Πόρτα, 1907**

Στη μελέτη της Χριστίνας Γραμματικοπούλου αναφέρεται επιγραμματικά ότι στις κριτικές μέχρι το 1907, η καλλιτεχνική της παρουσία θεωρείται «*μάλλον νεωτεριστική και κατά συνέπειαν άγνωστος και ασυνείθιστος εις το πολύ κοινόν*», οι πίνακές της βρίσκουν εύκολα αγοραστές, ενώ δε λείπουν τα επικριτικά σχόλια για το «*εκζηματικόν εκείνο χρώμα*» και για την «*ανωμαλία και το αντιμέτωπον εκείνο της πινελιάς, το οποίον [...] αποκαλύπτει και ανωμαλίαν εμπνεύσεως και αμφιβολίαν αντιλήψεως και δυσπιστίαν προς την αλήθειαν των χρωμάτων*».

Όμως οι ομότεχνοί της, όπως ο [Δημήτρης Γαλάνης](#), βρίσκουν ότι ο τρόπος αυτός επεξεργασίας του θέματος, με το «*χρώμα βαλμένο με την οκά, εξέχον από την οθόνην, [...] δίδει την ζωήν και την δύναμιν εις το έργον*», Ο [Συμεών Σαββίδης](#) αναγνωρίζει στο έργο της «*πολλήν αντίληψιν και όχι ολίγην ποίησιν*» και ο [Νικηφόρος Λύτρας](#) φέρεται να δήλωνε ότι η μαθήτριά του μια μέρα θα τιμούσε το



δάσκαλό της



**Σοφία Λασκαρίδου, Πεύκα Βουλιαγμένης, 1907**

Η Θάλεια Φλωρά-Καραβία, αρκετά χρόνια αργότερα, θυμάται ότι «τα έργα της είχαν πολλήν πρωτοτυπίαν και ανεγνωρίζετο ως πρωτοπόρος του **εμπρεσιονισμού** με μια αυθόρμητη αγάπη στο χρώμα».

Στα έργα της, το σχέδιο και η σύνθεση είχαν δευτερεύοντα ρόλο καθώς εκφραζόταν με το χρώμα κυρίως όμως με το φως, και όπως έχει γραφεί «*πουθενά το Ελληνικόν φως, άφθονον και αποτυφλωτικόν, ή διακριτικόν και ήρεμον, πάντοτε όμως ιδιαίτερον και χαρακτηριστικόν, πουθενά δεν ημπορεί να συλληφθή τόσο βέβαιον και αληθινόν όσον εις ένα πίνακα της*»



**Σοφία Λασκαρίδου, Σπορά για το χωράφι, 1912**

## Οι σπουδές της και οι καθηγητές της

Το 1900 έφυγε για ένα εξάμηνο στην Ευρώπη, όπου επισκέφθηκε πινακοθήκες διαφόρων πόλεων και παρακολούθησε Μαθήματα ζωγραφικής στο Παρίσι, στην Ακαδημία

Julien και στα ατελιέ των Benjamin Constant και του πατέρα του Jean Paul Laurens. Μετά τον θάνατο του πατέρα της, ο οποίος δεν ενέκρινε την επιθυμία της για επαγγελματική εκπαίδευση, εγγράφηκε στην Καλλιτεχνική Σχολή Κυριών της Εταιρείας των Φιλοτέχνων (1900).

Ωστόσο, φαίνεται ότι δεν την ικανοποιούσε ως επίπεδο σπουδών, γι' αυτό άρχισε να αναζητάει τον τρόπο να κατορθώσει να γίνει δεκτή από τη Σχολή Καλών Τεχνών της Αθήνας, που ως τότε απαγόρευε τη φοίτηση στις Γυναίκες. Χάρη σε ίδια δυναμική παρέμβαση κατόρθωσε να εγγραφεί το 1903 και να πάρει το πτυχίο της το 1907 έχοντας ως καθηγητές τους κυρίους Βολανάκη, Γ. Ροιλό, Νικηφόρο Λύτρα, Γ. Ιακωβίδη και Οδ.Φωκά.



Σοφία Λασκαρίδου, Χωριατόσπιτα, 1901

Αργυρίου Μυρτώ Άτάξη.

# ΜΟΥΣΙΚΗ

## Η Αξία της Κλασικής Μουσικής



Όταν αναφέρουμε τον όρο **κλασική μουσική** στο μυαλό μας έρχεται πολλές φορές η όπερα ή ακόμα πιο συχνά ένα βιολί και ένα πιάνο. Στο μυαλό μας έρχεται η λέξη ηρεμία που πολλές φορές αναζητάμε στην καθημερινότητά μας. Με βάση την κλασική μουσική δημιουργήθηκαν και δημιουργούνται ακόμα οι μεταγενέστερες μουσικές από την πιο χαλαρωτική μέχρι την πιο έντονη. Με βάση αυτήν εφευρέθηκαν οι πρώτοι κανόνες, οι πρώτες ιδέες και οι πρώτοι συνδυασμοί. Και ξαφνικά μέσα σε τόσους αιώνες περάσαμε από το ένα άκρο στο άλλο. Τόσοι αιώνες και τόσα διαφορετικά μουσικά σύνολα. Όσοι αιώνες και να περάσουν όμως η κλασική μουσική είναι διαχρονική. Θα μείνει πάντα μέσα στις καρδιές μας.

Οι σημαντικότεροι συνθέτες όλων των εποχών δημιούργησαν την κλασική μουσική και το όνομά τους θα μείνει για όσο υπάρχει μουσική στον πλανήτη μας. Οι σύγχρονοι συνθέτες πειραματίστηκαν σε καινούργια σχήματα αλλά δεν κατάφεραν να γίνουν κατανοητοί από τον πολύ κόσμο όπως και η αφηρημένη τέχνη στη Ζωγραφική.

Δεν ξέρουμε επίσης πόσο μπορεί να μείνει στο πέρασμα των χρόνων.

Η κλασική μουσική μπορεί τώρα τελευταία να φαίνεται πως δεν είναι καθόλου της μόδας όμως πιστεύω πως σύντομα θα επανέλθει η περίοδος που όλοι θα την ακούνε σαν κάτι πολύ καινούργιο. Γιατί άλλωστε ας μην ξεχνάμε ότι μας εκφράζει την γαλήνη που όλοι ψάχνουμε επειδή ακριβώς μας λείπει.

Έτσι λοιπόν ας μην ξεχνάμε να αναζητάμε στη κλασική μουσική την ηρεμία που χρειαζόμαστε γιατί κλασικό σημαίνει κάτι που δεν φεύγει ποτέ παρά το πέρασμα των αιώνων και γιατί η κλασική μουσική μιλάει κατευθείαν στη ψυχή των ανθρώπων! Βέβαια υπάρχουν κλασικά κομμάτια που δεν είναι καθόλου ήρεμα όπως π.χ. η ενάτη του Μπετόβεν, αλλά όσο έντονα και να είναι δεν μας αναστατώνουν και δεν μας κουράζουν.

**Μαρία Ντούσα Α3**

## Η μουσική είναι γλώσσα.



**Εικόνα από την ομάδα για τη μουσική της Α.**

**Ο άνθρωπος μπορεί να επικοινωνήσει μέσω της μουσικής όπως**

μπορεί να επικοινωνήσει μέσω της δικής του γλώσσας. Έχει την ιδιότητα να μπορεί να μεταφέρει οποιοδήποτε συναίσθημα που θέλει ο άνθρωπος. Επίσης μπορεί να καλύψει οποιαδήποτε ανάγκη και κατάσταση του ανθρώπου όπως κάτι χαρούμενο όπως μια γιορτή όπου με τη μουσική οι άνθρωποι ενώνονται και μοιράζονται την χαρά τους μέσω αυτής, έως και τα πιο στενάχωρα συναισθήματα του ανθρώπου. Για πολλούς ανθρώπους η μουσική είναι το φάρμακο

για τα πάντα. Μπορεί να θεραπεύσει όλα τα προβλήματα του ανθρώπου, όπως να τον ηρεμήσει μετά από μια στρεσογόνα κατάσταση και να τον κάνει χαρούμενο μετά από μεγάλη στεναχώρια. Η μουσική είναι απαραίτητη για την καθημερινότητα πολλών ανθρώπων και είναι απαραίτητο συστατικό για όλη την ζωή. Πρότασή μου είναι πως θα ήτανε ωραίο να χρησιμοποιούσαμε μουσική σε μερικά σχολικά μαθήματα για να μας βοηθάει περισσότερο στην παράδοση του μαθήματος και ειδικότερα στο μάθημα της Οδύσσειας που μας μιλάει για τις περιπέτειες του Οδυσσέα για να γυρίσει πίσω στην Ιθάκη.....

