

# Μαθητών έκφραση

Έκδοση του Γ' Λυκείου Άρτας - Έτος Α'

## ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

### Αφιέρωμα

Σε δύο ξεχωριστούς ανθρώπους της Άρτας ΣΕΛ. 16

### Άρθρο

Ταξιδεύοντας στα αστέρια με τον... Αστρολάβο ΣΕΛ. 3

### Ρεπορτάζ

Υποδομές και καθημερινότητα στο σχολείο ΣΕΛ. 4

### Άρθρο

Τα όνειρα είναι απλά όνειρα: Παύουν οι μεγάλοι να ονειρεύονται; ΣΕΛ. 4

### Συνέντευξη

Με δύο πανεπιστημιακούς καθηγητές που βρίσκονται στην κορυφή της επιστημονικής κοινότητας ΣΕΛ. 11

### Συνέντευξη

Περί δημοσιογραφίας με τον Άρη Ραβανό ΣΕΛ. 7

### Αφιέρωμα

Στην "Μαύρη Θύελλα" Άρτας ΣΕΛ. 14

### Άρθρο

Οδηγός ελευθερίας για ανελεύθερους ΣΕΛ. 2

### Άρθρο

Οι νέοι αντιμέτωποι με τον εαυτό τους ΣΕΛ. 13

## Το Γ' Λύκειο στο κέντρο της κοινωνικής ζωής της πόλης

Το σχολείο μας βρίσκεται δίπλα στο ναό της Αγίας Θεοδώρας (που είναι η πολιούχος αγία της Άρτας) και τον προαύλιο χώρο της. Είναι σε κεντρικό σημείο της πόλης μας, πολύ κοντά στην κεντρική πλατεία και αποτελεί το κεντρικότερο από τα Γυμνάσια - Λύκεια της Άρτας. Δεν είναι υπερβολή να πούμε ότι ο χώρος αυτός, στον οποίο από το 1969 (ως Γυμνάσιον Θηλέων Άρτης) έχει ενταχθεί και το σχολείο μας, αποτελεί διαχρονικά το κέντρο της πολιτικής και κοινωνικής ζωής της πόλης μας.

Κείμενο και συνεντεύξεις από τις Αλεξάνδρα Γαλήνα και Ναυσικά Σπαή. Σκίτσο Ναυσικά Σπαή Σελίδες 8 και 9



## Οι Επιστήθιοι Φίλοι και ο αγώνας τους για την κατάκτηση της ζωής



Αγγελική Τσιρογιάννη: Ο Σύλλογος είναι πλέον κομμάτι της καθημερινότητάς μου, πηγή δύναμης και έμπνευσης. Συνέντευξη της Προέδρου στον Παναγιώτη Τσιρογιάννη σελ. 5

## Έρευνα: Γιατί η Άρτα διώχνει τα παιδιά της



Η Άρτα είναι η πόλη που ζούμε και που έχουμε ως πατρίδα μας. Πόσο, όμως, ευχαριστημένοι είμαστε εμείς οι νέοι από τις συνθήκες ζωής που μας προσφέρει; Οι απαντήσεις στις Φρειδερίκη Ρηγανά, Δέσποινα Συγγούνα και Μαρία Γιαννάκου σελ. 6,7

Η συντακτική ομάδα της μαθητικής εφημερίδας "Μαθητών έκφραση" σελ.2

Συνέντευξη με τον Αντώνη Νικοπολίδη Από την τοπική Αναγέννηση στην κορυφή της Ευρώπης ΣΕΛ. 15





# Βήμα ελεύθερης έκφρασης και κριτικής σκέψης

## Αντί προλόγου



Από τον Κώστα Α. Κωσταβασιλίδη, Φιλόλογο, Διευθυντή του 3ου Γενικού Λυκείου Άρτας

**Ε**ίναι ευτυχής συγκυρία ότι 30 χρόνια μετά την έναρξη της πρώτης προσπάθειας για δημοσιογραφική έκφραση των μαθητών και μαθητριών του 3ου Λυκείου Άρτας, μέσα από την έκδοση του περιοδικού με τον εύγλωττο τίτλο «Το Μήνυμα», δίνεται η δυνατότητα στους τωρινούς μαθητές και τις τωρινές μαθήτριες να εκφραστούν δημόσια μέσω του γραπτού λόγου, στη «Μαθητών Έκφραση», με τη συνδρομή και την πολύτιμη βοήθεια του «Βήματος της Κυριακής».

**Κι αυτό γιατί**, όσο κι αν φαίνεται περίεργο, η γραπτή έκφραση δεν είναι κάτι που συνηθίζουν τα παιδιά μας, όσο κι αν τα παιδεύουμε (ιδιαίτερα εμείς οι φιλόλογοι) με ανάθεση εργασιών και θέματα εκθέσεων σε τακτά διαστήματα. Τα παιδιά μας, ασφυκτώντας μέσα στους αυστηρούς κανόνες έκφρασης των εκθέσεων (ή τουλάχιστον μέσα σ' αυτό που νομίζουν ότι είναι οι κανόνες γραφής

μιας έκθεσης), συνήθως καταπνίγουν την έμπνευση και τη φαντασία τους, περιορίζουν τις εκφραστικές τους δυνατότητες και προσπαθούν να ανταποκριθούν σε αυτό που θεωρούν ότι ο καθηγητής τους θέλει να δει από αυτά. Το τελικό αποτέλεσμα μπορεί να είναι ένα κείμενο που ελάχιστα αντιπροσωπεύει το νέο ή τη νέα που το έγραψε.

**Μέσα** από αυτή τη μαθητική εφημερίδα, όμως, οι μαθητές και οι μαθήτριες της συντακτικής ομάδας ένωσαν ελεύθεροι να γράψουν μέσα από την καρδιά και την ψυχή τους γι' αυτά που τους απασχολούν. Ανέπτυξαν προβληματισμούς για το παρόν και το μέλλον τους, ήρθαν σε επαφή με εκλεκτούς επιστήμονες, διακεκριμένους αθλητές, ξεχωριστές προσωπικότητες της τοπικής μας κοινωνίας. Γνώρισαν καλύτερα το χώρο στον οποίο περνούν το ένα τρίτο της μέρας τους και αναζητήσαν τη γνώμη των συμμαθητών και συμμαθητριών τους

για την πόλη μας και τις προοπτικές της. Ανοίχτηκαν στην τοπική κοινωνία και μελέτησαν τα έθιμα και τις παραδόσεις της.

**Προβληματίστηκαν** για την κατάσταση του σχολείου μας και τη δική τους παρουσία μέσα σ' αυτό. Κοντολογίς, πήραν πρωτοβουλίες, εξέφρασαν απόψεις, τοποθετήθηκαν σε ζητήματα που τους απασχόλησαν και πήραν θέση για το τι και πώς θα δημοσιευτεί.

**Μέσα** από τη διαδικασία αυτή, με τη συνδρομή των εκπαιδευτικών που λειτουργήσαμε συμβουλευτικά, ανέπτυξαν κριτική σκέψη και ανέλαβαν ευθύνες, κάτι που, τελικά, αποτελεί (ή θα έπρεπε να αποτελεί) βασική παράμετρο της σύγχρονης εκπαιδευτικής διαδικασίας. Είμαστε χαρούμενοι για την ευκαιρία αυτής της βιωματικής εκπαιδευτικής εμπειρίας και ελπίζουμε το αποτέλεσμα να δικαιώσει τις προσδοκίες μας.

**Τ**ο σχολείο μας, 3ο Γενικό Λύκειο Άρτας, βρίσκεται στο ιστορικό κέντρο της πόλης. **Είναι κτισμένο** δίπλα στον Βυζαντινό ναό της Αγίας Θεοδώρας και κτίστηκε το 1969. Συστηγάζεται με το 3ο Γυμνάσιο Άρτας και κτηριακά είναι σε μέτρια ως καλή κατάσταση. **Στο σχολείο μας** φοιτούν 195 μαθητές/τριες που προέρχονται από την πόλη Άρτας και από περιφερειακές σχολικές μονάδες που δεν φιλοξενούν Γενικό Λύκειο. Πρόκειται για παιδιά οικογενειών με ποικίλη οικονομική, κοινωνική και μορφωτική διαστρωμάτωση.

## Το σχολείο μας

Ο Σύλλογος Διδασκόντων και Διδασκουσών αποτελείται από 24 εκπαιδευτικούς που υπηρετούν στο σχολείο και οι περισσότεροι από αυτούς έχουν οργανική τοποθέτηση. Υπάρχουν 16 ευρύχωρες (από 35 έως 61 τετραγωνικά μέτρα) αίθουσες διδασκαλίας (οκτώ εκ των οποίων εφοδιασμένες με σύγχρονους διαδραστικούς πίνακες τελευταίας τεχνολογίας), πλήρως εξοπλισμένο εργαστήριο Πληροφορικής με 14 υπολογιστές, εξοπλισμένο εργαστήριο Φυσικής - Χημείας, Γυμναστήριο που λειτουργεί και ως αίθουσα εκδηλώσεων και δύο αίθουσες με με δυνατότητα προβολής ταινιών.



## Οδηγός ελευθερίας για ανελεύθερους

Του Γιώργου Βήχα

**Α**νοιξε το παράθυρο του μικρόκοσμου σου, δες τον έξω κόσμο. Εκεί έξω είναι το βασίλειο της Γκουέρνικα κι εσύ εγκλωβίζεσαι στον γυάλινο κόσμο σου μην αντέχοντας το φως της αλήθειας. Εκεί έξω οι άνθρωποι είναι λιγότερο τυχεροί από τους ανελεύθερους κατοίκους των καπιταλιστικών χωρών.

**Το μέλλον τους** είναι ήδη προδιαγεγραμμένο και ανά πάσα στιγμή μπορεί να ανατιναχθούν. Η Δύση θα θρηνήσει για λίγο και μετά θα χαθεί πάλι στη φυλακή που ίδια δημιούργησε για να κλειστεί εντός της. Είναι προστατευμένη από τη φρίκη που βιώνουν εκείνες οι χώρες των οποίων το όνομα δε γνωρίζει κι ούτε θέλει να το μάθει. Ωστόσο, οι ανθρώπινες κραυγές ξεπερνούν τα κάγκελα της φυλακής. Η Δύση έχει αρρωστήσει.

**Πάντοτε το ιδανικό** της ελευθερίας συνάρπαζε τον ανθρώπινο νου, του έδινε φτερά προκειμένου να πετάξει και να κυνηγήσει εκείνο που του είπαν πως δικαιωματικά αξίζει. Κάποτε το ταξίδι έφθασε στο τέλος του και του είπαν πως είναι πλέον ελεύθερος, πως οι αγώνες του είχαν αίσιο τέλος, πως είναι πια καιρός να ξεκουραστεί και να απολαύσει το βραβείο του. Εξύμνησαν το αγαθό αυτό, υπέγραψαν διεθνείς συνθήκες, ορκίστηκαν να το προστατεύσουν. Κι όμως, το ψέμα δεν έμοιαζε ποτέ τόσο αληθινό.

**Η ελευθερία** είναι το αγαθό των ανελεύθερων ανθρώπων, εκείνων που ζουν στην Εδέμ της αποπλάνησης και της αδράνειας. Δεν αγωνίζονται πια. Έτσι τους είπαν, έτσι ξέρουν. Απλώς υπάρχουν και είναι ευχαριστημένοι με αυτό. Η ζωή οριοθετείται μεταξύ δυο διπλών, της γέννησης και του θανάτου, και τους είπαν πως όσο ζουν είναι ελεύθεροι να κάνουν ό,τι θέλουν. Είναι ελεύθεροι, τουλάχιστον μέχρι να εμφανιστεί ένας γονιός, ένας φίλος, ένας δάσκαλος, ένας καθηγητής, ένας προϊστάμενος, ένας σύντροφος ή ένας απλός γνωστός. Έχεις παραχωρήσει σε όλους αυτούς το πληρεξούσιο να σε εξουσιάζουν, να σου υποδει-



κνύουν το «πρέπον», να διορθώνουν τα «λάθη» σου. Είσαι ελεύθερος, μα μόλις πάρεις την πρώτη σου ανάσα άλλοι καθορίζουν τη ζωή σου. Αλλά είσαι ελεύθερος και το έχεις πιστέψει.

**Λίγοι** αντιλαμβάνονται ότι το ιδανικό αυτό δε δύνανται να εξασφαλιστεί με την υπογραφή καμίας διεθνούς συνθήκης. Όσο υπάρχουν άνθρωποι κοινωνικά στιγματισμένοι που αντιμετωπίζονται απαξιωτικά, όσο υπάρχουν καλλιτέχνες που φοβούνται να εκφραστούν, όσο υπάρχουν ερωτευμένοι που δειλιάζουν να εκδηλώσουν την αγάπη τους, όσο υπάρχουν νέοι που επιλέγουν ένα επάγγελμα απλώς και μόνο για να βιοποριστούν, όσο υπάρχουν ηλικιωμένοι που θεωρούν ότι δε δικαιούνται να διαφοροποιηθούν από το κατεστημένο, όσο υπάρχουν παιδιά που δεν έχουν κανέναν να μιλήσουν, όσο υπάρχουν άτομα που άλλοι τους υποδεικνύουν τι να πουν, πώς να ντυθούν, πώς να φερθούν, όσο υπάρχουν άνθρωποι που κάνουν τη μια έκπτωση στη ζωή τους μετά την άλλη, τότε δικαίως η ελευθερία θεωρείται πάντα παρούσα, μα και τόσο απύσχα.

**Προπάντων**, η ελευθερία είναι ένα αγαθό που παράγεται μέσα μας, καθώς εμείς οι ίδιοι άλλοτε της δίνουμε ζωή κι άλλοτε της την αφαιρούμε κάνοντας υποχωρήσεις. Ένας διάλογος με τον εαυτό μας είναι αναγκαίος προτού θεωρηθούμε κύριοι των σκέψεων και της ψυχής μας. Αλλιώς ας στρέψουμε το κεφάλι προς τον ουρανό αναζητώντας τα σκονιά της μαριονέτας, τα σκονιά που είναι δεμένα πάνω μας.

## Συντακτική ομάδα της μαθητικής εφημερίδας "Μαθητών έκφραση"



### Α) ΜΑΘΗΤΕΣ

1. Γιώργος Βήχας
2. Νίκος Βούλγαρης
3. Αλεξάνδρα Γαλήνα
4. Σπύρος Γεωργάκης
5. Μαρία Γιαννάκου
6. Δανάη Γκόκα
7. Ευσταθία Καλογεροπούλου
8. Αγάθη Καλοχέρη
9. Ευθυμία Κάππου
10. Χρυσαιγή Καραμπά
11. Ναταλία Καψάλη
12. Γιάννα Κοντοδήμα
13. Μυρσίνη Λάμπρου
14. Αναστασία Ξέρα
15. Φρειδερίκη Ρηγανά
16. Ναυσικά Σπαή
17. Δέσποινα Συγγούνα
18. Παναγιώτης Τσιρογιάννης



### Β) ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ ΕΚΔΟΣΗΣ – ΣΥΝΤΟΝΙΣΜΟΣ

Κωνσταντίνος Α. Κωσταβασιλίδης, Φιλόλογος, Διευθυντής του Σχολείου

### Γ) ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟΙ

1. Σαπφώ Βάρδια, Φιλόλογος
2. Βασιλική Παπαβασιλείου, Φιλόλογος
3. Πατρούλα Μάλλιου, Γαλλικής
4. Σοφία Κωσταβασιλίη, Πληροφορικής

**Προπάντων, η ελευθερία είναι ένα αγαθό που παράγεται μέσα μας, καθώς εμείς οι ίδιοι άλλοτε της δίνουμε ζωή κι άλλοτε της την αφαιρούμε κάνοντας υποχωρήσεις...**



# Όμορφοι άνθρωποι.... Μαγικοί φίλοι

Της Γιάννας Κοντοδήμα

**Α**γαπητέ αναγνώστη, δεν διαφέρω και πολύ από τους 18χρονους συμμαθητές μου που περνούν ώρες αναζήτησης και ενημέρωσης στο διαδίκτυο. Σε μια από αυτές τις διαδικτυακές μου διαδρομές, μού βγήκε μια σελίδα με συνθήματα τοίχου που συσχέτιζε τους φίλους με τον καθρέφτη και την σκιά! Εννοείται ότι αφιερώθηκα ώρες στη σελίδα και χάθηκα στους προβληματισμούς και τις σκέψεις μου. Η φιλία είναι σχέση εμπιστοσύνης, αλληλοσεβασμού και κατανόησης μεταξύ δύο ή και περισσότερων ατόμων. Είναι μία από τις πιο βασικές σχέσεις που από μικρή ηλικία αναπτύσσει ο άνθρωπος. Και ο λόγος σύναψης φιλικών δεσμών ποιος να είναι άραγε; Μαθαίνεις πώς να αγαπάς, πλατωνικά και η πλατωνική αγάπη εί- ναι εκείνη που δηλώνει ένα βαθύτερο επίπεδο σχέσης, επικοινωνίας, ειλικρίνειας, στοιχεία που δεν είναι εύκολο να τα βρεις σε όλων των ειδών τις επαφές σου. Παρόλα αυτά η φιλία έχει ενεργό ρόλο και στη κοινωνικοποίηση, καθώς και στην ολοκλήρωση της προσωπικότητας και του χαρα-

κτήρα του ανθρώπου, διότι, έχοντας στο πλευρό σου έναν φίλο ο οποίος σου μεταδίδει ιδέες και ερεθίσματα, ανακαλύπτεις νέες πτυχές του εαυτού σου. Δε παρέχει μόνο παρέα αλλά παράλληλα βρίσκεται εκεί ώστε να σε προτρέπει ή να σε αποτρέπει σε διάφορες καταστάσεις της ζωής σου σαν φύλακας άγγελος. Ακόμη βέβαια, πιο σημαντική είναι στην κοινωνική ζωή καθώς βοηθά στην ελάττωση των φαινομένων βίας, δημιουργεί μια συνοχή και τις κατάλληλες προϋποθέσεις για την ανάπτυξη διαλόγων. Όλα τα προαναφερθέντα προσδιορίζουν τη θετική πλευρά της φιλίας, υπάρχει όμως και η αρνητική, όπως σε όλα τα πράγματα άλλωστε. Ο έντονος ρυθμός ζωής πλέον δημιουργεί επιφανειακές φιλίες εξαιτίας, πολλές φορές, των εξαλλων διασκέδαστων και παράλληλα της επικοινωνίας με τη συνεχή χρήση των Μέσων Μαζικής Ενημέρωσης. Ακόμη ένα εμπόδιο είναι η εμπορευματοποίησή της λόγω συμφερόντων όπου κυριαρχούν η υποκρισία, η επίδειξη πλούτου και ο ωφελμισμός, με αποτέλεσμα να υπάρχουν ανασφάλειες και έλλειψη εμπιστοσύνης. Ασφαλώς, είναι πολλά περισσότερα τα προβλήματα τα οποία φυσικά

είναι δικά μας δημιουργήματα. Για παράδειγμα, ο εγωισμός που εκδηλώνεται σε πάμπολλες φιλίες κατά τις οποίες το άτομο δεν υπερβαίνει το "ΕΓΩ" και δε "θυσιάζεται" για χάρη της κοινής τους πορείας. Όλα όσα έγγραφα διαφέρουν ανά άνθρωπο και τα βιώματά του. Μπορώ να αναλύσω κάποια παραδείγματα για να δεις και κάτι αλλιώςτικο πέρα από αυτά. Φιλία είναι να μεγαλώνεις μαζί με κάποιον άλλον άνθρωπο τον οποίο επέλεξες σε μικρή ηλικία, να βλέπεις το πέρασμα των χρόνων πάνω σου και η φιλία σου να μένει αναλλοίωτη. Φιλία είναι από εκεί που θεωρούσες έναν άνθρωπο απόμακρο να τον γνωρίσεις καλύτερα και να καταλάβεις πόσο λάθος έκανες μόνο εξ όψεως. Φιλία είναι μια απρόσμενη γνωριμία να σε φέρει κοντά με ένα άτομο που δε βρίσκεστε κάθε μέρα αλλά αποτελεί κομμάτι της καθημερινότητάς σου. Φιλία είναι να μην ταιριάζετε σχεδόν καθόλου σαν άνθρωποι αλλά μερικές από τις σκέψεις σου να είναι ίδιες (πώς; Απορίας άξιο!), και ως επακόλουθο να γελάτε μόνοι σας. Φιλία είναι να έχετε αρκετά κοινά μεταξύ σας τα οποία, όταν τα συζητάτε, να

σας φέρνουν πιο κοντά. Φιλία είναι να μην έχετε την ίδια εθνικότητα και να προσπαθείτε να μάθετε τη γλώσσα και τα έθιμα ο ένας του άλλου ανακαλύπτοντας νέες ικανότητες. Φιλία είναι να έχεις κάποιον δίπλα σου που πιθανώς να σε κοροϊδεύει σε κάθε σου πράξη, αλλά όταν τον χρειαστείς να σε ακούσει αμέσως. Φιλία είναι να σας χωρίζουν αμέτρητα χιλιόμετρα, αλλά μόλις μιλήσετε σε μια ολιγόλεπτη κλήση να είναι σαν να μη πέρασε μια μέρα. Συνοψίζοντας, η φιλία είναι από τους πιο ισχυρούς δεσμούς που μπορεί να διαθέτει ένας άνθρωπος και είναι ιδιαίτερα σημαντικό να μπορεί να τους διατηρεί μέσα στους χρόνους της ζωής του. Είναι το αίσθημα να περιτριγυρίζεις από άτομα που νιώθεις δικά σου και είσαι ο εαυτός σου μαζί τους. Και για μένα η φιλία είναι πολλά παραπάνω, τα οποία δεν αποτυπώνονται σε μια απλή κόλλα χαρτί αλλά, αντί αυτού, μένουν χαραγμένα για πάντα στο μυαλό μου σαν αναμνήσεις που δε θα ήθελα ποτέ να σβηστούν και μαζί τους να παρασυρθεί αυτή η ... μαγεία.

