



ΕΡΩΔΙΟΣ

ΕΤΟΣ 1 ΤΕΥΧΟΣ 7
ΑΠΡΙΛΗΣ - ΜΑΗΣ 2002
ΤΙΜΗ ΦΥΛΛΟΥ 0,60 €

ΜΗΝΙΑΙΑ ΣΧΟΛΙΚΗ ΕΦΗΜΕΡΙΔΑ

7^{ου} ΓΥΜΝΑΣΙΟΥ ΛΑΡΙΣΑΣ

✉ Κάρλας & Σικελιανού τ.κ 41336 Λάρισα

☎ 041- 571737 – 579590 ☎ fax 041-571737

💻 mail @7gym-laris.lar.sch.gr



Πάσχα. Η μεγαλύτερη και πλουσιότερη σε λαογραφικές εκδηλώσεις γιορτή της Χριστιανοσύνης. Γιορτή της άνοιξης, της ζωής, της Ανάστασης των ελπίδων. Γιορτή της ελπίδας, της συμφιλίωσης, της αγάπης, της ανθρωπιάς. Γιορτή της δημιουργίας, της ευτυχίας και της προκοπής. Άγιο Πάσχα



Απρίλης: Μήνας της άνοιξης αλλά και των αντιφάσεων



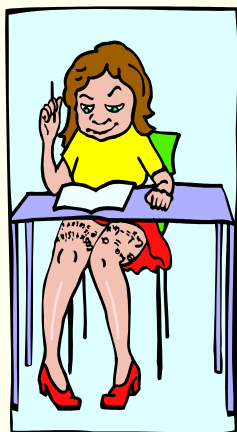
Η Άνοιξη και το Πάσχα. Αυτό είναι το περιεχόμενο του Απρίλη για μας τους Έλληνες σύμφωνα με τις κλιματολογικές μας συνθήκες και την Ορθοδοξία.

Λαμπριάτης λέγεται ο Απρίλης, μια που η Λαμπρή «πέφτει» συνήθως μέσα στον Απρίλη. Λέγεται όμως και Αηγιωργίτης, για την γιορτή του Αγ. Γεωργίου, αλλά και Γρίλλης, δηλαδή γκρινιάρης, και Τίνακτοκοφινίτης, επειδή αυτή την εποχή σώζονται πια τα αποθέματα της συγκομιδής στις αγροτικές περιοχές.



ΜΑΗΣ

Λουλούδια ας διαλέξουμε
και ρόδα και κρίνα
κι ελάτε να πλέξουμε
στεφάνια μ' εκείνα
στο Μάη που σήμερα
προβάλλει στη γη.



Η ΑΡΧΗ ΤΟΥ ΤΕΛΟΥΣ

Φτάσαμε και φέτος στο τέλος της σχολικής χρονιάς. Μιας χρονιάς που, όπως και κάθε άλλη, πέρασε τόσο γρήγορα! Σε λίγες μέρες αρχίζουν οι εξετάσεις και θα αποχαιρετήσουμε τους μαθητές της Γ' Τάξης.

Ο Ερωδός σας αποχαιρετά και υπόσχεται να σας κρατήσει συντροφιά και τη νέα σχολική χρονιά πιο πλούσιος, με περισσότερη ύλη και ανανεωμένος.

ΚΑΛΗ ΕΠΙΤΥΧΙΑ ΣΤΙΣ ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ !!!

*Από τον Ερωδιό και τη
δημοσιογραφική ομάδα*



ΚΑΛΟ ΚΑΛΟΚΑΙΡΙ!

ΨΙΛΟΚΟΥΒΕΝΤΕΣ

Σ' ΑΥΤΟ ΤΟ ΤΕΥΧΟΣ ΜΠΟΡΕΙΤΕ ΝΑ ΔΙΑΒΑΣΕΤΕ

ΨΙΛΟΚΟΥΒΕΝΤΕΣ σελίδα 2.

Τα νέα μας

2 ΑΠΡΙΛΙΟΥ σελίδα 3

Πασχόσμια ημέρα παιδικού βιβλίου

ΛΑΟΓΡΑΦΙΑ σελίδα 4

Απρίλης - Έθιμα

ΠΑΣΧΑ σελίδα 5

Το καλαντάρι της Μεγάλης Εβδομάδας

ΑΦΙΕΡΩΜΑ σελίδα 6

Έθιμα του Πάσχα

ΛΑΪΚΕΣ ΠΑΡΑΔΟΣΕΙΣ σελίδα 7

Από τα Ευαγγέλια και την

Υμνογραφία

ΠΑΣΧΑΛΙΝΑ ΕΘΙΜΑ σελίδα 8

Πασχαλινά κάλαντα

ΣΤΑΥΡΩΣΗ ΚΑΙ ΑΝΑΣΤΑΣΗ σελίδα 9

Ο σύγχρονος Φαρισαϊσμός

ΕΠΙΚΑΙΡΟΤΗΤΑ σελίδα 10

Ένας καινούργιος πόλεμος

ΙΣΤΟΡΙΚΕΣ ΜΝΗΜΕΣ σελίδα 11

21 Απριλίου - Η μαύρη επέτειος

ΙΣΤΟΡΙΚΕΣ ΣΕΛΙΔΕΣ σελίδα 12

Κύπρος: Απελευθερωτικός αγώνας

ΠΑΓΚΟΣΜΙΕΣ ΟΡΓΑΝΩΣΕΙΣ σελίδα 13

Ερυθρός Σταυρός

Ο ΜΑΪΟΣ ΜΑΣ ΕΦΤΑΣΕ σελίδα 14

Ο Μάης στη Λαογραφία

ΠΡΩΤΟΜΑΓΙΑ σελίδα 15

Το ιστορικό της Πρωτομαγιάς

ΑΦΙΕΡΩΜΑ σελίδα 16

Κωνσταντινούπολη

29 ΜΑΙΟΥ 1453 σελίδα 17

Εάλω η Πόλις

ΓΙΟΡΤΗ ΤΗΣ ΜΗΤΕΡΑΣ σελίδα 18

Αφιέρωμα στη MANA

ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ σελίδα 19

Δελφίνια

ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΦΥΣΗ σελίδα 20

Τζένα

ΕΚΔΡΟΜΕΣ σελίδα 21

Δέλτα Πηνειού

ΑΣΤΡΟΛΟΓΙΑ σελίδα 22

Αφιέρωμα: Κριός - Ταύρος

ΨΥΧΑΓΩΓΙΑ σελίδα 23

Σταυρόλεξα, ανέκδοτα, ποιήματα.

Η ΠΟΛΗ ΜΑΣ σελίδα 24

Άγιος Αχίλλειος

ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΙ ΑΓΩΝΕΣ σελίδα 25

Φοίβος και Αθηνά

ΚΑΙΝΟΤΟΜΕΣ ΔΡΑΣΕΙΣ σελίδα 26

Ο δωδεκάλογος της σωστής διατροφής

ΚΑΙΝΟΤΟΜΕΣ ΔΡΑΣΕΙΣ σελίδα 27

Μεσογειακή διαίτα

ΚΑΛ



ΤΑ ΝΕΑ ΜΑΣ

Λόγω του ξαφνικού κλεισίματος των σχολείων τρεις μέρες νωρίτερα για τις διακοπές του Πάσχα, εξαιτίας του ιού της γρίπης, δεν μπορέσαμε να τυπώσουμε το τεύχος Απριλίου, παρ' όλο που ήταν έτοιμο. Γι' αυτό και αναπροσαρμόζοντας την ύλη και προσθέτοντας 4 σελίδες επιπλέον, θα κυκλοφορήσουμε το τεύχος Απριλίου- Μαΐου μαζί.

Με το άνοιγμα των σχολείων, η θεατρική ομάδα του σχολείου μας θα παρουσιάσει το θεατρικό έργο του Δημήτρη Ψαθά «Ζητείται ψεύτης». Η παράσταση θα δοθεί την Τρίτη 14 Μαΐου 2002 και ώρα 8 μ.μ. στην αίθουσα εκδηλώσεων του Π.Ε.Κ Λάρισας.

ΤΑ ΠΡΟΣΩΠΑ ΤΟΥ ΕΡΓΟΥ

Θεόφιλος Φερέκης: Παπαγεωργίου Θανάσης

Τζένη Φερέκη: Σδούγκα Ευδοκία

Θόδωρος Πάρλας: Λιάγκας Γιώργος

Τζιότζιος Ιπποκράτης

Βρασίδας: Τσινή Νικολέτα

Πιπίτσα: Αγά Νικολέτα

Ζωζώ: Τούλιον Ευγενία

Άγης: Μπουχουρίδης Τέλης

Πατατιάς: Γκερλιώτης Αντώνης

Πίτσα-Κίτσα: Παύλου Ιωάννα

Παναγής Δερβίσης: Κατσαμάκας Σπύρος

Κούλα: Κελεσίδου Αναστασία

Μια γυναίκα: Τσιάκαλου Μαριλένα



ΥΠΕΥΘΥΝΕΣ

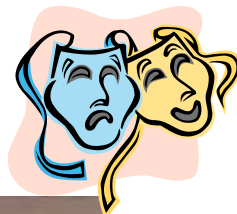
ΚΑΘΗΓΗΤΡΙΕΣ

Μόκαλη Παναγιώτα

Σκαναβή Κων/να

Σταθάκη Δωροθέα

Χολέβα Ελένη



Από
τις
πρόβες
του
έργου

Παγκόσμια ημέρα παιδικού βιβλίου

Κάθε χρόνο στις 2 Απριλίου γιορτάζεται η Παγκόσμια Ημέρα Παιδικού-Νεανικού Βιβλίου με σκοπό να προωθηθεί το βιβλίο σε όλα τα παιδιά του κόσμου και να κατανοήσουν οι μεγάλοι την ειδική βοήθεια που προσφέρει το εξωσχολικό ανάγνωσμα στην τρυφερή ηλικία. Η Ημέρα Παιδικού Βιβλίου είναι αφιερωμένη στη μνήμη του μεγαλύτερου παραμυθά του κόσμου Χανς Κρίστιαν Άντερσεν, στα γενέθλιά του, με απόφαση της Διεθνούς Οργάνωσης Βιβλίων για τη Νεότητα (IBBY).



«Και τότε έμαθα να διαβάζω. Έμαθα το μυστικό των βιβλίων: ότι έχουν τα πάντα μέσα... Το καλό και το κακό, η αλήθεια και το ψέμα, η φύση και το σύμπαν -όλα βρίσκονται στα βιβλία. Ανοίξτε τα βιβλία σας! Αφήστε τα να σας πουν όλα τα μυστικά!» Αυτό είναι το μήνυμα της Παγκόσμιας Ημέρας Παιδικού Βιβλίου, μήνυμα που απευθύνει η Ουγγαρέζα συγγραφέας Eva Janikovsky προς τα παιδιά όλου του κόσμου.

ΧΑΝΣ ΚΡΙΣΤΙΑΝ ΑΝΤΕΡΣΕΝ



"Η ΖΩΗ ΕΙΝΑΙ ΤΟ ΠΙΟ ΘΑΥΜΑΣΤΟ ΠΑΡΑΜΥΘΙ"

Η ζωή του Άντερσεν (1805-1875) μοιάζει με παραμύθι. Καταγόταν από το χωριό **Ουτενζέε της Δανίας**. Γιος μπαλωματή, χάνει νωρίς τον πατέρα του, εγκαταλείπει το χωριό του και αναζητεί την τύχη του στην Κοπεγχάγη. Γράφει ποιήματα και θεατρικά. Προσπαθεί να σταδιοδρομήσει στο θέατρο, αλλά αποτυγχάνει. Παρακολουθεί μαθήματα στη Φιλοσοφική Σχολή της Κοπεγχάγης, από όπου αποφοιτά το 1827. Ταξιδεύει στη Γαλλία, στη Ελβετία, στη Γερμανία, στην Ελλάδα και στην Τουρκία. Για την Ελλάδα εκφράζεται με θαυμασμό: «Εμείνα, γράφει, ένα μήνα στην Αθήνα. Τα πράγματα είχαν κανονιστεί έτσι ώστε στις 2 Απριλίου, που είναι τα γενέθλιά μου, να βρεθώ πάνω στον Παρνασσό... Με πλημμύριζε ένας πλούτος από ιδέες και μια πληρότητα, που δεν κατάφερα τίποτα να μεταφέρω στο χαρτί...»

Το έργο που τον έκανε διάσημο ήταν «**Τα παραμύθια για παιδιά**» (1835-1837). Μεταφράστηκε σε 90 και πλέον γλώσσες και ιδιώματα όλου του κόσμου. Τα παραμύθια του χαρακτηρίζονται για το λεπτό ποιητικό ύφος, την αριστουργηματική αφήγηση και τη δροσιά του λαϊκού λόγου. Αποφεύγονται οι θηριωδίες και οι τρομακτικές σκηνές και κυριαρχούν η χαρά, η απλότητα, το χιούμορ. Από το 1835 έως το 1872 δημοσιεύτηκαν πολλά παραμύθια όπως : "**Θουμπελίνα**" - "**Ο μολυβένιος στρατιώτης**" - "**Τα καινούρια ρούχα του βασιλιά**" - "**Η μικρή νεράιδα**" - "**Ο αμμουδάνθρωπος**" - "**Το κοπάδι των χοίρων**" - "**Το αηδόνι**" - "**Το άσχημο παπάκι**" - "**Το έλατο**" - "**Η βασίλισσα του χιονιού**" "**Το κορίτσι με τα σπέρτα**" κ.α.



Στην Ελλάδα μεταφράστηκαν για πρώτη φορά «**Παραμύθια εκ των του 'Αντερσεν**» το 1873 από το **Δημήτριο Βικέλα**. Η πολύτιμη προσφορά του 'Αντερσεν στα παιδιά όλου του κόσμου, αναγνωρίστηκε και με την καθιέρωση του «**Διεθνούς Βραβείου 'Αντερσεν**» από την **IBBY**, το 1956. Απονέμεται ανά διετία σε συγγραφέα που γράφει για παιδιά και το έργο του είναι αναγνωρισμένο.

Απρίλης: Μήνας της άνοιξης αλλά και των αντιφάσεων

Η Άνοιξη και το Πάσχα. Αυτό είναι το περιεχόμενο του Απρίλη για μας τους Έλληνες σύμφωνα με τις κλιματολογικές μας συνθήκες και την Ορθοδοξία.

Αλλά να αρχίσουμε από τα ιστορικά, να τοποθετήσουμε, δηλαδή τον Απρίλη μέσα στο ρωμαϊκό ημερολόγιο, που αποτελεί τη βάση και του δικού μας. Ο Απρίλης είναι ο τέταρτος μήνας του ρωμαϊκού ημερολογίου και ονομάστηκε έτσι από το λατινικό ρήμα **aperio** που σημαίνει ανοίγω, επειδή το μήνα αυτό ανοίγουν τα πάντα; τα δένδρα, τα λουλούδια, ο καιρός. Είναι ο κατεξοχήν μήνας της άνοιξης, γι αυτό και στη Ρώμη ήταν αφιερωμένος στη θεά του έρωτα, την Αφροδίτη. **Λαμπριάτης** λέγεται ο Απρίλης, μια που η Λαμπρή «πέφτει» συνήθως μέσα στον Απρίλη. Μεγάλη γιορτή της Χριστιανοσύνης, το Πάσχα γιορτάζεται απ' άκρη σ' άκρη στην Ελλάδα. Ο Απρίλης λέγεται και **Αηγιωργίτης**, για την γιορτή του Αγ. Γεωργίου, αλλά και **Γρίλλης**, δηλαδή γκρινιάρης, και **Τιναχτοκοφινίτης**, επειδή αυτή την εποχή σώζονται πια τα αποθέματα της συγκομιδής στις αγροτικές περιοχές.