Καζαντζίδου Δήμητρα Α2



**Η ΚΟΚΙΑ .**



## **Αγαπημένη μου τραγουδίστρια και συγκρότημα !**

**Έχω πολλούς αγαπημένους τραγουδιστές και τραγουδίστριες όπως και συγκροτήματα . Εδώ έχω μία τραγουδίστρια και ένα συγκρότημα .**

**Η αγαπημένη μου τραγουδίστρια είναι η ΚΟΚΙΑ ( Akiko Yoshida ) . Η ΚΟΚΙΑ είναι τραγουδίστρια και συνθέτρια από την Ιαπωνία . Γεννήθηκε στις 22 Ιουλίου το 1976 στο Τόκιο και τώρα είναι 38 χρονών . Άρχισε να μαθαίνει βιολί από όταν ήταν δυο μισή χρονών και παίζει πιάνο και κιθάρα . Όταν ήταν δέκα χρονών πήγε με την αδελφή της στην Αμερική σε ένα καλοκαιρινό μουσικό σχολείο όπως και όταν ήταν δεκατεσσάρων χρονών . Στο λύκειο σπούδασε φωνητικά και όπερα . Το 1998 όταν ήταν ακόμη στο**



πανεπιστήμιο τραγούδησε στην Pony Canyon μία μουσική εταιρία αφού ένας φίλος της έστειλε στην εταιρία μία ηχογράφιση της . Τότε έφτιαξε το ψευδώνυμο της που βγαίνει αν αναποδογυρίσουμε τις συλλαβές από το όνομα της ( Akiko ) . Το πρώτο της τραγούδι ήταν το "For Little Tail" το οποίο χρησιμοποιήθηκε ως τραγούδι αρχής του παιχνιδιού "Tail Concerto" . Τα πρώτα της επίσημα τραγούδια δεν γράφτηκαν από την ίδια αλλά από τις Toshifumi Hinata και Yoko Kanno . Το 1999 κυκλοφόρησε το πρώτο της άλμπουμ "Songbird" του οποίου τα περισσότερα τραγούδια σε αντίθεση με τα υπόλοιπα τραγούδια της γράφτηκαν από την ίδια . Το άλμπουμ "Arigato" σε αντίθεση με τα υπόλοιπα ήταν πολύ επιτυχημένο στο Χονγκ Κονγκ και βγήκε τρίτο στον διαγωνισμό δημοφιλούς τραγουδιού . Το 2000 έφυγε από την Pony Canyon και το 2002 δημοσίευσε το δεύτερο της άλμπουμ "Trip Trip" . Το 2003 όμως έγινε γνωστή . Η μεγαλύτερη επιτυχία της ήταν το "Remember the kiss" . Μετά από αυτό της ζητήθηκε να τραγουδήσει στο γνωστό τηλεοπτικό πρόγραμμα

"Musik Station" . Τα τραγούδια της "Ai no Melody/Chōwa Oto (With Reflection)" χρησιμοποιήθηκαν ως θεματικά τραγούδια για την ταινία "Origin: Spirits of the Past" . Από τότε μέχρι και σήμερα βγάζει καινούρια τραγούδια και άλμπουμ όπως το εντέκατο άλμπουμ της για το οποίο ταξίδεψε στην Σαχάρα για έμπνευση . Η φωνή της χαρακτηρίζεται ως καθαρή και προσπάθησε να σπάσει το ρεκόρ κράτησης νότας αφού την κράτησε για 29,5 δευτερόλεπτα αλλά δεν το κατάφερε . Άρχισα να ακούω τραγούδια της μέσω μίας άλλης τραγουδίστριας ( Shikata Akiko ) της οποίας ήξερα μόνο ένα τραγούδι και τώρα μου αρέσουν πάρα πολύ και η δύο .

Τέσσερα από τα αγαπημένα μου τραγούδια της KOKIA :

Karma :  
[https://www.youtube.com/watch?v=qZP\\_ekNcc0k](https://www.youtube.com/watch?v=qZP_ekNcc0k)

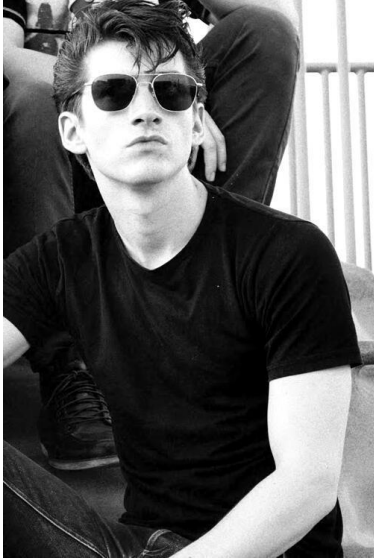
Into the light :  
<https://www.youtube.com/watch?v=YPf56De38Qc>

Tenjin no Komoriuta :  
<https://www.youtube.com/watch?v=jdhEzSQ6Vjg>

Tomoni :  
<https://www.youtube.com/watch?v=a56jyr8wAbI>

# Arctic Monkeys :

**Ο Alex Turner , τραγουδιστής  
των Arctic Monkeys .**



**Οι Arctic Monkeys**



**Οι Arctic Monkeys είναι ένα Βρετανικό ροκ συγκρότημα από το Σέφιλντ της Αγγλίας. Αποτελούνται από τους : Άλεξ Τέρνερ (φωνητικά, κιθάρα) , Τζέιμι Κουκ (κιθάρα) , Νικ Ο' Μάλλεϊ (Ηλεκτρικό μπάσο) και Ματ Χέλντερς (Ντραμς) . Οι Arctic Monkeys είναι ένα από τα πρώτα συγκροτήματα**

**που εμφανίστηκαν στη δημοσιότητα από το Διαδίκτυο . Το συγκρότημα των Arctic Monkeys δημιουργήθηκε το 2002 . Η πρώτη τους συναυλία έγινε στο The Grapes στο Sheffield, ενώ την πρώτη τους ζωντανή εμφάνιση στο Λονδίνο το έδωσαν τον Φεβρουάριο του 2005 όπου τα 200 διαθέσιμα εισιτήρια εξαφανίστηκαν μέσα σε 10 λεπτά από τη στιγμή που άνοιξε το ταμείο . Παρόλο που στην αρχή δεν ήθελαν να υπογράψουν συμβόλαιο με δισκογραφική εταιρία τελικά τον Ιούνιο του 2005 υπέγραψαν με την Domino Records . Το πρώτο τους τραγούδι , αφότου υπέγραψαν στην Domino , ήταν το "I bet you look good on the Dancefloor" , που κυκλοφόρησε στις 17 Οκτωβρίου του 2005 και βρέθηκε αμέσως αμέσως στην κορυφή του Βρετανικού Singles Chart , με πωλήσεις 38.962 αντιτύπων. Τον Νοέμβριο του 2005, το συγκρότημα ψηφίστηκε ως το «Καλύτερο νέο συγκρότημα» στα Βραβεία Muso το 2005 στο Λονδίνο .**

**Το δεύτερο τραγούδι τους ήταν το "When The Sun Goes Down" και κυκλοφόρησε στις 16 Ιανουαρίου του 2006, ενώ**

το αρχικό του όνομα ήταν "Scummy". Στις 23 Ιανουαρίου 2006, το συγκρότημα βγάζει τον πρώτο του δίσκο με τίτλο "Whatever People Say I Am, That's What I'm Not" , ο οποίος είναι ο ταχύτερος σε πωλήσεις δίσκος, πουλώντας 363.735 αντίτυπα την πρώτη εβδομάδα κυκλοφορίας του .

Στις 23 Απριλίου 2007 το συγκρότημα κυκλοφόρησε τον δίσκο "Favourite Worst Nightmare" , ο οποίος ήταν πολύ επιτυχημένος, κερδίζοντας δύο βραβεία στα Brit Awards . Το 2009, οι Arctic Monkeys κυκλοφόρησαν τον δίσκο Humbug , ο οποίος ήταν επίσης πολύ επιτυχημένος . Το 2011 , κυκλοφόρησε ο τέταρτος δίσκος τους με τίτλο "Suck It and See" , ο οποίος έλαβε καλές κριτικές . Το 2012 , οι Arctic Monkeys κυκλοφόρησαν το τραγούδι "R U Mine?" και στις 6 Σεπτεμβρίου του 2013 κυκλοφόρησε ο πέμπτος δίσκος τους . Οι Arctic Monkeys έχουν πολλούς θαυμαστές από όλες τις χώρες ειδικά σε νεαρή ηλικία .