# Ταξιδεύοντας στα αστέρια με τον... Αστρολάβο

της Μυρσίνης Λάμπρου



Αξέχαστη θα παραμείνει η βραδιά την οποία ο αείμνηστος καθηγητής Φυσικής του Αριστοτελείου Πανεπιστημίου Θεσσαλονίκης, Ιωάννης Σειραδάκης, παρουσίασε στην Άρτα, ακριβές αντίγραφο του Μηχανισμού των Αντικυθήρων

**Ο Σύλλογος Αστρονομίας** Αστρολάβος είναι ο πρώτος σύλλογος Αστρονομίας που ιδρύθηκε στην Ήπειρο, πριν από 10 χρόνια, το έτος 2015 και είναι το 8ο παράρτημα της Εταιρίας Αστρονομίας και Διαστήματος του Βόλου, που έχει βραβευτεί από την Ακαδημία Αθηνών για το πλούσιο έργο της και την προσφορά της στην διάδοση της Αστρονομίας. Σκοπός του συλλόγου είναι η διάδοση των αστρονομικών γνώσεων και η μετάδοση του μεγάλου μηνύματος της Αστρονομίας, που δεν είναι άλλο πέρα από την ταπεινοφροσύνη σε ένα χαοτικό σύμπαν. Ωστόσο, ο σύλλογος Αστρονομίας της πόλης μας έχει και όραμα να μυήσει όσο το δυνατόν περισσότερους ανθρώπους στα μυστικά του ουρανού και στο να αποκαλύψει την αξεπέραστη ομορφιά του σύμπαντος. Η δράση του συλλόγου είναι πολυεπίπεδη και διεπιστημονική συνδυάζοντας την Αστρονομία με την Ιστορία, την Αρχαιολογία και την Μουσική. Για το σκοπό αυτό έχει κατά καιρούς προσκαλέσει στην πόλη μας εξαιρετικές προσωπικότητες που γοήτευσαν με τις ομιλίες τους το κοινό. Προτεραιότητα του συλλόγου είναι όμως και οι μαθητές. Πραγματοποιούνται σε σχολεία της περιοχής δράσεις οι οποίες βοηθούν τα παιδιά να κατανοήσουν την πολυπλοκότητα του σύμπαντος, πώς δουλεύουν τα τηλεσκόπια και εισάγουν τη μαθητική κοινότητα στο μαγικό κόσμο της Αστρονομίας. Πολλές φορές, η εμπειρία των μα-

θητών είναι βιωματική, όπως στο 2ο Δημοτικό Σχολείο Άρτας, όταν στις 22 Μαρτίου 2022, την ημέρα της Εαρινής Ισημερίας, τα παιδιά πραγματοποιήσαν, με την βοήθεια μελών του συλλόγου, το πείραμα του Ερατοσθένη και υπολόγισαν με επιτυχία την περίμετρο της Γης. Συνάμα με τα τηλεσκόπια του συλλόγου έχουμε στην πόλη μας υπέροχες Αστροβραδιές οι οποίες πολλές φορές συνδυάζονται και με μουσική. Μέσω των τηλεσκοπίων υπάρχει η δυνατότητα παρατήρησης του Κρόνου με τους υπέρ-χους δακτυλίους του, της φωτεινής και απαστράπτουσας Αφροδίτης, του Δία με τους δορυφόρους του καθώς και πολλών αστερισμών. Παράλληλα, πραγματοποιείται και Ουρανογραφία, από τα μέλη του συλλόγου, η οποία συνδυάζει τον εντοπισμό των αστερισμών στον έναστρο ουράνιο θόλο και τους μύθους που αναφέρονται σε αυτούς από τους Αρχαίους Έλληνες. Αξέχαστη θα παραμείνει η βραδιά την οποία ο αείμνηστος καθηγητής Φυσικής του Αριστοτελείου Πανεπιστημίου Θεσσαλονίκης, Ιωάννης Σειραδάκης, παρουσίασε, στον αύλειο χώρο του Αρχαιολογικού Μουσείου Άρτας, ένα ακριβές αντίγραφο του Μηχανισμού των Αντικυθήρων. Ως γνωστόν, είναι η πρώτη υπολογιστική μηχανή, η οποία στην αρχαιότητα ονομαζόταν Σφαίρα και αργότερα Πίναξ, δηλαδή κάτι σαν αρχαίο tablet. Ο σύλλογος Αστρονομίας όμως έχει και εκπαιδευτικό έργο. Μέλη του συλλόγου πραγματοποιήσαν στο Επιμελητήριο Άρτας σεμινάρια Αστρονομίας, συνδέοντας τους νόμους της Φυσικής,

τα διαστημικά ταξίδια, τα Μαθηματικά και την Χημεία των πλανητών. Για μία σειρά εβδομάδων, μπροστά στα μάτια ενός ενθουσιώδους κοινού, αποκαλύφθηκαν μυστικά του σύμπαντος, είδαμε το μεγάλο Big-Bang σε φουτουριστική απεικόνιση και ταξιδέψαμε μακριά στο αχανές σύμπαν. Καλεσμένοι του συλλόγου υπήρξαν εξαιρετικοί επιστήμονες που επισκέφθηκαν την πόλη μας και αποτελούν για εμάς τους μαθητές θετικά πρότυπα καθώς μας δίδαξαν πως με σκληρή δουλειά μπορούν να επιτευχθούν όλοι οι στόχοι μας. Τέτοιο φωτεινό παράδειγμα αποτέλεσε ο πρόεδρος της Ακαδημίας Αθηνών, ο καθηγητής Αστροφυσικής, Σταμάτης Κριμιζής, ο οποίος μας μίλησε για τα τρία σημαντικά χαρακτηριστικά που πρέπει να έχουμε στην ζωή, τα τρία Α. Αξιολόγηση, Αξιοκρατία, Αριστεία. Η γνώμη μου είναι πως στο γενικό πλαίσιο της διαμόρφωσης του χαρακτήρα των νέων είναι και η ευρύτερη παιδεία την οποία πρέπει λαμβάνουν, πέρα από τα πλαίσια της σχολικής γνώσης. Η Αστρονομία είναι μια επιστήμη η οποία σου ανοίγει νέους ορίζοντες, σε κάνει να δεις τον κόσμο με άλλη ματιά και σε βοηθά να διαπλάσεις μια πιο ολοκληρωμένη προσωπικότητα. Ανυπομονώ για την επόμενη φορά που θα στρέψουμε τα τηλεσκόπια του Συλλόγου Αστρονομίας Αστρολάβος, ψηλά στον Ουρανό. Ίσως εάν κοιτάξω προσεκτικά να δω το αστέρι στο οποίο κατοικεί ο παιδικός ήρωάς μου... Ο Μικρός Πρίγκιπας...



Αστροπαρατήρηση σε εκδήλωση του "Αστρολάβου"



# Υποδομές και καθημερινότητα στο σχολείο

**Κείμενο από τις Ναταλία  
Καψάλη, Δανάη Γκόκα, Ευθυμία  
Κάππου, Χρυσαιγή Καραμπά**

**Η** κακή κατάσταση των σχολικών υποδομών αποτελεί ένα από τα πιο κρίσιμα ζητήματα που απασχολούν την εκπαιδευτική κοινότητα σήμερα. Πολλά σχολεία είναι παλιά, φθαρμένα, και με ανεπαρκείς εγκαταστάσεις, γεγονός που επηρεάζει αρνητικά την εμπειρία μάθησης. Η έλλειψη βασικών πόρων δυσχεραίνει την εκπαιδευτική διαδικασία περιορίζοντας τις δυνατότητες των καθηγητών να προσφέρουν ποιοτική εκπαίδευση. Είναι επιτακτική ανάγκη να αναγνωριστούν τα υπάρχοντα προβλήματα προκειμένου να διασφαλιστεί ένα ασφαλές και υποστηρικτικό περιβάλλον μάθησης για τον κάθε άνθρωπο.

**Ένα** από τα πιο σοβαρά προβλήματα που αντιμετωπίζει το σχολείο μας είναι η κακή κατάσταση στην οποία βρίσκονται οι σχολικές τουαλέτες, καθώς επηρεάζουν την καθημερινότητα των μαθητών. Πολλές φορές παραλείπεται η τακτική καθαριότητά τους με αποτέλεσμα να κυριαρχεί κακοσμία και μικρόβια. Η έλλειψη βασικών προϊόντων όπως χαρτί υγιείας και σαπούνι δημιουργούν ανθυγιεινές συνθήκες. Παράλληλα οι κατεστραμμένες υποδομές, όπως για παράδειγμα οι βρύσες, εμποδίζουν την ορθή χρήση τους. Η κατάσταση αυτή επηρεάζει όχι μόνο την υγεία των μαθητών αλλά και την ψυχολογία τους καθώς αισθάνονται αμηχανία και ανασφάλεια κάθε φορά που χρειάζεται να τις χρησιμοποιήσουν.

**Συγχρόνως**, αντιμετωπίζουμε προβλήματα στις υποδομές τους όπως σπασμένες πόρτες, χαλασμένα πόμολλα, φθαρμένα ή σπασμένα παράθυρα. Εκτός από την καθημερινή δυσκολία που προκαλούν σε μαθητές και εκπαιδευτικούς, θέτουν επιπλέον σε κίνδυνο την ασφάλεια και τη σωματική τους ακεραιότητα.



Σπασμένες πόρτες, χαλασμένα πόμολλα, φθαρμένα ή σπασμένα παράθυρα. Εκτός από την καθημερινή δυσκολία που προκαλούν σε μαθητές και εκπαιδευτικούς, θέτουν επιπλέον σε κίνδυνο την ασφάλεια και τη σωματική τους ακεραιότητα

λεια και τη σωματική τους ακεραιότητα. **Τις περισσότερες φορές** η καθυστέρηση επισκευής τους οφείλεται στην έλλειψη κονδυλίων, την υπερβολική γραφειοκρατία ή ακόμα και στην αδιαφορία των ανάλογων φορέων. **Φυσικά** και υπάρχουν διαμαρτυρίες από τους μαθητές ωστόσο η λύση στα προβλήματα είτε γίνεται με μεγάλη καθυστέρηση είτε δε γίνεται ποτέ. Ένα τρίτο ζήτημα το οποίο πλήττει το σχολείο μας είναι η έλλειψη υλικών και αναλωσίμων. Οι εκτυπωτές συνήθως είτε έχουν τεχνικά προβλήματα είτε είναι δυσλειτουργικοί, το χαρτί δεν είναι πάντα διαθέσιμο, ακόμα και υλικά καθαριότητας και ατομικής υγιεινής μπο-

ρεί να μην υπάρχουν για μέρες. **Τέλος** η έλλειψη θέρμανσης τον χειμώνα και ανεμιστήρων το καλοκαίρι απασχολεί και το σχολείο μας. Κατά τους χειμερινούς μήνες οι χαμηλές θερμοκρασίες καθιστούν τια αίθουσες διδασκαλίας δυσάρεστες και ανυπόφορες με αποτέλεσμα να μειώνεται η συγκέντρωση και η απόδοση των μαθητών. **Δεν είναι αποκλειστικά** θέμα άνεσης, αλλά και υγείας, καθώς οι κρύες συνθήκες μπορούν να προκαλέσουν αναπνευστικά προβλήματα και άλλες ασθένειες. Ανυπόφορο βέβαια δεν είναι μόνο το κρύο, αλλά και οι υψηλές θερμοκρασίες κατά τους καλοκαιρινούς μήνες, που τα

παιδιά εγκλωβίζονται στις σχολικές τάξεις, προκαλώντας λιποθυμίες και συχνά δυσκολίες στην αναπνοή. Ιδιαίτερα στις αίθουσες που χρησιμοποιούνται για ενδοσχολικές ή πανελληνίες εξετάσεις απαιτείται η τοποθέτηση ανεμιστήρων. Συνοψίζοντας, η κακή κατάσταση των υποδομών στα σχολεία αποτελεί μια σημαντική πρόκληση που απαιτεί προσοχή και δραστηριοποίηση. Οι αρμόδιοι φορείς οφείλουν να επενδύσουν στην αναβάθμιση των σχολείων ώστε να δημιουργηθούν ασφαλή και ευχάριστα περιβάλλοντα μάθησης. Μόνο έτσι θα μπορέσει να εξασφαλιστεί η ποιότητα εκπαίδευσης και η ευημερία των μαθητών.

## Τα όνειρα είναι απλά όνειρα: Παύουν οι μεγάλοι να ονειρεύονται;

**Της Ευσταθίας Καλογεροπούλου**

**Α**πό το πίσω μέρος του μυαλού μου, συχνά φέρνω στην μνήμη μου ένα παιδί, να τρέχει να χορεύει και να χάνεται στην φαντασία. Να κρύβεται σε ένα δικό του κόσμο, γεμάτο όνειρα και ελπίδες. Τα χρόνια πέρασαν και κάποιοι της είπαν ότι πρέπει να τα αφήσει πίσω της, μεγάλωσε πια της είπαν. Και οι μεγάλοι δεν ονειρεύονται.

**Ζούμε** σε μια κοινωνία όπου το να ελπίζεις για κάτι ουτοπικό είναι αφελές και το να έχεις αγνά όνειρα είναι κατακριτέο. Από παιδιά μας μαθαίνουν πως ο στόχος στην ζωή μας είναι ένας. Να περάσουμε, να σπουδάσουμε, να κάνουμε την δική μας οικογένεια και να μάθουμε στα παιδιά μας όλα όσα οι γονείς μας, έμαθαν σε εμάς. Έτσι, ο κύκλος δεν τελειώνει ποτέ.

**Ως εκ τούτου βρίσκεσαι** παγιδευμένος σε μια ζωή που δεν διάλεξες εσύ για εσένα αλλά οι άλλοι πριν από εσένα. Εν τέλει, όλα αρχίζουν και τελειώνουν στην παιδική ηλικία. Από αυτή, την τρυφερή ηλικία, τα παιδιά δέχονται πιέσεις να ακολουθήσουν «ασφαλείς» και «λογικές» επαγγελματικές διαδρομές, εγκαταλείποντας τις δημιουργικές και αυθεντικές τους φιλοδοξίες.

**Οι γονείς**, οι εκπαιδευτικοί και το κοινωνικό περιβάλλον δίνουν μεγαλύτερη έμφαση στην οικονομική σταθερότητα παρά στην προσωπική ικανοποίηση, με αποτέλεσμα τα παιδιά να μαθαίνουν να βάζουν τα όνειρά τους σε δεύτερη μοίρα. Επίσης, το εκπαιδευτικό σύστημα, αντί να καλλιεργεί τη φαντασία και την κριτική σκέψη, συχνά λειτουργεί ως μηχανισμός προσαρμογής σε ένα άκαμπτο και ανταγωνιστικό κόσμο, αφήνοντας λίγο χώρο για τη δημιουργικότητα και την αυτοέκφραση.

Οι γονείς, οι εκπαιδευτικοί και το κοινωνικό περιβάλλον δίνουν μεγαλύτερη έμφαση στην οικονομική σταθερότητα παρά στην προσωπική ικανοποίηση, με αποτέλεσμα τα παιδιά να μαθαίνουν να βάζουν τα όνειρά τους σε δεύτερη μοίρα...

**Παράλληλα**, η κοινωνία επηρεάζει αρνητικά τα όνειρα των παιδιών μέσω της συνεχούς σύγκρισης και της πίεσης για επιτυχία με βάση εξωτερικά κριτήρια. Τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης, οι βαθμοί στο σχολείο και η γενικότερη κουλτούρα της επιτυχίας δημιουργούν ένα περιβάλλον όπου τα παιδιά αισθάνονται πως αν δεν ταιριάζουν σε συγκεκριμένα πρότυπα, δεν αξίζουν. Αυτό οδηγεί σε χαμηλή αυτοπεποίθηση και σταδιακή εγκατάλειψη των αυθεντικών τους επιθυμιών.

**Ειδικά** σε κοινωνίες όπου η αποτυχία στιγματίζεται, πολλά παιδιά φοβούνται να ακολουθήσουν τα όνειρά τους, καθώς τρέμουν την πιθανότητα της απόρριψης ή της αποτυχίας.

**Έτσι, σταδιακά** αποδέχονται την πραγματικότητα που τους επιβάλλεται, αντί να παλεύουν για αυτό που πραγματικά αγαπούν. Πόσο ακόμα οι ονειροπόλοι θα αντιμετωπίζονται μειονεκτικά; Πόσο ακόμα θα χρειάζεται να κρύβουν το παιδί μέσα τους πίσω από κουστούμια και γραβάτες; Πόσους εσύ ξέρεις που νιώθουν όσα αυτό το άρθρο περιγράφει;

**Η εκπαίδευση** μπορεί να παίξει καθοριστικό ρόλο στην ενθάρρυνση και τη στήριξη των ονείρων των παιδιών, αρκεί να υιοθετήσει μια πιο ανθρωποκεντρική και ευέλικτη προσέγγιση. **Πρώτα απ' όλα**, το σχολείο πρέπει να προσφέρει ένα περιβάλλον όπου τα παιδιά αισθάνονται ελεύθερα να εκφράσουν τις φιλοδοξίες τους,

χωρίς τον φόβο της κριτικής ή της απόρριψης. Οι δάσκαλοι πρέπει να λειτουργούν ως καθοδηγητές που ενθαρρύνουν τη δημιουργικότητα, αναγνωρίζοντας τις μοναδικές δεξιότητες κάθε μαθητή. Παράλληλα, η εκπαιδευτική διαδικασία πρέπει να περιλαμβάνει μαθήματα και δραστηριότητες που προωθούν τη φαντασία, την πρωτοβουλία και την προσωπική ανάπτυξη, όπως οι τέχνες, η φιλοσοφία και η επιχειρηματικότητα. Ακόμη, η εκπαίδευση πρέπει να διδάσκει στα παιδιά ότι η αποτυχία είναι μέρος της ζωής και όχι κάτι που πρέπει να φοβούνται.

**Μέσα** από παραδείγματα ανθρώπων που πέτυχαν παρά τις δυσκολίες, οι μαθητές μπορούν να κατανοήσουν ότι τα όνειρα χρειάζονται επιμονή και προσπάθεια για να γίνουν πραγματικότητα. Τα σχολεία θα μπορούσαν να συνεργάζονται με επαγγελματίες διαφόρων κλάδων, ώστε τα παιδιά να έχουν την ευκαιρία να εξερευνήσουν διαφορετικά επαγγελματικά μονοπάτια και να ανακαλύψουν τι πραγματικά τα ενδιαφέρει. Με αυτόν τον τρόπο, η εκπαίδευση δεν θα λειτουργεί ως περιοριστικός παράγοντας, αλλά ως γέφυρα προς την υλοποίηση των ονείρων των παιδιών.

**Ναι, οι μεγάλοι ονειρεύονται.** Και ένα μέρος τους θα μένει για πάντα παιδί. Ας μην καταδικάζουμε κανέναν να το κρύβει. Άνθρωποι χαρισματικοί, άνθρωποι με ταλέντο βρίσκονται ανάμεσα μας. Ας τους αφήσουμε να έρθουν μπροστά. Δημιουργώντας ένα υποστηρικτικό περιβάλλον, όπου η δημιουργικότητα, η φαντασία και η επιμονή εκτιμώνται, μπορούμε να βοηθήσουμε τα παιδιά να κρατήσουν ζωντανά τα όνειρά τους και να χτίσουν έναν κόσμο όπου η επιτυχία ορίζεται από την ευτυχία και την προσωπική ολοκλήρωση.

... Η εκπαιδευτική διαδικασία πρέπει να περιλαμβάνει μαθήματα και δραστηριότητες που προωθούν τη φαντασία, την πρωτοβουλία και την προσωπική ανάπτυξη, όπως οι τέχνες, η φιλοσοφία και η επιχειρηματικότητα. Ακόμη, η εκπαίδευση πρέπει να διδάσκει στα παιδιά ότι η αποτυχία είναι μέρος της ζωής και όχι κάτι που πρέπει να φοβούνται...



## Συνέντευξη στον Παναγιώτη Τσιρογιάννη

**Ο**λα ξεκίνησαν το 2015, όταν «μια ομάδα γυναικών, που όσο πάει και μεγαλώνει, οι επιπτώσεις Φίλες, αποφάσισαν να ενώσουν τις προσπάθειες τους για να αντιμετωπίσουν, δίπλα-δίπλα, τις όποιες δυσκολίες της ζωής τους. Όλες μαζί, χωρίς μιζέρια, καρκινοπαθείς και μη, προχωρούν στη ζωή, για τη ζωή.

**Μέσα από ένα αισιόδοξο,** φωτεινό μονοπάτι, με όμορφες δραστηριότητες που στόχο έχουν να τις γυμνάσουν, να τις χαλαρώσουν, να τις βοηθήσουν να επαναπροσδιορίσουν τη σχέση τους με τη ζωή σε μια νέα, πιο φωτεινή βάση». Όσα βρίσκονται σε εισαγωγικά αποτελούν μήνυμα των μελών του συλλόγου στην σελίδα του στο φέτησμποκ και, μπορούμε να πούμε ότι ανταποκρίνονται πλήρως στην πραγματικότητα.

**Για όσους και όσες** τυχόν δε γνωρίζουν, ο Σύλλογος Εθελοντών κατά του Καρκίνου του Μαστού "Επιστήθιοι Φίλοι" είναι μη κερδοσκοπικό Σωματείο, αναγνωρισμένο από το Ειρηνοδικείο Άρτας.

**Μέλος του** μπορεί να γίνει ο καθένας, άνδρας και γυναίκα, είτε έχει νοσήσει από καρκίνο του μαστού είτε όχι. Σύμφωνα με ανάρτηση στην ιστοσελίδα του Συλλόγου (<http://www.breastfriends.gr/index.php>), στόχοι του συλλόγου είναι: Η συμβολή στην πρόληψη του καρκίνου γενικά και του καρκίνου του μαστού ειδικότερα, με την προαγωγή του υγιεινού τρόπου ζωής, η σωστή ενημέρωση, ευαισθητοποίηση και ενεργοποίηση των γυναικών σε θέματα έγκαιρης διάγνωσης του καρκίνου του μαστού, η πολύπλευρη στήριξη ατόμων με εμπειρία καρκίνου του μαστού καθώς και των οικογενειών τους, η συμβολή στην απομυθοποίηση του καρκίνου του μαστού, η εκρίζωση των στιγμάτων που σχετίζονται με την ασθένεια, ώστε να επαναπροσδιοριστεί η νόσος ως μια βιολογική πάθηση που θεραπεύεται και όχι ως μια κοινωνική κατάσταση. Για το Σύλλογο και τις δράσεις του μέχρι τώρα, μιλάμε με την πρόεδρό του κ. Αγγελική Τσιρογιάννη - Μιλτιάδους.

**Ερ. Κυρία Τσιρογιάννη ποιος ήταν ο στόχος όταν δημιουργήθηκε ο Σύλλογος "Επιστήθιοι Φίλοι" και πώς εξελίχθηκε μέσα στα χρόνια;**

**Απ.** Ο Σύλλογος δημιουργήθηκε πριν από 10 χρόνια από μία ομάδα γυναικών που είχαν νοσήσει πρόσφατα από καρκίνο του μαστού και βρήκαν το θάρρος να το επικοινωνήσουν στο περιβάλλον τους, στενό και ευρύτερο. Έλαβαν αρκετή αγάπη από την μικρή κοινωνία της Άρτας, την οποία μετέτρεψαν σε δύναμη που τις βοήθησε να ανταπεξέλθουν καλύτερα στις δυσκολίες των θεραπειών. Αυτή τη συμμαχία αγάπης αποφάσισαν να τη μετατρέψουν σε κάτι πιο οργανωμένο, δημιουργώντας αρχικά τον "Σύλλογο Εθελοντών κατά του καρκίνου του μαστού Επιστήθιοι Φίλοι". Αρχικά, ο Σύλλογος εστίαζε στη στήριξη μόνο γυναικών με καρκίνο μαστού. Με την πάροδο του χρόνου και με την τροποποίηση του καταστατικού του, εξελίχθηκε σε "Σύλλογο Καρκινοπαθών, Εθελοντών και Φίλων Άρτας Επιστήθιοι Φίλοι", διευρύνοντας την υποστήριξή του σε όλους τους ασθενείς με καρκίνο και προωθώντας γενικότερα την πρόληψη και ευαισθητοποίηση.

**Ερ. Ποια είναι η βασική αποστολή και οι κύριες δράσεις του Συλλόγου;**

**Απ.** Η αποστολή μας είναι να προσφέρουμε στήριξη στους ασθενείς, να ενημερώνουμε το κοινό για την πρόληψη και την έγκαιρη διάγνωση, να μιλάμε ανοιχτά και χωρίς ταμπού για τον καρκίνο και να δημιουργούμε έναν κύκλο ελπίδας και ενότητας. **Οι κύριες δράσεις** μας περιλαμβάνουν: • Εκδηλώσεις ευαισθητοποίησης και ενημέρωσης για την πρόληψη του καρκίνου. • Δράσεις έγκαιρης διάγνωσης όπως δωρεάν ψηλάφηση μαστών και μαστογραφίες. • Δράσεις προαγωγής υγιεινού τρόπου ζωής (υγιεινή διατροφή, άσκηση). •



Συνέντευξη προς  
την εφημερίδα "Μαθητών  
Έκφραση" της Προέδρου  
Αγγελικής Τσιρογιάννη -  
Μιλτιάδους

**"Κάθε στιγμή  
που βλѐπουμε κάποιον  
να βρίσκει δύναμη  
και ελπίδα μέσα από  
τη στήριξή μας είναι  
μια επιτυχία..."**

# Οι «Επιστήθιοι Φίλοι» και ο αγώνας τους για την κατάκτηση της ζωής



Δράσεις εγγραφής υποψήφιων δωτών μυελού των οστών. • Στήριξη ασθενών,

**Ερ. Ο Σύλλογός σας συμπληρώνει φέτος 10 χρόνια λειτουργίας. Ποια είναι η μεγαλύτερη επιτυχία του αυτά τα χρόνια;**

**Απ.** Η μεγαλύτερη επιτυχία μας είναι η αγάπη και η εμπιστοσύνη που νιώθουμε όλοι εμείς στον Σύλλογο. Το μεγαλείο των συναισθημάτων, η πάντα ανοιχτή αγκαλιά, η άνευ όρων αποδοχή. Νιώθουμε αποκούμπι ο ένας στον άλλον και όλοι μαζί νιώθουμε σαν οικογένεια. **Επιπλέον,** καταφέραμε να μιλάμε ανοιχτά για ένα θέμα που τρομοκρατούσε πολλούς: τον καρκίνο. Δείξαμε ότι έχει όνομα και ότι, να μην είναι δύσκολη ασθένεια, αλλά σε πολλές περιπτώσεις μπορεί να αντιμετωπιστεί. Προωθούμε το μήνυμα ότι η πρόληψη σώζει ζωές, κινητοποιώντας τον κόσμο να κάνει τις προληπτικές του εξετάσεις.

**Ερ. Τι σας ώθησε προσωπικά να αναλάβετε τον ρόλο της πρόεδρου;**

**Απ.** Η επιθυμία μου να προσφέρω βοήθεια σε ανθρώπους που δίνουν τη δική τους μάχη με τον καρκίνο ήταν το βασικό μου κίνητρο. Θυμάμαι πόσο σημαντική ήταν για εμένα η στήριξη που έλαβα από άλλους ανθρώπους, και αυτή η δυναμική της αλληλοϋποστήριξης με συγκινεί βαθιά. Στην πορεία συνειδητοποίησα ότι ο εθελοντισμός δεν είναι μόνο τρόπος προσφοράς, αλλά και ένα φως που βοηθά να διαχειρίζεσαι τα δικά σου δύσκολα συναισθήματα, να φωτίζεις τα δικά σου σκοτάδια. Ο ρόλος της πρόεδρου, που μου προτάθηκε από μέλη του συλλόγου μας κατά την ιδρυτική μας συνε-

δρίαση, εξελίχθηκε σε κάτι πολύτιμο για εμένα. Ο Σύλλογος είναι πλѐον κομμάτι της καθημερινότητάς μου, πηγή δύναμης και έμπνευσης.