Η καλή και κακή όψη του Απρίλη.

Λένε για τον καιρό: **Το Μάρτη ξύλα φύλαγε, μην κάψεις τα παλούκια, και τ' Απριλιού τις δεκαοχτώ, μην κάψεις τα καρούλια** (Τα καρούλια του αργαλειού είναι τα τελευταία ξύλινα πράγματα του σπιτιού που θα σκέφτονταν ποτέ να κάψουν).

Ως τ' Απριλιού τις δεκαοχτώ, νάχεις το μάτι σου ανοιχτό, περάσανε οι δεκαοχτώ, άραξε πάνω σ' ένα αυγό.

Και τ' Απριλιού στις δεκαοχτώ, πέρδικα πάγωσε στ' αυγό, (δηλαδή, κρύο).

Και τ' Απριλιού τις δεκαοχτώ, πέρδικα κάθεται στ' αυγό, (δηλαδή ζέστη).



Δεν θέλω πια παρά να ζω έτσι όπως ένα δέντρο,
οπού θροϊζει ανάλαφρα σε πρωινό του Απρίλη
μες' σ' ένα κάμπο ειρηνικό, γεμάτον φως γαλάζιο
και παπαρούνες κόκκινες και άσπρο χαμομήλι.

Κώστας Ουράνης

Το πρωταπριλιάτικο ψέμα

Την **πρωταπριλιά** όπως ξέρουμε, τόχουν σε καλό να λένε ψέματα, να γελούν. Σε κάθε τόπο δίνουν και άλλη ερμηνεία. Στην Κομοτηνή, την παλιά Γκιουμουλτζίνα,

λέγανε πως την πρωταπριλιά τόχαν σε καλό να γελούν, "για να γίνουν τα κουκούλια τους", όταν βέβαια είχαν σηροτροφία. Στην Τζαντώ της Ανατολικής Θράκης, είχανε λέει, σε καλό να γελάσουν τον άλλον, για να κάνουν τα δέντρα καρπό". Μα εκείνος που ξεγελιόταν τότε σε κακό. Όλο το χρόνο θάτανε γελασμένος.

Το έθιμο πιθανότατα μας ήρθε από τη Γαλλία Σύμφωνα με μια πρώτη εκδοχή, καθιερώθηκε τον 16ο αιώνα στη Γαλλία όταν ο βασιλιάς Κάρολος Θ' αποφάσισε να μεταφέρει την Πρωτοχρονιά από τον Απρίλιο, όπως ήταν τότε στην Ευρώπη, στην 1η Ιανουαρίου. Το γεγονός αυτό προκάλεσε αντιδράσεις, και αυτοί που προτίμησαν το νέο ημερολόγιο άρχισαν να στέλνουν την Πρωταπριλιά ψεύτικα δώρα στους "παλιοημερολογίτες" για να τους περιγελάσουν που γιόρταζαν εκείνη την ημέρα την Πρωτοχρονιά. Σύμφωνα με μια δεύτερη εκδοχή η καταγωγή του εθίμου είναι κέλτικη. Οι Κέλτες ξεκινούσαν το ψάρεμα την 1η Απριλίου λόγω του καλού καιρού αλλά επειδή δεν γέμιζαν πάντα τα δίχτυα του άρχισαν να λέμε ψέματα για μεγάλες ψαριές. Γι αυτό και οι Γάλλοι ονομάζουν "**Le poisson d'Avril**" το Πρωταπριλιάτικο ψέμα".

Σολωμός Λάμπρος Β3



poisson d' avril !!!

Το καλαντάρι της Μεγάλης Εβδομάδας

✱ **ΜΕΓΑΛΗ ΔΕΥΤΕΡΑ:** Ούτε λάδι από σήμερα ως τη Λαμπρή. Τη Μεγάλη Δευτέρα στα περισσότερα νοικοκυριά γινόταν η καθαριότητα του σπιτιού. Το σπίτι στολιζόταν, φορούσε τα καλά του για τη μεγάλη γιορτή. Το φαγητό της Μεγάλης Δευτέρας λιτό και αλάδωτο, είναι συνήθως φασολάδα και ψωμάκια ζυμωτά με ελιές.

✱ **ΜΕΓΑΛΗ ΤΡΙΤΗ:** Η καθαριότητα του σπιτιού συνεχίζεται. Παράλληλα, αρχίζει η ετοιμασία των πασχάλινων γλυκισμάτων. Το φαγητό της Μεγάλης Τρίτης και αυτό αλάδωτο. Π.χ. φάβα με φρέσκα ή ξερά κρεμμύδια ψιλοκομμένα με λεμόνι. Το βράδυ, όλοι στην εκκλησία για να ακούσουμε το «**Τροπάριο της Κασσιανής**».

✱ **ΜΕΓΑΛΗ ΤΕΤΑΡΤΗ:** Το φαγητό που κάνουμε στο σπίτι μας, αυτή τη μέρα, είναι το ντοματόρυζο. Πολλές νοικοκυρές ζυμώνουν τη μέρα αυτή τα **τσουρέκια**. Το απόγευμα, όλοι πάλι στην εκκλησία, για το **Μεγάλο Ευχέλαιο**. Να μας σταυρώσει ο παπάς με τ' αγιασμένο λάδι.

✱ **ΜΕΓΑΛΗ ΠΕΜΠΤΗ:** Κατά το έθιμο, αυτή τη μέρα **βάφονται τ' αυγά** και ψήνονται οι **λαμπροκουλούρες**. Η Μεγάλη Πέμπτη θεωρείται ημέρα των νεκρών. Το φαγητό της Μεγάλης Πέμπτης, αρακάς λαδερός. Στα χωριά της Μακεδονίας, τη Μεγάλη Πέμπτη, φτιάχνουν χορτοκεφτέδες από άγρια χόρτα και τσουκνίδες με κουρκούτι, τηγανιτούς σε λάδι. Το απόγευμα, πριν πάνε στην εκκλησία για τη **Σταύρωση**, οι νοικοκυρές ετοιμάζουν τις φακές για την άλλη μέρα τη Μεγάλη Παρασκευή. Γιατί από τη στιγμή της Σταύρωσης και μετά, ως το πρωί του Μεγάλου Σαββάτου, δεν κάνουν καμιά δουλειά. Τη Μεγάλη Πέμπτη όλες οι προετοιμασίες για το Πάσχα, πρέπει να έχουν τελειώσει.

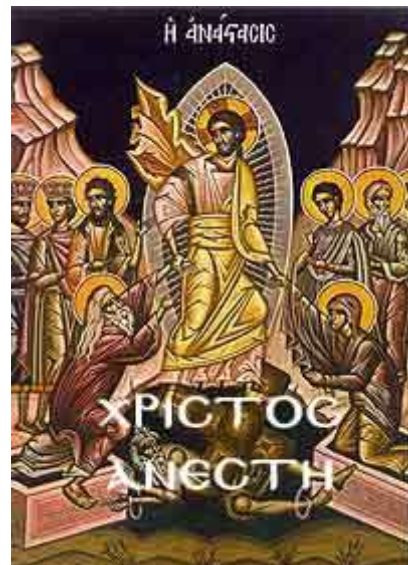


✱ **ΜΕΓΑΛΗ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ:** Οι γυναίκες **στολίζουν τους Επιτάφιους** των εκκλησιών με ευλάβεια και φαντασία. Το μεσημέρι, γίνεται η Αποκαθήλωση, το βράδυ η **Ακολουθία του Επιταφίου**. Οι νοικοκυρές δεν κάνουν δουλειές του σπιτιού. Το μεσημέρι, κατά το έθιμο, δεν κοιμόμαστε όταν έχουμε νεκρό. Το φαγητό της ημέρας, μαγειρεμένο από την προηγούμενη, είναι φακές νερόβραστες με ξίδι. Κατά τη λαϊκή παράδοση, οι φακές συμβολίζουν τα δάκρυα της Παναγίας και το ξίδι, το ξίδι που έδωσαν στο Χριστό, όταν διψούσε επάνω στο σταυρό.



✱ **ΜΕΓΑΛΟ ΣΑΒΒΑΤΟ:** Το πρωί του Μεγάλου Σαββάτου όλες οι νοικοκυρές πηγαίνουν στην εκκλησία να δώσουν τη λειτουργία και το άναμα για τη Θεία Μετάληψη της Αναστάσεως. Επιστρέφοντας στο σπίτι, αρχίζουν την προετοιμασία για το αναστάσιμο δείπνο. Μαγειρίτσα, αρνάκι με πατάτες στο φούρνο, και μαρουλοσαλάτα με φρέσκα κρεμμυδάκια και μπόλικο άνηθο. Παράλληλα, όμως, ετοιμάζουν και τα πασχάλινά εδέσματα της επόμενης ημέρας. Το φαγητό του Μεγάλου Σαββάτου, αλάδωτο κι αυτό. Γαριδόσουπα με διάφορα μυρωδικά και φρέσκο κρεμμυδάκι ψιλοκομμένο. Το απόγευμα γίνεται η θυσία και το σούβλισμα των αρνιών και των κοκορετσιών απ' αυτούς που θα ψήσουν αρνί. **Και το βράδυ, στο χαρούμενο κάλεσμα της καμπάνας, με τις άσπρες λαμπάδες στα χέρια, όλοι τρέχουν στην εκκλησία, για ν' ακούσουν το χαρμόσυνο άγγελμα της Ανάστασης.**

✱ **Και την επομένη, ΤΗ ΛΑΜΠΡΗ, ημέρα την Ανάστασης, γνήσιο ελληνικό γλέντι με τσουγκρίσματα αυγών και ποτηριών, φιλιά και αγκαλιάσματα, χορός και τραγούδι.**



Μινέεβ Αρτέμης Β2

ΑΦΙΕΡΩΜΑ - έθιμα του Πάσχα

ΤΑ ΛΑΖΑΡΑΚΙΑ

Για την ψυχή του Λάζαρου οι γυναίκες ζυμώναν ανήμερα του Λαζάρου ειδικά κουλουράκια τα "λαζαράκια". Στα "λαζαράκια" έδιναν σχήμα ανθρώπου και στη θέση των ματιών έβαζαν δυο γαρίφαλα.

Τα Έθιμα του Πάσχα αρχίζουν κυρίως την Μ. Πέμπτη γιατί από την ημέρα αυτή αρχίζουν οι προετοιμασίες για το Πάσχα. Από το πρωί οι γυναίκες ζυμώνουν τις κουλούρες της Λαμπρής με διάφορα μυρωδικά και τις στολίζουν με ξηρούς καρπούς και στολίδια από ζυμάρι. Ανάλογα με τις περιοχές τις ονομάζουν κουτσούνες, κουζουνάκια, κοφίνια, καλαθάκια, δοξάρια, αυγούλες, λαζαράκια. Τις "κουτσούνες" τις πλάθουν στρογγυλές ή μακρόστενες και τις στολίζουν με ζυμαρένια στολίσματα. Βάζουν στη μέση ένα αυγό κόκκινο και τις πασπαλίζουν με αμύγδαλα και σουσάμι. Ο λαός αποδίδει μεγάλη δύναμη στα παρασκευάσματα της Μ. Πέμπτης. Στα ελληνικά χωριά της Ανατολικής Ρούμελης "την κόκκινη Πέφτη" που θα ζυμώσουν, κάνουν και τρία μικρά "κουλικάκια" με σταυρό και τα βάζουν στα εικονίσματα.



ΤΑ ΚΟΚΚΙΝΑ ΑΥΓΑ

Άλλη ασχολία της Μ. Πέμπτης είναι το βάψιμο των αυγών Δεν είναι γνωστό για ποιο λόγο βάφονται κόκκινα τα αυγά του Πάσχα. Όλα τα κόκκινα αυγά δεν έχουν την ίδια ιδιότητα. Θαυματοργές ιδιότητες έχει κυρίως το πρώτο αυγό και συνήθως το βάζουν στο εικονοστάσιο του σπιτιού. Το λεγόμενο "αυγό της Παναγιάς" το χρησιμοποιούν οι γυναίκες για να ξεματιάζουν τα παιδιά.

Σύμφωνα με μία παράδοση από την Καστοριά λέγεται ότι όταν αναστήθηκε ο Χριστός, το ανακοίνωσαν σε μία χωρική η οποία όμως δεν το πίστεψε και είπε "Όταν τ' αυγά που κρατώ κοκκινίσουν τότε θα έχει πράγματι αναστηθεί και ο Χριστός". Τα αυγά κοκκίνισαν, και από τότε τα βάφουν κόκκινα.



Μια δεύτερη παράδοση λέει, ότι το βάψιμο των κόκκινων αυγών ξεκίνησε από τους Εβραίους και μάλιστα κατά τύχη. Γιόρταζαν το Πάσχα, σφάζοντας στην αυλή του σπιτιού τους ένα αρνί και το αίμα το έριχναν σ' έναν κουβά, για να σημαδέψουν μ' αυτό τις εξώπορτες τους. Κάποτε, ένας Εβραίος, κρατώντας αυγά, τα τοποθέτησε πρόχειρα σ' έναν τέτοιο κουβά που είχε ακόμη υπολείμματα από το αίμα του σφαγμένου αρνιού. Κι όταν θέλησε να τα πάρει από εκεί για να τα βράσει, είχαν βαφτεί κόκκινα. Το θεώρησε καλό σημάδι, η οικογένειά του το μετέδωσε στη γειτονιά κι από τον ένα στον άλλο έγινε πια έθιμο να βουτούν τ' αυγά στο αίμα του αρνιού. Μετά το Σταυρικό Θάνατο, την Ανάσταση του Χριστού και την επικράτηση του Χριστιανισμού, οι εκχριστιανισμένοι Εβραίοι συνέχισαν τη βαφή των κόκκινων αυγών, έθιμο που απλώθηκε σ' όλους τους χριστιανούς του κόσμου.

Σωτηρίου Γιώργος Β3

ΤΑ ΛΑΜΠΡΟΚΕΡΙΑ

Την παραμονή όλοι φροντίζουν να εξοικονομήσουν τις λαμπάδες τους, στολισμένες με κορδέλες ή κι αστόλιστες. Στα χωριά που δεν υπάρχουν κηροπωλεία, φτιάχνουν τα λαμπροκέρια μόνοι τους από αγνό κερί μέλισσας που το ζεσταίνουν και το πλάθουν με το χέρι γύρω από ένα νήμα. Στα μικρά παιδιά τη λαμπάδα τη φέρνει ο νονός. Τη λαμπάδα της Αναστάσεως καλό είναι να την πηγαίνει κανείς αναμμένη από την εκκλησία στο σπίτι και να ανάβει απ' αυτή το καντήλι. Ύστερα αφού περάσουν και οι τρεις γιορτινές μέρες να τη φυλάει σαν ιερό πράγμα στο εικονοστάσι.



ΛΑΪΚΕΣ ΠΑΡΑΔΟΣΕΙΣ

Από τα Ευαγγέλια και την Υμνογραφία

...στο στόμα του λαού...



Όσο κι αν το Άγιο Πάσχα εξελίχθηκε σε γιορτή κοσμική, με κυρίαρχα στοιχεία την εκδήλωση ξεγνοιασιάς και το έντονο φαγοπότι, η υμνογραφία των ημερών, καθώς και οι ευαγγελικές γραφές, μένουν αποτυπωμένες στη λαϊκή μνήμη και η επίδρασή τους στον καθημερινό μας λόγο είναι μεγάλη. Αυτό σημαίνει, ότι αιώνες τώρα, η Εβδομάδα των Παθών συγκέντρωνε τους Έλληνες στις εκκλησίες τους και στοιχεία της υμνογραφίας σταδιακά, «πέρασαν» στο λαό και στις δικές του εκφράσεις...

Ας θυμηθούμε, όμως, κάποιες από αυτές.