**Τέσσερα από τα αγαπημένα μου τραγούδια των Arctic Monkeys :**

**Do I wanna know :**

**<https://www.youtube.com/watch?v=bpOSxM0rNPM>**

**[tch?v=bpOSxM0rNPM](https://www.youtube.com/watch?v=VQH8ZTgna3Q)**

**R U Mine :**

**<https://www.youtube.com/watch?v=VQH8ZTgna3Q>**

**tch?v=VQH8ZTgna3Q**

**One for the road :**

**<https://www.youtube.com/watch?v=qN7gSMPQFss>**

**tch?v=qN7gSMPQFss**

**No 1 party anthem :**

**<https://www.youtube.com/watch?v=pDYIWAf-ekk>**

**tch?v=pDYIWAf-ekk**

**Ελπίζω να σας άρεσε το άρθρο μου και τα τραγούδια .**

**Χριστίνα Σακοράφα Β τάξη**





# ΔΙΑΤΡΟΦΗ

## Coca Cola...

### Η Καταστροφή!!!

**Σοβαρά προβλήματα στους μυς και στα οστά και αίσθημα ατονίας προκαλεί η υπερκατανάλωση αναψυκτικών τύπου κόλα, προειδοποιούν έλληνες επιστήμονες.**

Σύμφωνα με τα αποτελέσματα της ανησυχητικής έρευνας που πραγματοποίησαν οι ειδικοί του Πανεπιστημίου Ιωαννίνων, η ημερήσια κατανάλωση άνω των 3 λίτρων των συγκεκριμένων αναψυκτικών οδηγεί σε αίσθηση ελαφριάς αδυναμίας, η οποία μπορεί με την πάροδο του χρόνου να φτάσει ακόμη και σε βαριά παράλυση! «Υπάρχουν αρκετά στοιχεία που δείχνουν ότι η υπερβολική κατανάλωση κόκα-κόλας μπορεί να οδηγήσει ακόμη και σε υποκαλαιμία -ξαφνική “βουτιά” των επιπέδων του καλίου στο αίμα- προκαλώντας αρνητικές επιπτώσεις σε ζωτικές μυϊκές λειτουργίες», συμπληρώνει ο επικεφαλής της μελέτης και καθηγητής της παθολογίας στο πανεπιστήμιο, δρ. Μωυσής Ελισάφ. Και φυσικά, αυτό δεν είναι το μοναδικό πρόβλημα που προκαλούν στην υγεία τα αναψυκτικά τύπου κόλα.

Η επιθεώρηση  
«International Journal of Clinical

Practice» γράφει ότι στις πρώτες θέσεις των αρνητικών τους επιδράσεων «φιγουράρουν» η τερηδόνα, ο διαβήτης και το «μαλάκωμα» των οστών.

«Καταναλώνουμε περισσότερα αναψυκτικά από κάθε άλλη φορά και ήδη έχουμε αναγνωρίσει αρκετά προβλήματα υγείας που προκύπτουν από την υπερκατανάλωσή τους, όπως αυξημένη τερηδόνα, απομεταλλοποίηση των οστών, ανάπτυξη μεταβολικού συνδρόμου και διαβήτη», υπογραμμίζει ο κ. Ελισάφ.



Εικονογράφηση, Γκόπη Φοίβος Α  
ΤΑΞΗ

**Ένα ποτήρι Coca Cola περιέχει το 100% της ημερήσιας προτεινόμενης δόσης σε ζάχαρη**

Αποτελεί ένα από τα αγαπημένα αναψυκτικά της καθημερινότητας μας και το σήμα της συγκαταλέγεται στα πιο αναγνωρίσιμα σήματα παγκοσμίως. Παρόλα αυτά, μόνο υγιές αναψυκτικό δεν θεωρείται. Οι διεργασίες που πραγματοποιούνται στον οργανισμό σου, μόλις λίγα λεπτά μετά την

κατανάλωση ενός ποτηριού Coca Cola, αποδεικνύουν του λόγου το αληθές.

**Μετά από 1 λεπτό:** 10 κουταλιές ζάχαρης εισχωρούν στον οργανισμό σου (100% της προτεινόμενης ημερήσιας χρήσης). Ο λόγος που δεν κάνεις εμετό από την υπερβολική δόση ζάχαρης είναι το φωσφορικό οξύ που κόβει την γεύση και σας επιτρέπει να κρατήσετε το αναψυκτικό στο στομάχι σας.

**Μετά από 20 λεπτά:** Το ζάχαρο σας προκαλεί μια έκρηξη ινσουλίνης. Το συκώτι σας ανταποκρίνεται σε αυτό, μετατρέποντας όση ζάχαρη μπορεί σε λίπος (και υπάρχει πολύ ζάχαρη αυτή τη στιγμή)

**Μετά από 40 λεπτά:** Η απορρόφηση καφεΐνης έχει ολοκληρωθεί. Οι κόρες σας διαστέλλονται, η πίεση του αίματος αυξάνεται και το συκώτι συνεχίζει να ρίχνει ζάχαρη στο αίμα. Οι δέκτες αδενοσίνης στον εγκέφαλό σας φράζουν αποτρέποντας την υπνηλία.

**Μετά από 45 λεπτά:** Το σώμα σας ανεβάζει την παραγωγή ντοπαμίνης, ερεθίζοντας τα κέντρα ευχαρίστησης στον εγκέφαλό σας. **Είναι ο ίδιος τρόπος που λειτουργεί και η ηρωίνη.**

**Μετά από 60 λεπτά:** Το φωσφορικό οξύ δεσμεύει το ασβέστιο, το μαγνήσιο και τον ψευδάργυρο στο χαμηλότερο έντερο σας, παρέχοντας μιας περαιτέρω ώθηση στο μεταβολισμό. Αυτό γίνεται από τις υψηλές δόσεις της ζάχαρης και των τεχνητών γλυκαντικών ουσιών που αυξάνουν επίσης την ουρική έκκριση του ασβεστίου. Οι διουρητικές ιδιότητες της καφεΐνης αρχίζουν να εμφανίζονται: Θα αποβάλλεις το συνδεδεμένο ασβέστιο, το μαγνήσιο και τον ψευδάργυρο που πήγαινε στα κόκαλά σου καθώς επίσης και το νάτριο, οι ηλεκτρολύτες και το νερό. **Μπορεί να γίνεις οξύθυμος ή και αργόστροφος.**

**Μόλις έχεις αποβάλλει από τον οργανισμό σου όλες τις πολύτιμες θρεπτικές ουσίες που το σώμα σου θα μπορούσε να έχει χρησιμοποιήσει για να ενυδατώσει το σύστημά σου ή να χτίσει τα ισχυρά κόκαλα και τα δόντια.**

**Πιπερόπουλος Παύλος Γ ΤΑΞΗ**



Χρήστος Καλαϊτζίδης ΑΥ  
**Καλαϊτζίδης Χρήστος**



**Καζνέση Μαρία**



**Σφουρίδης Γιώργος**

# ΘΕΜΑΤΑ ΣΧΟΛΕΙΟΥ:

## 1. Η ΧΟΡΩΔΙΑ ΤΟΥ ΣΧΟΛΕΙΟΥ ΜΑΣ!!

Συναισθήματα μαθητών  
της ορχήστρας και της  
χορωδίας

Μαθήτρια **Καρατζούνη Κορίνα:**  
Κλαρινέτο στην ορχήστρα.

Το **κλαρινέτο** (ή ευθύαυλος) είναι πνευστό μουσικό όργανο. Στη σημερινή του μορφή εμφανίστηκε το 19ο αιώνα. Το κλαρινέτο κατέχει σήμερα βασική θέση στη συμφωνική ορχήστρα, και ανήκει στην κατηγορία των ξύλινων πνευστών. Πολύ σύνηθες είναι το κλαρινέτο και ως μέλος ορχηστρών της τζαζ. Στην Ελλάδα, όπου επεκράτησε η ονομασία κλαρίνο, αλλά και σε πολλές χώρες των Βαλκανίων, αποτελεί ένα από τα βασικά όργανα της παραδοσιακής μουσικής.

Στις πρόβες συναντιόμαστε όλα τα παιδιά της ορχήστρας και της χορωδίας και ή μαθαίνουμε καινούρια τραγούδια ή κάνουμε επανάληψη των τραγουδιών που έχουμε κάνει από παλιά. Η κυρία μας κα Βανδώρου προσπαθεί να μας βάζει λίγο εύκολα τραγούδια αλλά και ωραία ώστε να μην δυσκολευόμαστε πάρα πολύ. Την ώρα που παίζουμε ένα τραγούδι, προσπαθούμε να μην κάνουμε λάθη ειδικά η ορχήστρα για να μην μπερδέψουμε και την χορωδία.

Πριν τη παράσταση νιώθουμε αγωνία, χαρά που θα μας δουν πολλοί άνθρωποι και θα ακούσουν τι έχουμε καταφέρει μέχρι τώρα.

Θεοφανία Μπαλαμπάνη:  
μέλος της χορωδίας

Η χορωδία είναι ένα μουσικό σύνολο τραγουδιστών. Στις πρόβες περνάμε όλοι πολύ καλά. Πέρα του ότι πρέπει να προσέχουμε και να είμαστε σοβαροί γιατί θέλουμε να βγει ένα καλό αποτέλεσμα και γιατί είναι περιορισμένος ο χρόνος μας, κάνουμε αστεία, γελάμε και γενικά περνάμε πολύ καλά. Προσπαθούμε πάντα για το καλύτερο και ειδικά εμείς που είμαστε στην χορωδία πρέπει να προσέχουμε και να μην κάνουμε λάθη γιατί ακόμα και ένα μπορεί να καταστρέψει το τραγούδι. Είναι αρκετές οι φορές που η κυρία μας κα Βανδώρου, μας μαθαίνει ένα καινούριο τραγούδι και επειδή υπάρχει μία μικρή δυσκολία πολλές φορές δεν τα καταφέρνουμε ακόμα και αν έχουμε κάνει πάνω από οχτώ πρόβες. Όμως με το ενδιαφέρον μας γι' αυτό που κάνουμε και με λίγες προσπάθειες τα καταφέρνουμε και πολύ καλά μπορώ να πω....