**Ερ. Ποιες είναι οι μεγαλύτερες προκλήσεις που αντιμετωπίσατε στην πορεία σας ως πρόεδρος;**

**Απ.** Οι προκλήσεις είναι πολλές: από τη συγκέντρωση πόρων, την εξεύρεση εθελοντών, την οργάνωση δράσεων, την πολύπλευρη στήριξη μέχρι την ευαισθητοποίηση της κοινωνίας. Ο Σύλλογος στηρίζεται αποκλειστικά στην εθελοντική προσφορά, χωρίς έμμισθο προσωπικό ή επιχορηγήσεις. Αυτό σημαίνει ότι για κάποιες δράσεις μπορεί να υπάρχει διαθεσιμότητα εθελοντών και για κάποιες άλλες όχι. Επίσης, πολλοί εθελοντές είναι οι ίδιοι ασθενείς ή έχουν εμπειρίες κοντινών τους ανθρώπων, κάτι που προσδίδει ξεχωριστή δυναμική αλλά και συναισθηματικό φορτίο. Ίσως η μεγαλύτερη πρόκληση είναι η στήριξη ατόμων σε δύσκολες στιγμές, διαχειριζόμενοι ταυτόχρονα τα δικά μας συναισθήματα.

**Ερ. Πώς διαχειρίζεστε τη συναισθηματική πίεση που προκύπτει από τη βοήθεια σε ογκολογικούς ασθενείς;**

**Απ.** Δεν είναι εύκολο, πολλές φορές ακούγοντας τους φόβους του ανθρώπου που έρχεται για βοήθεια ξαναζεις δικούς σου φόβους. Θυμάσαι τα δικά σου δύσκολα. Με το καιρό, μαθαίνεις να αποστασιοποιείσαι από τα δικά σου συναισθήματα και να είσαι εκεί για τον άλλον. Είναι δύσκολο αλλά αντλείς δύναμη από τη δύναμη που μπορεί να δίνεις στον άλλον. Ο ένας για τον άλλον. Εξάλλου, δεν ξεχνώ ποτέ ότι και

εμένα με βοήθησαν πραγματικά πάρα πολύ άνθρωποι. Αν αυτοί οι άνθρωποι είχαν μοναδική τους έγνοια να προστατέψουν τα δικά τους συναισθήματα από τα δύσκολα δικά μου, εγώ θα περνούσα πολύ πιο δύσκολα στις θεραπείες μου. Ο ένας για τον άλλον, λοιπόν, και να ξέρετε ότι πολλά μπορεί να καταφέρει ο άνθρωπος. Ο εθελοντισμός είναι κάτι μαγικό: σου δίνει δύναμη, σε μεταμορφώνει ως άνθρωπο.

**Ερ. Πώς ο Σύλλογος υποστηρίζει τους καρκινοπαθείς και τις οικογένειές τους στην Άρτα;**

**Απ.** Παρέχουμε ψυχολογική υποστήριξη είτε ατομικά είτε μέσω τμημάτων δημιουργικής απασχόλησης. Δανειζόμαστε περούκες και άλλα παραϊατρικά είδη, ενημερώνουμε τους ασθενείς για τα δικαιώματά τους και τις παροχές που δικαιούνται.

**Ενισχύουμε** οικονομικά άπορους ασθενείς για έξοδα θεραπειών που δεν καλύπτονται από το κράτος. Με αυτά τα λίγα που ξέρουμε και μπορούμε, στεκόμαστε δίπλα στους ογκολογικούς ασθενείς σε αυτό το δύσκολο ταξίδι και ψάχνουμε μαζί τους για περισσότερα.

**Ερ. Υπάρχει συμμετοχή από την τοπική κοινωνία στις δράσεις σας και αν ναι με ποιο τρόπο;**

**Απ.** Η συμμετοχή είναι συγκινητική. Ο κόσμος ανταποκρίνεται στις εκδηλώσεις μας, είτε με τη φυσική του παρουσία είτε με προσφορές. Ιδιαίτερα συγκινητική είναι η στήριξη των μαθητών και των νέων που μας δίνουν ελπίδα για το μέλλον.

**Ερ. Υπάρχουν κάποιες ιστορίες επιτυχίας ή στιγμές που σας έκαναν να νιώσετε περήφανη;**

**Απ.** Κάθε στιγμή που βλέπουμε κάποιον να βρίσκει δύναμη και ελπίδα μέσα από τη στήριξή μας είναι μια επιτυχία. Ιδιαίτερα θυμάμαι περιπτώσεις ανθρώπων που επέστρεψαν δυνατοί, οι ίδιοι ή/και συγγενείς τους, για να μας βοηθήσουν και αυτοί στις δράσεις μας. Περήφανη νιώθω όχι τόσο για αυτά που πετύχαμε, αλλά γι' αυτά τα ζεστά και όμορφα που νιώσαμε σε αυτόν τον Σύλλογο.

**Ερ. Πώς μπορούν οι νέοι να συμβάλουν στην ευαισθητοποίηση για τον καρκίνο;**

**Απ.** Οι νέοι μπορούν να γίνουν πρεσβευτές της πρόληψης. Μπορούν να συμμετέχουν σε εκδηλώσεις, να οργανώνουν δικές τους δράσεις και να ενημερώνουν την οικογένεια και τους φίλους τους για την αξία της πρόληψης. Πρώτα απ' όλα, όμως, πρέπει να εφαρμόζουν την πρόληψη στις δικές τους ζωές. Είστε νέοι και μπορείτε να νιώθετε ότι δεν σας αφορά ο καρκίνος. Ωστόσο, μεγαλώνοντας, ευχή όλων μας είναι να μην σας αφορά ούτε τότε. Για να γίνει αυτό, πρέπει από τώρα να αποκτήσετε υγιεινές συνήθειες διατροφής, να ασκείστε καθημερινά, να μην καπνίζετε, να μην πίνετε αλκοόλ, και να διατηρείτε φυσιολογικό βάρος. Η υγεία είναι ένα αγαθό που δεν μας χαρίζεται, αλλά πρέπει να κοπιάσουμε για να το διατηρήσουμε. Ξεκινήστε από τώρα!

**Ερ. Υπάρχουν συγκεκριμένοι τρόποι με τους οποίους οι μαθητές και οι σχολικές κοινότητες μπορούν να στηρίξουν τον Σύλλογο;**

**Απ.** Φυσικά! Οι μαθητές μπορούν να οργανώσουν φιλανθρωπικές δράσεις αλλά και δράσεις που προάγουν τον υγιεινό τρόπο ζωής, να συμμετάσχουν στις εκστρατείες μας ή ακόμη και να προσφέρουν εθελοντικά τον χρόνο τους στις εκδηλώσεις μας.

**Ερ. Ποιο μήνυμα θα θέλατε να στείλετε στους μαθητές που διαβάζουν αυτή τη συνέντευξη;**

**Απ.** Μην ξεχνάτε ότι η πρόληψη σώζει ζωές. Να προσέχετε την υγεία σας, να αγαπάτε τους ανθρώπους γύρω σας και να θυμάστε πως όλοι μπορούμε να προσφέρουμε κάτι, όσο μικρό κι αν φαίνεται. Εντάξτε τον εθελοντισμό στην ζωή σας και αυτή θα φωτιστεί ακόμη περισσότερο!



Από τις Φρειδερίκη Ρηγανά και  
Δέσποινα Συγγούνα, Μαρία Γιαννάκου

**Η** Άρτα είναι η πόλη που ζούμε και που έχουμε ως πατρίδα μας. Πόσο, όμως, ευχαριστημένοι είμαστε εμείς οι νέοι από τις συνθήκες ζωής που μας προσφέρει; Για να το ανακαλύψουμε αυτό, μοιράσαμε ερωτηματολόγια σε 100 συμμαθητές/τριές μας για να μάθουμε την άποψή τους για την πόλη μας, με ποιους τρόπους θα μπορούσε να βελτιωθεί αλλά και να αναδειχθεί. Πέρα από αυτό, στόχος μας ήταν και να μπορέσουν να μας εκφράσουν κάποια από τα παράπονά τους και τους προβληματισμούς τους για αυτή.

**Τα αποτελέσματα** της έρευνας έδειξαν ότι το μεγαλύτερο ποσοστό των μαθητών δεν είναι πλήρως ευχαριστημένο από την Άρτα (90 στους 100), ενώ ελάχιστοι μαθητές επιθυμούν να παραμείνουν στην πόλη μας μετά την αποφοίτησή τους (8 στους 100). Μιλώντας για την ψυχαγωγία στην Άρτα η πλειοψηφία είναι δυσαρεστημένη από αυτή, καθώς 83 στους 100 θεωρούν ότι δεν υπάρχουν αρκετά μέρη ψυχαγωγίας για νέους.

**Για να αλλάξει** αυτή η κατάσταση, οι πλειονότητα των 100 προτείνει περισσότερα κέντρα ψυχαγωγίας και χώρους διασκέδασης για νέους, περισσότερα μαγαζιά, δημιουργία θεάτρων και διοργάνωση εκδηλώσεων, αλλά και αθλητικών δραστηριοτήτων. Μεμονωμένα βρίσκουμε και αιτήματα για βιβλιοθήκες, κινηματογράφους, πλατείες, μπόουλινγκ, κ.α.

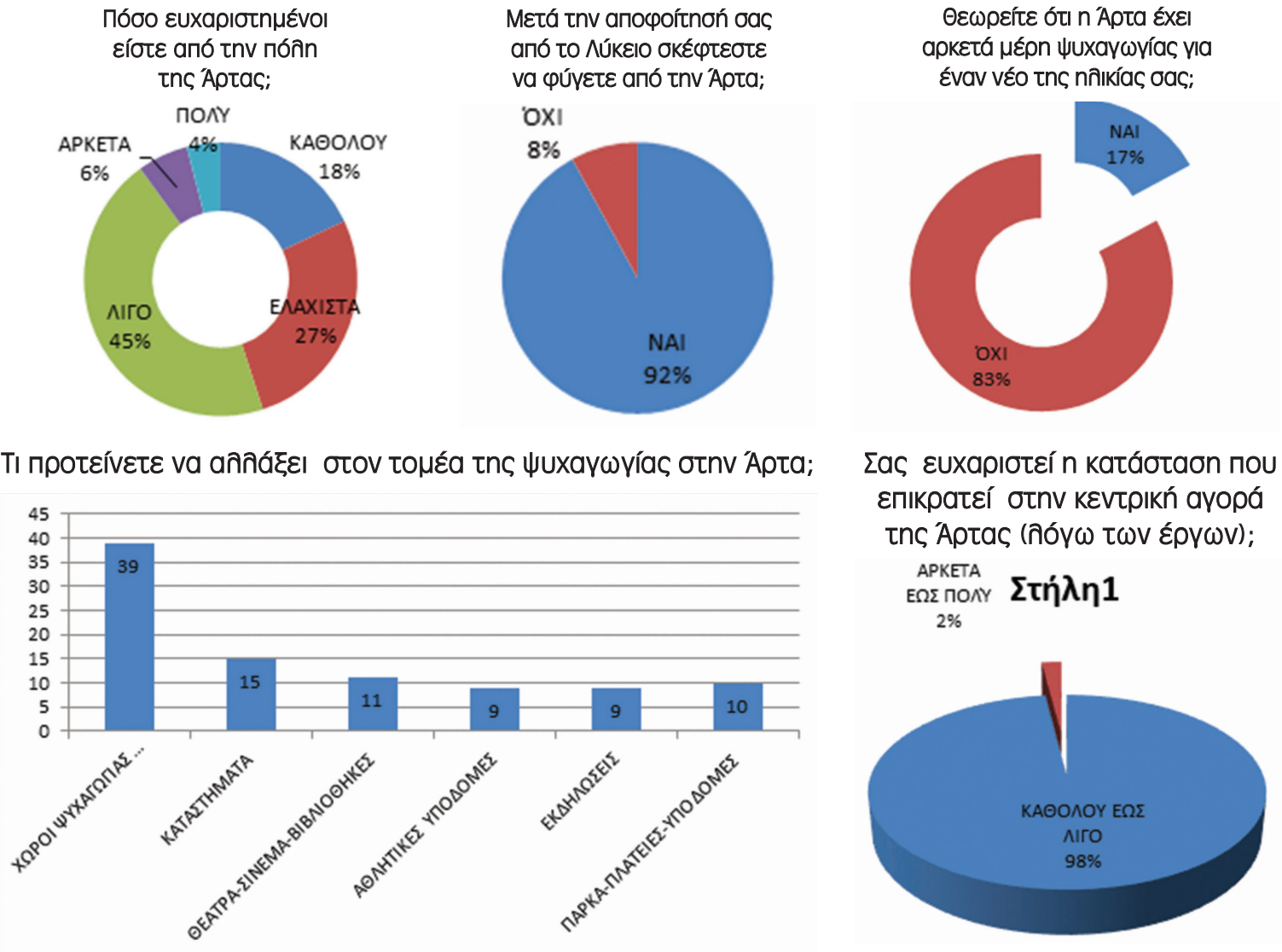
**Στον εμπορικό τομέα** οι μαθητές δεν είναι ευχαριστημένοι από τη σημερινή εικόνα της αγοράς (90 στους 100 καθόλου έως ελάχιστα και 8 λίγο) και επισημαίνουν αρκετές ελλείψεις. Πρωταγωνιστικό ρόλο σ' αυτές φαίνεται να παίζουν τα καταστήματα ρούχων.

**Τέλος, οι προσδοκίες** για τη βελτίωση της κατάστασης της πόλης μας δεν φαίνεται να είναι αρκετά υψηλές, καθώς μόνο 24 στους 100 πιστεύουν ότι η κατάσταση στο μέλλον θα βελτιωθεί, ενώ 43 θεωρούν πως θα μείνει ίδια, ενώ 33 προβλέπουν ότι θα χειροτερέψει. Για τη βελτίωση της πόλης οι περισσότεροι/ες συμμαθητές/τριες μας προτείνουν το άνοιγμα περισσότερων μαγαζιών (17) και εμπορικών κέντρων (12), ενώ αρκετοί θεωρούν ότι η ολοκλήρωση των έργων ανάπλασης του κέντρου της πόλης θα σημάνει αυτόματα και τη βελτίωσή της (14).

**Μεγάλη** είναι η επιθυμία για χώρους διασκέδασης και αθλητικά κέντρα, ενώ δεν λείπουν προτάσεις για πάρκα, αξιοποίηση των ιστορικών χώρων και κυρίως του κάστρου της πόλης, απαίτηση για περισσότερο ενδιαφέρον από τις αρχές κλπ. Για τις αιτίες της μειωμένης τουριστικής προσέλευσης στην πόλη, οι απαντήσεις που έδωσαν οι συμμαθητές/τριες μας δείχνουν μάλλον μικρή γνώση της περιοχής μας, οπωσδήποτε ελλιπή προβολή των χώρων τουριστικού ενδιαφέροντος και αναγκαιότητα δημιουργίας κινήτρων για τους νέους ώστε να επισκεφτούν την Άρτα.

# ΕΡΕΥΝΑ: Πόσο ευχαριστημένοι είστε με την πόλη μας;

Τα αποτελέσματα της έρευνας σε 100 μαθητές (61 κορίτσια, 39 αγόρια)



- Από τρεις απαντήσεις: αξιοποίηση του παραλίνιου, τα πάντα, νέα σχολικά κτίρια, συλλογικές δράσεις, βελτίωση των κτιρίων, εκδηλώσεις.
- Από δύο απαντήσεις: διαφήμιση της πόλης, καφετέριες, πεζόδρομοι, πανεπιστήμια.
  - Από μια απάντηση: πάρκινγκ, κινηματογράφος στην Άρτα;
- γράφου, δεν βελτιώνεται με τίποτα, οριοθέτηση του ποταμού, κλείσιμο των inspot, μείωση εγκληματικότητας, παύση των έργων, καθαρισμός της πόλης.

**Στο ερώτημα τι καταστήματα πιστεύετε ότι λείπουν από την πόλη μας;**

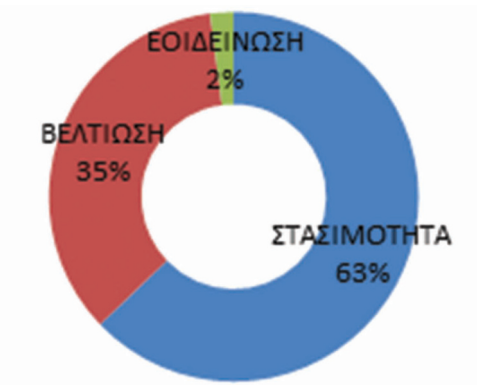
**Α. Εμπορικά:** 82. **Β. Καφετέριες/ Εστιατόρια:** 34. **Γ. ΑΛΛΟ:** 20 Bowling, fast-food, αλυσίδες ρούχων, χώροι για παιδιά και εφήβους, Μπαρ, κλαμπ, εστιατόρια με ξένες κουζίνες. Αυτές είναι οι απαντήσεις που ξεχωρίσαμε. Τι προτείνετε να αλλάξει στον τομέα της ψυχαγωγίας στην Άρτα;

- **Ποικιλία χώρων αναψυχής.** • Θέατρα, νυχτερινά κέντρα, κλαμπ, μπουζούκια.
- **Περισσότερα μαγαζιά για σκοπούς ψυχαγωγίας** • Συναυλίες, μαγαζιά για νέους • **Μαγαζιά στα οποία οι νέοι να μπορούν να ακούν μουσική** • Καφετέριες

και μαγαζιά που να έχουν τη δική τους ταυτότητα • **Περισσότερες εκδηλώσεις** • Αθλητικά κέντρα και εγκαταστάσεις • **Εμπορικά κέντρα στα πρότυπα Αθήνας και Θεσ/κης** • Bowling, escape rooms



Τα επόμενα χρόνια πιστεύετε ότι η πόλη της Άρτας θα βελτιωθεί, η κατάσταση θα επιδεινωθεί, θα παραμείνει στάσιμη;



Γιατί κατά τη γνώμη σας η Άρτα δεν έχει υψηλή επισκεψιμότητα;

- Δεν έχει τίποτα ιδιαίτερο/ τίποτα να κάνουν: 18
- Δεν υπάρχουν αρκετά μέρη ψυχαγωγίας: 15
- Δεν αναδεικνύονται τα αξιοθέατα: 12
- Η πόλη είναι μικρή και άγνωστη: 11
- Δεν υπάρχουν μέρη για να δεις: 8
- Δεν υπάρχουν αρκετά μαγαζιά: 8
- Λόγω των έργων: 8
- Δεν διαφημίζεται η πόλη: 7
- Υπάρχει έλλειψη ξενοδοχείων και υποδομών: 4

**Σημείωση:**

- Από τρεις απαντήσεις: δεν είναι ωραία, είναι μονότονη και αδιάφορη πόλη, δεν αναδεικνύονται οι φυσικές ομορφιές της
- Από δυο απαντήσεις: δεν έχει «ανοιχτούς» ανθρώπους, κακή δόμηση της πόλης, έχει μόνο βυζαντινά μνημεία και τίποτε άλλο
- Από μια απάντηση: δεν γίνονται εκδηλώσεις, δε γίνεται τίποτε για να αλλάξει, δεν έχει προκλητικότητα, η οικονομική κρίση, δεν έχει εκλεκτό φαγητό, δε βρίσκεται δίπλα στη θάλασσα.

- Τι προτείνετε για να βελτιωθεί συνοδικά η πόλη της Άρτας;
- Να τελειώσουν τα έργα στην αγορά και να αξιοποιηθούν μέρη όπως το γεφύρι, το ποτάμι και οι βυζαντινές εκκλησίες και η Κορωνησία
  - Περισσότερα καταστήματα
  - Μέρη ψυχαγωγίας για όλες τις ηλικίες
  - Μπορεί να φτιαχτεί το κάστρο και να αξιοποιηθούν όλα τα αξιοθέατα
  - Εκσυγχρονισμός της Άρτας
  - Δημιουργία νέων σχολικών κτηρίων και αναβάθμιση των παλιών
  - Αναβάθμιση κτηριακών εγκαταστάσεων
  - Ουσιαστικό ενδιαφέρον από τους πολίτες και τον δήμο
  - Βελτίωση της κεντρικής αγοράς
  - Να γίνει δενδροφύτευση
  - Δημιουργία κέντρων για την προσέλκυση τουριστών
  - Δημιουργία δημοσίων χώρων στάθμευσης

# Άρης Ραβανός: Στο προπύργιο της έντυπης δημοσιογραφίας

Συνέντευξη στη Μυρσίνη Λάμπρου

**Με αφορμή** τις διακοπές των Χριστουγέννων πολλοί Άρτινοί είχαν την ευκαιρία να επιστρέψουν στην γενέτειρά τους για να γιορτάσουν με τους δικούς τους ανθρώπους. Ένας από αυτούς ήταν και ο Άρης Ραβανός, καταξιωμένος δημοσιογράφος, τον οποίο είχαμε την ευκαιρία να συναντήσουμε και να μιλήσουμε για τα παιδικά του χρόνια, το ταξίδι του στη δημοσιογραφία καθώς και για την άποψή του για την πόλη της Άρτας.

**Ο ίδιος μας ανέφερε** πως γεννήθηκε και μεγάλωσε στην Άρτα και φοίτησε στο 9ο Δημοτικό και έπειτα στο 2ο Γυμνάσιο-Λύκειο της πόλης. Όπως και όλα τα υπόλοιπα αγόρια της Άρτας, παρακολουθούσε συχνά αγώνες της Αναγέννησης Άρτας. Κατά τη διάρκεια της εφηβικής του ηλικίας, χαλούσε το χαρτζιλίκι του για να μπορέσει να αγοράσει εφημερίδες, ενώ άλλες φορές στεκόταν έξω από περίπτερα για να ενημερωθεί από τα εξώφυλλα των ξένων περιοδικών και εφημερίδων. Όπως μας τόνισε, ποτέ δεν έλειπε εφημερίδα από το σπίτι.

**Αρχικά**, σπούδασε Διοίκηση Επιχειρήσεων στην Πάτρα, και έπειτα φοίτησε για ένα χρόνο στο Εργαστήριο Επαγγελματικής Δημοσιογραφίας. Σύμφωνα με τον ίδιο αποφάσισε να ασχοληθεί με τον έντυπο τύπο γιατί του άρεσε η μυρωδιά από το μελάνι της εφημερίδας.

**Το 1997** εντάχθηκε στην εφημερίδα ΤΟ ΒΗΜΑ, έπειτα από μια βιβλιοκριτική που του ζητήθηκε να γράψει. Ωστόσο, χρειάστηκε να φύγει από την Αθήνα για να υπηρετήσει την στρατιωτική του θητεία. Εξαιτίας μιας καθυστέρησης της στρατολόγησης του, έμεινε στην Άρτα για 100 ημέρες, κι έτσι είχε την



Άρης Ραβανός: Η δημοσιογραφία είναι ένα επάγγελμα με πολλές δυσκολίες, καθώς χρειάζονται ατελείωτες ώρες εργασίας. Με το πέρασμα των χρόνων, μας είπε, εξοικειώθηκε και έχτισε σχέσεις εμπιστοσύνης

ευκαιρία να ασχοληθεί και με την τοπική δημοσιογραφία. Όταν επέστρεψε στην Αθήνα με τον στρατό, το πρωί εκτελούσε τα καθήκοντά του ως Δόκιμος και το απόγευμα εργαζόταν στην εφημερίδα.

**Το 2001** εντάχθηκε στην πλήρη καθημερινότητα της εφημερίδας ΤΟ ΒΗΜΑ, καλύπτοντας αρχικά το ελεύθερο ρεπορτάζ. Ο ίδιος μας εκμυστηρεύτηκε ότι την ίδια χρονιά πέτυχε το στόχο του, να ασχοληθεί με το κοινοβουλευτικό ρεπορτάζ, με το οποίο ασχολείται ακόμα.

**Κατά τη δική του γνώμη**, η δημοσιογραφία είναι ένα επάγγελμα με πολλές δυσκολίες, καθώς χρειάζονται ατελείωτες ώρες εργασίας. Με το πέρασμα των χρόνων εξοικειώθηκε και έχτισε σχέσεις εμπιστοσύνης. Το-

νίζει, επίσης, πως είναι ένα επάγγελμα το οποίο χρειάζεται ιδιαίτερη προσοχή, καθώς οι αναγνώστες κρίνουν αυστηρά τα κείμενα που έχουν μπροστά τους.

**Όσον αφορά** την Άρτα, ανατρέχοντας στα παιδικά του χρόνια, μας ανέφερε πως η ζωή ήταν αρκετά περιορισμένη καθώς οι επιλογές ήταν περιορισμένες. Ωστόσο πιστεύει πως η Άρτα του σήμερα διαφέρει πολύ από παλιά καθώς έχει σημειώσει τεράστια ανάπτυξη. Για εκείνον, η Άρτα είναι μια πόλη με παρελθόν, παρόν και μέλλον. Διαβάζει συχνά πως η Άρτα πλήττει από μίζερια, όμως διαφωνεί και μάλιστα τόνισε πως για μία τόσο μικρή πόλη έχει τεράστια πολιτιστική δραστηριότητα. Όπως ανέφερε, η Άρτα δεν θα πεθάνει ποτέ!