«Το ποτήριον τούτο» : Ευρύτατα χρησιμοποιείται ως έκφραση πικρής δοκιμασίας, παρμένη από τη φράση του Χριστού: **Πάτερ, ει δυνατόν, παρελθέτω απ' εμού το ποτήριον τούτο».**

«Άρον, άρον» : προστακτικές παρμένες από τις φωνές του όχλου, **«άρον, άρον, σταύρωσον αυτόν»**, οι οποίες χρησιμοποιούνται όταν πρόκειται να υποδηλώσει

κάποιος βιασύνη, εξαιρετικά εσπευσμένη βία.

«Ας όψεται» : Ας έχει δηλαδή, το κρίμα εκείνος που από πλάνη αποφάσισε.

«Ημαρτον» : Για ομολογία όχι μόνο κακής πράξης, αλλά και μετανοίας, από τη φράση του Ιούδα: **«Ημαρτον παραδούς αίμα αθών».**

«Από τον Άννα στον Καϊάφα» : Χαρακτηρίζει, απόλυτα πλέον, την ταλαιπωρία των πολιτών από τους όποιους «αρμόδιους» ή «αναρμόδιους» της κρατικής μηχανής.

«Αντί του μάννα χολήν» : Ευρύτατα χρησιμοποιούμενη φράση για να υποδηλώσει κάποιος την είσπραξη αχαριστίας για προσφορά υπηρεσιών ή αγάπης.

«Το μεν πνεύμα πρόθυμον, η δε σαρξ ασθενής» : Από τη νύχτα της προδοσίας στη Γεσθημανή, φράση του Ιησού προς τους μαθητές, που βέβαια υποδηλώνει κάμψη σωματικής αντοχής.

« Νίπτω τας χείρας μου » : Από την πράξη του Πιλάτου, που βέβαια σημαίνει άρνηση συμμετοχής στην ευθύνη εξ αιτίας βασικών διαφορών.

«Ζωή χαρισάμενη» : Εντελώς διαφοροποιημένη από τα Αναστάσιμα και που σημαίνει πια ζωή εύκολη και χαρούμενη.

«Δια τον φόβον των Ιουδαίων» : Φράση παρμένη από ιδιόμελο της Μ.Παρασκευής που υπαινίσσεται λόγους αποφυγής ή προφύλαξης.

Αλλά χαρακτηριστική παράφραση και παραλλαγή νοήματος αποτελεί η έκφραση : **«Μνήσθητί μου, Κύριε!»** που πια χρησιμοποιείται ως έκφραση έκπληξης, αλλά και έκφραση απορίας για χειρότερα πράγματα...

«'Αφες αυτοίς» : για να εκφράσουμε την αδιαφορία, έστω μετά πίκρας, για αντιμετώπιση δυσμενών σχολίων και επικρίσεων.

«Ως πρόβατον επί σφαγής» : για να υποδηλωθεί πόσο άδικα σύρθηκε κανείς σε θυσία που δεν όφειλε.

«Τετέλεσται» : Ίσως ο πλέον γνωστός παρακείμενος ρήματος, που υποδηλώνει την έσχατη απελπισία, αλλά και την τέλεια εγκατάλειψη ενός ανθρώπου.

Είτε αυθεντικά, είτε παραλλαγμένα, οι φράσεις της Υμνογραφίας και των ευαγγελικών γραφών, εντυπώθηκαν στον καθημερινό λόγο, με τη βαρύτητα, όμως, ενός πνεύματος αρκετά επηρεασμένου από τα δρώμενα της Μεγάλης Εβδομάδας. Και οι μέρες που ακολουθούν αποδεικνύονται σημαντικές για τον Έλληνα, ο οποίος απαλύνει τον πόνο του μέσα στον παρηγορητικό χριστιανικό λόγο. Υπομένει τα πάθη του, σταυρώνεται και ζει με την ελπίδα και της δικής του ανάστασης. Δακρύζει και ελπίζει...



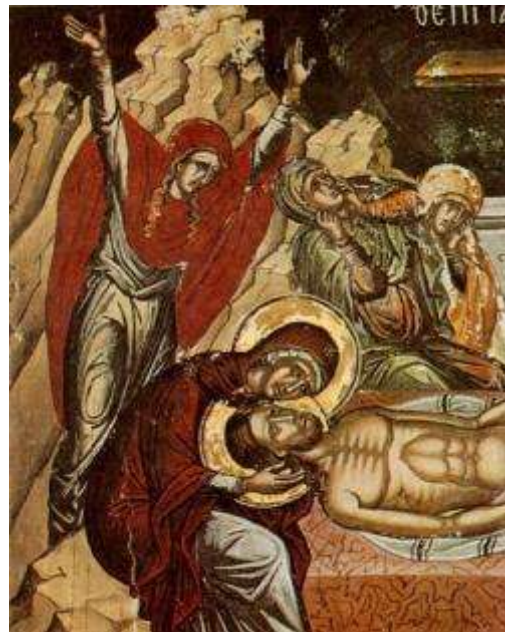
Πατσιατζή Γεωργία - Καθηγήτρια

ΠΑΣΧΑΛΙΝΑ ΕΘΙΜΑ

Το "Μοιρολόι της Παναγιάς", το μακρύ αυτό αφηγηματικό τραγούδι που διηγείται τα Πάθη του Χριστού έτσι όπως τα έζησαν η Παναγία και οι Μυροφόρες, το συναντάμε σε όλες τις περιοχές του ελληνισμού, από την Κύπρο και τον Πόντο ως την Κάτω Ιταλία, σ' ένα πλήθος παραλλαγών. Υπάρχει σε διακόσιες πενήντα έξι (!) παραλλαγές. Στα χωριά της Θεσσαλίας τραγουδιέται από τ' αγόρια τη Μεγάλη Πέμπτη.

ΣΗΜΕΡΑ ΜΑΥΡΟΣ ΟΥΡΑΝΟΣ

Σήμερα μαύρος ουρανός, σήμερα μαύρη 'μέρα,
σήμερα όλοι θλίβονται και τα βουνά λυπούνται·
σήμερα έβαλαν βουλή οι άνομοι Εβραίοι,
οι άνομοι και τα σκυλιά κι οι τρισκαταραμένοι.
Για να σταυρώσουν το Χριστό των πάντων Βασιλέα.
Ο Κύριος ηθέλησε να μπει σε περιβόλι,
να λάβει δείπνο μυστικό να τον συλλάβουν όλοι·
Η Παναγία η Δέσποινα καθόταν μοναχή της,
τις προσευχές της έκανε για τον Μονογενή της·
«Σώσε Κυρά τις προσευχές, σώσε και τις μετάνοιες
το γιο σου τον επιάσανε και στο χαλκιά τον πάνε·
«Χαλκιά, χαλκιά, φτιάξε καρφιά, φτιάξε τρία πιρούνια.»
κι αυτός ο γύφτο- Φαραώ πιάνει και φτιάχνει πέντε.
«τα δυο βάλτε στα πόδια του και τ' άλλα δυο στα χέρια
το πέμπτο το φαρμακερό βάλτε το στην καρδιά του
να τρέξει αίμα και νερό, να πληγωθεί η καρδιά του.»



Ο ΛΑΖΑΡΟΣ

Το Σάββατο του Λαζάρου, στα χωριά του Βόλου, τα κοριτσάκια, με καλαθάκια στολισμένα με λουλούδια τραγουδούν το «Λάζαρο» και οι νοικοκυρές τους δίνουν αυγά, αλλά και χρήματα.

«Ήρθε ο Λάζαρος, ήρθαν τα βάγια
ήρθε η Κυριακή που τρώνε τα ψάρια.
Σήκω Λάζαρε και μην κοιμάσαι
Ήρθε η μάννα σου από την πόλη
Σου "φερνε χαρτί και κομπολόι.
Οι κοτίτσες σας αυγά γεννάνε
Οι φωλίτσες δεν τα χωράνε.
Δώστε και εμάς να τα χαρούμε».

Στα χωριά της Λάρισας τραγουδάνε το:

Εις την πόλη Βηθανία Μάρθα κλαίει και Μαρία
Κλαίνε για τον αδερφό τους και για τον καρδιακό τους.
Τρεις ημέρες τον θρηνούσαν και τον εμοιρολογούσαν
Την ημέρα την τετάρτη κίνησε ο Χριστός για να' ρθει.
Τότε βγαίνει κι η Μαρία έξω από τη Βηθανία.
Αν ήσουν εδώ Χριστέ μου δε θα πέθαινε ο αδερφός μου.
Τότε κι ο Χριστός δακρύζει και τον Άδη φοβερίζει.
Έβγα έβγα Λάζαρέ μου φίλε και αγαπητέ μου
Πες μας Λάζαρε τι είδες εις τον Άδη που επήγες.
Είδα φόβους είδα τρόμους είδα βάσανα και πόνους
Φέρτε μου λίγο νεράκι να ξεπλύνω το φαρμάκι..

Αποστόλης Μπούτος - Γυμνάσιο Μακρυχωρίου

Η ΠΑΠΑΡΟΥΝΑ ΚΑΙ Ο ΚΟΚΚΙΝΟΛΑΙΜΗΣ

Όταν σταυρώθηκε ο Χριστός, ένα καφετί πουλάκι με άσπρο λαιμό πέταξε πάνω από το άγιο κεφάλι του, που το έσφιγγε το αγκάθινο στεφάνι, ενώ ένα μικρό άσπρο λουλούδι είχε ανθίσει στη βάση του Σταυρού.

Το μαρτύριο του θεανθρώπου έθλιβε το πουλί και το λουλούδι. Το πουλάκι θέλοντας να απαλύνει τον πόνο του Χριστού, τράβηξε ένα αγκάθι. Σταλαγματιές από αίμα έπεσαν στο λαιμό του πουλιού και άλλες κύλησαν πάνω στο λουλούδι, που άνοιξε τα πέταλα του όσο πιο πολύ γινόταν για να τις δεχτεί.

Μονομιάς ο λαιμός του πουλιού και τα πέταλα του λουλουδιού βάφτηκαν κόκκινα. Έτσι το αίμα του Χριστού χάρισε στον κοκκινολαίμη και στην παπαρούνα κόκκινο χρώμα.

Σωτηρίου Γιώργος Β3



Σταύρωση - Ανάσταση

και σύγχρονος Φαρισαϊσμός

- Χριστός Ανέστη
- Αληθώς Ανέστη.

Αυτός ο χαιρετισμός επικράτησε και φέτος, από την ώρα που ήχησαν οι Αναστάσιμες καμπάνες στις 12 το βράδυ του Μ. Σαββάτου και θα λέγεται επί πενήντα ακόμη μέρες μεταξύ των χριστιανών.

Σταύρωση και Ανάσταση. Θεϊκός ο συμβολισμός για τον άνθρωπο. Αλλά συμβαίνει πάντα αυτό; Το λυκαυγές διαδέχεται πάντα τη νύχτα, για όλο τον κόσμο; Ή μήπως κάνει "επιλογές", κατά κατηγορίες ανθρώπων; Μια φορά, η γιορτή γίνεται, ασχέτως με το πόσοι τη νιώθουν, τη ζουν στ' αλήθεια, χαίρονται την Ανάσταση πραγματικά. **Και πόσοι παραμένουν στη Σταύρωση.**



Αυτή 'ναι, συνηθίζουμε να λέμε, η ανθρώπινη μοίρα. Γιατί, όμως, η μοίρα και δεν είναι ένοχος ο ίδιος ο άνθρωπος αφού εκείνος τη διαμορφώνει; Ή πάλι συνάνθρωποί του τη δημιουργούν κακή για κείνον;

Ερωτηματικά πολλά και αναπάντητα, που τη φετινή Εβδομάδα των Παθών τού Χριστού, τα έβλεπες στα μάτια των μικρών παιδιών της Παλαιστίνης. Παιδιών αθώων, που, αντί του Αναστάσιμου φιλιού, δέχονται βόμβες για... το "καλό τους", όπως ισχυρίζονται οι σύγχρονοι Ηρώδηδες. Και πάλι, όμως, το ερώτημα: **Αραγε, οι Φαρισαίοι ήταν περισσότερο υποκριτές από τους "πολιτισμένους" σύγχρονους αδίσταχτους δυνάστες;**

Στις 21 του Δεκέμβρη το 1976 η Γενική Συνέλευση του ΟΗΕ πήρε την απόφαση να οριστεί το 1979 ως "Έτος του Παιδιού". και κάθε χρόνο από τότε, στα μέσα του Δεκέμβρη, γιορτάζεται η "Παγκόσμια Ημέρα του Παιδιού". Θα πρέπει να γιορτάζεται αυτή η μέρα σ' όλο τον κόσμο και, ασφαλώς, από κείνους που ρίχνουν τις βόμβες... "για το καλό" των συνανθρώπων τους. Αλλά και οι άλλοι μεγαλόσχημοι του ΟΗΕ, που δίδουν τη συγκατάθεσή τους γι αυτό το έγκλημα στ' όνομα της "ειρήνης", τί έκαναν την πριν είκοσι πέντε χρόνια "απόφασή" τους;

Και δεν μπορείς παρά να φέρεις στο νου κάποιους στίχους του Κώστα Βάρναλη "Από το φως που καίει" και που μιλά για τους πόνους της Παναγίας:



..... Θεριά οι άνθρωποι,
δεν μπορούν
το φως να το σηκώσουν.
Δεν είν' αλήθεια πιο χρυσή
σαν την αλήθεια της σιωπής.
Χίλιες φορές να γεννηθείς
τόσες θα σε σταυρώσουν.



Όντως η δυστυχία είναι μεγάλη! Τα παιδιά που αυτές τις άγιες μέρες του Πάσχα θα πρέπει να γελούν και να χαίρονται δυστυχούν. Μια λύπη σχηματίζεται στο αθώο τους προσωπάκι, μια άσβηστη απορία που μόνο με την αγάπη και την ελπίδα μπορεί να σβησει. Τα παιδάκια αυτά παίρνουν τα δικά τους πάθη, τη δική τους βδομάδα των παθών και περιμένουν την «Ανάσταση» που θα τους γλιτώσει και θα τους λυτρώσει από το δικό τους «Γολγοθά»!!! Γιατί άραγε; Ένα γιατί που θα μείνει για πάντα!

Καρούμπα Αρετή Β1

ΕΠΙΚΑΙΡΟΤΗΤΑ

ΕΝΑΣ ΚΑΙΝΟΥΡΙΟΣ ΠΟΛΕΜΟΣ: Η ΣΦΑΓΗ ΤΩΝ ΠΑΛΑΙΣΤΙΝΙΩΝ ΑΠΟ ΤΟΥΣ ΙΣΡΑΗΛΙΤΕΣ



Οι λαοί των Παλαιστινίων και των Ισραηλιτών ζούνε διάσπαρτα σε διάφορες πόλεις. Από πολύ παλιά, είχαν εδαφικές διαφορές. Το Ισραήλ τελικά, κατέλαβε πολλά μέρη των Παλαιστινίων.

Οι Παλαιστίνιοι χρόνια διεξάγουν έναν βομβιστικό τρομοκρατικό αγώνα, εναντίον του Ισραήλ. Επειδή δεν έχουν σύγχρονο πολεμικό εξοπλισμό, στέλνουν νεαρούς καμικάζι, ζωσμένους με εκρηκτικά, και επιφέρουν βομβιστικά χτυπήματα εναντίον Ισραηλινών στόχων, θυσιάζοντας την ίδια τους τη ζωή.