## 2.Η ΓΙΟΡΤΗ ΤΗΣ 25<sup>ης</sup> ΜΑΡΤΙΟΥ.



μας διασκέδασε μια εποχή που δύσκολα μας διασκεδάζει κάτι.



Το σκέτς, είχε τίτλο ... «ΤΟ ΣΚΕΤΣ»



Η Χορωδία του Σχολείου μας με τη μουσικό μας τη κα Βανδώρου μας εντυπωσίασε γι άλλη μια φορά!!!! Τα όργανα της χορωδίας μας είναι τέσσερις κιθάρες ,δύο βιολιά , ένα κλαρινέτο κι ένα τουμπερλέκι.

**ΕΠΙΣΗΣ,**

Η γιορτή της 25<sup>ης</sup> Μαρτίου θριάμβευσε με την εξαιρετική επιμέλεια των καθηγητριών κα **Κάζηρα** και κα **Χριστοφορίδου** οι οποίες προσέφεραν πολύ ωραίο θέαμα με τους πίνακες των Γάλλων και Ελλήνων Ζωγράφων με θέμα την εποχή του 1821 και την Ελληνική επανάσταση όπως και το απίθανο χιουμοριστικό ΣΚΕΤΣ που

**Η ΧΟΡΩΔΙΑ ΤΟΥ  
14ου ΓΥΜΝΑΣΙΟΥ ΚΑΛΛΙΘΕΑΣ  
ΣΥΜΜΕΤΕΧΕΙ ΚΑΘΕ ΧΡΟΝΙΑ  
ΜΕ ΜΕΓΑΛΗ ΕΠΙΤΥΧΙΑ ΣΤΟ  
ΜΑΘΗΤΙΚΟ ΦΕΣΤΙΒΑΛ ΤΟΥ  
ΔΗΜΟΥ ΚΑΛΛΙΘΕΑΣ.  
ΦΕΤΟΣ ΤΑ ΤΡΑΓΟΥΔΙΑ ΕΙΧΑΝ  
ΘΕΜΑ ΤΗΝ ΑΓΑΠΗ!!!!!! ΚΑΙ ΤΑ  
ΠΑΙΔΙΑ ΤΡΑΓΟΥΔΗΣΑΝ  
ΥΠΕΡΟΧΑ!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!**

### 3. ΠΑΣΧΑΛΙΝΟ ΒΑΖΑΡ

ΤΗΝ ΗΜΕΡΑ ΤΩΝ ΒΑΘΜΩΝ  
ΤΟΥ Β ΤΡΙΜΗΝΟΥ, ΚΙ ΕΝΑ  
ΕΥΧΑΡΙΣΤΟ!!

ΤΟ ΠΑΣΧΑΛΙΝΟ ΒΑΖΑΡ ΤΟΥ  
ΣΥΛΛΟΓΟΥ ΓΟΝΕΩΝ ΜΑΣ  
ΕΦΤΙΑΞΕ ΤΗ ΔΙΑΘΕΣΗ!



Οι λαμπάδες έγιναν από τα παιδιά  
και από τις κυρίες του Συλλόγου  
Γονέων στην αίθουσα  
Καλλιτεχνικών και τα έσοδα θα  
διατεθούν για ανάγκες του Σχολείου  
μας.



Και επειδή δεν  
είναι πάντα όλα  
τέλεια...



**ΘΕΜΑ:**  
**Καθαριότητα!**



εικόνα Καλογήρου Μιχάλης Ατάξη

Πολλά παιδιά δεν απολαμβάνουν την καθαριότητα στο Σχολείο μας αν και το Σχολείο σε σύγκριση με άλλα είναι καθαρότερο. Δεν είναι όμως αυτή που θα θέλαμε.

Για παράδειγμα πολλές φορές βρίσκουμε πεταμένα σκουπίδια στους διαδρόμους από τα παιδιά ή έξω στο προαύλιο, ακόμα και στο γκαζόν του κήπου ή πίσω από τους θάμνους... Σίγουρα η δουλειά της κας Καθαρίστριας είναι δύσκολη και μπορεί να μην πρόλαβε να καθαρίσει αλλά δεν γίνεται και να βρίσκεται πίσω μας κάθε φορά να μας μαζεύει ότι πετάμε! Όμως φταίνε και μερικά παιδιά που πετούν τα σκουπίδια τους επίτηδες για να κάνουν τους έξυπνους στους άλλους μαθητές. Ο διευθυντής έκανε παρατήρηση στους μαθητές επίσης γιατί σε κάποιους χώρους του σχολείου υπάρχουν κολλημένες τσίχλες...!!

Οι τουαλέτες επίσης θα ήταν πιο καθαρές αν φροντίζαμε όλοι να τραβάμε το καζανάκι κάθε φορά (ή να αποφύγουμε να πάμε κάπου που το καζανάκι ξέρουμε πως έχει χαλάσει). Όταν πλένουμε τα χέρια μας ή τα πινέλα της ζωγραφικής δεν είναι ανάγκη να πιτσιλάμε παντού τα χρώματα και δεν είναι κατάλληλος χώρος για ...αστειάκια, η τουαλέτα. Είμαστε από τα λίγα σχολεία που έχουν χαρτί υγείας και χειροπετσέτες στις τουαλέτες των μαθητών ακόμα κι αν μερικοί αστεειόμονοι τα παρομοιάζουν με ...γυαλόχαρτο. Οι πετσέτες των χεριών είναι πιο σκληρές επειδή είναι από ανακυκλώσιμο χαρτί και αυτό το επιλέξαμε επειδή είναι φιλικό προς

το περιβάλλον. Ας εκτιμήσουμε ότι το Σχολείο μας προσπαθεί να μας τα παρέχει όλα μια τόσο δύσκολη εποχή γιατί πραγματικά σε αυτό το σχολείο προσπαθούν όλοι να μη μας λείψει τίποτα!!! Το ευχαριστώ μας, θα είναι ο καλός τρόπος μας! Γιατί η καθαριότητα είναι μόνο η μισή αρχοντιά! **Η ΑΛΛΗ ΜΙΣΗ ΠΟΥ ΕΙΝΑΙ; Οι καλοί τρόποι και η καλή συμπεριφορά είναι η άλλη μισή!!**

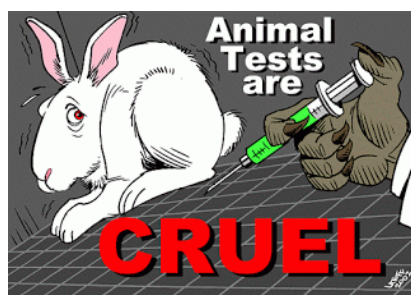
**Και να το επίμαχο ερώτημα!**

**Οι μαθητές βρίζουν σε αυτό το σχολείο;** Δυστυχώς πολλοί μαθητές και μαθήτριες εξασκούν τα ...«γαλλικά» τους όλες τις ώρες ανεξαιρέτως ακόμα και στη διάρκεια μερικών μαθημάτων. Υπάρχουν και παιδιά που μιλούν στους καθηγητές τους στον ενικό χωρίς να πάρουν την άδειά τους. Οι βρισιές και οι μειωτικές φράσεις δεν λείπουν και κάποιες στιγμές νομίζεις πως μιλάς με λαχαναγορίτες και όχι με μαθητές, όχι πως έχουμε τίποτα με τη συμπαθή τάξη των λαχαναγοριτών-οι οποίοι σημειωτέον δεν βρίζουν πια όπως παλιά- απλά τους αναφέρουμε χάρη της σύγκρισης. Κάποιοι μαθητές-τριες δέχονται τις βρισιές και δεν τις καταγγέλουν για να μη τους πούνε και καρφιά από πάνω! **Όμως με αυτό το πάτημα κάποιοι μαθητές προσβάλουν και απαξιώνουν όλα τα παιδιά του Σχολείου. Αξίζει να μη τιμωρηθούν;** Ο Διευθυντής μας είναι αυστηρός σε αυτά τα θέματα και έχει τιμωρήσει παιδιά γι αυτό. Όμως είναι απ ότι φαίνεται της μόδας να απαξιώνουμε τους άλλους για να προβάλλουμε τον εαυτό μας...και το βιολί συνεχίζεται. **Γκόπη Φοίβος και Μιχάλης Καλογήρου Τάξη Α.**



# ΟΙ ΚΑΛΟΙ ΜΑΣ ΦΙΛΟΙ ΤΑ ΖΩΑΚΙΑ

## Παγκόσμια Ημέρα Κατάργησης των Πειραμάτων σε Ζώα



Η Παγκόσμια Ημέρα Κατάργησης των Πειραμάτων σε Ζώα εορτάζεται στις [24 Απριλίου](#) ως μέρα μνήμης για τα εκατομμύρια πειραματόζωα, που υποφέρουν και χάνονται κάθε χρόνο στο όνομα της επιστήμης και το υποτιθέμενο καλό της ανθρωπότητας. Διοργανώνεται από την Animal Aid, υπό την αιγίδα του ΟΗΕ.