## Η Δημοκρατία μέσα από τα μάτια ενός παιδιού

Της Αναστασίας Ξέρα

**Τι είναι Δημοκρατία;** Πολλοί διανοούμενοι θα απαντούσαν σε αυτό το ερώτημα δίνοντας πολύπλοκους ορισμούς, ξεκινώντας κάπως έτσι: «Η Δημοκρατία ορίζεται ως...» και θα συνέχιζαν χρησιμοποιώντας ακατανόητες έννοιες που αφορούν ένα σωρό θεσμούς χωρίς ιδιαίτερο νόημα για τον μέσο άνθρωπο.

**Στον αντίποδα**, εμείς οι πιο καθημερινοί άνθρωποι θα απαντούσαμε ότι Δημοκρατία σημαίνει ελευθερία σκέψης, λόγου και έκφρασης(και ας μην πιστεύαμε ότι κάθε χώρα που ισχυρίζεται ότι έχει δημοκρατικό πολίτευμα τηρεί αυτές τις προϋποθέσεις σε απόλυτο βαθμό). Όσο για εμένα, ένα παιδί μόλις 17 χρονών που τώρα απέκτησε το δικαίωμα ψήφου, η Δημοκρατία δεν είναι μια τόσο σύνθετη έννοια, αλλά μάλλον κάτι βαθύτερο που υποδηλώνει μια πανανθρώπινη συμπεριφορά.

**Πολλές φορές** έχω αναρωτηθεί αν η περίφημη φράση «Η ελευθερία του ενός σταματά εκεί που αρχίζει του άλλου» έχει καθολική ισχύ αφού, με βάση αυτό σιδηρόπλοιο δεν βλάπτει τον συνάνθρωπο μας επιτρέπεται απρόσκοπτα στα Δημοκρατικά πολιτεύματα. Τότε γιατί υπάρχουν χώρες όπου ενώ, λόγω χάρη η ευθανασία είναι νόμιμη παρουσιάζονται

...Ορίζω τη Δημοκρατία ως ένα έπαθλο που δίνεται μόνο σε υπεύθυνους πολίτες...

ακόμη αντιδράσεις σχετικά με το αν είναι ή όχι ηθικά σωστή; Θεωρώ πως η απάντηση είναι απλή και ακριβώς η ίδια με αυτήν που αφορά το γεγονός ότι πολλοί κατηγορούμενοι στη δίκη της Νυρεμβέργης δεν θεωρήθηκαν άξιοι θανάτου και εξέτισαν ελαφρύτερες ποινές παρά τα χονδροειδή εγκλήματα που διέπραξαν. Ότι δηλαδή η Δημοκρατία αποτελεί ευθύνη, αφού το άτομο ενεργεί κατά βάση με τη δική του βούληση, ειδικά όταν πρόκειται για κάποιο ζήτημα που δεν αφορά κανέναν παρά μόνο το ίδιο. Σε δικτατορικά καθεστώτα δεν μπορείς να αντιδράσεις όταν δεν συμφωνείς ή να είσαι ο εαυτός σου γιατί ξέρεις ότι ίσως το πληρώσεις πολύ ακριβά, ακόμη και με τη ζωή σου!

**Τι γίνεται όμως** όταν πρέπει να χρησιμοποιήσεις τη συνείδηση σου για κάτι που σε επηρεάζει άμεσα και να πάρεις εσύ την ευθύνη για οποιαδήποτε συνέπεια; Για αυτόν ακριβώς το λόγο ο πολίτης οφείλει να διαμορφώ-

σει τη δική του γνώμη και να είναι επαρκώς ενημερωμένος.

**Σε αυτό** κομβικό ρόλο παίζει και η Παιδεία που αποκτά κάποιος, αφού όπως έχει δείξει η Ιστορία η χειραγώγηση ευδοκimei καλύτερα όταν υπάρχει άγνοια! Το αν και κατά πόσο η άφθονη γνώση που υπάρχει επί παντός επιστητού έχει συμβάλει στη δημιουργία μιας καλύτερης κοινωνίας μπορεί σίγουρα να αποτελέσει θέμα ιδιαίτερα μακροσκελούς συζήτησης και σίγουρα δεν μπορεί να αναλυθεί σε ένα μόνο άρθρο!

**Προσωπικά**, λοιπόν, ορίζω τη Δημοκρατία ως ένα έπαθλο που δίνεται μόνο σε υπεύθυνους πολίτες και σε αυτούς που πιστεύουν στο δικαίωμα της συνειδητής και προσωπικής επιλογής και υποστηρίζουν την άποψή τους σεβόμενοι και αυτήν του συνανθρώπου τους. Σε μια εποχή που η ανευθυνότητα και ο χωαδελφισμός παρουσιάζονται ως «αρετές για τους πολλούς», δεν πρέπει να ξεχνάμε ότι τίποτα σε αυτή τη ζωή δεν χαρίζεται και όπως όλα τα πράγματα έτσι και αυτό μπορεί να χαθεί πολύ εύκολα, αν δεν δείξουμε την απαραίτητη ωριμότητα. Εξάλλου, πάντα υπάρχουν «αρπακτικά», έτοιμα να καταστρέψουν την ιερή έννοια της Δημοκρατίας με ό,τι αυτό συνεπάγεται για τον καθέναν από εμάς!



# Το Γ' Λύκειο στο κέντρο κοινωνικής

**Κείμενο και συνεντεύξεις από τις  
Αλεξάνδρα Γαλήνα και Ναυσικά Σπαή**

**Το σχολείο μας** βρίσκεται δίπλα στο ναό της Αγίας Θεοδώρας (που είναι η πολιούχος αγία της Άρτας) και τον προαύλιο χώρο της. Είναι σε κεντρικό σημείο της πόλης μας, πολύ κοντά στην κεντρική πλατεία και αποτελεί το κεντρικότερο από τα Γυμνάσια-Λύκεια της Άρτας. Δεν είναι υπερβολή να πούμε ότι ο χώρος αυτός, στον οποίο από το 1969 (ως Γυμνάσιον Θηλέων Άρτης) έχει ενταχθεί και το σχολείο μας, αποτελεί διαχρονικά το κέντρο της πολιτικής και κοινωνικής ζωής της πόλης μας.

**Από τα αρχαία χρόνια** (αρχαϊκά και κλασικά) και την αρχαία Αμβρακία (που ιδρύθηκε περίπου το 600 π.Χ. ως αποικία των Κορινθίων) και μετέπειτα ως πρωτεύουσα του κράτους που ίδρυσε ο βασιλιάς Πύρρος, μέχρι την Άρτα των ύστερων βυζαντινών χρόνων που έγινε η πρωτεύουσα του κράτους (Δεσποτάτο το ξέρουμε οι Ηπειρώτες) της Ηπείρου, αλλά και αργότερα στα χρόνια του Σκουφά, του Μακρυγιάννη, του Καραϊσκάκη μέχρι σήμερα στην εποχή των σύγχρονων αρτινών, ο ευρύτερος χώρος του ναού της Αγίας Θεοδώρας, βασίλισσας της Άρτας, αποτελεί σημείο αναφοράς των πολιτών και των επισκεπτών της.

**Στην περίοδο** της ακμής της αρχαίας Αμβρακίας, κατά την περίοδο των κλασικών χρόνων, όταν και η πόλη είχε δημοκρατικό πολίτευμα, στο χώρο πίσω από το ναό της Αγίας Θεοδώρας, αλλά και στο διπλανό πεζόδρομο (και ίσως και κάτω από το ναό) υπήρχε το Πρυτανείο της πόλης. Για το ρόλο του Πρυτανείου, αλλά και τις ανασκαφικές έρευνες που έγιναν εκεί, μιλήσαμε με την προϊσταμένη της Εφορείας Αρχαιοτήτων Άρτας, κα Θεοδώρα Κοντογιάννη:

**Μαθητικό Βήμα (Μ.Β.): Το σχολείο μας βρίσκεται δίπλα στο ναό της Αγίας Θεοδώρας και τον προαύλιο χώρο του. Από την έρευνα της υπηρεσίας σας, τι γνωρίζουμε για τη χρήση του χώρου αυτού κατά την περίοδο της αρχαίας Αμβρακίας;**  
**Θεοδώρα Κοντογιάννη (Θ.Κ.):** Η αρχαιολογική έρευνα που πραγματοποιήθηκε κατά το παρελθόν αλλά και τα τελευταία χρόνια από την Υπηρεσία μας, έφερε στο φως ένα δημόσιο κτήριο της Αμβρακίας που ταυτίζεται με το Πρυτανείο. Ειδικότερα, αποκαλύφθηκαν χώροι συμποσίων με επιμελημένα δάπεδα στο κέντρο τους και υπερυψωμένη ζώνη για την τοποθέτηση πάγκων ή ανακλιντρων περιμετρικά. Ένα μέρος του κτηρίου εκτείνεται πιθανότατα κάτω από το βυζαντινό ναό της Αγίας Θεοδώρας, σύμφωνα με τα νεώτερα στοιχεία. Το Πρυτανείο βρισκόταν στο διοικητικό και θρησκευτικό κέντρο της αρχαίας πόλης. Πολύ κοντά άλλωστε σε αυτό υπήρχε ο Ναός του Απόλλωνα, το μεγάλο θέατρο της Αμβρακίας, αλλά και το περισσότερο γνωστό σε όλους Μικρό Θέατρο, το οποίο είχε και τη χρήση ως Βουλευτηρίου.

**Μ.Β.: Πόσο σημαντικός ήταν ο χώρος αυτός για τη ζωή των Αμβρακιωτών;**  
**Θ.Κ.:** Ακριβώς η θέση του μέσα στο πολιτικό και θρησκευτικό κέντρο της Αμβρακίας μαρτυρά και τη σημασία που είχε. Στο Πρυτανείο γίνονταν οι συνεδριάσεις των πρυτάνεων και ταυτόχρονα υπήρχε μέριμνα, δημοσία δαπάνη, για τη διαμονή και τη σίτιση των ιδίων αλλά και των τιμώμενων προσώπων ή των απεσταλμένων από άλλες πόλεις. Εδώ έκαιγε επιπλέον το ιερό πυρ της πόλης, με τη θρησκευτική αυτή χροιά του να ενισχύεται μάλιστα από τις αναθηματικές στήλες, τα αφιερώματα αξιωματούχων της πόλης και άλλων δημόσιων λειτουργών σε θεότητες, όπως η Εστία, ο Δίας Πρύτανις και η Αφροδίτη. Μάλιστα από το Πρυτανείο προέρχεται το ένα από τα δύο μαρμάρια αγαλμάτια της Αφροδίτης που εκτίθενται στο Αρχαιολογικό Μουσείο Άρτας. Θα λέγαμε ότι η ύπαρξη του Πρυτανείου μαρτυρά την ύπαρξη



Αγία Θεοδώρα Άρτας - Υπουργείο Πολιτισμού/ Εφορεία Αρχαιοτήτων Άρτας



Αριστερά (πάνω) ο Βυζαντινός ναός της Αγίας Θεοδώρας, δεξιά τμήμα του στωικού οικοδομήματος δίπλα στην Αγία Θεοδώρα.. Και οι δύο φωτογραφίες προέρχονται από το αρχείο της Εφορείας Αρχαιοτήτων Άρτας. Αριστερά το άναμμα της φωτιάς την Μεγάλη Πέμπτη στον προαύλιο χώρο του ναού. Δίπλα δεξιά ο πρόεδρος του Συλλόγου Φίλων Βυζαντινού Ναού Αγίας Θεοδώρας Αθανάσιος Κουρσάρης. Τέρμα δεξιά άθλη μια άποψη της πλάτης του ναού Αγίας Θεοδώρας



και τη λειτουργία του δημοκρατικού πολιτεύματος στην Αμβρακία των ελληνιστικών χρόνων. Μετά την κατάληψη της Αμβρακίας από τους Ρωμαίους και την υποχρεωτική μετοίκησή τους στη Νικόπολη (την πόλη που έχτισε ο αυτοκράτορας Οκταβιανός Αύγουστος κοντά στη σημερινή Πρέβεζα ως ανάμνηση της νίκης του επί του Μάρκου Αντώνιου και της Κλεοπάτρας στη ναυμαχία του Ακτίου), η πόλη δεν ερημώθηκε, αλλά, οπωσδήποτε έχασε την παλαιά της δόξα. Χρειάστηκε να περάσουν αρκετοί αιώνες για να διαμορφωθεί ξανά ένας αστικός οικισμός, την περίοδο της βυζαντινής αυτοκρατορίας. Κατά τη βυζαντινή περίοδο, ο χώρος παρέμεινε κοινόχρηστος, μέχρι την εποχή της ίδρυσης του Δεσποτάτου της Ηπείρου το 1204 από τον Μιχαήλ Α' Κομνηνοδούκα. Κατά την περίοδο της ηγεμονίας του Μιχαήλ Β' Κομνηνοδούκα (1230-1368), η σύζυγός του Θεοδώρα (μετέπειτα Αγία Θεοδώρα βασίλισσα Άρτης), έχτισε το ναό που μετά την κοίμησή της αφιερώθηκε στη μνήμη της κι εντός του οποίου βρίσκεται η λάρνακα με τα οστά της. Ο ναός αρχικά ήταν αφιερωμένος στον Άγιο Γεώργιο και αποτελούσε καθολικό μονής όπου μόνασε στα τελευταία χρόνια της ζωής της η Αγία. Στη συζήτηση με την κα Κοντογιάννη δεν μπορούσαμε να μη ζητήσουμε πληροφορίες για το ναό και τον περιβάλλοντα χώρο του.

**Μ.Β.:Τι μπορείτε να μας πείτε για το ναό της Αγίας Θεοδώρας; Ήταν εξαρχής αφιερωμένος σ' αυτήν;**  
**Θ.Κ.:** Ο ναός της Αγίας Θεοδώρας ανήκει στον τύπο της ξυλόστεγης βασιλικής και χρονολογείται στα μέσα περίπου του 12ου αιώνα. Ήταν καθολικό μοναστηριού, αφιερωμένο αρχικά στον

Άγιο Γεώργιο. Η αγία Θεοδώρα ήταν κόρη του Σεβαστοκράτορα Ιωάννη Πετραλείφα και σύζυγος του δεσπότη Μιχαήλ Β' Κομνηνού Δούκα. Επρόκειτο για μια σημαντική προσωπικότητα της εποχής της, καθώς διαδραμάτισε κύριο ρόλο στην πολιτική κατάσταση της Ηπείρου. Πρωτοστάτησε στις διαπραγματεύσεις για την ειρηνική συνύπαρξη του Δεσποτάτου της Ηπείρου με την Αυτοκρατορία της Νίκαιας. Μάλιστα, για την επίτευξη της ειρήνης αυτής ταξίδεψε δύο φορές ως την Αυτοκρατορία της Νίκαιας με το πρόσχημα του γάμου του γιου της Νικηφόρου Α' με την Άννα Παλαιολογίνα Καντακουζηνή, ανιψιά του βυζαντινού αυτοκράτορα, Μιχαήλ Η' Παλαιολόγου. Η Θεοδώρα μετά το θάνατο του συζύγου της, Μιχαήλ Β', έζησε ως μοναχή στο μοναστήρι του Αγίου Γεωργίου, φροντίζοντας για την ανακαίνισή του. Η προσθήκη του νάρθηκα στη δυτική πλευρά του ναού και η διακόσμησή του με τοιχογραφίες (τέλη 13ου αιώνα) αποδίδονται στη χορηγική δραστηριότητα της Θεοδώρας, σύμφωνα με το βιογράφο της, το μοναχό Ιωβή Μελία (13ος αιώνας). Μετά το θάνατό της ετάφη μέσα στο ναό.

**Μ.Β.: Ποιος ο λόγος ύπαρξης της αψίδας πριν το προαύλιο του ναού της Αγίας Θεοδώρας;**  
**Θ.Κ.:** Η αψίδα που συναντάμε καθώς προσεγγίζουμε το ναό από την οδό Βασιλέως Πύρρου, αποτελεί τον πυλώνα του μοναστηριού. Διαθέτει μεγάλο τοξωτό άνοιγμα που επιστέφεται από τη χαρακτηριστική αετωματική απόληξη. Ο πυλώνας είναι κτισμένος σύμφωνα με το πλινθοπερίκλειστο σύστημα τοιχοποιίας και διακοσμείται με πλούσια κεραμοπλαστικά κοσμήματα. Πρόκειται για ένα σημαντικό αρχιτεκτονικό στοιχείο, καθώς αποτελεί έναν από τους λιγοστούς βυζαντινούς

πυλώνες που σώζονται μέχρι σήμερα και χρονολογείται στα μέσα του 13ου αιώνα.

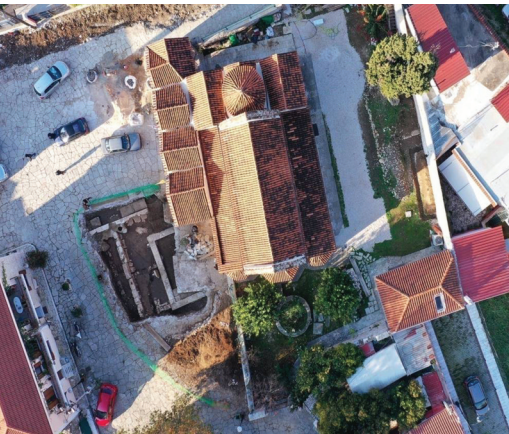
**Μ.Β.: Πώς και πότε ξεκίνησαν οι εργασίες συντήρησης του ναού; Ποια είναι η προοπτική τους;**  
**Θ.Κ.:** Ως Υπηρεσία που είναι αρμόδια για την ασφάλεια και την προστασία των μνημείων, η Αρχαιολογική Υπηρεσία της Άρτας πραγματοποίησε μεταξύ των ετών 2000-2011 μεγάλης κλίμακας εργασίες αποκατάστασης του μνημείου και συντήρησης των εξαιρετικά μαυρισμένων τοιχογραφιών, φθορά που είχε προκληθεί από ρύπους συσσωρευμένους στις ζωγραφικές επιφάνειες με την πάροδο του χρόνου και το άναμμα των κεριών μέσα στο ναό. Η Υπηρεσία μας έκτοτε πραγματοποιεί τακτικά ελέγχους στο μνημείο και με εφαρμόζοντας προληπτική συντήρηση σε ευαίσθητα σημεία, μεριμνά για την έγκαιρη αποκατάσταση φθορών, οι οποίες μελλοντικά θα μπορούσαν να προξενήσουν μεγαλύτερη ζημία.

Μετά την αγιοποίηση της Αγίας Θεοδώρας και την ανακήρυξή της σε πολιούχο της Άρτας, ο χώρος απέκτησε νέα σημασία και σταδιακά κατέληξε να είναι το κέντρο των εορταστικών εκδηλώσεων προς τιμήν της Αγίας, ενώ αποτελεί και πόλο έλξης των αρτινών, όταν αναβιώνει, κυρίως, το έθιμο της μεγάλης φωτιάς του Πάσχα, με πρωτεργάτες τα μέλη του συλλόγου «Φίλοι του ναού Αγίας Θεοδώρας». Για το έθιμο αυτό, αλλά και τη σύνδεση του χώρου με τη συνείδηση των αρτινών, η Αλεξάνδρα Γαλήνα μίλησε με τον πρόεδρο του συλλόγου, Αθανάσιο Κουρσάρη.

**Αλεξάνδρα Γαλήνα (Α.Γ.): Ποιος είναι ο λόγος**



# ζωής της πόλης



**που ιδρύθηκε ο Σύλλογος «Φίλοι του ναού Αγίας Θεοδώρας»;**  
**Αθανάσιος Κουρσάρης (Α.Κ.):** Ο Σύλλογος ιδρύθηκε για τους παρακάτω σκοπούς: α) Καλλιέργεια σχέσεων επικοινωνίας και αλληλεγγύης μεταξύ των μελών του Συλλόγου, των ενοριτών και γενικότερα των πολιτών της Άρτας, β) Προώθηση και ανάδειξη της ιστορίας, της πολιτιστικής κληρονομιάς και των παραδόσεων της γειτονιάς μας, γ) Ανάδειξη και προβολή του Βυζαντινού ναού και του βίου της Αγίας Θεοδώρας, δ) Μελέτη, προστασία και αναβάθμιση του περιβάλλοντος και ιδιαίτερα του οικισμού που περιβάλλει τον Ιστορικό Ιερό Ναό της Αγίας Θεο-δώρας, ε) Διατήρηση των εθίμων που λαμβάνουν χώρα στο Προαύλιο του Ναού.

**Α.Γ.: Γιατί προβήκατε στην αναβίωση του εθίμου της Μεγάλης Φωτιάς τις ημέρες του Πάσχα;**  
**Α.Κ.:** Το έθιμο της μεγάλης φωτιάς στην Αγία Θεο-δώρα συνεχίζεται ακατάπαυστα και χάνεται στα βάθη των αιώνων προ τουρκοκρατίας, και υποχρέωσή μας είναι η συνέχιση της αναβίωσης προκειμένου να μην χαθεί το έθιμο.

**Α.Γ.: Μπορείτε να μας περιγράψετε με λίγα λόγια το έθιμο; Ποια είναι η συμμετοχή της τοπικής κοινωνίας στην αναβίωσή του;**  
**Α.Κ.:** Η διαδικασία ξεκινά αρκετές ημέρες πριν, όταν τα μέλη του Συλλόγου έρχονται σε επαφή με ενορίτες που επιθυμούν να συνεισφέρουν στη συγκέντρωση των ξύλων. Για πολλούς από αυτούς, η προσφορά ξύλων είναι μια μορφή τάματος, για την ευλογία των οικογενειών τους. Για την επιτυχή αναβίωση του εθίμου, απαιτούνται περίπου 10 τόνοι ξύλων. (Παλαιότερα τα ξύλα

μάζευαν οι νέοι στις όχθες του Άραχθου). Την Μεγάλη Τετάρτη, μεταφέρονται τα ξύλα σε σημείο της πλατείας, πλησίον του χώρου όπου θα ανάψει η φωτιά. Το κάλεσμα στους νέους και τους ενορίτες γίνεται για την Μεγάλη Πέμπτη, περίπου στις 11:00 το πρωί, για την έναρξη της διαδικασίας του στησίματος των ξύλων. Η τέχνη του στησίματος είναι ιδιαίτερη και έχει περάσει από γενιά σε γενιά. Τα ξύλα στήνονται σαν κωνική καλύβα. Πρώτα τοποθετείται το κεντρικό ξύλο, το οποίο πρέπει να είναι χλωρό, ψηλό και χοντρό, για να μην καεί εύκολα, και στην κορυφή να έχει διχάλα για να δέσουν τα υπόλοιπα ξύλα. Στη συνέχεια, οι υπόλοιποι χλωροί κορμοί τοποθετούνται σταυρωτά για να ισοροπήσουν και να στηριχτούν μόνοι τους. Τέλος, τα κενά γεμίζουν με ξερά ξύλα, ώστε να δημιουργηθεί μια συμπαγής κατασκευή. Ο στόχος είναι τα ξύλα να τοποθετηθούν με τέτοιο τρόπο, ώστε, όταν ανάψει η φωτιά, να παραμείνουν όρθια μέχρι να σβήσει, χωρίς να καταρρεύσει η «καλύβα». Το απόγευμα της Μεγάλης Πέμπτης ξεκινά η ακολουθία των Παθών, με τους πιστούς να γεμίζουν πρώτα τον ναό και στη συνέχεια την πλατεία. Οι πιστοί καταφθάνουν από κάθε γωνιά της Ελλάδας για να συμμετάσχουν στο εντυπωσιακό αυτό έθιμο. Η μεγάλη στιγμή φθάνει όταν ο Ιερέας διαβάζει το έκτο Ευαγγέλιο. Η Σταύρωση εξέρχεται από το Ιερό και η καμπάνα χτυπά πένθιμα. Τότε, μικροί και μεγάλοι, κρατώντας ένα κερί στο χέρι, πλησιάζουν την ξύλινη κατασκευή και ανάβουν τη φωτιά. Στην αρχή η φωτιά καίει σιγά, αλλά, μόλις τα ξύλα φουντώσουν, οι φλόγες υψώνονται πάνω από πέντε μέτρα, δημιουργώντας ένα εντυπωσιακό θέαμα. Ο Ναός, η πλατεία και ο κόσμος φωτίζονται με ένα εκπληκτικό πορτοκαλί χρώμα. Μαρτυρίες για την επιτέλεση του εθίμου κάθε Μεγάλη Πέμπτη, υπάρχουν για τουλάχιστον 300 χρόνια πίσω. Αναβίωσε στην ίδια ενορία, αλλά από δύο Ναούς: στην πλατεία του Ναού της Αγίας Θεοδώρας, όπου συνεχίζεται αδιάκοπα μέχρι σήμερα, και στη γειτονική πλατεία του Ναού του Αγίου Νικολάου, όπου έχει σταματήσει εδώ και πολλά χρόνια. Το έθιμο συμβολίζει τις φωτιές που άναψαν έξω από το κυβερνείο του Ποντίου Πιλάτου αναμένοντας την απόφαση για την τύχη Του Ιησού. Έχει κατατεθεί πλήρης φάκελος στο υπουργείο πολιτισμού προκειμένου να συμπεριληφθεί το Έθιμο στο μητρώο άυλης πολιτιστικής κληρονομιάς της ΟΥΝΕΣΚΟ.