Τον τελευταίο καιρό οι Ισραηλινοί εξαγριώθηκαν από τις βομβιστικές επιθέσεις και ως αντίποινα έστειλαν στρατό να εισβάλλει στις παλαιστινιακές πόλεις, σκοτώνοντας αθώους πολίτες. Ο Ο.Η.Ε. μπροστά σ' αυτή την κτηνωδία διέταξε να αποχωρήσουν τα στρατεύματα του Ισραήλ. Αυτοί, όμως, μέχρι στιγμής, δεν υπολογίζουν κανένα και συνεχίζουν το καταστρεπτικό τους έργο. Οπωσδήποτε οι

βομβιστικές ενέργειες των Παλαιστινίων δεν είναι σωστές, Ωστόσο το Ισραήλ έφτασε σε ακρότητες, που δεν δικαιολογούνται, και που ούτε θα μπορούσαμε να φανταστούμε, ότι θα συνέβαιναν στον 21^ο αιώνα.

Μακάρι να βρεθεί τρόπος να έρθει ειρήνη σ' αυτό το βασανισμένο λαό των Παλαιστινίων και να αποκτήσουν επιτέλους, τη δική τους πατρίδα.
Φαρμάκας Θανάσης Β3

ΤΟ ΜΕΓΑΛΥΤΕΡΟ ΘΥΜΑ ΤΑ ΠΑΙΔΙΑ

Την ώρα που στην αιματηρή σύγκρουση Ισραηλινών-Παλαιστινίων τα πάντα μοιάζουν αβέβαια, ένα πράγμα είναι σίγουρο: όποια κι αν είναι η έκβαση, ο μεγάλος ηττημένος είναι τα παιδιά. Εκείνα που σκοτώθηκαν, τραυματίστηκαν ή στιγματίστηκαν για πάντα από τη βία.

Όπως επισημαίνουν οργανώσεις ανθρωπίνων δικαιωμάτων, τα παιδιά κατέχουν ένα ποσοστό μεγαλύτερο από 15% στο συνολικό απολογισμό των 1.800 νεκρών. Χιλιάδες παιδιά έχουν τραυματιστεί, εκατοντάδες ανεπανόρθωτα. Συνεχίζουν τη ζωή τους με κομμάτια μετάλλου και θραύσματα σφηνωμένα στο σώμα τους. Τα παιδιά είναι τα μεγαλύτερα θύματα της βίας, η οποία γεμίζει τη ζωή τους με τρόμο. Πολλοί μαθητές μένουν πίσω στο σχολείο, εφ' όσον βέβαια κάτι τέτοιο εξακολουθεί να υπάρχει. Κάποια σχολεία στη Δυτική Όχθη έχουν γίνει συντρίμια. Αλλά έχουν καταληφθεί από Ισραηλινούς στρατιώτες. Πολλά ισραηλινά σχολεία έχουν επίσης κλείσει εξαιτίας προειδοποιήσεων για ενδεχόμενες βομβιστικές ενέργειες ή ένοπλες επιθέσεις.



Ο ΝΑΟΣ ΤΗΣ ΓΕΝΝΗΣΗΣ ΣΕ ΠΟΛΙΟΡΚΙΑ



Δραματική είναι η κατάσταση στο ναό της **Θείας Γέννησης στη Βηθλεέμ**, που βρίσκεται σε κατάσταση πολιορκίας, με εγκλωβισμένους μέσα 300 Παλαιστίνιους. Δεν είναι η πρώτη φορά που ο Ναός της Γέννησης στη Βηθλεέμ γίνεται θέατρο συγκρούσεων. Το σημείο όπου πιστεύεται ότι γεννήθηκε ο Ιησούς Χριστός και όπου τον **4ο αιώνα** υψώθηκε επί αυτοκρατορίας του **Μεγάλου Κωνσταντίνου** η πρώτη εκκλησία προς τιμήν του ιερού συμβάντος, έχει αποτελέσει εδώ και αιώνες στόχο διαφορετικών εθνοτήτων και θρησκειών. Ο ναός ήταν το μήλον της έριδος μεταξύ Χριστιανών σταυροφόρων και μουσουλμάνων για πολλά χρόνια

μέχρι να περάσει διοικητικά στα χέρια Καθολικών, Αρμενίων και Ορθοδόξων Χριστιανών το 1852. Στο σημείο ακριβώς όπου πιστεύεται ότι η Παρθένος γέννησε το ιερό βρέφος υψώθηκε το **1717 από τους Καθολικούς ένα τεράστιο ασημένιο άστρο**, αναπαράσταση αυτού που οδήγησε τους τρεις μάγους, πάνω σε μάρμαρο. **Ας ελπίσουμε ότι αυτό το άστρο θα δείξει το δρόμο και προς την ειρήνη στην πολύπαθη περιοχή.**

ΙΣΤΟΡΙΚΕΣ ΜΝΗΜΕΣ

21^η Απριλίου 1967

Το χρέος μας στην ιστορική μνήμη

Συμπληρώνονται 35 χρόνια από την ημέρα που οι πραξικοπηματίες συνταγματατάρχες, μας επέβαλαν με τα τανκς, την επτάχρονη τυραννία του «γύψου» και της γελοιότητας. Η επέτειος της 21ης Απριλίου 1967 είναι κάτι, που πρέπει να θυμόμαστε. Είναι άλλωστε τόσο πρόσφατα όλα αυτά τα γεγονότα, που οδήγησαν την Ελλάδα, στο ψυγείο της επταετούς δικτατορίας, στην τραγωδία της Κύπρου και μετέπειτα στην απελευθέρωση και τη δημοκρατία. **Παραθέτουμε ένα μικρό αφιέρωμα, για να μάθουν οι νεότεροι και να θυμηθούν οι παλιότεροι, ότι η Δημοκρατία δεν μας χαρίστηκε και ότι θα πρέπει να επαγρυπνούμε, για την διατήρησή της.**



Η “Τριανδρία της συμφοράς”
Παπαδόπουλος - Παττακός - Μακαρέζος

ΠΩΣ ΦΘΑΣΑΜΕ ΣΤΗΝ 21^η ΑΠΡΙΛΙΟΥ

Το πραξικόπημα της 21ης Απριλίου 1967 είναι αποτέλεσμα της αδυναμίας του μεταπολεμικού δημοκρατικού πολιτεύματος να λειτουργήσει ομαλά και να παράγει σταθερές κυβερνήσεις. Η κυβέρνηση του Γεωργίου Παπανδρέου υπονομεύθηκε από τα Ανάκτορα και τελικά ο ίδιος αποπέμφθηκε από την πρωθυπουργία. Οι κυβερνήσεις που διαδέχθηκαν η μια την άλλη καταρράκωσαν κάθε έννοια πολιτικού βίου και πρόσφεραν το πρόσχημα για την επιβολή εξωκοινοβουλευτικής λύσης. Τα ξημερώματα της 21ης Απριλίου του 1967 ένα μήνα πριν τη διεξαγωγή εκλογών, έγινε πραξικόπημα με επικεφαλής τον Γεώργιο Παπαδόπουλο, τον Στυλιανό Παττακό και τον Νικόλαο Μακαρέζο, κατέλυσε το Σύνταγμα και επέβαλλε στρατιωτική δικτατορία. Οι πραξικοπηματίες έχοντας εξασφαλίσει περίπου 100 τεθωρακισμένα στην περιοχή της πρωτεύουσας κινητοποιήθηκαν τα ξημερώματα της 21ης Απριλίου, Μεγάλη Πέμπτη και κατέλαβαν αρχικά το Πεντάγωνο. Εβαλαν σε εφαρμογή το ΝΑΤΟϊκό σχέδιο “Προμηθεύς”, για την αντιμετώπιση κομμουνιστικού κινδύνου με αποτέλεσμα να κινηθούν όλες οι στρατιωτικές μονάδες της Αττικής. Οι συλλήψεις άρχισαν την ίδια ημέρα. Γέμισαν τα ξερονήσια και οι φυλακές. Ανεπίσημες πληροφορίες ανέβαζαν τον αριθμό των συλληφθέντων σε αρκετές χιλιάδες άτομα.

Η ΔΗΛΩΣΗ ΤΟΥ ΓΙΩΡΓΟΥ ΣΕΦΕΡΗ ΚΑΤΑ ΤΗΣ ΔΙΚΤΑΤΟΡΙΑΣ

Ο Γιώργος Σεφέρης, ο Νομπελίστας ποιητής μας, στα πρώτα χρόνια της δικτατορίας είχε επιλέξει τη σιωπή και την άρνηση να δημοσιεύσει δουλειά του στην Ελλάδα. Στις 28 Μαρτίου του 1969, δύο χρόνια πριν το θάνατο του, αποφασίζει να μιλήσει για πρώτη φορά δημόσια και να καταγγείλει τη Δικτατορία.

« Κλείνουν δυο χρόνια που μας έχει επιβληθεί ένα καθεστώς ολωσδιόλου αντίθετο με τα ιδεώδη για τα οποία πολέμησε ο κόσμος μας και τόσο περίλαμπρα ο λαός μας στον τελευταίο παγκόσμιο πόλεμο. Είναι μια κατάσταση υποχρεωτικής νάρκης, όπου όσες πνευματικές αξίες κατορθώσαμε να κρατήσουμε ζωντανές, με πόνους και με κόπους, πάνε κι αυτές να καταποντιστούν μέσα στα ελώδη στεκούμενα νερά . Βλέπω μπροστά μου τον γκρεμό όπου μας οδηγεί η καταπίεση που κάλυψε τον τόπο. Αυτή η ανωμαλία πρέπει να σταματήσει. Είναι εθνική επιταγή. Τώρα ξαναγυρίζω στη σιωπή μου. Παρακαλώ το Θεό να μη με φέρει άλλη φορά σε παρόμοια ανάγκη να ξαναμιλήσω. »



Χουρμουζιάδου Δέσποινα – Καθηγήτρια γαλλικών

ΙΣΤΟΡΙΚΕΣ ΣΕΛΙΔΕΣ

ΚΥΠΡΟΣ



Η Κύπρος, είναι η μοναδική χώρα -έξω από την Ελλάδα- που οι κάτοικοί της έχουν ελληνική καταγωγή. Η μοίρα της ήταν να βρίσκεται σχεδόν πάντα κάτω απ' την εξουσία κατακτητών, που εκμεταλλεύονταν τη θέση του νησιού για στρατιωτικούς σκοπούς.

Οι αρχαίοι Έλληνες πίστευαν πως η θεά Αφροδίτη, γεννήθηκε από το αίμα του Ουρανού, που έπεσε στη θάλασσα. Τα κύματα έσπρωξαν το αίμα μακριά και όταν έφτασε στο νησί της Κύπρου, μέσα από τον αφρό βγήκε μια πεντάμορφη γυναίκα. Η θεά Αφροδίτη. Από τότε το όμορφο αυτό νησί λέγεται ' Νησί της Αφροδίτης'.

Η Κύπρος καταλήφθηκε από τους Ρωμαίους το 50 π.Χ. Το 1570 καταλήφθηκε από τους Τούρκους, οι οποίοι την κράτησαν στην κατοχή τους μέχρι το 1878, οπότε και την πούλησαν στους Βρετανούς ως αντάλλαγμα για την μεσολάβηση που τους πρόσφεραν στο συνέδριο του Βερολίνου. Μετά τον Α' Παγκόσμιο πόλεμο, οι προσπάθειες για ένωση με την Ελλάδα εντάθηκαν. Η εξέγερση του 1931 πνίγηκε στο αίμα. Η Βρετανική κατοχή σκλήρυνε την στάση της. Έτσι τα παιδιά της Κύπρου ξεκίνησαν το δικό τους αγώνα, για να βρουν το δρόμο προς την αιώνια θεά, την **Ελευθερία**.

Την 1η Απριλίου του 1955, ιδρύεται η Εθνική Οργάνωση Κυπρίων Αγονιστών (ΕΟΚΑ), με αρχηγό το Γεώργιο Γρίβα, με το ψευδώνυμο 'Διγενής' και πρωτεργάτη τον Αρχιεπίσκοπο Κύπρου Μακάριο. Ο Διγενής ξεκινάει τον ένοπλο αγώνα με ομοβροντίες σ' όλη την Κύπρο, ξαφνιάζοντας τους Εγγλέζους. Μαζί με τους ήχους των όπλων, δηλώνει με προκηρύξεις πως οι Κύπριοι «αναλαμβάνομεν τον αγώνα δια την αποτίναξιν του αγγλικού ζυγού. Ή ταν ή επι τας!»



Το πνεύμα της 1ης του Απρίλη του 1955, αγκάλιασε κάθε γωνιά του νησιού. Γενναίοι πολεμιστές δε δίστασαν να θυσιάσουν και τη ψυχή τους για τη λευτεριά του νησιού τους. Όμως κάθε καινούριος θάνατος, ήταν ένα ακόμα βήμα προς τη λευτεριά. Οι Άγγλοι, βλέποντας τη αποφασιστικότητα του κυπριακού λαού, έκαναν κάθε είδους βαρβαρότητα και ωμότητα: συλλήψεις, φυλακίσεις, βασανισμούς, εκτελέσεις, απαγχονισμούς. Δε δίστασαν να πυροβολούν και να σκοτώνουν μικρούς μαθητές που έκαναν διαδηλώσεις εναντίον τους, ανήμπορους γέροντες και άοπλους πολίτες. Ατέλειωτη η σειρά των μαρτύρων στον απελευθερωτικό αγώνα: **Μιχαήλ Καραολής, Ευαγόρας Παλληκαρίδης, Γρηγόρης Αυξεντίου**, ο ήρωας και υπαρχηγός της Ε.Ο.Κ.Α. γνωστότερος ως «**Σταυραετός του Μαχαιρά**». Τον ονόμασαν έτσι γιατί ο μεγάλος

ήρωας της Κύπρου τέλειωσε την ανεπανάληπτη δράση του σε μια σπηλιά στο βουνό του Μαχαιρά. Εκεί ανακάλυψαν οι Εγγλέζοι κατακτητές το κρησφύγετο του και τον έκαψαν ζωντανό.

- Τον **Αύγουστο του 1960**, επιτέλους η Κύπρος ανακηρύσσεται ανεξάρτητο κράτος.
- Τον **Ιούλιο του 1974** οι Τούρκοι καταλαμβάνουν το 37% της Κυπριακής Δημοκρατίας
- Το **καλοκαίρι του 1996** οι Τούρκοι δολοφονούν τον **Τάσο Ισαάκ** και το **Σολωμό Σολωμού**, που έπαιρναν μέρος σε διαμαρτυρία για την κατοχή τμήματος της Κύπρου από τους Τούρκους. Ο **αγώνας του '55** συνεχίζεται μέχρι σήμερα. Οι δυνάμεις κατοχής έχουν αλλάξει μόνο όνομα.

Μπατάλα Δήμητρα Β2

ΘΑ ΠΑΡΩ ΜΙΑΝ ΑΝΗΦΟΡΙΑ

**Θα πάρω μίαν ανηφοριά
θα πάρω μονοπάτια
Να βρω τα σκαλοπάτια
Που παν στη Λευτεριά.
Τώρα κι αν είναι χειμωνιά
θαρθεί το καλοκαίρι
τη Λευτεριά θα φέρει
σε πόλεις και χωριά.
Κόρη πανώρια θα της πω
άνοιξε τα φτερά σου
και πάρε με κοντά σου
Μονάχα αυτό ζητώ.**

Ευαγόρας Παλληκαρίδης

ΠΑΤΚΟΣΜΙΕΣ ΟΡΤΑΝΩΣΕΙΣ

ΕΡΥΘΡΟΣ ΣΤΑΥΡΟΣ



Ο ερυθρός Σταυρός είναι η διεθνής οργάνωση με ευρύτερους ανθρωπιστικούς σκοπούς. Έχει την έδρα του στη Γενεύη. Την ίδρυσε ο Ελβετός Ερρίκος Ντυνάν το 1863. Σε κάθε πολεμική περίοδο χωρίς να κάνει διάκριση φυλής καθεστώτος, θρησκευμάτων κ.λ.π ενδιαφέρεται για την προστασία των τραυματιών, των αιχμαλώτων και των ασθενών. Όλοι οι αντίπαλοι σέβονται τα νοσοκομεία του Ερυθρού Σταυρού καθώς και τα πλοία που μεταφέρουν ή όπου θεραπεύουν τραυματίες, τα ιατρεία, τους σταθμούς του και δεν τα βομβαρδίζουν. Στις ειρηνικές περιόδους ανάλογα είναι οι σκοποί του: η προστασία των άρρώστων υποφέρουν, φροντίζει για την υγεία του λαού του και άλλα.