Εκατομμύρια ζώα γίνονται κάθε χρόνο σε όλο τον κόσμο «μοντέλα» έρευνας και ανάλυσης ασθενειών κάθε είδους. Ποντίκια, αρουραίοι, κουνέλια, γουρούνια αλλά και γάτες, σκύλοι και πίθηκοι χρησιμοποιούνται σε επιστημονικά εργαστήρια προκειμένου να ελεγχθούν η τοξικότητα νέων φαρμάκων, η επίδραση τοξικών και χημικών ουσιών στην ανθρώπινη αναπαραγωγή, η πρόκληση αλλεργιών, δερματικών προβλημάτων, καρκίνου κ.ά.

Κάθε φάρμακο, κάθε καλλυντικό, κάθε χημική ή οπλική δοκιμή, θα έχει πάντα τη "σφραγίδα" του πόνου, του αίματος των ουρλιαχτών των ζώων, αυτών των

υπάρξεων που θανατώνονται και βασανίζονται στο όνομα της επιστήμης, της ιατρικής, της ομορφιάς, στο όνομα του κέρδους και του υπερκαταναλωτισμού των ανθρώπων.

Κουνέλια, ποντίκια, μπαμπούινοι, πίθηκοι, ακόμη και οι "φίλοι του ανθρώπου", σκύλοι και γάτες, βασανίζονται, υποφέρουν και θυσιάζονται κάθε χρόνο, κάθε μήνα, κάθε ημέρα, για ... τον άνθρωπο, ενώ υπάρχουν άλλες εναλλακτικές μέθοδοι.

Εκτιμάται ότι 13 εκατομμύρια ζώα βασανίζονται και σκοτώνονται κάθε χρόνο στα Ευρωπαϊκά εργαστήρια και πάνω από 25 εκατομμύρια σπονδυλωτά ζώα χρησιμοποιούνται σε πειράματα στις Ηνωμένες Πολιτείες, συμπεριλαμβανομένων των πιθήκων, χιμπατζήδων, ενώ χρησιμοποιούνται σκύλοι, γάτες, κουνέλια, ποντίκια, πουλιά, ζώα αγροκτήματος και άλλα. Μετά την ολοκλήρωση των πειραμάτων, ουσιαστικά όλα τα ζώα, που έχουν επιζήσει της έρευνας, σκοτώνονται.

Μερικά παραδείγματα τεστ σε ζώα :

### Τεστ ευαισθησίας των ματιών

Αυτό το πείραμα περιλαμβάνει τον ερεθισμό των ματιών τους με τοξικές ουσίες. Συνήθως αυτά τα ζώα κρατιούνται με ανοιχτά μάτια ειδικά τα κουνέλια που δεν μπορούν να κλείσουν τα βλέφαρα τους, για να μην αποβάλλουν μέσω δακρύων τις ουσίες και φυσικά στο τέλος, τυφλώνονται. Υποφέρουν από φρικτούς πόνους στα μάτια τους για τουλάχιστον 21 ημέρες συνεχόμενα. Όταν το πείραμα ολοκληρωθεί, τα ζώα θανατώνονται ή χρησιμοποιούνται σε άλλα τεστ.

## Δερματολογικά τεστ

Τα ζώα ακινητοποιούνται, τους ξυρίζουν το τρίχωμα σε διάφορα σημεία του σώματός τους και τους ρίχνουν για περίπου εννέα μήνες, καυστικές ουσίες ώστε να διαπιστώσουν σε πόσο χρονικό διάστημα θα διαβρωθεί το δέρμα τους.



## Τεστ θανατηφόρας δόσης

Το πείραμα αυτό περιλαμβάνει την μεταβίβαση χορήγηση από το στόμα, ή την χορήγηση με ενέσεις και εισπνοή, ουσιών που σκοτώνουν προκειμένου να διαπιστώσουν οι επιστήμονες πια είναι τα επιτρεπόμενα όρια κατανάλωσης μίας χημικής ουσίας προτού ο οργανισμός καταλήξει.

Αυτά τα πειράματα προκαλούν στα ζώα διάρροια, εμετό, παράλυση, αιμορραγία από τα μάτια, τη μύτη, το στόμα και το δέρμα. Η διάρκεια αυτών μπορεί να εκκίνηται από μήνες έως χρόνια. Κάθε μέρα σε όλο τον κόσμο αυτά τα ζώα αγωνίζονται για τις ζωές τους στο όνομα της Επιστήμης.

Όπως υποστηρίζουν οργανώσεις υπέρ των δικαιωμάτων των ζώων, τα πειράματα για καλλυντικά και προϊόντα οικιακής χρήσης είναι λάθος και άσκοπα, καθώς υπάρχουν πολλές εναλλακτικές λύσεις που μπορούμε να χρησιμοποιήσουμε αντ' αυτού. Αν και οι δοκιμές σε ζώα φαρμακευτικών και ορισμένων χημικών ουσιών απαιτούνται

από το νόμο, οι αντιρρήσεις κατά της χρήσης ζώων σε δοκιμές καλλυντικών εξακολουθούν να ισχύουν, όταν εφαρμόζεται σε χημικές και φαρμακευτικές βιομηχανίες. Αυτές οι βιομηχανίες που ελέγχονται και ρυθμίζονται από τον Οργανισμό Τροφίμων και Φαρμάκων και την Υπηρεσία Προστασίας του Περιβάλλοντος, αντίστοιχα έχουν και την ευθύνη, που σκοτώνουν τα ζώα για να φέρουν τα προϊόντα τους στην αγορά, να πείσουν τους ρυθμιστικούς αυτούς οργανισμούς, ότι υπάρχει καλύτερος τρόπος για τον προσδιορισμό της ασφάλειας των προϊόντων τους.

## Πειράματα μόνο για έρευνα στην Ελλάδα

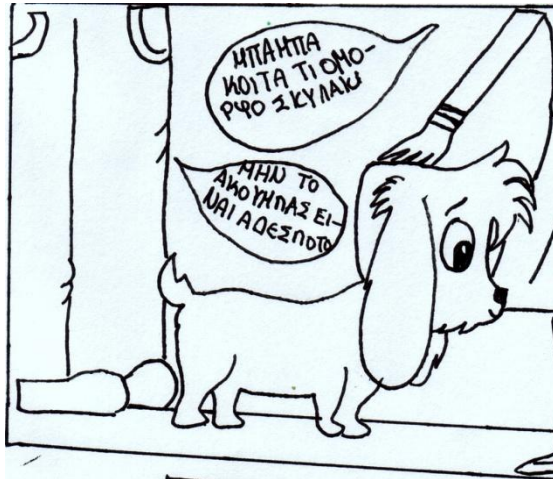
Στην Ελλάδα χρησιμοποιούνται πειραματόζωα σχεδόν αποκλειστικά για ερευνητικούς σκοπούς, αφού η χημική βιομηχανία και η βιομηχανία καλλυντικών είναι σχεδόν αποκλειστικά μεταπρατικές. Στην Αττική βρίσκονται σήμερα περισσότερα από 10.000 πειραματόζωα, κατά κύριο λόγο ποντίκια και αρουραίοι και λιγότερο γουρούνια. Εποπτεύονται από το υπουργείο γεωργίας και τον ΕΟΦ. Σε κάποιες περιπτώσεις έχουν παρατηρηθεί παρατυπίες, όπως στο Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο το 2004, όπου χρησιμοποιήθηκαν ημίαιμοι σκύλοι για τη μελέτη ασθενειών στο πάγκρεας από την Ιατρική σχολή εκεί – παρόλο που απαγορεύεται η χρήση τους για αυτό το σκοπό. Σε γενικές γραμμές όμως το θέμα δεν φαίνεται να απασχολεί ιδιαίτερα τη χώρα σε καμιά του διάσταση.

Πρόσφατα η Κομισιόν και ο ευρωπαϊός επίτροπος Υγείας... και Πολιτικής Καταναλωτών, John Dalli, δήλωσαν, ότι η συμφωνημένη κατάργηση της χρήσης

ζώνων σε πειράματα για καλλυντικά το 2013, δεν θα τηρηθεί και μάλλον θα αναβληθεί ή θα επαναδιαπραγματευθεί. Μεγάλες διεθνείς Μ.Κ.Ο. βρίσκονται σε συνομιλίες με την Ευρωπαϊκή Επιτροπή και πιέζουν, για να τηρηθεί τελικά η απαγόρευση.

# ΡΑΤΣΙΣΜΟΣ ΚΑΙ ΣΤΑ ΖΩΑ.....

ΜΑΡΙΑ ΚΕΡΑΜΙΔΑ Α2





## ΚΑΠΟΙΑ ΑΠΟ ΤΑ ΖΩΑΚΙΑ,

### ΤΩΝ ΚΑΘΗΓΗΤΩΝ ΜΑΣ!!



**Ο ΑΡΗΣ** είναι ο βάτραχος της κας Γκάμπρια!!! Αρχικά νόμιζα πως επισκέπτεται τον κήπο, αλλά εν τέλει ζει μέσα στο σπίτι σε μία μικρή πισινούλα!