**Α.Γ.: Ποια η προσφορά της ευρύτερης γειτονιάς Αγίου Νικολάου - Αγίας Θεοδώρας στην αρτινή κοινωνία;**  
**Α.Κ.:** Οι ενορίτες, συμμετέχοντας στις δράσεις, ενισχύουν την πολιτιστική ταυτότητα της πόλης, διατηρώντας ζωντανές τις παραδόσεις και τα έθιμα που έχουν περάσει από γενιά σε γενιά. Για τους νέους, αποτελεί μια ευκαιρία να συνδεθούν με την ιστορία και την παράδοση του τόπου τους. Η γειτονιά, που αποτελείται από τις παλιές συνοικίες (Ταμπακιάδες - Γεφυρόπουλο - Χάλα - Χάλα) διατηρεί κάπως την παλαιά της μορφή, με τα στενά σοκάκια, τα πολλά βυζαντινά και μεταβυζαντινά ξωκλήσια, τα μπαλκόνια με τα λουλούδια και τις λεμονιές στις αυλές. Είναι τόπος αναμνήσεων για τους μεγάλους, βόλτας και εξερεύνησης για νέους και επισκέπτες. Όπως είδαμε, ο χώρος στον οποίο βρίσκεται το σχολείο μας, είναι από τους ιστορικότερους και σημαντικότερους της πόλης. Το Τρίτο Λύκειο Άρτας αποτελεί αναπόσπαστο κομμάτι της ιστορίας αυτού του χώρου, όχι μόνο γιατί αποτέλεσε το πρώτο γυμνάσιο Θηλέων που ιδρύθηκε στην Άρτα, αλλά, πολύ περισσότερο, γιατί η αυλή του σχολείου κάθε απόγευμα αποτελεί χώρο αθλοπαιδιών αλλά και συνάντησης νέων ανθρώπων, ενώ τα καλοκαίρια διεξάγονται εδώ ποικίλες πολιτιστικές εκδηλώσεις. Έτσι ο χώρος του σχολείου, εντασσόμενος στον ευρύτερο περίγυρο του ναού της Αγίας Θεοδώρας, αναδεικνύεται σε κεντρικό πόλο της αρτινής ζωής.



Έτσι... φιλοτέχνησαν μαθητές το θρανίο τους σε μια στιγμή έμπνευσης και πλήξης

## Η ανία στα... θρανία

**Έρευνα - κείμενο: Δανάη Γκόκα, Ευθυμία Κάππου, Χρυσαιγιά Καραμπά, Ναταλία Καψάλη**

**Θρανία γεμάτα στίχους,** εικόνες, σκίτσα, δάκρυα, σπιτάκια και γελαστά ή θλιμμένα πρόσωπα. Θρανία που μαγικά μας μεταφέρουν έξω από την αίθουσα και την.. βαρεμάρα της. Σχολείο, αίθουσες, θρανία και αναμνήσεις.

**Όταν το μάθημα γίνεται βαρετό.** Όταν ξενύχτησα και νυστάζω. Όταν ο καθηγητής μιλά.. ακαταλαβίστικα. Όταν η μέρα είναι μουντή και έξω βρέχει μονότονα. Όταν έχει ήλιο και εσύ ακούς μαθηματικούς τύπους ή αρχαία τότε μία είναι η λύση για να μην κοιμηθείς. Ζωγραφίζεις στο θρανίο. Το θρανίο είναι ο μικρόκοσμός μας, μόνο δικός μας. Το θρανίο είναι εκτόνωση, είναι το γέλιο και το κλάμα μου, ο πόνος και η χαρά μου. Εκεί «αποτυπώνω» τον έρωτα, την λύπη, την απορία, την προσβολή, την θλίψη, την ειρωνεία, το θυμό και έτσι η απόδραση μου είναι εφικτή.

**Η παιδική ανία** είναι μια κατάσταση που βιώνουν τα παιδιά όταν δεν έχουν κάτι ενδιαφέρον να απασχοληθούν ή όταν οι δραστηριότητες που τους περιβάλλουν δεν τους προκαλούν ιδιαίτερο ενδιαφέρον. Η ανία αυτή μπορεί να προκύψει εξαιτίας διαφόρων παραγόντων. Παρατηρείται συνήθως στις σχολικές τάξεις καθώς τα παιδιά συχνά χρειάζονται προκλήσεις και ποικιλία για να διατηρήσουν την περιέργεια σε συνδυασμό με την ενέργειά τους.

**Η παιδική ανία** μπορεί παράλληλα να σχετίζεται με την έλλειψη κοινωνικής αλληλεπίδρασης με σκοπό την αποφυγή της ανίας στις σχολικές τάξεις. Τα παιδιά στην εποχή αυτή πηγαίνουν στα σχολεία όντας συναισθηματικά ανώριμα. Αποτελεί κοινή διαπίστωση δασκάλων και καθηγητών πως η κοινωνική, συναισθηματική και μαθησιακή λειτουργικότητα των παιδιών είναι φανερά πτωτική. Εξαιτίας της βαρεστημάρας τις σχολικές ώρες, οι μαθητές καταφεύγουν σε διάφορους τρόπους εκτόνωσης και έκφρασης συναισθημάτων όπως είναι για παράδειγμα η ζωγραφική.

**Παράλληλα,** οι μαθητές στις μέρες μας συχνά καταφεύγουν στο γράψιμο και την ζωγραφική των θρανίων τους για διάφορους λόγους, οι οποίοι συνδέονται κυρίως με την προσωπική τους έκφραση αλλά και την σχολική τους εμπειρία. Μια βασική αιτία είναι η ανάγκη για δημιουργική έκφραση, καθώς μέσα από το σχέδιο ή την γραφή εκτονώνουν τα συναισθήματά τους ή μοιράζονται σκέψεις που δεν μπορούν να εκφράσουν αλλιώς. Επιπλέον, η πλήξη κατά τη διάρκεια του μαθήματος μπορεί να τους οδηγήσει στην αναζήτηση διεξόδου μέσω της καλλιτεχνικής δραστηριότητας. Σε κάποιες περιπτώσεις, αυτό αποτελεί και τρόπο αντίδρασης ενάντια στην αυστηρότητα του σχολικού περιβάλλοντος ή μέσω επιβεβαίωσης, που θέλουν να αφήσουν το «ίχνος» τους. Τέλος, η μίμηση των συνομηλίκων τους ή ακόμα και η επιθυμία να ανήκουν σε μια ομάδα μπορεί να ενθαρρύνει τέτοιες συμπεριφορές κάνοντας τις μέσο κοινωνικής ταύτισης και επικοινωνίας.

**Αξίζει να σημειώσουμε** επίσης, ότι μπαίνοντας



Άφηνα ένα δείγμα



## Α όπως Άρτα

Της Αλεξάνδρας Γαλήνα

**Α**πό τα Αθαμανικά όρη που δεσπόζουν πάνω από τον κάμπο, τα περιώ-  
νυμα Τζουμέρκα των παραδόσεων και των δημοτικών τραγουδιών, ως τον Αμβρακικό κόλπο που συνέδεε και συνδέει την Ήπειρο με το Ιόνιο και τη Δύση παρέχοντας ταυτόχρονα ένα πλούσιο οικοσύστημα μοναδικής ομορφιάς, το γράμμα Άλφα έχει καταλυτική παρουσία στην ιστορία του νομού Άρτας.

**Οι φυλές** των Αθαμάνων αναφέρονται μέσα στις πρώτες που παρουσιάζονται στον ηπειρωτικό χώρο, δίνοντας το όνομά τους στα βουνά που πρωτοκατοίκησαν. Ο μύθος άλλωστε θέλει τους Αθαμάνες να κατάγονται από τον μυθικό βασιλιά Αθάμαντα, ο οποίος έφυγε από τη Βοιωτία όπου βασίλευε, γιατί, σύμφωνα με το μύθο, η Ήρα, για να τον τιμωρήσει που ανέθρεψε το Διόνυσσο, τον εξανάγκασε σε στιγμή αλλοφροσύνης να φονεύσει το γιο του Λέαρχο. Ο Αθάμας από τη θλίψη που ένιωθε για το θάνατο του γιου του κατέφυγε στα απόκρημνα βουνά που φέρουν από τότε το όνομά του.

**Η αρχαία Αμβρακία** αιώνες αργότερα, σε φυσικά οχυρή θέση, με έλεγχο τον εμπορικών οδών από και προς την ηπειρωτική ενδοχώρα, με ισχυρές προϋποθέσεις ανάπτυξης ως αποικία των κορινθίων που αποτελούσαν μια από τις υπερδυνάμεις

του καιρού εκείνου, με πλούσια οικονομική, οικοδομική, πολιτιστική και καλλιτεχνική ανάπτυξη, άκμασε από τις αρχές του 4ου αιώνα π. Χ. ως το 189 π. Χ., αποτελώντας για χρόνια την πρωτεύουσα του ισχυρού κράτους που ίδρυσε ο Πύρρος και συνέχισαν οι διάδοχοί του Αιακίδες.

**Ο Άραχθος**, διασχίζοντας όλον τον νομό έχει συνδεθεί άρρηκτα με την Άρτα, αποτελώντας την αφορμή για πολλούς και ποικίλους μύθους, ιστορίες, τραγούδια και κάθε λογής παραδόσεις. Διόλου τυχαία η λαϊκή μούσα τον τοποθετεί ισότιμο μεταξύ των μεγαλύτερων ποταμών σ' όλο τον κόσμο εκείνης της εποχής, τον Δούναβη και τον Ευφράτη. Πέρα από αυτά όμως, ο Άραχθος αποτελεί ακόμα και στις μέρες μας πηγή ζωής τόσο για τον ορεινό όγκο, όσο και για την πεδιάδα, μεταξύ των οποίων κινούνται διαρκώς με τα εμπορεύματά τους οι Αγωγιάτες, έμποροι και ταχυδρόμοι, μεταφορείς αγαθών και ειδήσεων σε κάθε γωνιά του νομού.

**Η Άρτα τέλος**, η ένδοξη πρωτεύουσα του Δεσποτάτου της Ηπείρου, το ζωντανό βυζαντινό μουσείο λόγω της πληθώρας των βυζαντινών και νεότερων μνημείων που βρίσκονται διάσπαρτα σ' όλον τον νομό, αποτελεί τη ζωντανή συνέχεια της ιστορίας αυτού του τόπου, αποδεικνύοντας τις δυνατότητες αλλά και τη δύναμη ψυχής των κατοίκων αυτής της γωνιάς της Ηπείρου.

## Ο τόπος και οι άνθρωποί του

Του Σπύρου Γεωργάκη

**Ώρες πολλές** θα μπορούσε κανείς να γράφει και να διηγείται για τα μνημεία, τις ομορφιές, τους θρύλους και τις παραδόσεις αυτού του τόπου. Και ο επισκέπτης, ως ευλαβικός προσκυνητής, ώρες πολλές θα χρειαζόταν να αφιερώσει αν ήθελε να αφουγκραστεί όλα αυτά τα μικρά και τα μεγάλα, τα ταπεινά και τα σπουδαία που αποτελούν την ιστορία αυτού του τόπου, όπως τη διηγούνται όχι μόνο τα μνημεία του, αλλά και οι θρύλοι, οι παραδόσεις, τα τραγούδια, οι λαϊκές ιστορίες, τα ονόματα όλων αυτών των μεγάλων ανθρώπων, των ηρώων, των πνευματικών ταγών που γεννήθηκαν ή έζησαν και γαλουχήθηκαν εδώ.

**Ξεκινώντας** από τις απαρχές της ιστορίας, όπως καταδεικνύουν τα ευρήματα στον Αιμότοπο, στις εκβολές του Αράχθου και στον Αμβρακο, με συνέχεια στην κλασική και ελληνιστική αρχαιότητα ως Αμβρακία, η Άρτα αφήνει το στίγμα της διαχρονικά, καθώς ελκύει τον ιστορικό του Βυζαντίου με τις μεγάλες και ταυτόχρονα απέρριπτες εκκλησιές της, τα υστεροβυζαντινά αλλά και μεταβυζαντινά μνημεία, τις μοναδικές ομορφιές τοιχογραφίες, τη ρηξικέλευθη αρχιτεκτονική. Ελκύει όμως και τον ιστορικό της νεότερης εποχής η Άρτα με τα μοναστήρια προπύργια του αγώνα της ανεξαρτησίας, τις ηρωικές μάχες, την προσφορά σε αίμα, χρήμα και πνεύμα σε κάθε μορφή αγώνα. **Και δεν θαυμάζει** κανείς μόνο τα άψυχα, αλλά κυρίως τα έμψυχα. Στεκόμαστε με θαυμασμό μπροστά στους αρχαίους Αιπρακιώτες και στη δύναμη που είχαν να αναδείξουν την πόλη τους σε κραταιά δύναμη του καιρού εκείνου. Με την επιδεξιότητά τους, την οξυδέρκεια και τον προσωπικό τους μόχθο, αγωνιζόμενοι διαρ-

κώς ενάντια σε αλλοεθνείς αλλά και ομοεθνείς εχθρούς, ανέδειξαν την Αμβρακία σε ισχυρό εμπορικό και ναυτικό κέντρο στη Δυτική Ελλάδα.

**Μας προκαλούν** δέος οι Αρτινοί του Δεσποτάτου που δεν δίσταζαν να ανθίστανται σθεναρά στις επιβουλές των δυτικών, βορείων και ανατολικών εχθρών. Μέσα στη δίνη των ταραγμένων εκείνων καιρών του Μεσαίωνα, με το Βυζάντιο να καταρρέει και την ορθοδοξία να βάλλεται πανταχόθεν, οι κάτοικοι του Δεσποτάτου κατάφεραν να διατηρήσουν άσβεστη για πάνω από δύο αιώνες τη φλόγα του Ελληνικού και του χριστιανικού πνεύματος συμβάλλοντας έτσι στη μελλοντική Αναγέννηση.

**Με σεβασμό** παρακολουθούμε τους απλούς κατοίκους του 16ου, 17ου, 18ου αιώνα να επιβιώνουν από τις ξαφνικές πλημύρες του ποταμού και τις αγριότητες των Τούρκων, να συμβάλλουν στην πνευματική ανάταση του τόπου με τα σχολεία που ίδρυσαν και τους ναούς κομψοτεχνήματα που ανήγειραν σε κάθε γωνιά του νομού, να αναδεικνύουν την Άρτα σε εμπορικό κέντρο και να πρωτοστατούν στον αγώνα για την απελευθέρωση όχι μόνο το 1821, αλλά και στο Ραδοβίζι το 1854 και αργότερα το 1861 ως την τελική απελευθέρωση.

**Τελικά**, ύστερα από όλες αυτές τις ώρες που θα περνούσε κανείς ακούγοντας όλα όσα θα του έλεγε η γιαγιά Ιστορία, θα μπορούσε να καταλήξει αβίαστα στο συμπέρασμα ότι το βασικό πλεονέκτημα της Άρτας είναι ο λαός της, οι απλοί άνθρωποι που μέχρι σήμερα δίνουν τον αγώνα της επιβίωσης, της προόδου και της ανάπτυξης του τόπου, αποτελώντας τη χρυσή εγγύηση στην οποία οφείλει να βασιστεί για μια λαμπρή πορεία στο μέλλον, αντάξια ενός λαμπρού παρελθόντος.

## Δράση από το Κέντρο Πρόληψης Νομού Άρτας

**Την Πέμπτη** 23 Ιανουαρίου οι διακεκριμένες κοινωνιολόγοι και κοινωνικοί λειτουργοί από το Κέντρο Πρόληψης Νομού Άρτας Μπακέλα Μαρία, Φλώρου Σπυριδούλα και Κομηλάγιου Θεοδοσία προσήλθαν στο σχολείο μας για να υλοποιήσουν Βιωματικό Εργαστήριο με στόχο τη διαχείριση του άγχους στους μαθητές της Γ' Λυκείου. Τους ευχαριστούμε πολύ για την πολύ ενδιαφέρουσα και επιτυχημένη παρέμβασή τους!

## Προσφορά τροφίμων στην "Καταφυγή"

**Στις 20 Δεκεμβρίου**, μαθητές του σχολείου μας μετέβησαν στη Μητρόπολη Άρτας για να παραδώσουν τα προϊόντα που είχαμε συγκεντρώσει για την Τράπεζα Τροφίμων "Καταφυγή", στο πνεύμα αλληλεγγύης των ημερών.

**Οι μαθητές** συνομίλησαν με τον Σεβασμιότατο Μητροπολίτη Άρτης Καλλίνικο, ο οποίος μετέδωσε γνώση και σοφία στα νεαρά παιδιά αλλά και τους ευχαρίστησε για την προσφορά τους.

## Νάρκισσος

Ω γιε του Απόλλωνα,  
Που περιφέρεις γυμνός, τον Έρωτα καλώντας  
Σαν αίγα των δασών,  
σαν έλαφος του Ολύμπου  
Με απaráμιλλη ομορφιά που οι θεοί χαρίσαν!  
Με τα ξανθά σου τα μαλλιά και τα γαλάζια μάτια!  
Ο Έρωσ ο βαριόμοιρος εσέ θελ' κυνηγάει!  
Νύμφη περνά καλλίμορφη και ο Έρωτας στοχεύει  
Προς την καρδιά σου Νάρκισσε, τη φλογερή καρδιά σου!  
Σκύβεις εσύ να πεις νερό, το είδωλο κοιτώντας  
Και σαν το βλέπεις Νάρκισσε, ο Έρωτας γελάει  
Καθόσο ξέρεις απ' την αρχή το λάθος που έχεις κάνει.  
Και σαν το βλέπεις Νάρκισσε σου κόβεται η μιλιά σου!  
Έρωτα νιώθεις Νάρκισσε, στα στήθη σου φωτιά!  
Σκυμμένος μένεις Νάρκισσε, κοιτώντας το είδωλο σου.  
Ξεχνά τη Νύμφη τη καλλίμορφη, η Μοίρα έτσι το θέλει!  
Γέρασες πια όμως Νάρκισσε, ασπρίσαν τα μαλλιά σου  
Και εχάθη τώρα πια η φοβερή θωριά σου!  
Έτσι το θέλει η Μοίρα σου και ο Έρωτας γελάει!  
Ω Νύμφη, συ, καλλίμορφη με ομορφιά και χάρη  
Που οι θεοί σου χάρισαν, το Νάρκισσο ζητάς!  
Ο Νάρκισσος πια όμως πέθανε, ο Άδης σαν τον πήρε!  
Κατάρες ρίχνεις Νύμφη μου στο άψυχο κορμί του!  
Καθόσο ξέρει ο Έρωτας το λάθος που είχε κάνει  
Σκύβεις και εσύ να πεις νερό κοιτώντας το είδωλο του!  
Και σαν το βλέπεις, φωτιά στα σωθικά σου.  
«Είδωλο τρισκατάρατο, εσύ τα 'κανες όλα»  
Έτσι το θέλει η μοίρα της και το είδωλο γελάει!

ΥΠΑΤΙΑ

## Τζουμέρκα, ο αδιαμφισβήτητος κυρίαρχος του αρτινού τοπίου

Της Δέσποινας Συγγούνα

«**Τζουμέρκα μου περήφανα**, Τζουμέρκα ξακουσμένα...»: το γνωστό δημοτικό τραγούδι δεν υπερβάλλει όταν εξυμνεί τα Τζουμέρκα γνωστά και ως Αθαμανικά όρη.

**Ο χαρακτηρισμός** «περήφανα» τους ταιριάζει καθώς δεσπόζουν στον κάμπο της Άρτας, αποτελώντας χαρακτηριστικό γνώρισμα του νομού. Από την άλλη μεριά είναι όντως ξακουσμένα, όχι μόνο χάρη στο γνωστό τραγούδι ή την πλούσια ιστορία τους, αλλά και εξαιτίας της μοναδικής φυσικής τους ομορφιάς και του οικολογικού πλούτου που τη συνοδεύει. Άλλωστε θα λέγαμε ότι τα Τζουμέρκα ταυτίζονται σχεδόν με την Άρτα. Ο ορεινός τους όγκος, μαζί με την προέκτασή τους προς ανατολάς, το Ραδοβίζι, καταλαμβάνει από τους πρόποδες ως την κορυφή το 69% της έκτασης του νομού, περίπου 1.149.000 στρέμματα, από τα οποία το 91,4% είναι ορεινά εδάφη και το 8,6% ημιορεινά.

**Με υψόμετρο** που ποικίλει από τα 300 έως τα 2469 μέτρα, μέσο ύψος βροχής 1.100 – 1.500 χιλιοστά το χρόνο και θερμοκρασίες που αντιστοιχούν σε ηπειρωτικό κλίμα, τα Τζουμέρκα κρατούν το 30% περίπου του αρτινού πληθυσμού. Ο πληθυσμός αυτός κάθε καλοκαίρι αυξάνεται, καθώς όλο και περισσότεροι επιθυμούν να θαυμάσουν τη φυσική ποικιλομορφία του τοπίου, τα παραδοσιακά προϊόντα και τις εναλλακτικές μορφές τουρισμού που προσφέρονται απλόχερα θα 'λεγε κανείς τόσο από τη φύση όσο και από τους κατοίκους (αγροτουρισμός, οικολογικός τουρισμός, ορειβατικές και πεζοπορικές δραστηριότητες κ.α.).

**Η άγρια ομορφιά** του τοπίου, η ίδια αυτή που δυσκόλεψε κατά καιρούς και συνεχίζει να δυσκολεύει τη ζωή των ντόπιων, αυτή που ανάγκασε πάμπολλους Τζουμερκιώτες να εγκαταλείψουν τον τόπο τους αναζητώντας καλύτερη τύχη σε ξένους τόπους, τα τελευταία χρόνια αποτελεί το βασικότερο αναπτυξιακό στοιχείο του τόπου, ως πόλος έλξης χειμερινού και θερινού τουριστικού πληθυσμού, αλλά και ως πηγή πολλών ποιοτικών οικολογικών ή βιολογικών προϊόντων.

**Είναι στο χέρι μας** να εκμεταλλευτούμε αυτή τη νέα προοπτική που μας προσφέρουν τα αγεράστα βουνά μας, με σεβασμό στη φυσική τους ομορφιά και την ιστορία τους, αλλά και με τη ζωντάνια, τις νέες αντιλήψεις και την ορμή του καινούργιου που κάθε φορά ξεπροβάλλει από μέσα τους. Άλλωστε τα Τζουμέρκα δεν στάθηκαν φειδωλά όταν οι αρτινοί χρειάστηκαν τη βοήθειά τους, και γι' αυτό μπορούν να καυχώνται για μία ιστορική πορεία που δύσκολα μπορεί κανείς να βρει όμοια της.

**Από τα χρόνια** της μυθιστορίας, όταν ο βασιλιάς Αθάμας ζήτησε στα ψηλώματα τους τη γαλήνη από το βάσανο που ταλαιπωρούσε το μυαλό του, μέχρι την αρχαϊκή εποχή, όταν οι φυλές των Μολοσσών και των Αθαμάνων προμηθεύονταν από τις βουνοπλαγιές όχι μόνο τα απαραίτητα για την επιβίωσή τους κτηνοτροφικά προϊόντα, αλλά και την πλούσια ξυλεία με την οποία έχτιζαν το δυνατό ναυτικό τους οι Αμβρακιώτες και οι Κορίνθιοι, τα Αθαμανικά όρη αναδεικνύονται σε καταλυτική μορφή για την ύπαρξη και τη συνέχιση ιστορία αυτού του τόπου καθώς αποτελούν συνάμα φυσικό οχυρό απέναντι σε κάθε επιβουλή.



Ιωάννης Τσούλλος και Χρυσόστομος Στύλιος, καθηγητές Πληροφορικής Πανεπιστημίου Ιωαννίνων

# Δύο Αρτινοί επιστήμονες στην κορυφή της επιστημονικής κοινότητας

## Συνέντευξη στην Αναστασία Ξέρα

**Ο**ίκος Elsevier συμπεριέλαβε τους καθηγητές του τμήματος Πληροφορικής Ιωάννη Τσούλλο και Χρυσόστομο Στύλιο στο 2% κορυφαίων επιστημόνων, βάσει της απήχησης του ερευνητικού τους έργου στην Τεχνητή Νοημοσύνη, τη Βιοϊατρική Τεχνολογία και την Ιατρική Πληροφορική. Στις 15 Ιανουαρίου, το τμήμα των Σπουδών Οικονομίας - Πληροφορικής του σχολείου μας επισκέφτηκε το Τμήμα Πληροφορικής και Τηλεπικοινωνιών του Πανεπιστημίου Ιωαννίνων και ειδικότερα το Ερευνητικό Εργαστήριο Γνώσης και Ευφυούς Πληροφορικής. Η Αναστασία Ξέρα ακολούθησε την επίσκεψη και μίλησε με τους δύο καθηγητές για την επιστήμη τους, την Τεχνητή Νοημοσύνη και την Εκπαίδευση.