Ο ελληνικός Ερυθρός Σταυρός ιδρύθηκε το 1877, είναι τμήμα του διεθνούς Ερυθρού Σταυρού και πρόσφερε σημαντικές υπηρεσίες στο έθνος τόσο στους πολέμους όσο και στις κρίσιμες στιγμές της Ελλάδας. Το 1924 ίδρυσε τον Ερυθρό Σταυρό της νεότητας που πέτυχε να ανάπτυξη μεγάλη δραστηριότητα ανάμεσα στους μαθητές, διδάσκοντας την αλληλεγγύη και την αυτοθυσία. Οργάνωσε επίσης σχολές νοσοκομείων, επαγγελματιών και εθελοντριών, νοσοκομεία, ιατρεία, το σταθμό Α βοηθειών, εκδίδει αξιόλογο ομώνυμο περιοδικό, οργάνωσε το κέντρο αντιφυματικού αγώνα, ανέλαβε την οργάνωση και συμπλήρωση του Ασκληπιού Βούλας κ.α.

Η οργάνωση του Ερυθρού Σταυρού έχει και ειδική σημαία κόκκινο σταυρό σε λευκό φόντο για να ξεχωρίζουν τα ιδρύματά του και να μην γίνονται στόχος των αντιπάλων σε καιρό πολέμου.

Ο Ελληνικός Ερυθρός Σταυρός συντηρείται με εράνους, δωρεές, εθελοντικές προσφορές κ.α. Με τα χρήματα αυτά αντεπεξέρχεται στις δαπάνες του πολύπλευρου ανθρωπιστικού κέντρου. Στον Ελληνικό Ερυθρό Σταυρό οφείλεται και το μεγάλο νοσοκομείο Ερυθρού Σταυρού Αθηνών Κοργιαλλένιο – Μπενάκειο, που ιδρύθηκε με δική του πρωτοβουλία και με δωρεές του Μπενάκη και του Κοργιαλλιένιου. Το κτίσιμο του άρχισε το 1927 και τελείωσε το 1930. Τότε άρχισε και να λειτουργεί.



Δαλακούρα Ιωάννα Β1

ΤΟ ΞΕΚΙΝΗΜΑ



Ερρίκος Ντυνάν

Το 1859 ο Ντυνάν, περνούσε από το χωριό Σολφερίνο της Βόρειας Ιταλίας, όπου ο αυτοκρατορικός στρατός της Αυστρίας και της ΓαλλοΣαρδηνιακής συμμαχίας μάχονταν σε ολόημερη μάχη. Ταραγμένος από την αγωνία των τραυματισμένων στρατιωτών, ο Ντυνάν ξεκίνησε την οργάνωση βοήθειας, με τη βοήθεια των ντόπιων.



Όταν επέστρεψε στη Γενεύη, έγραψε ένα βιβλίο με τίτλο, "Μία ανάμνηση από το Σολφερίνο", στο οποίο πρότεινε ιδέες για την εθελοντική βοήθεια κατά τη διάρκεια του πολέμου. Τέσσερις πολίτες της Γενεύης ενώθηκαν με τον Ντυνάν και ίδρυσαν την Διεθνή Επιτροπή για τη Βοήθεια των Τραυματιών το 1863, η οποία μετονομάστηκε το 1876 σε Διεθνή Επιτροπή Ερυθρού Σταυρού. Υιοθέτησαν το έμβλημα του Ερυθρού Σταυρού, το οποίο είναι ο κόκκινος ισοσκελής σταυρός σε λευκό φόντο.

Ο Μάιος μας έφτασε



Τώρα είναι Μάης κι άνοιξη,
τώρα είναι καλοκαίρι,
τώρα φουντώνουν τα κλαδιά
κι ανθίζουν τα λουλούδια.



Γνωστός στους διάφορους πολιτισμούς με διαφορετικά ονόματα, ο Μάιος ονομάστηκε έτσι από τη ρωμαϊκή θεότητα **Maja (Μάγια)** της οποίας το όνομα προήλθε με τη σειρά του από την ελληνική λέξη **Μαία**, τροφός και μητέρα. Η Μάγια ταυτίστηκε και με την Ατλαντίδα νύμφη Μαία, μητέρα του Ερμή στον οποίο και αφιερώθηκε ο μήνας. Ήδη από τους Ρωμαίους, η αρχή του μήνα σηματοδοτούνταν από τον εορτασμό της Αγαθής Θεάς ενώ σε όλη τη διάρκειά του τελούνταν γιορτές συνδεδεμένες με την ευφορία των αγρών.

Η φυσιογνωμία του Μαΐου στη λαϊκή αντίληψη είναι δίσημη: συνυπάρχει σ αυτήν το καλό και το κακό, η αναγέννηση και ο θάνατος. Όλες αυτές οι ιδιότητες συγκλίνουν και συγκεντρώνονται στην πρώτη του μέρα, την Πρωτομαγιά. Ο εθιμικός εορτασμός της ως της τελικής νίκης του καλοκαιριού κατά του χειμώνα και της κατίσχυσης της ζωής επί του θανάτου έχει μακρότατη παράδοση με ρίζες που ανάγονται σε προχριστιανικές αγροτικές λατρευτικές τελετές που αποσκοπούσαν στη γονιμότητα των αγρών και, κατ' επέκταση, και των ζώων και των ανθρώπων. Αργότερα, η αρχική αυτή έννοια χάθηκε και τα έθιμα επιβίωσαν απλώς ως λαϊκές γιορτές στις οποίες συμπεριλαμβάνονται περιφορά δέντρων, πράσινων κλαδιών ή στεφάνων με λουλούδια, ανακήρυξη του βασιλιά ή της βασίλισσας του Μάη, χορός γύρω από ένα δέντρο ή ένα στολισμένο κοντάρι-γαϊτανάκι. Πρόκειται για μια από τις ελάχιστες γιορτές χωρίς θρησκευτικό περιεχόμενο που έχουν διατηρηθεί ως τις μέρες μας με εκδηλώσεις που απαντώνται στον λαϊκό πολιτισμό πολλών ευρωπαϊκών λαών.



Το **Μιγκέ** είναι επίσης γνωστό σαν "**Δάκρυ της Παναγίας**". Αστρολογικά είναι το λουλούδι του Μάη καθώς τα παλιά αστρολογικά βιβλία το τοποθετούν κάτω από την κυριαρχία του Ερμή, επειδή η Μαία η κόρη του Άτλαντα ήταν η Μητέρα του Ερμή. Αυτά τα κερώδη λευκά αγνά λουλούδια είναι "τα δάκρυα της Παναγίας" και το άρωμά τους προσελκύει τα αηδόνια. Ο μύθος λέει πως το αηδόνι δεν κελαηδάει αν δεν ανθίσει πρώτα το μιγκέ. Ένας άλλος παλιός βρετανικός μύθος από το Sussex λέει πως ο **Άγιος Λεονάρδος** πολεμώντας με έναν μεγάλο δράκοντα στο δάσος κοντά στο Horsham, τον κατατρόπωσε μόνο μετά από μια θανατηφόρα μάχη που κράτησε πολλές ώρες. Κατά τη διάρκεια της μάχης δέχθηκε αιματηρά χτυπήματα, αλλά όταν έπεφτε το αίμα του, φύτρωναν μιγκέ σαν ανάμνηση της απελπισμένης μάχης. Το γλυκό άρωμα των λεπτών αυτών λουλουδιών είναι τόσο δυνατό που κυριολεκτικά επιπλέει με την αύρα.



Πρωτομαγιά

Η εικοστή τετάρτη μέρα του αττικού μήνα Θαργηλιώνος τιμάται απ' όλο τον κόσμο ως η πασίχαρη μέρα του χρόνου, η διπλή γιορτή της φύσης αλλά και των εργαζομένων. Η πρωτομαγιά είναι μέρα χαράς που τραβάει τους ανθρώπους έξω απ' το σπίτι, αλλά και μέρα απότισης φόρου τιμής στους χιλιάδες ανώνυμους, οι οποίοι θυσιάστηκαν για ένα καλύτερο αύριο, για μια πιο ανθρώπινη κοινωνία.

Στα περισσότερα μέρη του ελληνικού χώρου το έθιμο της πρωτομαγιάς ξεκινάει την παραμονή με το μάζεμα των λουλουδιών. Στην ύπαιθρο ανήμερα της γιορτής οι γυναίκες τραγουδώντας ανοιξιάτικα τραγούδια, κατεβαίνουν παρέες παρέες στην πηγή του χωριού και στη διαδρομή στολίζουν τη μέση τους, τα μαντίλια τους και τα δοχεία του νερού με άνθη. Η Πρωτομαγιά μοσχοβολάει άνοιξη, λουλούδια και πλημμυρίζει τον ουρανό από τραγούδια. Ο Μάης όμως δεν είναι μόνο ο μήνας που σφραγίζει την άνοιξη, αλλά και μήνας μνήμης και τιμής για τους αγώνες των ανθρώπων, για μια πιο όμορφη και καλύτερη ζωή. Η Πρωτομαγιά είναι το "άνθος" αυτών των αγώνων, ένα άνθος ποτισμένο με θυσίες και αίμα.



Με σημαιοφόρους τους πρώτους νεκρούς εργάτες του Σικάγο αλλά και τον κάθε εργαζόμενο ξεχωριστά που έδωσε τη ζωή του για το δικαίωμα στο αύριο. Η πρώτη Μαΐου του 1886 είχε οριστεί ως μέρα έναρξης μαζικού απεργιακού κινήματος και συγκέντρωσης ολόκληρης της εργατικής τάξης της Αμερικής στο Σικάγο - ήταν το μεγαλύτερο βιομηχανικό κέντρο - για τη διεκδίκηση του οχτάωρου. Το σύνθημα ήταν: "Οχτώ ώρες δουλειά, οχτώ ώρες ανάπαυση, οχτώ ώρες ύπνο". Γύρω στους 340.000 εργάτες διαδήλωναν σ' όλη τη χώρα, περίπου 190.000 είχαν κατέβει σε απεργία, από τους οποίους οι 80.000 στο Σικάγο. Ο δρόμος είχε αποκτήσει ατμόσφαιρα γιορτής. Όμως οι εργοδότες είχαν αντίθετη γνώμη και σε συνεργασία με την αστυνομία, την εθνοφρουρά, με τους οπλισμένους μπράβους αλλά και με τον ελεγχόμενο Τύπο, ο οποίος είχε ετοιμάσει το έδαφος κατάλληλα, αντέδρασαν .



Στους πλαϊνούς δρόμους της συγκέντρωσης και τις γύρω στέγες η ατμόσφαιρα είχε γίνει απειλητική. Χίλιοι τριακόσιοι πενήντα εθνοφρουροί με πολυβόλα περίμεναν το σύνθημα για να δράσουν. Ξαφνικά βόμβα σκάει μέσα στο πλήθος. Το αίμα αρχίζει να βάφει το χώρο της συγκέντρωσης. Η αστυνομία, οι μπράβοι, χτυπάνε στο ψαχνό προς όλες τις κατευθύνσεις...



Η δίκη των συλληφθέντων ήταν μια σκέτη παρωδία. Δε δικάστηκαν οι πράξεις, αλλά οι ιδέες. Στις 9 Οκτώβρη 1886 ανακοινώθηκε η προαποφασισμένη ετυμηγορία. Για τους βασικούς κατηγορούμενους Σπάιτς, Φίσερ, Ένγκελ και ο Πάρσονς η απόφαση θάνατος δια απαγχονισμού. Η ποινή εξετελέσθη στις 11 Νοέμβρη του 1887. Για τους Φίλντεν και Σβαμπ ο κυβερνήτης μια μέρα πριν την εκτέλεση μετέτρεψε τη θανατική ποινή σε ισόβια κάθειρξη.

Το ματωμένο πουκάμισο των εργατών του Σικάγου έγινε σύμβολο πάλης και θυσίας. Οι αγώνες για το οχτάωρο έδωσαν τους καρπούς τους. Η επέτειος της πρωτομαγιάς γιορτάζεται στις μέρες μας σε ολόκληρο τον κόσμο με μαζικές συγκεντρώσεις. Στην Ελλάδα, το συνδικαλιστικό κίνημα γιορτάζει την εργατική πρωτομαγιά με ανάλογες συγκεντρώσεις σε όλες τις πόλεις και τα χωριά



ΑΦΙΕΡΩΜΑ - Κωνσταντινούπολη

658 π.Χ. Έλληνες άποικοι από τα Μέγαρα ιδρύουν στις ακτές του Κεράτιου Κόλπου μία νέα πόλη, που ονομάζεται Βυζάντιο προς τιμή του οικιστή της Βύζαντα.

330 μ.Χ. Η πόλη του Βυζαντίου, αρχικά με το όνομα Νέα Ρώμη και αργότερα με την επωνυμία Κωνσταντινούπολη, γίνεται πρωτεύουσα του Ανατολικού τμήματος της Ρωμαϊκής Αυτοκρατορίας. Ως πρωτεύουσα της Βυζαντινής Αυτοκρατορίας, η Κωνσταντινούπολη αποτέλεσε για ένδεκα ολόκληρους αιώνες ένα από τα σημαντικότερα πολιτικά, στρατιωτικά, θρησκευτικά και πολιτιστικά κέντρα της Ανατολής, γεγονός που εξηγεί τη φήμη της ως "Βασιλίδος των πόλεων".



Η θέση της Κωνσταντινούπολης ήταν μοναδική για τον τότε γνωστό κόσμο, ενώ ακόμη και σήμερα αποτελεί ένα από τα πιο στρατηγικά σημεία στον πλανήτη μας. Βρίσκεται στο σημείο που ενώνονται οι δυο ήπειροι, η Ευρώπη και η Ασία, ενώ ταυτόχρονα ελέγχει τους στρατιωτικούς δρόμους από τη Μαύρη θάλασσα προς τη Μεσόγειο.



Η θέση της ίδιας της πόλης ήταν εξαιρετικά οχυρή. Από τις τρεις πλευρές περικλείεται από θάλασσα (Προποντίδα, Βόσπορος, Κεράτιος κόλπος), ενώ από την τέταρτη μπορούσε να οχυρωθεί εύκολα με τείχος. Επίσης βρισκόταν στο σταυροδρόμι των εμπορικών οδών της εποχής, του οδικού, που ξεκινούσε από την Ευρώπη και κατέληγε στη Μεσοποταμία και μέσω του δρόμου του μεταξιού στην Κίνα, αλλά και του θαλάσσιου που ξεκινούσε από τις ιταλικές πόλεις και έφθανε στη Μαύρη θάλασσα. Επίσης διέθετε ένα καλό φυσικό λιμάνι, τον Κεράτιο κόλπο.

Χάρis στα απόρθητα τείχη της και στην ισχύ του βυζαντινού κράτους η Κωνσταντινούπολη έμεινε απόρθητη για σχεδόν 1000 χρόνια. Γνώρισε πολλές πολιορκίες από τους Αβάρους, τους Αραβες, τους Ρώσους, τους Βουλγάρους, αλλά έμελλε να πέσει για πρώτη φορά το 1204 στα χέρια των Σταυροφόρων, οι οποίοι κατευθύνονταν προς την Παλαιστίνη για να

ελευθερώσουν τους Αγίους Τόπους.