Η ΔΥΣΣΑ(Οδύσσεια) είναι η σκυλίτσα της κας Πετρούλια, είναι τώρα σχεδόν 2 χρονών, πολύ ζωηρή και επεισοδιακή και την ακολουθεί στο βουνό στους μεγάλους περιπάτους. Επίσης της αρέσουν το κολύμπι στη θάλασσα, οι βόλτες στις βιτρίνες και ...τα κόκαλα!



Η ΦΡΟΣΩ είναι η χελωνίτσα της κας Πετρούλια που βρέθηκε στο βουνό από ένα φίλο που της τη χάρισε και από τότε ζει στο διαμέρισμά της στην Αθήνα και κάνει χειμερία νάρκη κάτω από το γραφείο της. Το Μάρτιο ξυπνάει και ζει ελεύθερη μέσα στο σπίτι.



Η ΚΛΩΗ είναι η πανέμορφη σκυλίτσα της κας Σείσοπούλου, είναι μικρούλα μόνο ενός έτους πολύ παιχνιδιάρικη και φιλική με όλους!!

## ΕΙΔΗ ΠΡΟΣ ΕΞΑΦΑΝΙΣΗ



### **Κιρκινέζι**

Το Κιρκινέζι αποτελεί ένα από τα πιο γνωστά είδη γερακιού στην Κρήτη, που απειλείται όμως με εξαφάνιση. Έχει την ικανότητα να αιωρείται σε σταθερό σημείο στον αέρα, ενάντια στην φορά του ανέμου.

Το κιρκινέζι είναι ένα μικρόσωμο γεράκι που φωλιάζει σε βράχια ή σε παλιά σπίτια και κυνηγάει τη λεία του σε ανοικτές εκτάσεις με φρύγανα, ενώ το χειμώνα συχνάζει και σε καλλιεργήσιμες εκτάσεις, πριν μεταναστεύσει για την Αφρική. Ζει σε θερμές περιοχές (30-50°C) με χαμηλό υψόμετρο και τρέφεται κυρίως με τρωκτικά, ερπετά και έντομα, όντας πολύ ευεργετικό για τους γεωργούς.

### **ΑΚΑΝΘΟΠΟΝΤΙΚΟΣ**

Ο Κρητικός ακανθοποντικός αποτελεί ένα απειλούμενο θηλαστικό, το οποίο απαντάται αποκλειστικά στο νησί της Κρήτης. Το όνομα του το παίρνει από τις σκληρές χοντρές τρίχες που βρίσκονται στη ράχη και στην ουρά του.

Το πρόσωπο του έχει περισσότερο γκριζα απόχρωση και είναι περισσότερο μυτερό από τα άλλα είδη ακανθοποντικών. Η γούνα του ποικίλει από κίτρινη έως κόκκινη, το πρόσωπο και η ράχη του

ποικίλει από γκρι έως καφέ, ενώ έχει πάντα άσπρο χρώμα στην κοιλιά του.

Ο ακανθοποντικός βγαίνει από την πολύ μικρή του φωλιά την νύχτα για να τραφεί με χόρτα και σπόρους. Εκτός από φυτική τροφή, μπορεί να φάει σαλιγκάρια και έντομα.

Η εγκυμοσύνη του διαρκεί 5-6 βδομάδες, που είναι πολύ μεγάλη διάρκεια για ποντικό. Είναι εντυπωσιακό ότι κατά τη γέννα, άλλες θηλυκές περιποιούνται τη μητέρα, ενώ το νεογνό γεννιέται αρκετά ανεπτυγμένο και με ανοιχτά μάτια.

Οι ακανθοποντικοί κινδυνεύουν με εξαφάνιση, ενώ είναι πολύ δύσκολο να εντοπιστούν δείγματα του. Δεν έχουν μελετηθεί εις βάθος, γεγονός που περιορίζει τις γνώσεις μας για το είδος και την εξέλιξη του.



### **Μαρία Κεραμίδα Α1**



# ΕΛΕΥΘΕΡΟΣ ΧΡΟΝΟΣ!!!

## ΚΟΜΙΞ



Το πρώτο πράγμα που έρχεται στο μυαλό των περισσότερων εφήβων, όταν ακούν τη λέξη κόμικ σίγουρα είναι το διάβασμα, καθώς και ότι σίγουρα δεν είναι κάτι το ενδιαφέρον, φανερά επηρεασμένοι από τις ταινίες. Η άποψη όμως των περισσότερων σίγουρα θα αλλάξει, όταν αποφασίσουν να διαβάσουν κάποιο από αυτά.

Τα κόμικ έχουν ένα μεγάλο καλό. Είναι γραμμένα σε απλή γλώσσα, που ξεκουράζει το μυαλό ύστερα από μία κουραστική μέρα στο σχολείο. Δεν χρειάζεται να θυμάσαι λεπτομέρειες και επιπλέον συνοδεύονται από εικόνες, που ξεκουράζουν το μάτι.

Πιθανότατα όλοι σας έχετε δει ταινίες με υπερήρωες. Ποιός από εσάς δεν ξέρει τον SUPERMAN,

τον BATMAN και τον IRON MAN.

Μένει μόνο να διαβάσετε και τα κόμιξ.

Για να σας προσανατολίσω στον χώρο, σας προτείνω κάποιους τίτλους, που μπορείτε να βρείτε στα ακόλουθα καταστήματα:

- PUBLIC
- COMICON SHOP
- ANUBIS
- SOLARIS

Κάποιοι γνωστοί τίτλοι, σε graphic novel είναι οι ακόλουθοι:

- MARVELS
- ULTIMATUM
- ULTIMATES
- CIVIL WAR
- FLASH
- ΑΝΑΓΕΝΝΗΣΗ
- JUSTICE LEAGUE
- AMERICA NEW 52
- CAPTAIN
- AMERICA Η ΑΡΧΗ
- SPIDER MAN
- ΠΡΩΤΕΣ
- ΠΕΡΙΠΕΤΕΙΕΣ





Τέλος στα comicshops μπορείτε να βρείτε ανατυπώσεις παλαιότερων τευχών .Οι τιμές τους κυμαίνονται από 3-30 ευρώ ,ενώ υπάρχουν και οι εγκυκλοπαίδειες της marvel και της DC στα 40 ευρώ ,που σας παρέχουν πληροφορίες για πάνω από 1000 ήρωες ,η κάθε μία.



ΔΕΝ ΕΧΕΤΕ ΠΑΡΑ ΜΟΝΟ  
ΝΑ ΚΑΝΕΤΕ ΤΗΝ ΑΡΧΗ.  
.....!!!!

**ΚΙΤΣΟΣ ΔΗΜΗΤΡΗΣ Γ ΤΑΞΗ**



# ΑΘΛΗΤΙΚΑ

ΣΥΝΕΝΤΕΥΞΗ

ΓΙΑΝΝΑΣ ΠΑΝΑΓΙΩΤΙΔΟΥ



-Γεια σου Γιάννα! Πως είσαι;  
-Γεια σας! Πολύ καλά εσείς;  
-Κι εγώ μια χαρά. Λοιπόν ας αρχίσουμε. Γνωρίζουμε ότι ασχολείσαι με τον αθλητισμό και συγκεκριμένα με το **CANOE-KAYAK**, ένα άθλημα που συνδέεται άμεσα με την θάλασσα, τα ποτάμια και τις λίμνες. Πόσα χρόνια ασχολείσαι;  
-Όπως πολύ καλά ανέφερες το **KAYAK** συνδέεται με το νερό. Βέβαια το συγκεκριμένο είδος που κάνω εγώ το **CANOE SPRING** διεξάγεται σε λίμνες . Δεν έχουμε όμως τη δυνατότητα στην Αθήνα γι αυτό προπονούμαστε στη θάλασσα. Ασχολούμαι από τα 12 ,σχεδόν μόλις τελείωσα τη 6<sup>η</sup> Δημοτικού . Πολύ γρήγορα λάτρεψα το συγκεκριμένο άθλημα. Είμαι μέλος του Ναυτικού

Ομίλου Τζιτζιφιών-Καλλιθέας και το 2013 ήμουν μέλος της Εθνικής Ομάδας. Φέτος ανεβαίνω στη κατηγορία των Γυναίκων .

-Έχεις αρκετές διακρίσεις;

-Έχω πάνω από 20 μετάλλια μέχρι στιγμής χρυσά, ασημένια και χάλκινα, 9 από αυτά είναι από Πανελλήνιες Διακρίσεις και 6 από τη Διεθνή Ρεγκάτα.

-Έχεις κερδίσει κι άλλα πράγματα από τον πρωταθλητισμό εκτός από τα μετάλλια;

-Έχω μάθει να είμαι αγωνίστρια και ότι στόχο έχω να τον εκπληρώσω. Θεωρώ ότι με έχει κάνει πιο δυνατό και πειθαρχημένο άτομο.

-Αφιερώνεις πολύ χρόνο στη προπόνησή σου;

- Αφιερώνω όσο χρόνο μπορώ και μου επιτρέπεται , γιατί τόσα χρόνια με το σχολείο και το διάβασμα είναι λίγο δύσκολο ν αφιερώσω παραπάνω χρόνο όπως κάνουν άλλοι αθλητές στο εξωτερικό.