**Αναστασία Ξέρα (Α.Ξ.):** κύριε Στύλιο, γνωρίζω ότι έχετε σπουδάσει στο Τμήμα Ηλεκτρολόγων και Μηχανικών Υπολογιστών στο Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο. Τι σας γοήτευσε ιδιαίτερα στην Επιστήμη των Υπολογιστών που τότε βρισκόταν στα πρωταρχικά στάδια της;

**(Χρυσόστομος Στύλιος) Χ.Σ.:** Κατ' αρχάς, ήταν η δυνατότητα να μπορέσεις να φτιάξεις πράγματα, να σχεδιάσεις αλγορίθμους, να μπορέσεις με τους αλγορίθμους να κάνεις μία μηχανή και όταν μιλάμε για μηχανή εννοούμε ένα σύστημα που παίρνει και εισόδους που μπορεί να είναι κάτι απλό όπως αισθητήρες ή κάτι πιο προηγμένο όπως ένα μικρόφωνο που καταγράφει μια συνομιλία ή μια κάμερα. Μαζεύεις αυτά τα δεδομένα από το φυσικό περιβάλλον και μετά με έξυπνους αλγορίθμους σου, έχεις μία έξοδο όπως για παράδειγμα μια πρόβλεψη για τον καιρό ή αντίστοιχα να κάνεις διαγνώσεις ασθενειών, βοηθώντας έτσι ανθρώπους. Όλες αυτές οι δυνατότητες που σου δίνουν οι υπολογιστές ήταν αυτό που με γοήτευσε και με έκανε να ασχοληθώ με την Πληροφορική και με την Τεχνητή Νοημοσύνη.

**Α.Ξ.:** Το Πανεπιστήμιο Ιωαννίνων, όπως και άλλα Πανεπιστημιακά Ιδρύματα, έχει κεντρικό ρόλο τόσο στην έρευνα, όσο και στην ποιότητα της εκπαίδευσης στην Ελλάδα. Πιστεύετε, όμως, ότι η εκπαίδευση επιδέχεται σημαντικές βελτιώσεις στη χώρα μας;

**Χ.Σ.:** Προφανώς, γιατί η εκπαίδευση είναι κάτι ζωντανό, διότι μεταβάλλονται οι τομείς στους οποίους πρέπει να εκπαιδεύσουμε τους ανθρώπους. Τόσο η τριτοβάθμια, όσο και η δευτεροβάθμια εκπαίδευση πρέπει να εξελίσσονται και, προκειμένου να γίνεται αυτό, εμείς οι καθηγητές οφείλουμε να αυξάνουμε τις γνώσεις μας, τις δυνατότητες μας και να χρησιμοποιούμε σύγχρονο εκπαιδευτικό υλικό. Ένα χαρακτηριστικό παράδειγμα είναι το ChatGpt, ένα εργαλείο τεχνητής νοημοσύνης στο οποίο μπορείς να ζητήσεις να συντάξει ένα κείμενο, λόγου χάρι. Εμείς πρέπει να μάθουμε να το αξιοποιούμε. Ή, στην εποχή του κορωνοϊού, κατά την οποία δεν μπορούσαμε να κάνουμε μάθημα στα αμφιθέατρα και έπρεπε να αξιοποιήσουμε τις καινούριες τεχνολογίες για να διεξάγουμε το μάθημα εξ' αποστάσεως. Οι τεχνολογίες είναι πλέον στα χέρια μας και πρέπει συνεχώς να αλλάζει η εκπαιδευτική διαδικασία, κάτι που είναι πολύ δύσκολο και απαιτεί αρκετή προσπάθεια, τόσο από τους διδάσκοντες, όσο και από την Πολιτεία που πρέπει να στηρίξει την αξιοποίηση όλων αυτών των ερ-



Στο ερώτημα "Τι θα λέγατε σε ένα μαθητή της Γ' Λυκείου που ζει στην Άρτα και σκέφτεται να σπουδάσει στο Πανεπιστήμιο στην πόλη του;"

**Απάντηση Ιωάννη Τσούλλου:** Να το επιλέξει γιατί και τα τρία τμήματα στην Άρτα παρέχουν εκπαίδευση και έρευνα σε τεχνολογίες αιχμής. Στο τμήμα μας ο φοιτητής θα μάθει πράγματα που είναι πάρα πολύ κοντά στις νέες τάσεις της Πληροφορικής και να εντρυφήσει σε νέες τεχνολογίες που εμφανίζονται...

γαλείων.

**Α.Ξ.:** Σε μια εποχή που η τεχνολογία έχει εισβάλει δυναμικά στην εκπαίδευση, θεωρείτε πως η ΤΝ μπορεί να βελτιώσει την ποιότητα της εκπαίδευσης τόσο στη δεύτερη, όσο και στην τρίτη βαθμίδα;

**Χ.Σ.:** Προφανώς, όπως ήδη ανέφερα. Τα επόμενα χρόνια θα δούμε ότι αυτά τα εργαλεία της Τεχνητής Νοημοσύνης, όπως το ChatGPT, θα σου επιτρέπουν να φτιάχνεις μια περίληψη από ένα κείμενο ή, όπως γίνεται εδώ στο Τμήμα, με το σύστημα εικονικής και επαυξημένης πραγματικότητας με το οποίο μπορείς να δείξεις ένα ιστορικό γεγονός και οι φοιτητές μπορούν να αλληλεπιδράσουν μέσα στο περιβάλλον.

**Α.Ξ.:** Τι θα λέγατε σε ένα μαθητή της Γ' Λυκείου που ζει στην Άρτα και σκέφτεται να σπουδάσει στην πόλη του;

**Χ.Σ.:** Αρχικά, έχουμε στην Άρτα τρία πολύ καλά τμήματα. Το πρώτο είναι το Τμήμα Πληροφορικής και Τηλεπικοινωνιών στο οποίο έχει ένα μεγάλο και αξιόλογο προσωπικό που έχουν άμεση σχέση και με Ελληνικά, αλλά και με διεθνή πανεπιστήμια και οι φοιτητές μπορούν μετά τις σπουδές τους να κάνουν μεταπτυχιακό και διδακτορικό. Επίσης, υπάρχει η δυνατότητα ανταλλαγής και συνεργασίες με μεγάλα εκπαιδευτικά κέντρα ή εταιρείες της



Χρυσόστομος Στύλιος: Στην Άρτα τρία πολύ καλά τμήματα. Το πρώτο είναι το Τμήμα Πληροφορικής και Τηλεπικοινωνιών στο οποίο έχουμε ένα μεγάλο και αξιόλογο προσωπικό που έχει άμεση σχέση και με Ελληνικά, αλλά και με διεθνή πανεπιστήμια και οι φοιτητές μπορούν μετά τις σπουδές τους να κάνουν μεταπτυχιακό και διδακτορικό. Επίσης, υπάρχει η δυνατότητα ανταλλαγής και συνεργασίες με μεγάλα εκπαιδευτικά κέντρα ή εταιρείες...

Ευρώπης. Υπάρχει και το Τμήμα Μουσικών Σπουδών, το οποίο προτιμούν φοιτητές από όλη την Ελλάδα, ενώ υπάρχουν αντίστοιχα τμήματα στην Αθήνα και τη Θεσσαλονίκη γιατί έχει τα αντίστοιχα επαγγελματικά δικαιώματα και οι φοιτητές μπορούν να συνεχίσουν τις σπουδές τους. Τέλος, το Γεωπονικό Τμήμα, που θίγει και καθαρά αγροτικά ζητήματα με τους φοιτητές να μπορούν να εφαρμόσουν τις γνώσεις τους στον κάμπο της Άρτας, αλλά και μία πολύ πιο σημαντική κατάσταση, που αφορά τη ζωική παραγωγή, ένα οικονομικό αντικείμενο που αφορά τη διατροφή μας. Θεωρώ, ότι και στα τρία τμήματα της Άρτας έχουν αποδείξει οι καθηγητές αλλά και οι απόφοιτοι του ότι έχουν κάνει πολύ καλή δουλειά.

**Α.Ξ.:** κύριε Τσούλλο, το Τμήμα Πληροφορικής και Τηλεπικοινωνιών, αν και νεοϊδρυθέν, έχει συμβάλει στην προαγωγή της φήμης της πόλης μας. Ποιοι είναι οι νέοι στόχοι του τμήματος σε αυτόν τον τομέα;

**Ιωάννης Τσούλλος (Ι.Τ.):** Έχουμε ήδη 200 εισακτέους στο προπτυχιακό πρόγραμμα και 30 στο μεταπτυχιακό. Την επόμενη χρονιά σκοπεύουμε να οργανώσουμε νέο μεταπτυχιακό πρόγραμμα για να προωθήσουμε πιο εξειδικευμένες τεχνολογίες, όπως την Τεχνητή Νοημοσύνη. Επίσης, ένας άλλος στόχος είναι η

ίδρυση Μηχανικού Διδακτορικού, στο οποίο οι συμμετέχοντες θα είναι εργαζόμενοι στη βιομηχανία

**Α.Ξ.:** Γνωρίζω ότι το επιστημονικό σας έργο περιλαμβάνει συνεργασίες με εξαιρετους επιστήμονες της Ελλάδας και του εξωτερικού. Νομίζετε πως η Ελλάδα συμβαδίζει με τα νέα δεδομένα στον χώρο της Πληροφορικής ή υπάρχουν πολλά βήματα να γίνουν;

**Ι.Τ.:** Σε πολλούς τομείς, προφανώς, υπάρχουν πολλά ακόμα να γίνουν, αλλά και σε άλλους είμαστε από τους πρώτους παγκοσμίως, όπως σε θέματα εφαρμοσμένων Μαθηματικών και Τεχνητής Νοημοσύνης με Έλληνες που διαπρέπουν τόσο στην Ελλάδα, όσο και στο εξωτερικό και συγκαταλέγονται στους πρώτους και καλύτερους επιστήμονες παγκοσμίως.

**Α.Ξ.:** Τι θα λέγατε σε ένα μαθητή της Γ' Λυκείου που ζει στην Άρτα και σκέφτεται να σπουδάσει στο Πανεπιστήμιο στην πόλη του;

**Ι.Τ.:** Να το επιλέξει γιατί και τα τρία τμήματα στην Άρτα παρέχουν εκπαίδευση και έρευνα σε τεχνολογίες αιχμής. Στο τμήμα μας ο φοιτητής θα μάθει πράγματα που είναι πάρα πολύ κοντά στις νέες τάσεις της Πληροφορικής και να εντρυφήσει σε νέες τεχνολογίες που εμφανίζονται.



# Μπαντίδοι και γαϊτανάκι

## Δύο μοναδικά έθιμα τις Απόκριες στην Άρτα

Της Μυρσίνης Λάμπρου

**Ο**ι Απόκριες αποτελούν μια πολύ σημαντική περίοδο για την πόλη της Άρτας. Δύο από τα πιο γνωστά έθιμα είναι οι Μπαντίδοι και το Γαϊτανάκι, των οποίων η ιστορία χάνεται στα βάθη των αιώνων.

Οι Μπαντίδοι βγαίνουν στους κεντρικούς δρόμους της Άρτας το βράδυ της Πέμπτης και της Παρασκευής πριν από την Καθαρά Δευτέρα, ενώ τα Γαϊτανάκια το Σάββατο της Τυρινής. Την αναβίωση των Μπαντίδων έχει αναλάβει ο Μουσικοφιλολογικός Σύλλογος Άρτης «Ο Σκουφάς», ο οποίος κατάφερε να εντάξει τα δύο αυτά έθιμα στην Άυλη Πολιτιστική Κληρονομιά της UNESCO.

Υπεύθυνος για την δράση αυτή, είναι ο Νικόλαος Λιόντος, χοροδιδάσκαλος και μέλος του Δ.Σ. του συλλόγου, τον οποίο είχαμε την ευκαιρία να συναντήσουμε σε μία πρόβα του συλλόγου και να μιλήσουμε μαζί του για τα έθιμα και την αναβίωσή τους.

Όπως μας ανέφερε ο ίδιος, παλιότερα, ομάδες νεαρών, έβγαιναν στην πόλη «ενοχλώντας» τον κόσμο με δίστιχα που είχαν προετοιμάσει τις προηγούμενες ημέρες. Τα πρώτα χρόνια, κατά τη διάρκεια της τουρκοκρατίας, φορούσαν φουστάνελες και ιδιαίτερους κεφαλόδεσμούς. Αργότερα, μετά την απελευθέρωση, η ενδυμασία τους άλλαξε. Πλέον, φορούσαν μαύρα κοστούμια, με τα σακάκια τους ριγμένα στον έναν ώμο.

Στην μέση, είχαν δεμένο κόκκινο ζωνάρι, στο οποίο έβαζαν ένα μαχαίρι. Τα διάφορα μπουλουκία ή «κούδες», όπως ονομαζόντουσαν, περράζοντας το ένα το άλλο, «πιάνονταν στα χέρια». Κύριο χαρακτηριστικό της πόλης ήταν τα ανοιχτά σπίτια των Αρτινών, σε γνωστούς αλλά και αγνώστους. Οι οικοδόποινες, κερνούσαν τους Μπαντίδους μεζέδες και κρασί. Μετά την περατζάδα στους κεντρικούς δρόμους και τα σπίτια, κατέληγαν σε μαγαζιά για να γλεντήσουν με τη συνοδεία παραδοσιακής μουσικής.

Σήμερα, οι Μπαντίδοι βγαίνουν στις γειτονιές της Άρτας και στο τέλος της περατζάδας τους ανάβουν φωτιά και στήνουν χορό γύρω από αυτή. Κάποια από τα πιο γνωστά δίστιχα των Μπαντίδων που ακούγονται είναι «Θα γίνουμε γιατρούδες θα γίνουμε γιατροί την Καθαρά Δευτέρα θα φάμε πιταστή.», «Εδώ το λένε Άρτα το λένε Κακαβά, εδώ γινόταν γλέντι τα χρόνια τα παλιά», «Πάει το μτζικό σ' παπούλια μ' πάει το μαλακό σ' το πήραν οι μπαντίδοι-παπούλια μ' το πάν στο Μονοπλιό.» Εκτός από τα παραδοσιακά δίστιχα που σώζονται μέσα από καταγραφές, οι ομάδες κάθε χρόνο βγάζουν δίστιχα από επίκαιρες καταστάσεις και πολιτικά πρόσωπα, τα οποία κάποιες φορές είναι αθυρόστομα χωρίς όμως να δημιουργούνται παρεξηγήσεις, καθώς είναι στο κλίμα των ημερών. Πολύ σημαντική είναι σήμερα η συμμετοχή των γυναικών, σε αντίθεση με το παρελθόν όπου συμμετείχαν μόνο άνδρες.



Σήμερα, οι Μπαντίδοι βγαίνουν στις γειτονιές της Άρτας και στο τέλος της περατζάδας τους ανάβουν φωτιά και στήνουν χορό γύρω από αυτή. Κάποια από τα πιο γνωστά δίστιχα των Μπαντίδων που ακούγονται είναι «Θα γίνουμε γιατρούδες θα γίνουμε γιατροί την Καθαρά Δευτέρα θα φάμε πιταστή»



Το Γαϊτανάκι πλέκεται με τρεις διαφορετικές μελωδίες και είδη βημάτων, συρτό, τσάμικο και γρήγορο συρτό στα τρία και ακολουθούν διάφοροι παραδοσιακοί χοροί και δρώμενα όπως, ο χορός της νύφης, τα κουκιά, ο γανωτζής

Τους αθυρόστομους Μπαντίδους διαδέχονται την επόμενη μέρα, το Σάββατο της Τυρινής, οι χορευτές στο παραδοσιακό γαϊτανάκι. Πρόκειται για έθιμο που είναι γνωστό σε πολλές περιοχές της χώρας, αλλά στην πόλη μας αναβιώνει από πολλούς συλλόγους. Το γαϊτανάκι αποτελείται από ένα ξύλινο κοντάρι από το οποίο κρέμονται 12 πολύχρωμες κορδέλες και αυτός που το κρατάει φοράει ζωόμορφη μάσκα. Σύμφωνα με τον κ. Λιόντο, πριν από τον 2ο παγκόσμιο πόλεμο, στις αρχές του 20ου αιώνα,

το γαϊτανάκι αποτελούνταν μόνο από άνδρες που φορούσαν μάσκες, από τους οποίους οι μισοί ήταν ντυμένοι γενίτσαροι ενώ οι άλλοι μισοί ήταν ντυμένοι με νυφικά. Ωστόσο, σε ορισμένα χωριά με το πέρασμα των χρόνων, οι μάσκες έχουν καταργηθεί, ενώ τα τελευταία 50 περίπου χρόνια συμμετέχουν και γυναίκες. Μοναδική εξαίρεση αποτελεί το χωριό της Γραμμενίτσας, στο οποίο το γαϊτανάκι συνεχίζεται με την παραδοσιακή μορφή.

Το Γαϊτανάκι πλέκεται με τρεις διαφορετικές

μελωδίες και είδη βημάτων, συρτό, τσάμικο και γρήγορο συρτό στα τρία και ακολουθούν διάφοροι παραδοσιακοί χοροί και δρώμενα όπως, ο χορός της νύφης, τα κουκιά, ο γανωτζής κ.α. Στην πόλη μας, τα γαϊτανάκια από τα χωριά, μαζί με των φορέων της πόλης περνάνε από τους κεντρικούς δρόμους της πόλης χορεύοντας και σταματάνε σε διάφορα σημεία για να τα πλέξουν. Τα τελευταία χρόνια, κάτω από την καθοδήγηση του δήμου, καταλήγουν στο κέντρο της πόλης με γλέντι για όλο τον κόσμο.

### Ομιλίες για τη σεξουαλική διαπαιδαγώγηση

**Τ**ην Τετάρτη 29 Ιανουαρίου οι διακεκριμένοι ιατροί γυναικολόγοι της πόλης μας, κ.κ Σπυριδούλα Χουλιέρα και Γεώργιος Ζάβρας, στο πλαίσιο πρωτοβουλίας ενημερωτικών δράσεων του Ιατρικού Συλλόγου Άρτας, ήρθαν στο σχολείο μας για να κάνουν μια ουσιαστική και απαραίτητη συζήτηση / ενημέρωση όσον αφορά ζητήματα σεξουαλικής διαπαιδαγώγησης και σεξουαλικά μεταδιδόμενων ασθενειών. Τους ευχαριστούμε πολύ!

### Επίσκεψη του 3ου θυκείου στο τμήμα Πληροφορικής και Τηλεπικοινωνιών Πανεπιστημίου Ιωαννίνων (Άρτα)

**Σ**τις 15 Ιανουαρίου, το τμήμα των Σπουδών Οικονομίας - Πληροφορικής του σχολείου μας επισκέφτηκε το Τμήμα Πληροφορικής και Τηλεπικοινωνιών του Πανεπιστημίου Ιωαννίνων και ειδικότερα το Ερευνητικό Εργαστήριο Γνώσης και Ευφυούς Πληροφορικής. Οι μαθητές μας ενημερώθηκαν για τα εξαιρετικά ενδιαφέροντα project που έχει αναλάβει το εργαστήριο, μεταξύ των οποίων το έργο «AMVRADIA» που στοχεύει στην έρευ-

να και ανάπτυξη προηγμένων αλγορίθμων μηχανικής όρασης για την απομακρυσμένη παρακολούθηση της ορνιθοπανίδας, χρησιμοποιώντας θερμικές κάμερες και drones, και στη δημιουργία ενός συστήματος εξ' αποστάσεως διάγνωσης για την υγεία των πτηνών, με έμφαση στους υδροβιότοπους του Αμβρακικού Κόλπου και της λίμνης Κερκίνης. Άλλα project περιλάμβαναν τη δημιουργία VR εφαρμογών για περιήγηση στο Κάστρο

της Άρτας αλλά και χρήση ψηφιακού διαισθημού για 3D απεικόνιση της πόλης της Άρτας.

**Ευχαριστούμε** πολύ τους/ τις κ.κ. Σοφία Σακκά, Λαμπρινή Παππά, Δημήτρη Σαλμά, Δημήτρη Μπουζιώτα, Παναγιώτη Γεωργίου και κυρίως την κυρία Μαίρη Στύλιου, τον Καθηγητή ΔΕΠ κ. Γιάννη Τσούλο και τον Καθηγητή ΔΕΠ κ. Χρυσόστομο Στύλιο για την προθυμία και τη φιλοξενία τους.



# Οι νέοι αντιμέτωποι με τον εαυτό τους

της Αγάθης Καλοχέρη

**Π**ολλοί συχνά αναρωτούνται τι συμβαίνει στο μυαλό ενός νέου. Τι σκέφτεται και με ποιο κριτήριο ενεργεί; Ποια τα συναισθήματά του; Με ποιον τρόπο τα εκφράζει; Ποιοι οι προβληματισμοί του; Οι απαντήσεις σε αυτά τα ερωτήματα δεν μπορεί να είναι ακριβείς αφού διαφέρουν από άτομο σε άτομο, αλλά σαφέστατα είναι ρεαλιστικές και καλύπτουν το μεγαλύτερο ποσοστό των σύγχρονων νέων.

Ένα σύνθημα πρόβλημα στον περίπλοκο κόσμο των νέων αποτελεί το άγχος του επαγγελματικού προσανατολισμού. Το άτομο καλείται να αποφασίσει για το μέλλον του, για το επάγγελμα που θα ακολουθήσει τουλάχιστον για το μεγαλύτερο μέρος της ζωής του, μέσα σε σύντομο χρονικό διάστημα και υπό την αφόρητη πίεση που του ασκεί η κοινωνία. Έτσι, κατακλύζεται από αμέτρητες σκέψεις αβεβαιότητας και αμφιβολίας, συνέπεια των οποίων είναι το άγχος.

Ωστόσο, το άγχος δεν σταματά στη φάση της επιλογής, αλλά συνεχίζει απρόσκοπτα να κυβερνά το σώμα και το μυαλό του νέου. Η περίοδος της (αναγκαίας) προετοιμασίας για τις Πανελλαδικές εξετάσεις χαρακτηρίζεται από σκληρό προσωπικό αγώνα, στερήσεις και άγχος. Συγκεκριμένα, το άγχος επίδοσης λειτουργεί συχνά ως ανασταλτικός παράγοντας, με αποτέλεσμα να αποσυντονίζει τον νέο και να επιφέρει την αποτυχία.

**Μάλιστα**, σύμφωνα με έρευνα της UNICEF το άγχος στους νέους και ιδιαίτερα στους εφήβους συνήθως προκαλεί ταχυκαρδία, δυσκολία στον ύπνο, αυξομειώσεις βάρους και άλλες επιβλαβείς συνέπειες. Δεν είναι λοιπόν παράδοξο το γεγονός ότι οι αγχώδεις διαταραχές αποτελούν φαινόμενο συχνότερο στους νέους με τις καταστάσεις τις οποίες καλούνται να φέρουν εις πέρας και μάλιστα ανεπηρέαστοι, κάτι που είναι αδύνατον.

Ένα άλλο ζήτημα που απασχολεί έντονα τον νέο, και το οποίο, σε συνδυασμό με το άγχος, έχει καταστροφικές συνέπειες στην ψυχολογία του, είναι η μοναξιά.

**Η μοναξιά** λοιπόν που διέπει τη ζωή των νέων είναι μια κατάσταση την οποία είναι υποχρεωμένοι να βιώνουν για διάφορους λόγους.

Ένας παράγοντας είναι οι ανουσίες και επιφανειακές σχέσεις –είτε φιλικές είτε ερωτικές– στις οποίες οι νέοι τείνουν να επιδίδονται αλλά και οι λανθασμένες επιλογές τους όσον αφορά τους ανθρώπους που συναναστρέφονται. Με λίγα λόγια, το θέμα έχει να κάνει τόσο με την πληθώρα, όσο και με την ποιότητα των σχέσεων. Οι ολιγάριθμες και οι κακής ποιότητας συναναστροφές, δηλαδή οι δίχως ουσιαστική επικοινωνία και οι ψεύτικες σχέσεις, οδηγούν αναπόφευκτα στη μοναξιά. Μάλιστα, τέτοιου είδους σχέσεις ποικίλουν στη ζωή των νέων, γι' αυτό καθίσταται δύσκολη η εύρεση αληθινής φιλίας.