Οι Βυζαντινοί ξαναπήραν στην κατοχή τους την Κωνσταντινούπολη το 1261 και τη διατήρησαν για σχεδόν 200 χρόνια ακόμη. Παρά την αδυναμία τους οι Βυζαντινοί θα αποκρούσουν και άλλες πολιορκίες μέχρι να φθάσει η αποφράδα μέρα της 29^{ης} Μαΐου του 1453, που η Κωνσταντινούπολη θα πέσει στα χέρια των Τούρκων.

Κατάληψη Κων/πολης
από Σταυροφόρους



29 Μαΐου 1453 - Η Πόλις Εάλω...

Η πολιορκία της Κωνσταντινούπολης άρχισε επίσημα στις 7 Απριλίου του 1453. Όμως οι προετοιμασίες είχαν αρχίσει τον Ιανουάριο του ίδιου έτους με την μεταφορά των κανονιών και τον Μάρτιο με την έλευση του οθωμανικού στρατού κάτω από τα τείχη της Πόλης. Οι πολιορκητές ανέρχονταν σε 150.000 στρατιώτες. Ο πολεμικός στόλος αποτελούμενος από 400 πλοία έφθασε στο Βόσπορο στις 12 Απριλίου.



Η άλωση της Πόλης του λαϊκού ζωγράφου Θεόφιλου

Μέσα από τα τείχη η κατάσταση ήταν πολύ διαφορετική. Η Κωνσταντινούπολη είχε χάσει όλη τη λάμψη του παρελθόντος. Ήταν μια ερειπωμένη πόλη, που μόνο το Παλάτι, ο Ιππόδρομος, και οι μεγάλες εκκλησίες θύμιζαν το λαμπρό παρελθόν. Ο πληθυσμός της δεν ξεπερνούσε τα 50.000 άτομα. Οι Βυζαντινοί στρατιώτες ανέρχονταν σε 5.000 και 2.000 οι ξένοι. Τα τείχη είχαν επισκευαστεί βιαστικά, και εκβαθύνθηκε η τάφος. Συγκεντρώθηκαν τρόφιμα, ενώ τα κειμήλια των εκκλησιών δόθηκαν για να κοπούν νομίσματα και να πληρωθούν οι στρατιώτες. Επίσης είχαν σταλεί επιστολές βοήθειας σε όλους τους χριστιανούς ηγεμόνες. Στις 27 Μαΐου άρχισε σφοδρός βομβαρδισμός. Δυο μέρες αργότερα ξεκίνησε η τελική επίθεση σε πολλά μέρη των τειχών, αλλά με επίκεντρο την Πύλη του Αγίου Ρωμανού, διότι εκεί το τείχος είχε σχεδόν καταπέσει. Στην τρίτη τουρκική έφοδο, ο Ιουστινιάνης τραυματίστηκε και αποσύρθηκε από τη μάχη. Η αποχώρησή του έφερε σύγχυση στους αμυνόμενους και οι Τούρκοι μπήκαν στην Πόλη. **Στις 29 Μαΐου 1453, ο Μεχμέτ Β'** πέρασε έφιππος την πύλη της Ανδριανούπολης και μπήκε στην Κωνσταντινούπολη. Ο αυτοκράτορας **Κωνσταντίνος ΙΑ'**, ο τελευταίος αυτοκράτορας του Βυζαντίου, έπεσε στα τείχη σαν απλός στρατιώτης. Ο Αυτοκράτορας πέθανε ως ένας απλός στρατιώτης στη μάχη, υπερασπιζόμενος την Πόλη του.... Ο Κωνσταντίνος Παλαιολόγος ήταν ο τελευταίος αυτοκράτορας του Βυζαντίου. Στο πρόσωπο του η λαϊκή παράδοση έπλασε το μύθο του Μαρμαρωμένου Βασιλιά, που θα ξαναζωντανέψει όταν η Κωνσταντινούπολη θα ξαναγυρίσει στην κατοχή των Ελλήνων.



Ο Παλαιολόγος δια χειρός Κόντογλου

ΘΡΗΝΟΣ - Της Αγια-Σοφιάς

Σημαίνει ο Θιός, σημαίνει η γης, σημαίνουν τα επουράνια,
σημαίνει κι η Αγια Σοφιά, το μέγα μοναστήρι,
με τετρακόσια σήμαντρα κι εξηνταδυό καμπάνες,
κάθε καμπάνα και παπάς, κάθε παπάς και διάκος.
Ψάλλει ζερβά ο βασιλιάς, δεξιά ο πατριάρχης,
κι απ' την πολλήν την ψαλμουδιά εσειόντανε οι κολόνες.
Να μούνε στο χερουβικό και να 'βγει ο βασιλέας,
φωνή τους ήρθε εξ ουρανού κι απ' αρχαγγέλου στόμα:
"Πάψετε το χερουβικό κι ας χαμηλώσουν τα 'αγια,
παπάδες πάρτε τα γιερά και σεις κεριά σβηστήτε,
γιατί είναι θέλημα Θεού η Πόλη να τουρκεψει.
Μόν' στείλτε λόγο στη Φραγκιά, να 'ρτουνε τρία καράβια
το 'να να πάρει το σταυρό και τ' άλλο το βαγγέλιο,
το τρίτο το καλύτερο, την άγια τράπεζά μας,
μη μας την πάρουν τα σκυλιά και μας τη μαγαρίσουν".
Η Δέσποινα ταράχτηκε και δάκρυσαν οι εικόνες.
"Σώπασε κυρά Δέσποινα, και μη πολυδακρύξεις,
πάλι με χρόνους, με καιρούς, πάλι δικά μας είναι".

Η ΓΙΟΡΤΗ ΤΗΣ ΜΗΤΕΡΑΣ



« Μάνα κράζει το παιδάκι,
μάννα ο νιος και μάννα ο γέρος
μάννα ακούς σε κάθε μέρος
αχ! Τι όνομα γλυκό».

Το πιο γλυκό πλάσμα του κόσμου!

Αλήθεια, υπάρχει τίποτε αγνότερο, υπάρχει τίποτε δυνατότερο, πιο γλυκό και πιο όμορφο από την αγάπη της μάνας;

Μάνα, μητέρα, μαμά. Τρεις λέξεις μαγικές! Η πιο σημαντική παρουσία στη ζωή του ανθρώπου. Η πιο γλυκιά και ανιδιοτελής ύπαρξη σε όλο το πλάνητη. Είναι εκεί όταν τη χρειαζόμαστε και πρόθυμη να μας ακούσει και να μας δώσει τις συμβουλές της που είναι πάντα σωστές. Ένας ανυπέρβλητος δεσμός αίματος που υμνήθηκε όσο κανένας άλλος. Η μητέρα ήταν είναι και θα είναι ξεχωριστή για το παιδί, τον έφηβο, τον ενήλικα. Η γιορτή της μητέρας δεν είναι τίποτε άλλο παρά μια ευκαιρία για να της δείξουμε πόσο πολύ την αγαπάμε!

Πρωταρχική αναφορά για γιορτή της μητέρας και της μητρότητας γίνεται στην αρχαία Ελλάδα. Η **μητέρα Γη** (Γαία) σύζυγος του Ουρανού, λατρευόταν ως υπέρτατη θεότητα. Η λατρεία πέρασε στην κόρη της Ρέα, σύζυγο και αδερφή του Κρόνου. Η **Ρέα** ονομάστηκε "**Μητέρα των Θεών**", μιας και ήταν η πρώτη που γέννησε με τοκετό και ανάθρεψε τα παιδιά της με μητρικό γάλα. Οι αρχαίοι Έλληνες, τιμούσαν τη Ρέα, τη θεά της γης και της γονιμότητας την άνοιξη.



Στην **Αγγλία του 1600**, η γιορτή της μητέρας ή "**Mothering Sunday**", γιορταζόταν την 4η Κυριακή της Σαρακοστής. Οι υπηρέτες που έμεναν στα σπίτια των αφεντικών τους έπαιρναν άδεια για να περάσουν την ημέρα με τις μητέρες τους. Με την εξάπλωση του Χριστιανισμού στην Ευρώπη, η γιορτή μεταβλήθηκε προς τιμή της "**Μητέρας Εκκλησίας**" αλλά με τον καιρό οι δύο έννοιες συγχωρεύτηκαν. Έτσι ο κόσμος τιμούσε ταυτόχρονα την μητέρα και την εκκλησία προσφέροντας δώρα όπως λουλούδια και γλυκά.

Στην **Αμερική**, η **Άννα Τσάρβις**, για να τιμήσει τη μνήμη της μητέρας της, ξεκίνησε το 1907 μια εκστρατεία για να καθιερωθεί η γιορτή της μητέρας. Έτσι, το 1914 με προεδρικό διάταγμα, καθιερώθηκε επίσημα, η δεύτερη Κυριακή του Μάη σαν Ημέρα της Μητέρας.

Η Γιορτή της μητέρας, γιορτάζεται σε όλες τις χώρες του κόσμου και όλοι θέλουν να τιμήσουν τη δική τους μητέρα εκφράζοντας την αγάπη τους με ένα λουλούδι.

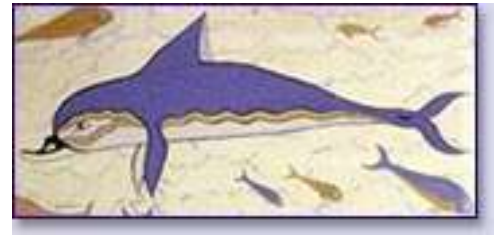


Κυριακή 12 Μαΐου
ΓΙΟΡΤΗ ΤΗΣ ΜΗΤΕΡΑΣ



ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ - Δελφίνια

Δεκάδες μύθοι μιλούν για τις ιδιαίτερες σχέσεις τους με θεούς και ανθρώπους. Σε πολλούς αρχαίους πολιτισμούς ήταν ζώα ιερά. Στην αρχαία Ελλάδα δελφίνια συνοδεύουν τους θεούς Ποσειδώνα και Απόλλωνα. Οι αρχαίοι Έλληνες τα σέβονταν και τα λάτρευαν, καθώς μέσα από αυτά διδάσκονταν το σεβασμό στη ζωή και τον φυσικό κόσμο.



Ταξιδεύοντας με καλό καιρό για κάποιο νησί, θα έχετε δει δελφίνια να συνοδεύουν το καράβι, παίζοντας με τα κύματα. Η θέα τους μόνο συναισθήματα χαράς και ενθουσιασμού μπορεί να δημιουργήσει. Δυστυχώς όμως, εκτός από την εικόνα των δελφινιών που συνοδεύουν τα πλοία στα ταξίδια τους, υπάρχει και αυτή των νεκρών δελφινιών, χτυπημένων ηθελημένα ή όχι από ανθρώπινο χέρι και από ασθένειες που οφείλονται στη ρύπανση των θαλασσών. Ο αριθμός τους στη Μεσόγειο, όπως και διεθνώς, έχει μειωθεί σημαντικά. Καθένας από εμάς μπορεί να βοηθήσει στην επιβίωση ενός είδους που διακρίνεται για την ομορφιά, τη νοημοσύνη και την ανιδιοτέλειά του, αρετές που τείνουν να εξαφανιστούν από τις ανθρώπινες κοινωνίες.



ΚΙΝΔΥΝΟΙ ΠΑΝΤΟΥ, Σ' ΕΝΑΝ ΚΟΣΜΟ ΧΩΡΙΣ ΚΑΤΑΦΥΓΙΟ

Στενοί συγγενείς των φαλαινών, τα δελφίνια και οι φώκιες απαντιούνται σχεδόν σε κάθε θάλασσα. Σε γενικές γραμμές, τα δελφίνια έχουν κωνικά δόντια, καλοσχηματισμένο ρύγχος και κυρτωμένο ραχιαίο πτερύγιο. Τα δελφίνια ζουν σε ομάδες που συχνά συνενώνονται σε μεγαλύτερες αγέλες. Χαρακτηριστική είναι η αλληλεγγύη που υπάρχει μεταξύ των μελών της ομάδας. Σε περίπτωση τραυματισμού, για παράδειγμα, το τραυματισμένο δελφίνι στηρίζεται από τα υπόλοιπα, τα οποία φροντίζουν να μην εμποδίζεται η αναπνοή του.

Περίπου όλα τα δελφίνια και οι φώκιες διαθέτουν το ίδιο καλοκάγαθο «χαμόγελο». Έχουν περάσει σχεδόν 50 χρόνια από τότε που ο Κένεθ Νόρις ερμήνευσε τη λειτουργία αυτού του χαμόγελου: Η κάτω σιαγόνα πλαταίνει προς τα έξω και χρησιμεύει ως υπερεναίσθητο αφτί, το οποίο επιτρέπει στα δελφίνια να συλλαμβάνουν τους ήχους των συντρόφων τους. Τους ήχους αυτούς, που εκπέμπονται από το στρογγυλεμένο μέτωπο των ζώων, αντιλαμβάνονται τα άλλα δελφίνια από απόσταση ενός μιλίου ή ακόμα περισσότερο.



Μπορεί πάνω από 40 είδη δελφίνια και φώκιες να ευημερούν, όμως κάποια άλλα φθίνουν, απειλούνται από την υπεραλίευση, την κατά λάθος σύλληψη, τη ρύπανση και τη καταστροφή των βιοτόπων τους

ΔΕΛΦΙΝΙΑ ΤΩΝ ΕΛΛΗΝΙΚΩΝ ΘΑΛΑΣΣΩΝ

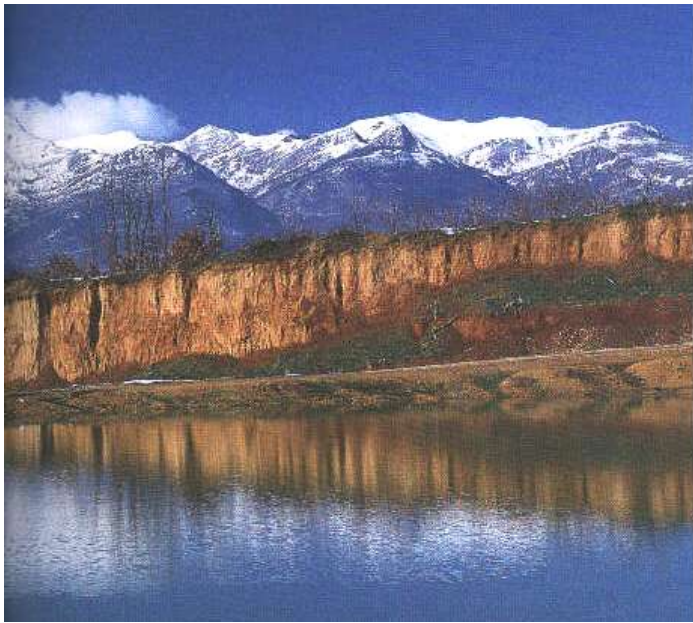
Στις ελληνικές θάλασσες ο συνολικός αριθμός ειδών που απαντώνται είναι εννέα. Από αυτά τα πιο συνηθισμένα είναι τέσσερα: **το Κοινό δελφίνι**, το **Ζωνοδέλφινι**, το **Ρινοδέλφινι** και το **Σταχτοδέλφινι**. Πολύ πιο σπάνια συναντώνται το **Μαυροδέλφινι**, η **Ψευδοόρκα**, η **Όρκα** (που είναι δελφίνι και όχι φάλαινα ούτε φυσικά

"δολοφόνος"), **το στενόρυγχο δελφίνι** και η **μικρή φώκαινα**.