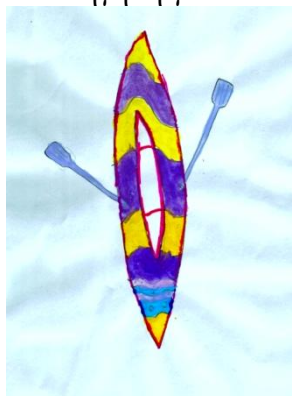
-Σου έχει λείψει κάτι όλ αυτά τα χρόνια;

-Βεβαίως μου έχει λείψει αλλά δεν με στενοχωρεί ιδιαίτερα γιατί είναι επιλογή μου ν ασχολούμαι με τον πρωταθλητισμό και όταν θέτεις κάποιους στόχους πρέπει να κάνεις πολλές θυσίες ώστε να τους εκπληρώσεις.



-Είναι ένα άθλημα που δεν είναι πολύ γνωστό στην Ελλάδα ,θα το πρότεινες σε κάποιον;

-Η αλήθεια είναι πως δεν είναι τόσο δημοφιλές στη χώρα μας αν και γίνονται κάποιες ενέργειες από νέους αθλητές ώστε να το μάθει ο κόσμος. Φυσικά και θα προέτρεπα κάποιον να ασχοληθεί με το CANOE-KAYAK! Είναι ένα εντυπωσιακό άθλημα που κυριολεκτικά σε μαγεύει. Είναι δύσκολο, όμως με τη σωστή καθοδήγηση γίνεται πολύ εύκολο.



Αρώνη Βερονίκη

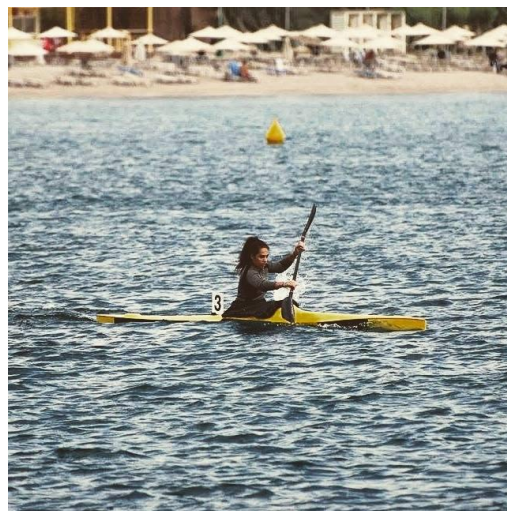
-Υπάρχει κάποιο δυσάρεστο γεγονός που αντιμετώπισες αυτά τα χρόνια; χειρουργήθηκα στο αριστερό μου γόνατο κάτι που με έβγαλε εκτός για δυο μήνες και λόγω έλλειψης προπονήσεων δεν κατάφερα να μπω στη Εθνική ομάδα για τη χρονιά του 2014.

-Τώρα είσαι τελείως καλά και θα σε δούμε προσεχώς σε αγώνες;

-Ναι, είμαι μια χαρά έχω αρχίσει προ πολλού τις προπονήσεις.

-Να μας ειδοποιήσεις όποτε αγωνιστείς ξανά Γιάννα. Η σχολική εφημερίδα σου εύχεται πολλές επιτυχίες ακόμα και πολλά μετάλλια!!!

**-Ευχαριστώ πολύ !και σε σας εύχομαι τα καλύτερα!!**



εικονογράφιση, Αρώνη Βερονίκη Α1



## Jet-skiing

Οι περισσότεροι έχουν την αίσθηση πως τα γνωστά στους περισσότερους Jet Ski, είναι ιδανικά για να κάνεις τη βόλτα σου κοντά στην παραλία. Άλλοι πάλι ακούγοντας τη λέξη Jet Ski... εκνευρίζονται καθώς η φασαρία που κάνουν και ιδίως του καλοκαιρινούς μήνες ενοχλεί σε μέγιστο βαθμό τους λουόμενους. Και είναι αλήθεια πολύ εκνευριστικό γι αυτό πρέπει να γίνεται κάπου που δεν υπάρχουν λουόμενοι ή άλλη εποχή.



Στην πραγματικότητα αυτά τα... μηχανάκια της θάλασσας έχουν απεριόριστες δυνατότητες και κυρίως όταν αναφερόμαστε σε αυτά που έχουν κατασκευαστεί τα τελευταία χρόνια. Ένα μεγάλο ποσοστό των ανθρώπων που ασχολείται με το συγκεκριμένο σπορ, δεν περιμένει το καλοκαίρι για να κάνει τη βόλτα του. Το αντίθετο θα έλεγα.

**Περιμένει το... χειμώνα**

**για να βγει στα ανοιχτά, να πάει γρήγορα, να ευχαριστηθεί με ένα ξεχωριστό τρόπο, αυτό που τον γεμίζει όσο τίποτα άλλο.**



Δεν είναι λίγες οι φορές που φίλοι με τρέλα για τα Jet Ski συγκεντρώνονται και οργανώνουν ταξίδια-εκδρομές, κάνοντας αυτό που για κάποιους άλλους φαντάζει αδιανόητο. Να σημειώσουμε εδώ πως τα συγκεκριμένα «σκάφη» μπορούν να ταξιδέψουν σε μεγάλες αποστάσεις για δύο λόγους. Πρώτον, γιατί έχουν μεγάλα ντεπόζιτα και δεύτερον, διότι οι ελληνικές θάλασσες το επιτρέπουν.

Φασόη Ανδρονίκη Α3

**ΣΥΝΧΡΟΝΙΣΜΕΝΗ  
ΚΟΛΥΜΒΗΣΗ**



Η συγχρονισμένη κολύμβηση είναι άθλημα του υγρού στίβου. Συμπεριλήφθηκε στο πρόγραμμα των αγώνων μόλις το 1977. Έχει τρία αγωνίσματα. Το ατομικό, τα ζευγάρια (ή ντουέτο) και το ομαδικό. Το άθλημα είναι αποκλειστικά για γυναίκες, αν και γίνεται κάποια προσπάθεια για να γίνει και άθλημα των αντρών. Η συγχρονισμένη κολύμβηση είναι ένα είδος επίδειξης μέσα στο νερό, στο οποίο οι αθλήτριες κρίνονται για την εκτέλεση ορισμένων κολυμβητικών κινήσεων που έχουν εγκριθεί από τις αρμόδιες αθλητικές αρχές. Οι αθλήτριες βαθμολογούνται για την εκτέλεση μιας σειράς από φιγούρες και για ένα τυπικό κολυμβητικό πρόγραμμα που γίνεται με τη συνοδεία μουσικής.

Στις εθνικές και διεθνείς

συναντήσεις η πισίνα πρέπει να είναι τετράγωνη με ελάχιστο μήκος πλευράς 12 μέτρα. Το βάθος της πρέπει να είναι τουλάχιστον τρία μέτρα για τις φιγούρες και 1,7 μέτρα για το τυπικό πρόγραμμα. Η ελάχιστη θερμοκρασία της πισίνας πρέπει να είναι **24 βαθμοί** Κελσίου. Οι διοργανωτές των αγώνων είναι υποχρεωμένοι να έχουν τα κατάλληλα μηχανήματα για την αναπαραγωγή της μουσικής που επιθυμούν οι αθλήτριες. Σε αυτά περιλαμβάνονται και υποβρύχια ηχεία που τηρούν τους κανόνες ασφαλείας. Για τις υποχρεωτικές φιγούρες οι αθλήτριες πρέπει να φοράνε μαύρο μαγιό με άσπρο σκουφάκι. Για το τυπικό κολυμβητικό πρόγραμμα μπορούν να φορέσουν οποιοδήποτε μαγιό θεωρείται κατάλληλο. Οι ελάχιστες ανάγκες σε διεθνείς συναντήσεις είναι ένας διαιτητής που επιβλέπει τα αγωνίσματα, διορίζει και κατευθύνει τους υπόλοιπους κριτές, δίνει το σύνθημα για την έναρξη των αγωνισμάτων, επιβάλλει ποινές και εγκρίνει τη βαθμολογία. Υπάρχουν μια ή δυο ή τρεις ομάδες από πέντε ή επτά κριτές που βαθμολογούν τις κολυμβήτριες και ένας βοηθός του διαιτητή σε κάθε ομάδα κριτών, αρμόδιος για τις υποχρεωτικές φιγούρες. Τρεις βαθμολογητές σε κάθε ομάδα κριτών καταχωρούν τη βαθμολογία των κριτών και υπολογίζουν τις συνολικές επιτυχίες των αθλητριών. Τέλος,

υπάρχει και ένας αρμόδιος με βοηθούς για τις υποχρεωτικές φιγούρες που βεβαιώνει ότι οι αθλήτριες βρίσκονται στη σωστή θέση της αφετηρίας τη στιγμή που πρέπει, ένας ελεγκτής της μουσικής και δυο χρονομέτρες για τον κανονικό χρόνο του προγράμματος.