**Παράλληλα**, οι κοινωνικές αλλαγές που αποτελούν συχνό φαινόμενο στις νεαρές

ηλικίες, όπως για παράδειγμα η αλλαγή σχολικού περιβάλλοντος, η μετάβαση στο πανεπιστήμιο και η μετακίνηση σε άλλη πόλη, είναι ικανές να επιφέρουν τη μοναξιά. Πιεσμένος λοιπόν ο νέος είναι υποχρεωμένος να ζει και ειδικότερα να νιώθει μόνος και ανίκανος να δημιουργήσει συνδετικούς δεσμούς με ανθρώπους, γεγονός που τον θέτει στο περιθώριο.

**Τέλος**, τα χαρακτηριστικά της προσωπικότητας και οι συνθήκες ζωής ενός νέου (όπως η οικογένεια, ο τόπος διαμονής, το φύλο, η ηλικία και η συμβατότητα) είναι κριτήρια δημιουργίας σχέσεων, τα οποία συχνά δεν πληρούνται και δεν συμβαδίζουν με αυτά των άλλων και έτσι αποτρέπουν τη σύναψη οποιασδήποτε σχέσης, εκτός βέβαια ορισμένων εξαιρέσεων, όπως ο διαφορετικός τόπος διαμονής ή γενικότερα η απόσταση, η οποία κάποιες φορές είναι λανθασμένα συνυφασμένη με την αδυναμία δημιουργίας δεσμών.

**Συνοψίζοντας**, οι σκέψεις και τα συναισθήματα των σύγχρονων νέων και η συνομιλία που κάνουν με τον εαυτό τους αντικατοπτρίζουν τον πολυδιάστατο ψυχισμό τους, για τον οποίο χαρακτηρίζονται. Γι' αυτό τον λόγο επομένως αξίζουν τον σεβασμό και την κατανόηση των μεγαλύτερων μπροστά στις καταστάσεις και τα προβλήματα τα οποία είναι αναγκασμένοι να αντιμετωπίσουν στην καθημερινότητά τους και στο βάρος που κουβαλούν, με απώτερο στόχο να ανεξαρτητοποιηθούν, να αποκτήσουν τον έλεγχο και να πάρουν επιτέλους τη ζωή στα χέρια τους.

# ΑΕ Δόξα Πύρρος Άρτας. Η πορεία της στη φετινή σεζόν



Η φετινή πορεία της Αρτινής ομάδας χαροποιεί τους πάντες με την εμφάνισή της καθώς βρίσκεται στη δεύτερη θέση της National League 2

**Του Νίκου Βούλγαρη**

**Η Α.Ε. Δόξα Πύρρου** βρίσκεται για δεύτερη συνεχόμενη σεζόν στην National League 2, εκπροσωπώντας τον νομό στις εθνικές κατηγορίες. Η φετινή της πορεία είναι άκρως ικανοποιητική, καθώς βρίσκεται στη δεύτερη θέση της βαθμολογίας, πίσω από τον πρωτοπόρο Γλαύκο Έσπερου, με 15 νίκες και 4 ήττες σε 19 αγώνες.

**Η ομάδα** του Κώστα Μάνθα διαθέτει ένα ποιοτικό ρόστερ με πολύ καλούς παίκτες που με την ικανότητα και το ταλέντο τους κάνουν τη διαφορά. Οι Μπάλλας, Πάτρας, Θώδης, Γιαννούτσος, Γυφτάκης αλλά και οι υπόλοιποι παίκτες, υπό την καθοδήγηση του προπονητή Κώστα Μάνθα, αποτελούν ένα ισχυρό και ανταγωνιστικό σύνολο που κοιτούν στα μάτια κάθε αντίπαλο.

**Οι φετινές εμφανίσεις** της Αρτινής μας ομάδας έχουν χαροποιήσει τους πάντες, από τους ίδιους τους παίκτες, τον προπονητή, τη διοίκηση μέχρι τους φιλάθλους της ομάδας, που κάθε εβδομάδα είναι εκεί για να υποστηρίξουν την προσπάθεια του συλλόγου.

**Μάλιστα η Δόξα**, την φετινή σεζόν, έχει το αήττητο στην έδρα της, πράγμα που μόνο αυτή έχει καταφέρει στον όμιλό της. Πλέον έχουν απομείνει λίγα παιχνίδια (3 για την κανονική διάρκεια + τα play-off) όπου η Αρτινή ομάδα πρέπει να τα δώσει όλα, με σκοπό να έχει ένα καλό φινάλε και για να διεκδικήσει, με όσες πιθανότητες της αναλογούν, την άνοδο.



## Επιμόρφωση εκπαιδευτικών

**Σ**τις 28 Ιανουαρίου 2025, η σχολική ψυχολόγος πραγματοποίησε συνάντηση επιμόρφωσης με τον σύλλογο διδασκόντων, με στόχο την ενίσχυση της ευαισθητοποίησης και της ετοιμότητας των εκπαιδευτικών σε θέματα προστασίας των εφήβων.

**Στο πλαίσιο** της συνάντησης, παρουσιάστηκαν τα βασικά σημεία παραμέλησης και κακοποίησης που μπορεί να εμφανίσουν οι έφηβοι, καθώς και οι συμπεριφορές ή αλλαγές στη στάση τους που μπορούν να λειτουργήσουν ως ενδείξεις πιθανών δυσκολιών. Ιδιαίτερη έμφαση δόθηκε στον ρόλο του εκ-

παιδευτικού στην αναγνώριση αυτών των ενδείξεων μέσα στην τάξη, καθώς και στους τρόπους με τους οποίους μπορεί να παρέμβει ή να επικοινωνήσει το ζήτημα.

**Παράλληλα**, συζητήθηκαν θέματα που αφορούν τη χρήση συμπεριληπτικής γλώσσας στη σχολική τάξη, αναδεικνύοντας τη σημασία της επικοινωνίας που προάγει τον σεβασμό, την αποδοχή και τη δημιουργία ενός ασφαλούς και υποστηρικτικού μαθησιακού περιβάλλοντος για όλους τους μαθητές, ανεξαρτήτως φύλου, καταγωγής ή άλλων χαρακτηριστικών.

# Η Αναγέννηση Άρτας και η ένδοξη ιστορία της

του Σπύρου Γεωργάκη

**Η ΠΑΕ Αναγέννηση Άρτας** είναι μια από τις πιο γνωστές και αγαπητές ομάδες της Ηπείρου. Ιδρύθηκε το 1960 μετά από συγχώνευση τριών τοπικών ομάδων (Ολυμπιακός Άρτας, Αετός Άρτας και Παναμβρακικός) και από τότε είναι πάντα κοντά στον κόσμο της Άρτας. Παρά τις δυσκολίες που έχει περάσει, η ομάδα πάντα κατάφερε να παραμένει ζωντανή και να δίνει χαρά στους φιλάθλους της. Η Αναγέννηση έχει δημιουργήσει μια δυνατή σχέση με την τοπική κοινωνία και έχει φανατικούς υποστηρικτές που την ακολουθούν σε κάθε πορεία της.

**Η ομάδα** ξεκίνησε από τα τοπικά πρωταθλήματα και, με τον καιρό, κατάφερε να ανέβει σε ανώτερες κατηγορίες του ελληνικού ποδοσφαίρου. Δυστυχώς αν και ήταν αρκετά κοντά δεν κατάφερε να προκριθεί ποτέ στην Α' Εθνική. Παρά τις δύσκολες στιγμές που πέρασε, η Αναγέννηση ποτέ δεν τα παράτησε και πάντα προσπαθούσε για το καλύτερο. Οι φίλαθλοι της είναι πάντα εκεί για να την στηρί-

ξουν, κάνοντάς την να νιώθει σαν οικογένεια. Όταν η ομάδα αγωνίζεται, το γήπεδο είναι γεμάτο όχι μόνο από κόσμο, μικρό και μεγάλο, αλλά και από ενέργεια και πάθος.

**Η Αναγέννηση, όμως**, δεν κάνει εμφανή την παρουσία της μόνο στο γήπεδο. Συμμετέχει σε διάφορες δράσεις που βοηθούν την κοινωνία, δείχνοντας πως ο αθλητισμός μπορεί να ενώνει τους ανθρώπους. Πέρα από τα παιχνίδια, η ομάδα βοηθάει και στην τοπική κοινωνία, συμμετέχοντας σε φιλανθρωπικές εκδηλώσεις και ενέργειες που έχουν θετικό αντίκτυπο στους ανθρώπους γύρω της. Έτσι, ο αθλητισμός της περιοχής αποκτά μια ακόμα πιο δυνατή διάσταση.

**Κάποια** από τα πιο σημαντικά χρόνια της ομάδας είναι οι δεκαετίες του 1960 έως 1980. Αν και αρχή για την ομάδα η δεκαετία του 1960 η Αναγέννηση είχε καταφέρει να καθιερωθεί ως μια καλή ομάδα της Β' Εθνικής. Στην αρχή της δεκαετίας του 1970 καταφέρνει να φτάσει στα πρόθυρα για να ανέβει στην Α' εθνική 3 φορές, κάτι που δυστυχώς δεν κατάφερε. Στο τέλος της δεκαετίας η ομάδα γνωρίζει μια κατηφο-

κή πορεία και πέφτει στην Γ' Εθνική στα μέσα όμως της δεκαετίας του 1980 καταφέρνει να ξανακερδίσει την άνοδο της στην Β' εθνική χωρίς αποτέλεσμα όμως καθώς αυτή ήταν η τελευταία φορά που αγωνίστηκε σε εκείνο το πρωτάθλημα.

**Από το τέλος** της δεκαετίας αυτής έως και σήμερα αν και η ομάδα αρκετές φορές έπεσε στην τότε Δ' Εθνική αλλά και στα τοπικά πρωταθλήματα πάντα όμως έβρισκε ξανά τα πατήματα της και την άνοδο της στην Γ' Εθνική και έτσι έχει πλέον καθιερωθεί σε αυτή.

**Τα τελευταία χρόνια**, η διοίκηση της Αναγέννησης Άρτας έχει στρέψει την προσοχή της στη βελτίωση των υποδομών της και στη δημιουργία ενός σύγχρονου προπονητικού κέντρου. Έχουν γίνει και αρκετές αλλαγές για να μπορέσουν τα νέα παιδιά τα οποία υποστηρίζουν την ομάδα να εκπαιδευτούν καλύτερα και να αγωνιστούν κάποτε στην ομάδα των ονείρων τους. Οι ακαδημίες της ομάδας βοηθούν στη δημιουργία νέων ταλέντων, δίνοντάς τους την ευκαιρία να ξεκινήσουν το ποδοσφαιρικό τους ταξίδι μέσα από τον σύλλογο και να ανα-

δείξουν τις ικανότητές τους.

**Η σχέση** των φιλάθλων με την ομάδα είναι κάτι ξεχωριστό. Οι οπαδοί της Αναγέννησης είναι πιστοί και την στηρίζουν πάντα, είτε η ομάδα κερδίζει είτε χάνει και είτε παίζει εντός ή εκτός έδρας. Κάθε φορά που η ομάδα αγωνίζεται, το γήπεδο γεμίζει από φωνές, συνθήματα και ενθουσιασμό.

**Οι φιλάθλοι** της Αναγέννησης είναι πραγματικοί υποστηρικτές, και αυτή η αφοσίωση έχει παίξει σημαντικό ρόλο στις επιτυχίες της ομάδας όλα αυτά τα χρόνια καθώς όπως και οι παίκτες λένε οι οπαδοί είναι ο 12ος παίκτης τους.

**Η ΠΑΕ Αναγέννηση Άρτας** συνεχίζει να παλεύει για το καλύτερο, με σκοπό να φέρει χαρά στους φιλάθλους της. Η παράδοσή της, η σχέση με την τοπική κοινωνία και η στήριξη του κόσμου της είναι τα δυνατά της σημεία. Με τη συνεχιζόμενη βοήθεια των φιλάθλων και τις προσπάθειες για να βελτιώσει η ομάδα, το μέλλον της Αναγέννησης φαίνεται πολύ υποσχόμενο, γεμάτο προκλήσεις και νέες επιτυχίες.



Αναγέννηση Άρτας. Μιθούν στην εφημερίδα «**Μαθητών Έκφραση**» ο Κώστας Μπανιάς και ο Θεόδωρος Σαλαμούρας

# Η πιο μεγάλη στιγμή της «Μαύρης Θύελλας» ήταν όταν το 1969-1979 βρέθηκε στην τρίτη θέση της Β' εθνικής

**Των Σ. Γεωργάκη και Π. Τσιρογιάννη**

**Η Αναγέννηση Άρτας** αποτελεί σημείο αναφοράς για όλους τους νέους της πόλης αλλά και του νομού, καθώς αποτελεί την ιστορικότερη ομάδα της περιοχής. Για την ιστορία της και τη σημερινή της πορεία, μας μίλησαν ο κ. Θεόδωρος Σαλαμούρας (γενικός αρχηγός της Αναγέννησης Άρτας) και ο κ. Κώστας Μπανιάς (αθλητικογράφος-ιστοριοδίφης)

**Μαθητών Έκφραση (Μ.Ε.): Πώς η συνένωση των τριών τοπικών ομάδων (Α.Ο. Παναμβρακικός, Α.Ο. Αετός Άρτας, Α.Ο. Ολυμπιακός Άρτας) επηρέασε τη δυναμική και την ταυτότητα της Αναγέννησης ;**  
**Θεόδωρος Σαλαμούρας (Θ.Σ.):** Η συνένωση δίνει δύναμη. Ο σκοπός αυτής είναι να έχει όλο τον φίλαθλο κόσμο της πόλης – και όχι μόνο- στο πλευρό της για να μπορέσει να καταξιωθεί στις μεγαλύτερες κατηγορίες. Μέχρι τότε τις μεγαλύτερες επιτυχίες τις είχε ο Παναμβρακικός ο οποίος είχε φτάσει μέχρι τα προημιτελικά του Κυπέλλου Ελλάδος. Παίρνεται λοιπόν η απόφαση από τα τρία σωματεία και γίνεται η ίδρυση το 1960 έχοντας ως χρώματα ομάδος το άσπρο και το μαύρο, κατά κάποιο τρόπο ουδέτερα χρώματα. Άμεσα η ομάδα ανεβαίνει στην Β' κατηγορία και αγωνίζεται στον βόρειο όμιλο κάνοντας αξιοπρόσεκτες πορείες. Όμως το 1967 πέφτει η ομάδα από την Β' Εθνική, γίνεται μια ανανέωση και προκύπτει μια ομάδα που παίρνει το Περιφερειακό τότε πρωτάθλημα το '68 – '69 έχοντας σκοράρει 109 γκολ και έχοντας δεχτεί μόνο 3. Αυτή η πολύ δυνατή ομάδα αποτελείται αποκλειστικά από αρτινούς ποδοσφαιριστές, που ήταν και πολύ σημαντικό για την πόλη μας.

**Μ.Β.: Ποιες στιγμές στην ιστορία της ομάδας θεωρείτε ως τις πιο καθοριστικές και γιατί ;**  
**Θ.Σ.:** Η πρώτη και καθοριστικότερη στην ιστορία της ομάδας είναι η συνένωση. Το δεύτερο μεγάλο κομμάτι είναι η μεγάλη πορεία που κάνει στην Β' Εθνική από το 1969 έως το 1974. Μέσα σ' αυτό το διάστημα έχει ως επί το πλείστον γηγενείς ποδοσφαιριστές, αρτινούς στην καταγωγή. Μετά η Αναγέννηση μπαίνει σε μια άλλη διαδικασία που ξεκινάει από την πτώση της από την Β' Εθνική το '74 – '75. Υπάρχουν κάποιες χρονιές που η ομάδα αγωνίζεται ακόμα και στην Γ' Εθνική και στο Περιφερειακό πρωτάθλημα. Μένει στην Γ' Εθνική την περίοδο 2008 - 2009 όπου στα μέσα της χρονιάς αποχωρεί και ξεκινάει μια νέα αρχή. Αυτή η πορεία περιέχει Δ' Εθνική, τοπικό, Γ' εθνική και πάλι τοπικό. Την χρονιά 2016 – 2017 η Αναγέννηση δεν παίρνει μέρος σε κανένα πρωτάθλημα. Επιλέγει να μην αγωνιστεί πουθενά. Την επόμενη χρονιά επανέρχεται με καινούρια διοίκηση. Από το Β' τοπικό ανεβαίνει έπειτα στην Γ' Εθνική όπου διεκδικεί την άνοδο σε μια κατηγορία ημιεπαγγελματική πριν από την Β' Εθνική. Όμως το πρωτάθλημα διακόπτεται λόγω κορωνοϊού δύο αγωνιστικές πριν το τέλος και ενώ η ομάδα είναι 2 βαθμούς από την κορυφή και συνδιεκδικεί με την Κοζάνη την άνοδό της. Δυστυχώς όμως διακόπτεται το πρωτάθλημα και η Κοζάνη ανεβαίνει στην Β' Εθνική.

**Μ.Β.: Ποιες είναι οι βασικές προκλήσεις που αντιμετωπίζετε ως γενικός αρχηγός σε μια ομάδα που βρίσκεται στη Γ' Εθνική και ποια είναι τα σχέδια για**



Όταν η Αναγέννηση Άρτας είχε κερδίσει τον ΠΑΣ Γιάννενα με 1-0

**την επόμενη χρονιά;**  
**Θ.Σ.:** Ο ρόλος του γενικού αρχηγού είναι να συντονίζει και να οργανώνει την καθημερινή λειτουργία μιας ομάδας. Οι προκλήσεις είναι ακριβώς αυτές, να μην υπάρχουν προβλήματα στην καθημερινή λειτουργία των ομάδων. Δεν είναι εύκολο και απαιτεί πολλές ώρες εργασίας. Παράλληλα, πρέπει να ξεπερνάει προβλήματα που έχουν να κάνουν με την αντιμετώπιση του χαρακτήρα πολλών διαφορετικών ανθρώπων που συνυπάρχουν στο ίδιο σύνολο και πρέπει να συντονίζονται. Πρέπει να καλυτερεύσει το εξωαγωνιστικό κλίμα για να βοηθηθούν οι ποδοσφαιριστές, καθώς ο αθλητισμός μας επιβαρύνει σημαντικά και ψυχολογικά χωρίς να το αντιλαμβανόμαστε μερικές φορές.

**Μ.Β.: Ποιες ήταν οι καθοριστικές στιγμές της ομάδας, από την ίδρυση της μετά τη συνένωση που θυμάστε εσείς προσωπικά από την καριέρα σας σαν αθλητικογράφος; Κώστας Μπανιάς (Κ.Μ.):** Πρώτη και πιο καθο-

ριστική στιγμή της Αναγέννησης ήταν την σεζόν 1969-1970 όπου η ομάδα έκανε μια αξιοσημείωτη πορεία καταλήγοντας στην τρίτη θέση στην Β' Εθνική, έχοντας συγκεντρώσει 78 βαθμούς. Ήταν μεγάλη διάκριση η τρίτη θέση εκείνη την εποχή, κυρίως επειδή ήρθε αντιμέτωπη με πολλές ιστορικές ομάδες όπως ο ΠΑΣ Γιάννινα, ο Παναιτωλικός και ο Απόλλων Αθηνών. Άλλη μια καθοριστική στιγμή ήταν το 1977-1978 όταν η ομάδα ανήλθε πάλι στη Β' Εθνική, μετά από αγώνα - μπαράζ με τον Παναγιώλειο στο γήπεδο της Ριζούπολης. Οι δύο ομάδες ισοβάθησαν στη 2η θέση της Εθνικής Ερασιτεχνικής και μονομάχησαν στη Ριζούπολη για αγώνα κατάταξης. Το ματς έληξε ισόπαλο 0-0 και η άνοδος για την Αναγέννηση κρίθηκε στα πέναλτι με σκορ 4-3.

**Μ.Β.:** Η ομάδα έχει περάσει από πολλές περιόδους, από επιτυχίες μέχρι και πιο δύσκολες στιγμές. Υπήρξε κάποια περίοδος η οποία δυσκόλεψε την ομάδα και την θυμάστε ως την πιο κρίσιμη

**για τη συνοχή και το μέλλον;**  
**Κ.Μ.:** Μια από τις πιο δύσκολες περιόδους που μπορώ να θυμηθώ είναι η σεζόν 1978-1979 όπου εκεί τελειώνει και η χρυσή εποχή της Αναγέννησης. Τότε είχε ισοβαθμίσει στην ζώνη υποβιβασμού με την Βέροια και οδηγήθηκαν σε αγώνα - μπαράζ πάλι στο γήπεδο της Ριζούπολης. Εκεί λοιπόν η Αναγέννηση ηττήθηκε με 1-0 και υποβιβάστηκε στην Δ' Εθνική. Αυτή ήταν μάλιστα και η τελευταία φορά που η ομάδα έπαιρνε μέρος στην Β' Εθνική. Άλλη μια που θυμάμαι ήταν τώρα πρόσφατα, τις δεκαετίες 2000 και 2010 όπου η ομάδα στιγματίστηκε από τα οικονομικά προβλήματα από τα σκαμπανεβάσματα στην Γ' Εθνική, την Δ' Εθνική και τα τοπικά. Το 2016 η Αναγέννηση δεν «κατέβασε» ομάδα σε κανένα πρωτάθλημα και όλοι οι παίκτες της έμειναν ελεύθεροι. Τελικά ξεκίνησε την επόμενη χρονιά από το Β' τοπικό πετυχαίνοντας την άνοδο στο Α' τοπικό, έχοντας αρχίσει το πρωτάθλημα με -8 βαθμούς λόγω τιμωρίας.

**Θεόδωρος Σαλαμούρας:** Η πρώτη και καθοριστικότερη στην ιστορία της ομάδας είναι η συνένωση. Το δεύτερο μεγάλο κομμάτι είναι η μεγάλη πορεία που κάνει στην Β' Εθνική από το 1969 έως το 1974

**Κώστας Μπανιάς:** Μια από τις πιο δύσκολες περιόδους που μπορώ να θυμηθώ είναι η σεζόν 1978-1979 όπου εκεί τελειώνει και η χρυσή εποχή της Αναγέννησης. Τότε είχε ισοβαθμίσει στην ζώνη υποβιβασμού με την Βέροια...





Της Φρειδερίκης Ρηγανά

**Ο Αντώνης Νικοπολίδης** έχει καταφέρει να κατέχει μια θέση στο πάνθεον του ελληνικού αθλητισμού με τις πολυάριθμες κατακτήσεις τίτλων διασυλλογικά με τις δύο κορυφαίες ομάδες της χώρας στη θέση του τερματοφύλακα. Όμως η απόλυτη καταξίωση ήρθε με την κατάκτηση του ευρωπαϊκού πρωταθλήματος το 2004, τιμώντας και με το παραπάνω το εθνόσημο. Καταγόμενος, λοιπόν, από την Άρτα και αφού αναδείχθηκε ως τερματοφύλακας από την τοπική ομάδα "Αναγέννηση Άρτας", κατόρθωσε να φέρει τον τίτλο του "Legend 2004". Αυτή η ιστορία επιτυχίας σε συνδυασμό με την δυνατότητα που έχει να λειτουργεί ως πρότυπο και έμπνευση της νεολαίας αλλά και τις άριστες σχέσεις που διατηρεί με τον τόπο μας, μάς έδωσαν την αφορμή για την συνέντευξη που ακολουθεί.

**(Φρειδερίκη Ρηγανά) Φ.Ρ.: Τι γεύση σας έχουν αφήσει τα παιδικά σας χρόνια στην Άρτα ως παιδί αλλά και ως παίκτης;**

**(Αντώνης Νικοπολίδης) Α.Ν.:** Σίγουρα θα έλεγα την καλύτερη γιατί μεγάλωσα σε ένα περιβάλλον ελεύθερο που μπορούσαμε χωρίς την άδεια των γονιών μας να πάμε σε διάφορα χωριά να παίξουμε μπάλα. Ήταν πολύ πιο ελεύθερα από ό,τι είναι τώρα.

Όπως επίσης και στην Άρτα, τα χρόνια που πήγαινα σχολείο ήταν πολύ ασφαλή, τόσο εκείνα τα χρόνια όσο και το περιβάλλον, οπότε θα έλεγα ότι τα παιδικά μου χρόνια, αλλά και τα εφηβικά μου μέχρι τα 18, ήταν πάρα πολύ όμορφα, με πάρα πολλούς φίλους, με όσα μπορούσε να ζήσει ένας έφηβος εκείνη την εποχή. Φτωχικά μεν αλλά σίγουρα πάρα πολύ ωραία.