Κολοβού Ελίνα Β1

ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΦΥΣΗ

Τζένα - Η καλλονή των βόρειων συνόρων



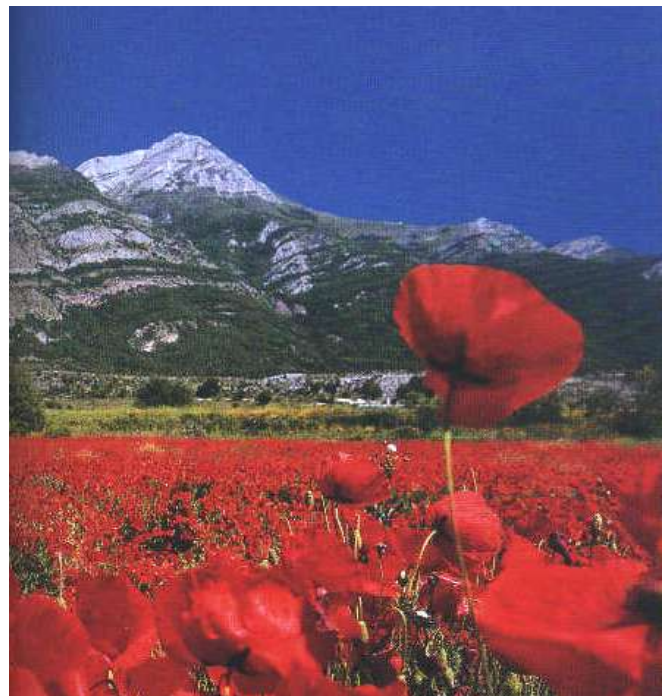
Απόμακρη και μοναχική, στα ανατολικά του Βόρα και του Πίνοβου, **στα σύνορα του νομού Πέλλας με τα Σκόπια**, υψώνεται ολόρθη και περήφανη, σαν τελευταίος προμαχώνας των βόρειων συνόρων μας. Ο στόχος αυτού του άρθρου είναι να σας παρακινήσει να γνωρίσετε και να απολαύσετε τη Τζένα, που είναι ένα από τα πιο όμορφα ελληνικά βουνά. 115 μόλις χιλιόμετρα από τη Θεσσαλονίκη θα έχετε την τύχη να βρεθείτε σ' ένα φυσικό περιβάλλον ονειρεμένο, αυθεντικό, χωρίς ρύπανση, χωρίς σκουπίδια, με μόνη συντροφιά τον ήχο του νερού και το θαυμάσιο μονοπάτι, που κάποιοι υπέροχοι συνάνθρωποί μας δημιούργησαν.

Δυστυχώς η Τζένα είναι στους περισσότερους άγνωστη. Η βιβλιογραφία είναι σχεδόν ανύπαρκτη. Μόνο κάποιοι ορειβατικοί σύλλογοι μπορούν να



ισχυριστούν ότι γνωρίζουν τη Τζένα. Εκτός από τη χειμερινή περίοδο, που είναι σκεπασμένη με χιόνια, η Τζένα είναι ένα βουνό απόλυτα φιλικό και προσιτό. Η ανάβαση στην κορυφή πραγματοποιείται σε λιγότερο από μια ώρα και δεν απαιτεί ειδικές ορειβατικές ικανότητες. Τα υπέροχα υψίπεδα της Τζένας αποτελούσαν μέχρι το 1940 τα λιβαδοτόπια, όπου έβοσκαν οι Σαρακατσαναίοι τα κοπάδια τους. Σήμερα εξακολουθεί να υπάρχει στην περιοχή κτηνοτροφία προβάτων και αγελάδων, αν και σε μικρότερο βαθμό.

Στη Τζένα υπάρχουν μαγευτικά δάση οξιάς, που καλύπτουν το 25% του βουνού και εκτείνονται ως τους πρόποδες των διαδοχικών κορυφών της Μεγάλης Τζένας. Η ζώνη αυτών των δασών αρχίζει από τα 750-800 μέτρα και καταλήγει στα 1500-1650 μέτρα. Πάνω από την κορυφή της Μεγάλης Τζένας (2068μ.) η θέα είναι ανεμπόδιστη προς κάθε σημείο του ορίζοντα. Διακρίνεται η χάραξη του οδικού δικτύου που ανεβαίνει από το δάσος, διατρέχει τα υψίπεδα και καταλήγει κάτω από ένα ύψωμα που οριοθετεί τα σύνορα ανάμεσα στην Ελλάδα και τη FYROM.



Τσαουσίδης Γιώργος Β3

ΕΚΔΡΟΜΕΣ – Δέλτα Πηνειού

Τον περασμένο μήνα οι περιβαλλοντικές ομάδες της Α' Τάξης, συνοδευόμενες από τις καθηγήτριες τους Κακάβα Στέλα, Ζαγανά Μαρίζα, Τουρσουνίδου Αναστασία και Σειρλή Νίκη, επισκέφθηκαν τον υγρότοπο στο Δέλτα του Πηνειού.

Καθοδηγούμενοι από τον βιολόγο κ. Χόλμαν, με τηλεσκόπιο και κιάλια, οι μικροί μαθητές είχαν την ευκαιρία να γνωρίσουν τις συνήθειες των πουλιών, να παρατηρήσουν τη ζωή τους από κοντά σε όλες τις λεπτομέρειες, να μάθουν να αναγνωρίζουν τα διάφορα είδη.



Το υγροτοπικό σύμπλεγμα των εκβολών του Πηνειού ποταμού βρίσκεται στην ανατολική πλευρά της Θεσσαλίας, στο κέντρο περίπου της Χώρας. Αποτελεί ένα ευαίσθητο οικοσύστημα, εξαιρετικά μεγάλης αξίας. Είναι μια περιοχή εκτάσεως 50.500 στρεμμάτων από τα οποία 10.000, περίπου, ανήκουν στο Ελληνικό Δημόσιο. Η περιοχή έχει περιληφθεί στον επιστημονικό κατάλογο των προστατευόμενων περιοχών, με στόχο την τελική ένταξη στο Ευρωπαϊκό Οικολογικό Δίκτυο Natura 2000.

Βγαίνοντας από την κοιλάδα των Τεμπών ο Πηνειός ρέει σε μια χαμηλή προσχωματική περιοχή, που ο ίδιος ο ποταμός έχει σχηματίσει και εκβάλλει στο Αιγαίο πέλαγος, νότια του ακρωτηρίου του Πλαταμώνα και βόρεια του χωριού Στομίου. Στις εκβολές του ο Πηνειός, σχηματίζει μικρό Δέλτα, καθώς η επίδραση των κυμάτων στην περιοχή δεν ευνοεί την κατά μήκος πρόσχωση και ανάπτυξη μεγάλου Δέλτα. Σε περιόδους έντονων βροχοπτώσεων ο ποταμός μεταφέρει μεγάλη ποσότητα φερτών υλών, με αποτέλεσμα να προκαλούνται πλημμύρες, συχνά με καταστροφικά για τις καλλιέργειες αποτελέσματα. Σήμερα το ποτάμι αποτελεί σημαντικό υδροβιότοπο, στον οποίο καταφεύγουν μερικά από τα αντιπροσωπευτικότερα είδη ζώων και πουλιών.



Το Δέλτα του Πηνειού έχει παραλιακά και παραποτάμια δάση, αμμώδεις θαμνοτόπους και θίνες. Από το 1987 λειτουργεί στο Όρος Κάτω Όλυμπος ταϊστρο για τα Όρνια. Το Δέλτα του Πηνειού είναι καταφύγιο θηραμάτων. Αναπαραγόμενα είδη είναι ο Μικροτσικνιάς, ο Νυχτοκόρακας, ο Μαυρο-



πελαργός, ο Πελαργός ο Σφηκιάρης, ο Ασπροπάρης, το Όρνιο, ο Φίδαετός, ο Χρυσαιετός, ο Σταυραετός, το Χρυσογέρακο, ο Πετρίτης, η Πετροπέρικτα, η Πετροτριλίδα, ο Μπούφος, η Αλκυνόνη και ο Δρυομυγγοχάφτης. Άλλα είδη που εμφανίζονται στην περιοχή είναι ο Γυπαετός, ο Μαυρόγυπας, ο Ψαραετός και ο Μαυροπετρίτης.

Είναι μια περιοχή απείρου φυσικού κάλους που αξίζει να επισκεφθούν όλα τα σχολεία.

ΑΣΤΡΟΛΟΓΙΑ

ΑΦΙΕΡΩΜΑ ΣΤΟΝ ΚΡΙΟ 21 Μαρτίου ως τις 20 Απριλίου

Σύμβολο: Το κριάρι

Στοιχείο: Φωτιά

Μειονεκτήματα: Εγωιστής, ευέξαπτος, παρορμητικός, ριψοκίνδυνος

Προτερήματα: Δυναμικός, ενθουσιώδης, εύστροφος, ενεργητικός



ΓΕΝΙΚΑ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ ΤΟΥ ΚΡΙΟΥ

Κύρια χαρακτηριστικά του Κριού είναι, η θυελλώδης και παρορμητική φύση, η ηγετική ιδιοσυγκρασία, η τόλμη, η θέληση, η αυτοπεποίθηση, αλλά και η θρασύτητα, η φιλονικία, η εριστικότητα, καθώς και η έλλειψη λεπτότητας. Συχνά στη ζωή του παίρνει πολλά ρίσκα τα οποία μπορούν να τον ανεβάσουν πολύ ψηλά, αλλά και να τον ρίξουν πολύ χαμηλά. Θέλει να είναι πρώτος, να ηγείται και να ξεχωρίζει, ενώ δύσκολα θα υπηρεθήσει τους άλλους.

Αγαπάει την ελευθερία και την ανεξαρτησία του και είναι σπάταλος. Είναι ιδιαίτερα ευχάριστος στις παρέες του και έχει πολλούς φίλους.. Πολλές φορές όμως γίνεται οξύθυμος, απότομος, είρωνας και δρα απερίσκεπτα. Ιδιαίτερα όταν τον έχει ενοχλήσει κάτι, δεν μπορεί να σκεφτεί ψύχραιμα, έστω και αν ξέρει πως με αυτόν του τον τρόπο έχει πολλά να χάσει. Είναι ανυπόμονος.

Στις σχέσεις του παθιάζεται και διακατέχεται από ισχυρά σεξουαλικά αισθήματα και έντονη ορμητικότητα. Ερωτεύεται γρήγορα, κεραυνοβόλα και βίαια. Θέλει να έχει το πάνω χέρι και είναι πιστός, αλλά πολλές φορές νιώθει έντονα το συναίσθημα της ζήλιας και δεν συγχωρεί εύκολα τα σφάλματα των άλλων. Ο παρορμητισμός, ο επιπόλαιος τρόπος σκέψης και η ταχύτητα των πράξεών του όμως, τον οδηγεί πολλές φορές σε λάθος επιλογές. Συχνά ο σύντροφος που επιλέγει είναι τελείως διαφορετικός από τον ίδιο και υπάρχουν πολλές διαφορές και διαφωνίες μαζί του που μπορούν να καταλήξουν και σε δικαστικές διαμάχες..

ΖΩΔΙΑ ΜΕ ΤΑ ΟΠΟΙΑ ΤΑΙΡΙΑΖΕΙ: ΔΙΔΥΜΟΙ – ΛΕΩΝ – ΣΚΟΡΠΙΟΣ – ΖΥΓΟΣ

ΑΦΙΕΡΩΜΑ ΣΤΟΝ ΤΑΥΡΟ 21 Απριλίου ως τις 20 Μαΐου

Σύμβολο: Ταύρος

Στοιχείο: Γη

Μειονεκτήματα: Ζηλιάρης, ατομιστής, άπληστος, δεσποτικός Κυρίαρχος,

Προτερήματα: Υπομονετικός, αξιόπιστος, εγκάρδιος, στοργικός



ΓΕΝΙΚΑ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ ΤΟΥ ΤΑΥΡΟΥ

Κύρια χαρακτηριστικά του Ταύρου είναι, η επινοητικότητα, η παραγωγικότητα, ο αισθησιασμός, η πραότητα, ο υλισμός, η ισχυρογνωμοσύνη. Η μαλθακότητά του συχνά τον οδηγεί σε οκνηρία και αδράνεια του σώματος και του πνεύματος. Μαθαίνει πολύ εύκολα, έχει πολύ καλή μνήμη και έτσι, ξεχνάει δύσκολα τα καλά ή κακά που του κάνουν οι άλλοι. Η απεριόριστη υπομονή του, τον βοηθάει να ξεπεράσει κάθε δυσκολία που του παρουσιάζεται και να πετύχει τους στόχους του.

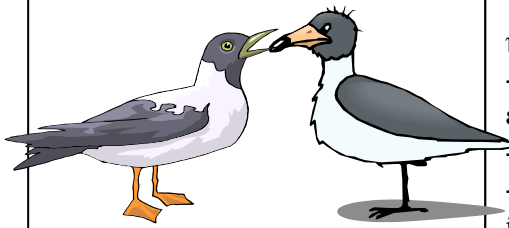
Έχει μια ιδιαίτερη αγάπη για τις απολαύσεις της ζωής και ξέρει πώς να την κάνει πιο όμορφη και πιο ευχάριστη. Αγαπάει την πολυτέλεια, το χρήμα, το φαγητό, το ποτό, τον έρωτα και την τέχνη. Η δύναμη της αυτοσυγκέντρωσης που έχει είναι εξαιρετική. Θέλει να ηγείται και έχει ανεπτυγμένο το αίσθημα υπεροχής. Αυτό τον κάνει πολλές φορές υπερόπτη, άδικο και πεισματάρη. Είναι πεισματάρης και δεν σταματάει αν δεν πετύχει αυτό που θέλει. Οι διαπροσωπικές του σχέσεις έχουν ως κύριο σκοπό την απόλαυση και στο ενεργητικό του έχει πολλές ερωτικές περιπέτειες. Είναι πιστός και τον ενδιαφέρει πολύ να έχει μια σταθερή σχέση, ενώ θεωρεί τον γάμο και την δημιουργία οικογένειας, σκοπό ζωής. Αγαπάει πολύ τα παιδιά και θέλει να αποκτήσει πολλά. Είναι πολύ ανασφαλής και αισθάνεται έντονα τα συναισθήματα της κτητικότητας και της ζήλιας πολύ βαθιά μέσα του, αλλά δεν τα αφήνει να βγαίνουν στην επιφάνεια.

ΖΩΔΙΑ ΜΕ ΤΑ ΟΠΟΙΑ ΤΑΙΡΙΑΖΕΙ: ΖΥΓΟΣ – ΣΚΟΡΠΙΟΣ – ΑΙΓΟΚΕΡΩΣ

Μπάτζιου Μιράντα Β2

ΨΥΧΑΓΩΓΙΑ

ΟΙ ΓΛΑΡΟΙ



Έβγαине ο ήλιος κι έλαμπε
Και εγώ το ευχαριστιόμουν
Τα κύματα όταν έσκαγαν
Εσένα εγώ σκεφτόμουν.

Οι γλάροι όμως περνούσανε
Δuo-δυo σαν ζευγαράκι
Κι εγώ πολύ τους ζήλεuα
Κι ας τοδειχνα λιγάκι.

Δuo γλάροι όμως σταμάτησαν
Με κοίταξαν με απορία
Τι έπαθες με ρώτησαν
Και σ' έπιασε μελαγχολία;

Τίποτα τους είπα εγώ
Και έσκυψα το κεφάλι
Μικρέ εγώ κατάλαβα
Μην είσαι σ' αυτό το χάλι.

Μια συμβουλή σου' δίνω εγώ
Και πάντα να θυμάσαι
Αγόρι μου επέμενε
Και τίποτα μη φοβάσαι.
Σακούλης Άρης Β3



ΜΑΘΗΤΙΚΟΣ «ΘΟΥΡΙΟΣ»

Ως πότε συμμαθητές μου
Θα ζούμε στα σχολεία
Να τρώμε απουσίες
Και τεστ στα ξαφνικά;
Καλύτερα πια τώρα
Disco και cinema
Παρά 12 χρόνια
Μολύβια και χαρτιά.
Καλύτερα μιας ώρας
Ελεύθερη ζωή
Παρά να μας τρομάζει
Η λέξη «αποβολή»!!!
Τσιάρα Λεμονιά Β3

ΑΝΕΚΔΟΤΟ

Ο πατέρας της Μπουμπούς πηγαίνει στο σχολείο να παραπονεθεί, επειδή η κόρη του έμεινε στην ίδια τάξη.