**ΔΙΦΩΝΗ ΙΩΑΝΝΑ** Ά τάξη

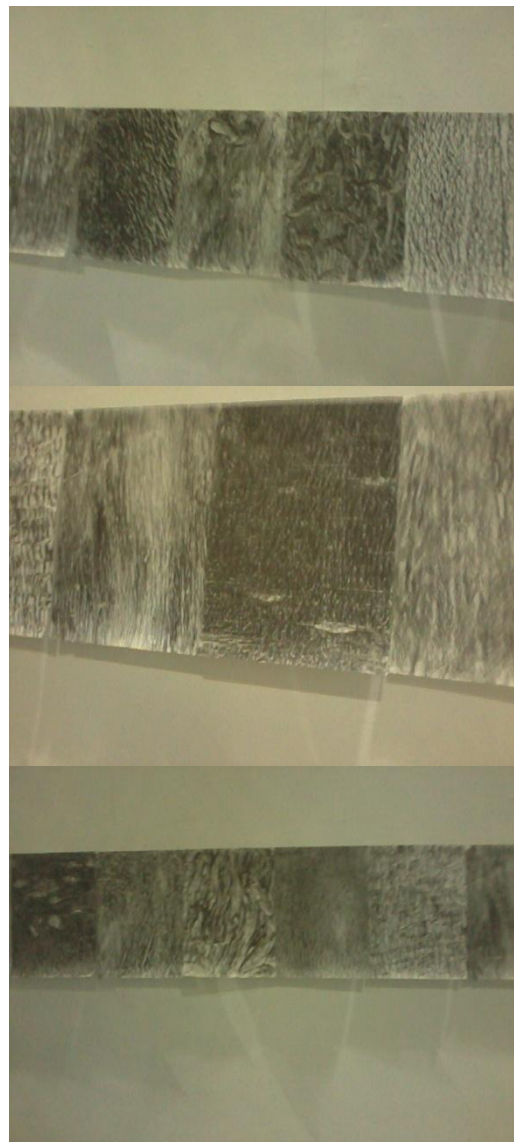


γκράφιτυ



**ΘΑΝΟΥ ΕΛΕΝΗ** Β ΤΑΞΗ

συμμετοχή στο διαγωνισμό για το μαθητικό Φεστιβάλ Αφίσας.



**ΤΑ ΕΡΓΑ ΕΙΝΑΙ ΑΠΟ ΠΤΥΧΙΑΚΕΣ ΤΗΣ ΑΝΩΤΑΤΗΣ ΣΧΟΛΗΣ ΚΑΛΩΝ ΤΕΧΝΩΝ ΤΟ 2014**



# ΜΟΔΑ ΓΙΑ ΚΟΡΙΤΣΙΑ

Την άνοιξη η διάθεση αλλάζει προς το καλύτερο και ο καιρός αρχίζει να μας προετοιμάζει για το καλοκαίρι που ελπίζουμε να είναι ακόμα πιο ευχάριστο. Το σύνθημα της μόδας φέτος για την Άνοιξη και το Καλοκαίρι είναι «επιστροφή στη φύση».

Στα χρώματα επικρατούν τα χλωμά παστέλ και οι γήινες αποχρώσεις. Υπάρχει ιδιαίτερη έμφαση στα χρώματα της λεβάντας, του μανταρινιού, της ελιάς, του αμυγδαλού και της άμμου... από τη χρωματική παλέτα δεν λείπουν και πιο φωτεινά χρώματα όπως το έντονο μπλε και το πράσινο, ενώ από τους πρωταγωνιστές θα είναι και το Βεραμάν, το εκρού και το λιλά.

Οι φουστίτσες με καλσόν από κάτω αυτή την εποχή είναι πολύ θηλυκό και σικ αλλά όταν πρόκειται για το σχολείο λίγο πιο πάνω από το γόνατο. Επίσης τα πουκαμισάκια ανοιχτά με κάποιο μακρύ μακό ή ένα άλλο κουμπωμένο πουκάμισο από μέσα είναι ωραίος συνδυασμός. Οι ζώνες χαμηλά και οι χρωματιστές γραβατούλες που μπορούμε να ράψουμε και μόνες μας... μάλλον η γιαγιά(!), ως φοριούνται όμως λίγο ατημέλητα. Επίσης οι κάλτσες μέχρι το γόνατο φοριούνται αυτή την περίοδο με χαμηλό παπουτσάκι ή τα αθλητικούλια μας, ακόμα και οι γκέτες αλλά προσέχετε να τις συνδυάζετε με ασορτί χρωματάκια από πάνω. Πλεκτές ζακετούλες ή μικρά τσαντάκια χειροποίητα της γιαγιάς είναι πολύ ανοιξιάτικα όπως και καπελάκια και σκουφάκια τα οποία μας προστατεύουν αυτή την εποχή και από τον ήλιο και από το κρύο που τη άνοιξη είναι ακόμα παρόν και πρέπει



να μη βιαστούμε να εμφανιστούμε κοντομάνικες και με κοιλίτσες έξω γιατί μπορούμε να κρυώσουμε πολύ άσχημα χωρίς να το καταλάβουμε.

Για πιο «καλές» εμφανίσεις μπορείτε να συνδυάσετε δαντέλες με σακάκια και μονόχρωμες ζακετούλες αλλά ποτέ λαμέ ή μεταλλικά υφάσματα, μαύρες δαντέλες και διαφανείς μουσελίνες γιατί αυτά είναι άκρως μεγαλίστικα υφάσματα όπως και ποτέ τακούνι στην ηλικία σας για μυοσκελετικούς λόγους αλλά και για λόγους αισθητικής. Επίσης καθόλου μακιγιάζ επειδή

είναι πολύ προκλητικό στις ηλικίες του Γυμνασίου. Μόνο ένα λίγο χρωματιστό λίπ γκλός (προστατεύει και από τα σκασίματα ) επιτρέπεται. Το δέρμα σας στην ηλικία αυτή είναι από μόνο του πολύ φρέσκο και δεν χρειάζεται ενυδάτωση με κρέμες ή λοσιόν. Οι εταιρείες των μακιγιάζ έχουν τα πάντα για έφηβες αλλά μην ενδίδετε επειδή ο σκοπός τους είναι το κέρδος και όχι απαραίτητα η δική σας προστασία. Τα αγαπημένα σας μολύβια και μάσκες είναι πολύ ενοχοποιημένα για τα τοξικά χημικά και να ξέρετε πως περνούν κατευθείαν στα φυσιολογικά υγρά του ματιού και από κει κατευθείαν στο αίμα. Ας μη συνηθίσετε από τώρα το δέρμα σας στο μακιγιάζ μετά θα σας είναι απαραίτητο και δεν θα σας αρέσει ο εαυτός σας χωρίς αυτό.

Ποτέ μη προσπαθήσετε να κρύψετε τα σπυράκια με μείκ απ γιατί δεν αναπνέουν και γίνονται χειρότερα. Ένα καθαριστικό σαπουνάκι με χαμομήλι κάθε βράδυ πριν κοιμηθείτε και καθαρό και σιδερωμένο μαξιλάρι και πετσέτα θα σας βοηθήσει πολύ να μην εξελιχθούν. Και αν φαίνονται δεν χάλασε ο κόσμος είναι χαρακτηριστικό σημάδι της πρώτης νιότης και καμάρι σας, μην αφήσετε κανέναν να σας μειώσει για τα σπυράκια σας γιατί δεν εξαρτάται από σας αλλά από την φύση και η φύση έχει πάντα το λογαριασμό της που πρέπει να σεβόμαστε. Όπως επίσης σε αυτή την ηλικία πολλά κοριτσάκια λόγω των απότομα ανεβασμένων ορμονών αποκτούν ανεξέλεγκτη όρεξη για γλυκά και λιχουδιές με αποτέλεσμα να παχαίνουν απότομα. Υπομονή γιατί αμέσως θα γίνουν στόχος του χειρότερου μπουλινγκ στο σχολείο από κορίτσια και αγόρια. Όταν πάνε στο Λύκειο τα κορίτσια αυτά θα έχουν χάσει το βάρος τους είτε επειδή οι ορμόνες επανήλθαν σε μια ισορροπία από μόνες τους είτε επειδή από τα κλάματα και τη φασαρία ένας διαιτολόγος με καλή πληρωμή



**Τα σκίτσα είναι της Αλεξάνδρας Αφένκινα της Β τάξης του 5<sup>ου</sup> Γυμνασίου Ν.Σμύρνης** ανέλαβε μια δίαιτα που καταπείνασε τα κορίτσια με καταπληκτικά όμως αποτελέσματα. Δεν καταλαβαίνω όμως γιατί πρέπει να είμαστε όλες αδύνατες σα να είμαστε κρεμάστρες για ρούχα.

Ας είμαστε ο εαυτός μας και ας μην επεμβαίνουμε στη φύση. Είναι πολύ νωρίς να θέλουμε να είμαστε σαν μεγάλες γυναίκες και αυτή η νοοτροπία είναι λάθος γιατί δεν μας αφήνει να χαρούμε την πιο όμορφη ηλικία μας που είναι η πρώτη μας νεότητα. Ας μην είμαστε λοιπόν όπως θέλει η προσταγή της μόδας αλλά **όπως αισθανόμαστε πιο άνετα!!**

**Στο άρθρο αυτό βοήθησε η Κάλι Καμπουρίδη της Ατάξης**