**Φ.Ρ.: Όταν έρχεστε στην Άρτα υπάρχει κάτι που σας αρέσει να κάνετε, κάποιο μέρος που σας συγκινεί να πηγαίνετε;**

**Α.Ν.:** Σίγουρα η πλατεία της Άρτας είναι ένα σημείο συνάντησης γενικότερα όλων των αρτινών αλλά και κυρίως αυτών που έρχονται από την Αθήνα και από άλλα μέρη. Πάντα μου άρεσε το κάστρο της Άρτας που ήταν ένα πνευματικό σημείο για μένα γιατί τα χρόνια της δεκαετίας του 90 ήταν μέρος που μπορούσες να πας πάνω να πεις καφέ σε ένα πολύ ωραίο περιβάλλον. Είναι φανταστικό ιδιαίτερα αν έχεις μέσα στην πόλη σου ένα τέτοιο κάστρο που θα μπορούσε να είναι λειτουργικό. Και στην περιοχή της Κορωνησίας που μπορείς να συνδυάσεις εύκολα και τη θάλασσα με ένα διαφορετικό περιβάλλον από ότι γνωρίζουμε. Η Άρτα είναι ορεινή περιοχή αλλά η Άρτα έχει και τον Αμβρακικό (που το χωριό μου είναι σχεδόν μέσα στον Αμβρακικό) αλλά και το νησάκι της Κορωνησίας είναι μια υπέροχη διαδρομή ένας υπέροχος τόπος για να απολαύσεις τη μέρα σου.

**Φ.Ρ.: Θα σκεφτόσασταν στο μέλλον να επιστρέψετε μόνιμα στην Άρτα και να αναλάβετε καθήκοντα σε κάποια τοπική ομάδα;**

**Α.Ν.:** Όχι, αλλά κατά τη ζωή σου μη λες ποτέ. Τα σχέδιά μου είναι να αναλάβω κάτι μεγαλύτερο, με την έννοια ότι και με τις εμπειρίες μου όλα αυτά τα χρόνια πιστεύω ότι μπορώ να δώσω κάτι καλύτερο σε πιο υψηλό πρωτάθλημα από αυτό στο οποίο είναι η Αναγέννηση. Παρόλα αυτά δεν σκοπεύω να γυρίσω εκεί παρότι στο χωριό μου υπάρχει το σπίτι της οικο-

# Αντώνης Νικοπολίδης: Από την τοπική ομάδα στην κορυφή της Ευρώπης



“...Πάντα μου άρεσε το κάστρο της Άρτας που ήταν ένα πνευματικό σημείο για μένα γιατί τα χρόνια της δεκαετίας του '90 ήταν μέρος που μπορούσες να πας πάνω να πεις καφέ σε ένα πολύ ωραίο περιβάλλον...”

γένειας, που όταν βρίσκουμε χρόνο πηγαίνουμε, όπου ζει η μητέρα μου. Επισκέπτομαι τον τόπο μου, όπου νιώθω πολύ ωραία, βλέπω παλιούς φίλους, αλλά μέχρι εκεί.

**Φ.Ρ.: Στα πρώτα σας βήματα στην Αναγέννηση υπήρξαν άνθρωποι που σας βοήθησαν να εξελιχθείτε επαγγελματικά ;**

**Α.Ν.:** Με στήριξε και η διοίκηση της Αναγέννησης, οι οποίοι πίστευαν στο δικό μου project, αλλά, κυρίως οι συμπαίκτες μου. Τους οφείλω ένα πάρα πολύ μεγάλο ευχαριστώ γιατί όλοι ήταν παιδιά από γειτονικά χωριά. Η πλειονότητα των παιδιών ήταν παίκτες που είχαν γεννηθεί και μεγαλώσει στην Άρτα, ήταν μια ομάδα αμειγώς αρτινή.

Οι μεγαλύτεροι μας αγκάλιασαν όλα τα παιδιά και μας έδωσαν το θάρρος να μπούμε στο επαγγελματικό ποδόσφαιρο. Αυτή την ώθηση και τη στήριξη και το να κάνω το επόμενο βήμα το οφείλω σε αυτά τα παιδιά.

**Φ.Ρ.: Συμβουλές για ένα παιδί που ξεκινά τώρα με τον επαγγελματικό αθλητισμό;**

**Α.Ν.:** Το βασικό είναι η αγάπη γι' αυτό, αλλά πρώτα-πρώτα πρέπει να έχεις ταλέντο, αυτό είναι το πρώτο που μετράει. Μετά πρέπει να έχεις τους κατάλληλους ανθρώπους για να αναπτύξεις αυτό το ταλέντο, ακόμα και στη παιδική ηλικία. Όμως το ταλέντο δεν φτάνει μόνο του. Είναι μια διαδικασία πολύ δύσκολη με πολλή δουλειά, επιμονή και υπομονή με τα πάνω της και τα κάτω της που πρέπει να μείνεις αφοσιωμένος εκεί από τη στιγμή που ξεκινάς μέχρι το τέλος. Η εξέλιξη ποτέ δεν σταματάει

**Φ.Ρ.: Τι ήταν για εσάς το Euro;**

**Α.Ν.:** Εγώ σαν Αντώνης έπαιξα στις δυο κορυφαίες ομάδες της Ελλάδας με πρωταθλήματα κ.τ.λ. Αυτά τα είχαν πετύχει πολλοί πριν από εμένα. Το Euro ήταν ένα ξεχωριστό κομμάτι από μόνο του γιατί αποτελεί την κορωνίδα του παγκόσμιου αθλητισμού γιατί ουσιαστικά ήταν μια υπέρβαση κάποιων ανθρώπων οι οποίοι

μέσα σε έναν μήνα έκαναν όλο τον κόσμο να μιλάει γι' αυτούς. Είναι κάτι αξεπέραστο και μοναδικό. Μέσα από αυτή την επιτυχία πολλά παιδιά καταλαβαίνουν ότι οι δυνατότητες του Έλληνα ποδοσφαιριστή είναι μεγάλες και πως μέσα σε ένα επαγγελματικό περιβάλλον μπορεί να επαναλάβει αυτές τις επιτυχίες. Αποτελεί παράδειγμα για πολλά παιδιά κι ελπίζουμε κι ευχόμαστε να καταλάβουν τα παιδιά τι μπορεί να πετύχει ένας Έλληνας ποδοσφαιριστής. Εμπνέονται μέσα από αυτό.

**Φ.Ρ.: Έχετε εκπληρώσει όλα τα όνειρά σας ως ποδοσφαιριστής;**

**Α.Ν.:** Με το τέλος της καριέρας μου, πράγματα τα οποία τα είχα ονειρευτεί, όχι μόνο τα κατέκτησα αλλά τα ξεπέρασα. Αυτή τη στιγμή είμαι αρκετά γεμάτος από πολλά πράγματα. Όμως σχεδιάζω πράγματα για την επόμενη μέρα μέσα από ένα άλλο πόστο για να μπορώ πάλι να κάνω αυτό που μου αρέσει και να το πάω πιο ψηλά.

**Φ.Ρ.: Έχετε βιώσει στην καριέρα σας την αμφισβήτηση και το bullying;**

**Α.Ν.:** Σίγουρα υπάρχει κριτική απέναντί μου γιατί ο αθλητισμός είναι κάτι όπου τη μια Κυριακή παίζεις καλά και είσαι Θεός, ενώ την άλλη δεν κάνεις για την ομάδα. Αυτή είναι μια διαδικασία που την έχω περάσει. Πέρασα και το στάδιο της μεγάλης αμφισβήτησης αλλά και το στάδιο που με θεωρούσαν τον μοναδικό. Η ισορροπία είναι το πιο σημαντικό, ούτε το ένα ούτε το άλλο. Σημασία έχει η διάρκεια και το πόσο σημαντικός είσαι για μια ομάδα. Μεταγενέστερα υπήρξαν κάποιες κακές κριτικές στα κοινωνικά δίκτυα όπου ο καθένας μπορεί να γράψει το οτιδήποτε. Πλέον είμαι καλά προετοιμασμένος, ώστε αυτά δεν με επηρεάζουν και δεν με αφορούν.

**Φ.Ρ.: Δυσκολότερη στιγμή καριέρας;**

**Α.Ν.:** Δεν μπορούσαμε να βρεθούμε στο παγκόσμιο κύπελλο το 2006 στη Γερμανία, που βρεθήκαμε τόσο κοντά να παίξω σε ένα παγκόσμιο κύπελλο. Ήταν για μένα μια στενάχωρη κατάσταση, όπως και το 2008 που δεν καταφέραμε να περάσουμε στο επόμενο Euro. Αλλά αυτά είναι μέσα στον αθλητισμό.

**Φ.Ρ.: Τι έχετε να πείτε για την οπαδική βία;**

**Α.Ν.:** Δεν είναι ένα τωρινό ούτε ελληνικό φαινόμενο. Είναι παγκόσμιο που δυστυχώς ταλανίζει ιδιαίτερα θα έλεγα το ποδόσφαιρο. Είναι ένα μεγάλο κομμάτι του αθλητισμού που μερικές φορές το ακουμπάμε, άλλες το αφήνουμε, αλλά συνήθως μετά από κάποια τραγωδία το ξανασυζητάμε. Έχουν γίνει βήματα μπροστά. Νομίζω ότι, αν όλοι συνεννοηθούμε, μπορούμε να περιορίσουμε την οπαδική βία τουλάχιστον, γιατί είναι δύσκολο να την εξαλείψεις εντελώς.

**Φ.Ρ.: Αν ένα παιδί στην ηλικία που σκεφτόταν να παρατήσει την προοπτική του επαγγελματικού αθλητισμού, αν σκεφτόταν να τα παρατήσει και να πάει στο πανεπιστήμιο, τι θα του λεγάτε;**

**Α.Ν.:** Εγώ θα του έλεγα να τα κάνει και τα δύο. Πάρα πολλά παιδιά έχω γνωρίσει που έπαιζαν επαγγελματικά και σπούδαζαν στο πανεπιστήμιο 17- 18 χρονών. Άρα η δικαιολογία ότι το ένα δεν ταιριάζει με το άλλο δεν υφίσταται. Μπορούν και πρέπει να τα κάνουν και τα δύο τακτοποιώντας το πρόγραμμά τους ώστε να έχουν ώρες διαβάσματος και προπόνησης. Αν υπάρχει θέληση στο να πετύχει και στα δυο, κι αν το κάνει κάποιος με σωστό προγραμματισμό, μπορεί να τα καταφέρει.





# Ένα μικρό αφιέρωμα για δύο ξεχωριστούς ανθρώπους

Της Αναστασίας Ξέρα

**Σ**το διάβα της ελληνικής Ιστορίας, υπήρξαν προσωπικότητες που έλαμψαν με το μεγαλείο του χαρακτήρα τους, το έργο τους και την κληρονομιά τους, πνευματική ή υλική. Σε αυτήν την περιγραφή ίσως στο μυαλό των περισσότερων έρχονται πρόσωπα όπως ο Μέγας Αλέξανδρος, ο Βασιλιάς Πύρρος, ο Αριστοτέλης ή και νεότερα όπως ο Ελύτης ή η Μαρία Κάλλας.

Σε αυτό το άρθρο όμως δεν πρόκειται να αναφερθώ σε κανέναν από τους παραπάνω ή σε προσωπικότητες παρόμοιας εμβέλειας. Αντιθέτως, θα προτιμήσω να κάνω ένα αφιέρωμα σε μερικούς ξεχωριστούς ανθρώπους που ίσως δεν έκαναν την πόλη της Άρτας λαμπρή ή γνωστή σε όλον τον κόσμο, όμως σίγουρα την ευεργέτησαν στο μέγιστο βαθμό και έδωσαν ένα εξαιρετικό παράδειγμα στις επόμενες γενιές.

Αλέξανδρος Ζάρρας...ο Μέγας  
Ευεργέτης της πόλης μας

Ο **Αλέξανδρος Ζάρρας** γεννήθηκε το 1863 στην ακόμα τότε Τουρκοκρατούμενη Άρτα, η οποία θύμιζε ένα μικρό χωριό που είχε ξεχάσει τις παλιές δόξες της ως πρωτεύουσα του Βασιλείου της Ηπείρου κατά τα Ελληνιστικά χρόνια, αλλά και ως πρωτεύουσα του Δεσποτάτου της Ηπείρου πολύ αργότερα. Ήταν γόνος πλούσιας οικογένειας που ασχολούνταν με το εμπόριο. Σε συνεργασία με τα αδέρφια του Κωνσταντίνου και Ιωάννη, κυριάρχησαν στον τομέα του υφαντουργικού στην αγορά της Άρτας, αποκτώντας σημαντική περιουσία. Μετά τον θάνατο και των δύο αδελφών του, όλη η περιουσία περιήλθε στα χέρια του. Την 4η ημέρα του Αυγούστου το 1958, ο Αλέξανδρος Ζάρρας έφυγε από τη ζωή πλήρης ημερών.

Όλοι όσοι γνώρισαν τον Ζάρρα, δεν έχουν να τον κατηγορήσουν για τίποτα, παρά μόνο



Αριστερά ο  
Αλέξανδρος  
Ζάρρας κατά  
την τελετή  
εγκαινίων  
του παλαιού  
Νοσοκομείου με  
την τότε υπουργό  
Κοινωνικής  
Πρόνοιας Λίνα  
Τσαηδόρη.  
Δεξιά ο Βασίλειος  
Αγραφιώτης



έχουν να θυμούνται την ευγενική ψυχή και την καλλιέργεια που διέθετε, καθώς και την γενναιοδωρία του, η οποία μάλιστα, συνεχίστηκε αδιάκοπα και μετά θάνατον. Όσο βρισκόταν εν ζωή, δώρισε 9000 χρυσές λίρες, ένα ασύλληπτο ποσό για εκείνη την εποχή, για την ίδρυση Κρατικού Νοσοκομείου στην Άρτα και κληροδότησε την αρχοντική του κατοικία στο Δήμο για την αξιοπρεπή στέγαση του Δημαρχείου, ένα κτίριο ακριβώς στο κέντρο της πόλης.

Βασίλειος Αγραφιώτης...  
ένας υπέροχος άνθρωπος

Ο **Βασίλειος Αγραφιώτης**, γόνος παλιάς οικογένειας της Άρτας, μετά τις σπουδές του στην Εμπορική Σχολή Αθηνών, επέστρεψε στην Άρτα για να ασχοληθεί με τις επιχειρήσεις του πατέρα του, τις οποίες συνέχισε με μεγάλο ζήλο. Παράλληλα, αγαπούσε ιδιαίτερα τις τέχνες και τα ταξίδια για τα οποία πίστευε ότι μπορούν να δώσουν νέες γνώσεις και πρωτόγνωρες εμπειρίες. Αυτή η αντίληψη, μάλιστα τον ώθησε να επισκεφτεί σχεδόν όλες τις χώρες του κόσμου. Απεβίωσε στις 29 Αυγούστου του 1985, αφήνοντας πίσω του ένα μεγάλο έργο.

Η **αγάπη που έτρεφε** για την πόλη του φαίνεται ξεκάθαρα από την σημαντική περιουσία που κληροδότησε σε αυτήν, όπως ένα μεγάλο διαμέρισμα, ένα πορτοκαλέωνα 13 στρεμμάτων και μετοχές της Εθνικής Τράπεζας και της Τράπεζας Ελλάδος. Επιπρόσθετα, όρισε τα μισά των εσόδων που θα απέφεραν όλα τα παραπάνω να διατίθενται για τα ετήσια ή διετή βραβεία που πήραν το όνομα του, προς τιμήν του, για την ανάδειξη αξιόλογων Αρτινών καλλιτεχνών και συγγραφέων, καθώς και ανθρώπων που με το έργο τους και το ήθος τους συνέβαλλαν στην βελτίωση της πόλης μας και της υπαίθρου της, αλλά και την επιβράβευση των αριστούχων τελειοφοιτών μαθητών και μαθητριών..

Όπως βλέπετε, λοιπόν, αυτό το αφιέρωμα δεν ήταν τίποτα άλλο παρά μια μικρή αναδρομή στο σχετικά πρόσφατο παρελθόν, χωρίς κάτι ιδιαίτερα συναρπαστικό. Δεν παύει όμως να είναι κομμάτι της Ιστορίας της άλλοτε ένδοξης και άλλοτε ξεχασμένης Άρτας, το οποίο μας διδάσκει κάτι πολύ ιδιαίτερο: αυτός ο κόσμος δεν είναι τέλειος, όμως καθένας από εμάς μπορεί να κάνει κάτι μικρό ή μεγάλο για να τον αλλάξει προς το καλύτερο!

## Μεγαλειώδης συγκέντρωση

Της Αναστασίας Ξέρα

Οι μεγαλειώδεις συγκεντρώσεις που πραγματοποιήθηκαν σε όλη τη χώρα, αλλά και σε πολλές πόλεις στο εξωτερικό ως ένδειξη διαμαρτυρίας για τους χειρισμούς της κυβέρνησης στο θέμα των Τεμπών, υπήρξαν πρωτόγνωρες για τη χώρα μας στα μεταπολιτευτικά χρόνια. Η συγκέντρωση στην πόλη μας αποτελεί ενδεικτικό παράδειγμα της συσπείρωσης που προκάλεσε η δράση των μελών της κυβέρνησης όσον αφορά τη διερεύνηση των αιτίων της σύγκρουσης, αλλά και της επακόλουθης έκρηξης. Τέτοια συγκέντρωση που να καταλαμβάνει όλο το κέντρο της πόλης, από την αρχή της οδού Σκουφά στο ύψος της πλατείας Μονοπωλίου, μέχρι τη διασταύρωση για Παντοκράτορα, με γεμάτη την κεντρική πλατεία και το ευρυχώριο του Αγίου Δημητρίου, ακόμα και πίσω από την εξέδρα των ομιλητών, δεν έχει συμβεί ούτε στα χρόνια της δεκαετίας του 80, όταν για τις πολιτικές συγκεντρώσεις κινητοποιούνταν οι άνθρωποι όλου του νομού ή ακόμα και γειτονικών μας. Οφείλουν οι πολιτικοί μας, που έχουν την ευθύνη της διακυβέρνησης του τόπου μας, να λάβουν σοβαρά υπόψη τους το αίτημα για δικαιοσύνη που διατρανώθηκε από τις χιλιάδες στην Άρτα και στις άλλες πόλεις, γιατί, όπως λέει και ο λαός, «Φωνή λαού...».



## Λεωφορείο ο τρόμος

Του Γιώργου Βήχα

«**Δε θέλω ρεαλισμό**, θέλω μαγεία», κραυγάζει η Μπλανς Ντυμπούα, η μελαγχολική ηρωίδα του «Λεωφορείου ο Πόθος», αναδεικνύοντας την ανάγκη της να δραπετεύσει από τη σκληρή πραγματικότητα.

Τέτοιες σκέψεις ξεπροβάλλουν και από μια ιδιαίτερη ηλικιακή ομάδα, τους νέους που εισέρχονται πια στο κεφάλαιο της ενηλικίωσης. Πράγματι, οι νέοι δε θέλουν να είναι ρεαλιστές. Δεν υφίσταται καν αυτή η δυνατότητα στον αγώνα υπεράσπισης της ευαίσθητης ψυχής τους όσο πορεύονται σ' έναν βάνουσο κόσμο. Είναι κοινός τόπος ότι οι πολίτες του αύριο δεν είναι απόλυτα βέβαιοι αν θέλουν να ζήσουν στο αύριο ή ακόμη χειρότερα αν πρόκειται να υπάρξει αύριο. Το παρελθόν δεν τους ανήκει, το παρόν μοιάζει χίμαιρα και το μέλλον είναι παντελώς ανίκανο να διαμορφώσει μια ουτοπία.

Στους πρόποδες της μετάβασης προβαίνουν σε ατελείωτες προσπάθειες προκειμένου να εξασφαλίσουν μία θέση στον κόσμο που θεωρητικά οφείλει να αναγνωρίσει την αξία τους. Θα ήταν ανόητο να υποστηριχθεί ότι ο κυνισμός εντοπίζεται εκ φύσεως μέσα τους. Τα παιδιά διατηρούν για χρόνια την ελπίδα καλά φυλαγμένη στη μικρούλα τους καρδιά πιστεύοντας πως «ναι, θα τα καταφέρω». Η ελ-

πίδα αυτή σταδιακά εξανεμίζεται στην εφηβεία και αργότερα χάνεται ολοκληρωτικά, υπενθυμίζοντάς μας πως ο Σίσυφος του σύγχρονου κοινωνικού γίγνεσθαι είναι παγιδευμένος μέσα στον ίδιο μας τον εαυτό.

**Αναμφίβολα**, η ανάγκη εύρεσης ενός από μηχανής Θεού που θα επιφέρει την κάθαρση στο αδιέξοδο του δράματος, έπεται μιας σειράς χρόνιων προβλημάτων που σχημάτισαν τον κόσμο που οι νέοι έρχονται να κληρονομήσουν. Οφείλουμε καταρχάς να κρατήσουμε ενός λεπτού σιγή για εκείνους τους νέους των οποίων οι χώρες πλήττονται από πολέμους, φτώχεια και εκμετάλλευση αφού τα ανθρώπινα δικαιώματα δεν έχουν καθολική ισχύ, όπως υποθέτουμε από την άνεση του καναπέ μας. Για την ελίτ του πλούτου και τις βιομηχανίες πολέμου η λέξη «άνθρωπος» είναι υποδεέστερη μιας πανάρχαιας θεότητας, του χρήματος κι έτσι είμαστε του ίδιου έργου θεατές άρα και συνένοχοι.

**Αλλά** και στην «ανεπτυγμένη» Δύση των δημοκρατιών τον συμφέροντος επανέρχεται μια φρικιαστική πραγματικότητα. Είναι ο 21ος αιώνας η εποχή αναγέννησης των ακραίων στοιχείων; Τα γεγονότα δίνουν μια σαφέστατη απάντηση, καταθέτοντας τη δική τους αλήθεια. Ο άνθρωπος αδυνατεί να μάθει από τα λάθη του και το γιγάντιο τέρας του φασισμού ξυπνά από μια χειμέρια νάρκη με απειλητικές

διαθέσεις αποδομώντας τα όνειρα μας και αποσκοπώντας στην επίτευξη μιας γκρι ομοιογένειας. Άραγε η απολυταρχία έπαψε ποτέ να υπάρχει;

**Είναι, μάλιστα**, συνυφασμένη με την υπονόμευση της ισότητας όλων των πολιτών. Απόγονοι της είναι η βία, ο ρατσισμός και τα στερεότυπα. Ο νέος φοβάται να εκφράσει απόψεις, καλλιτεχνικές ανησυχίες, ποικιλόμορφα στοιχεία της προσωπικότητάς του και ό,τι τον καθιστά μοναδικό, αφού πάντοτε ελλοχεύει ο κίνδυνος κοινωνικής κατακραυγής, εκδηλώσεων άκριτης οργής και ίσως της στέρησης της ίδιας του της ζωής.

**Φαίνεται** ότι, για πολλούς, το φύλο, το χρώμα, η θρησκεία, ο σεξουαλικός προσανατολισμός και η πολιτική ιδεολογία δεν αποτελούν αντικείμενα σεβασμού αλλά προφάσεις για την επικράτηση του μίσους σε μια ατμόσφαιρα γενημένου ηθικού πανικού που διψά για εξιλαστήρια θύματα.

**Αυτό το δημόσιο «κατηγορώ»** έρχεται να συμπληρώσει η συνειδητοποίηση της έλλειψης ίσων ευκαιριών. Όσο η αναξιοκρατία και ο νεποτισμός δεσπόζουν στον επαγγελματικό χώρο, οι νέοι αποτελούν θήραμα των μεγάλων αρπακτικών.

Ο «**ελεύθερος**» άνθρωπος υποδουλώνεται από τη στέρηση βασικών εργασιακών δικαιωμάτων που εν τέλει είναι περισσότερο θεσμοθετημένα

παρά κατοχυρωμένα. Ακόμα κι αν επιχειρήσει τη λύτρωση από τα δεσμά του, με συνοπτικές διαδικασίες θα τοποθετηθεί στη σφαίρα της ανεργίας.

**Έτσι οι νέοι** είναι μόνοι σ' έναν αγώ- να υπερπροσπάθειας σαν χαρακτήρες ενός δυστοπικού μυθιστορήματος. Το τέλος της ιστορίας τους μοιάζει ήδη προκαθορισμένο από μια φθονερή, απόκοσμη οντότητα. Εκείνο που επιζητούν είναι μια υποστηρικτική φωνή να τους επιβεβαιώνει πως έχουν καθαρή συνείδηση, πως το τραυματισμένο καλό θα νικήσει. Η αίσθηση ματαιότητας ή η άκριτη επιβολή μιας παραισθησιογόνου αισιοδοξίας δεν είναι σε θέση να βελτιώσουν την άδεια στην απογοήτευση, όχι να επιβιώσουμε.

**Σίγουρα χρειαζόμαστε** μαγεία και όχι ρεαλισμό. Είναι χρέος μας να μην αφήσουμε ποτέ να πεθάνει μέσα μας ο ρομαντισμός, που μας φέρνει πιο κοντά στην παιδική αθωότητα και μας αποστασιοποιεί από τη σοβαρότητα των ενηλίκων που δίνουν την άδεια στην απογοήτευση να τους μεταβάλλει σε κάτι ξένο. Είναι χρέος μας να παραμείνουμε στον κόσμο της ελπίδας και να μην κάνουμε εκπτώσεις στη ζωή μας.

**Είναι, όμως**, και χρέος μας να επιβιβαστούμε στο «Λεωφορείο ο Τρόμος», δηλαδή στην απτή πραγματικότητα, και να ευχαριστηθούμε τη διαδρομή μέχρι τέλους.