- Κοιτάζετε, κύριε, του λέει ο διευθυντής, η κόρη σας πήρε δέκα εννέα στα εκατό στο τεστ ευφυΐας.

- Δέκα εννέα; Εμένα μου φαίνεται πολύ καλός βαθμός.

- Όπως νομίζετε. Επιτρέψτε μου, όμως, να σας πω ότι στο ίδιο τεστ οι χιμπαντζήδες του ζωολογικού κήπου πήραν τριάντα!



ΑΞΙΟΠΕΡΙΕΡΓΑ

*Ο πύργος του Άιφελ έχει 1792 σκαλοπάτια και 2,5 εκατομμύρια καρφιά!

*Η βρετανική εταιρία Ντηπ Όσεαν Εξπεντίσιον οργανώνει υποβρύχιες κρουαζιέρες στο ναυάγιο του Τιτανικού. Το εισιτήριο κοστίζει 8.000.000 δραχμές το άτομο!

*Λέγεται ότι ο Πικάσο, όταν ήταν φτωχός και άσημος, έκαιγε τα έργα του για να ξεσταθεί!



Τσαουσίδης Γιώργος Β3

ΣΠΑΖΟΚΕΦΑΛΙΕΣ

ΕΞΕΙΣ ΤΙ ΓΝΩΜΗ ΕΧΕΤΕ

Το ηλεκτρικό τρένο τρέχει με κατεύθυνση προς το προς το νότο
Και ο αέρας που φυσάει είναι βοριάς. Προς ποια κατεύθυνση
Θα πάει ο καπνός του τρένου;

ΠΟΣΑ ΕΜΕΙΝΑΝ

Σε ένα δέντρο είναι 12 πουλιά. Ένας κυνηγός τα πυροβόλησε με το όπλο του σκότωσε τα πέντε. Πόσα έμειναν στο δέντρο;

Η ΣΥΓΓΕΝΕΙΑ

Δύο κροκόδειλοι λιάζονται δίπλα σ' ένα ποτάμι. Ο ένας είναι γιος του άλλου, αλλά ο άλλος δεν είναι πατέρας του τι συγγένεια έχουν;

ΑΙΝΙΓΜΑΤΑ

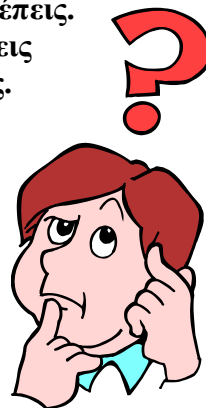
Όταν με βλέπεις δεν με βλέπεις
και με βλέπεις αν δεν βλέπεις.
Όταν πάψεις δε να βλέπεις
τότε φίλε μου με βλέπεις.
Τι είναι;

Ήλιος δεν είναι
ακτίνες έχει
περπατεί
και τρέχει
Τι είναι;

Δαλακούρα Ιωάννα Β1

Μπούτος Αποστόλης Α' Τάξη

Γυμνασίου Μακρυχωρίου



ΑΓΓΛΙΚΟ ΣΤΑΥΡΟΛΕΞΟ

O	P	A	N	O	F	D	A
T	O	M	A	F	O	A	H
E	T	I	T	G	M	C	O
M	A	L	U	I	T	H	B
O	T	K	R	T	C	E	N
M	O	N	E	Y	D	E	P
Y	E	S	D	B	E	S	T
V	S	A	V	E	Z	E	S

BREITE ΤΙΣ ΛΕΞΕΙΣ

YES	CHEESE
DOG	NATURE
POTATOES	SAVE
MONEY	MOM
MILK	RED
BEST	NO

Η ΠΟΛΗ ΜΑΣ

15 Μαΐου - Άγιος Αχίλλειος



Στις 15 Μαΐου είναι η γιορτή του Πολιούχου Αγίου της πόλης μας. Ο Άγιος Αχίλλειος γεννήθηκε στην Καππαδοκία της Μ. Ασίας κατά το 270 μ.Χ. περίπου. Ο Αχίλλειος κληρονόμησε μεγάλη περιουσία, αλλά αυτός την μοίρασε στους Χριστιανούς που ήταν φτωχοί, στις χήρες, στα ορφανά και στις ανάγκες της Εκκλησίας. Από πλουσιότατος έγινε φτωχός, για να πλουτίσει στη Βασιλεία των Ουρανών.

Νήστευε, αγρυπνούσε, προσευχόταν και έκανε πρόθυμα πολλούς ασκητικούς αγώνες. Από όπου περνούσε ο Άγιος κήρυττε το Ευαγγέλιο και έτσι οδηγούσε πολλούς ανθρώπους από το σκοτάδι της ειδωλολατρίας στο φως του Χριστού. Βάπτιζε όλους όσους δίδασκε. Με τη χάρη του Θεού απέκτησε και το χάρισμα να κάνει θαύματα. Έτσι με ζωή γεμάτη αγώνα για τη δόξα του Χριστού έφθασε τέλος και στη Θεσσαλία, όπου η Εκκλησία τον τοποθέτησε στον ένδοξο θρόνο της Αρχιεπισκοπής Λαρίσης, στην οποία υπάγονταν πολλές επισκοπές. Στη νέα του διακονία ο Άγιος Αχίλλειος αναδείχθηκε ισάξιος των μεγάλων ιεραρχών και αγίων ανδρών. Πήρε μέρος στην Α΄ Οικουμενική Σύνοδο της Νίκαιας (325 μ.Χ.), όταν αυτοκράτορας του Βυζαντινού κράτους ήταν ο Μέγας Κων/νος. Υπήρξε από τα πιο

μαχητικά στελέχη της Οικουμενικής Συνόδου, όχι μόνο για τη σοφία του αλλά και για τα θαύματά του, με τα οποία ντρόπιασε τον αιρετικό Αρειό.



Ποίμανε τη Μητρόπολη Λαρίσης για τριάντα χρόνια. Ο Άγιος Αχίλλειος κατάλαβε το θάνατό του και ζήτησε να κατασκευάσουν τον τάφο του. Όλοι οι κληρικοί της περιφέρειας έτρεξαν στην κηδεία του. Τη στιγμή μάλιστα του ενταφιασμού του έγιναν πολλά θαύματα. Αργότερα, για πολύ καιρό, έμεινε ο τάφος άγνωστος. Πέρασαν 300 χρόνια και

οι άνθρωποι δεν ε γνώριζαν τίποτα για το λείψανο του Αγίου. Ο Θεός όμως δε θέλησε να κρύπτεται τέτοιος θησαυρός, αλλά φανέρωσε το άγιο λείψανο με θαύμα. Οι κάτοικοι της Λαρίσης έκτισαν μεγαλοπρεπή ναό και τοποθέτησαν το λείψανό του μέσα στην Εκκλησία. Εκεί καθημερινώς θαυματουργούσε μέχρι το έτος 978 μ.Χ., όταν ο άρχοντας των Βουλγάρων Σαμουήλ κατέλαβε τη Θεσσαλία και τη Λάρισα, αιχμαλώτισε τους κατοίκους και πήρε το λείψανο του Αγίου Αχιλλείου και το μετέφερε στη λίμνη της Πρέσπας.

Χίλια χρόνια περίπου από τότε ο Θεός ευδόκησε να φανερωθούν τα οστά του μέσα στα ερείπια μεγαλοπρεπούς μητροπολιτικής Βασιλικής. Το 1965 ανασκάφη ο δασώδης χώρος πάνω από το ναό από τον καθηγητή του Πανεπιστημίου Θεσσαλονίκης κ. Νικ. Μουτσόπουλο. Στο διακονικό (τμήμα Ιερού Βήματος), σε συνηθισμένο για ιερά λείψανα χώρο, βρέθηκε τάφος ο οποίος, όπως και ο ναός, κατασκευάστηκε από Έλληνες τεχνίτες, ίσως τους Λαρισαίους αιχμαλώτους. Το απόγευμα της 14 Μαΐου του 1981, με ελικόπτερο του Στρατού επανακομίσθηκαν τα λείψανα του Αγίου στη Λαρισαϊκή γη. Τα υποδέχθηκαν στο χώρο του σταδίου ο Μακαριώτατος Αρχιεπίσκοπος Αθηνών και πάσης Ελλάδος κ. Σεραφείμ, πολλοί Μητροπολίτες της Εκκλησίας της Ελλάδος, όλο το ιερατείο της Μητροπόλεως, πλήθος Λαρισαίων και Θεσσαλών προσκυνητών και οι τοπικές αρχές. Από τότε τα λείψανα του θαυματουργού Αγίου Αχιλλείου βρίσκονται στον ομώνυμο Μητροπολιτικό Ναό της πόλης μας και η μνήμη του γιορτάζεται με τη μεγαλύτερη επισημότητα κάθε χρόνο στις 15 Μαΐου.



ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΙ ΑΓΩΝΕΣ

ΑΘΗΝΑ – ΦΟΙΒΟΣ ΟΛΥΜΠΙΑΔΑ 2004



Η «Αθηνά» και ο «Φοίβος», δυο αδέρφια, είναι οι μασκότ της μοναδικής αθλητικής διοργάνωσης που θα ενώσει όλες τις χώρες του κόσμου. Είναι οι επίσημες μασκότ των **Ολυμπιακών του 2004**, που παρουσίασε, η Πρόεδρος της ΑΘΗΝΑ 2004, Γιάννα Αγγελοπούλου-Δασκαλάκη. Ο Φοίβος πήρε το όνομα του θεού της μουσικής και του φωτός Απόλλωνα-Φοίβου και η Αθηνά πήρε το όνομα της από την θεά της σοφίας, αδελφής του Φοίβου και προστάτιδα της πόλης των Αθηνών, Αθηνάς.

Ο Φοίβος και η Αθηνά είναι δυο σημερινά παιδιά, δυο αδέρφια. Δυο παιδιά που μέσα από την χαρά του παιχνιδιού – τη χαρά του αγώνα – θα μας δείξουν την πραγματική αξία της συμμετοχής και όχι της νίκης. Ο Φοίβος και η Αθηνά είναι δυο παιδιά, χαρούμενα, γεμάτα ζωντάνια και δημιουργικότητα. έτοιμα για χαριτωμένες "σκανδαλιές", έτοιμα όμως και για να μας δείξουν το δρόμο της συμμετοχής στους Ολυμπιακούς Αγώνες του 2004. Με το γέλιο τους, με την φωτεινή παρουσία τους, με την ελευθερία των κινήσεων τους και με τη θέλησή τους να συνεργαστούν και να μείνουν ενωμένοι, ο Φοίβος και η Αθηνά θα είναι πλέον μαζί μας για να εκφράσουν με ενθουσιασμό και αισιοδοξία την ανάγκη όλων μας να είμαστε ενωμένοι και να μοιραστούμε τη χαρά της μεγαλύτερης πανανθρώπινης γιορτής. **Των Ολυμπιακών Αγώνων.**

Ταυτόχρονα, ο Φοίβος και η Αθηνά φέρουν μαζί τους όλες τις αξίες που πρεσβεύει το Ολυμπιακό Ιδεώδες. Της αδελφοσύνης όλων των ανθρώπων του κόσμου. Ένα αγόρι και ένα κορίτσι, πρεσβευτές όχι μόνο της συνεργασίας και της ευγενούς άμιλλας, αλλά κυρίως της ισότητας.

Τόλιου Βούλα Β3

Πηγή Έμπνευσης

Μια αρχαία ελληνική κούκλα αποτέλεσε την πηγή έμπνευσης για τη γέννηση του Φοίβου και της Αθηνάς, των δυο Μασκότ των Ολυμπιακών Αγώνων του 2004. Μια κούκλα που πιθανόν να κρατούσαν στα χέρια τους οι πρώτοι Ολυμπιονίκες. Η κούκλα ανήκει στη συλλογή του Ελληνικού Αρχαιολογικού Μουσείου στην Αθήνα, ενώ παρόμοια δείγματα μπορεί να βρει κανείς στο Λούβρο στο Παρίσι, στη Βοστώνη και στο Βερολίνο.



Η μασκότ της Ολυμπιάδας του 2004 είναι εμπνευσμένη από την πρώτη ελληνική κούκλα, που βρίσκεται στο Αρχαιολογικό Μουσείο κι έχει τις ρίζες της στην εποχή του Ομήρου. Γεννήθηκε δηλαδή τον 7^ο αιώνα π.Χ. Κάποιοι υποστήριξαν ότι η εικόνα της δεν περιέχει ελληνικό στοιχείο, ενώ όλες οι προηγούμενες μασκότ είχαν αφετηρία την παράδοση της κάθε διοργανώτριας πόλης. Αν όμως, ο Φοίβος και η Αθηνά, που σχεδίασε ο Σπύρος Γκόγκος, δυο αδερφάκια με ηχηρό όνομα –παραλλαγή του Φρίξου και της Έλλης- βρουν θερμή ανταπόκριση από το αγοραστικό κοινό, τότε θ' αποδείξουν ότι είναι πράγματι μια επιτυχημένη επιλογή.



Μινέβ Αρτέμης Β2

ΚΑΙΝΟΤΟΜΕΣ ΔΡΑΣΕΙΣ

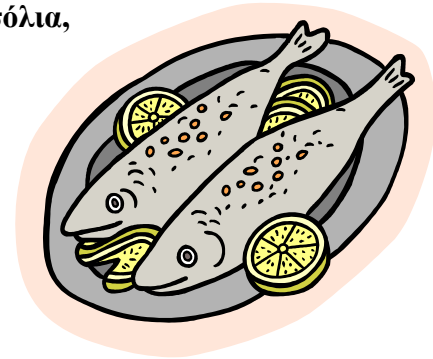
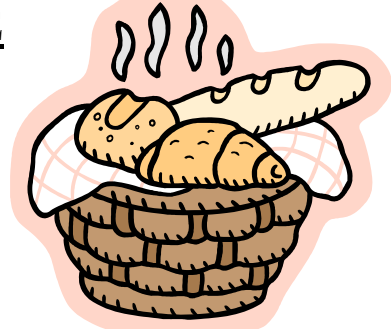
ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ : ΥΓΙΕΙΝΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ

ΤΑΞΗ Β3

ΥΠΕΥΘΥΝΟΙ ΚΑΘΗΓΗΤΕΣ : Ταμπούκα Μαρία - Δεληγιάννης Γιώργος

Ο ΔΩΔΕΚΑΛΟΓΟΣ ΤΗΣ ΣΩΣΤΗΣ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ

1. Να τρως πάντα πρωινό και να μην πηγαίνεις ποτέ νηστικός στο σχολείο. Για πρωινό να συνηθίσεις να πίνεις γάλα ή χυμούς φρούτων χωρίς ζάχαρη (είναι προτιμότερο να φτιάχνεις τους χυμούς μόνος σου από τα φρούτα που υπάρχουν στο σπίτι). Να τρως μαύρο ή ημίλευκο ψωμί ολικής αλέσεως ή ένα κουλούρι.
2. Στο κολατσιό να αγοράζεις φυσικούς χυμούς ή σάντουιτς χωρίς λιπαρά αλλαντικά. Ένα γιαούρτι ή ρυζόγαλο, ένα φρούτο (μήλο) ή ένα κουλούρι με τυρί αποτελούν καλές εναλλακτικές λύσεις.
3. Κρέας ή κοτόπουλο να τρως 1 έως 2 φορές την εβδομάδα. Να αποφεύγεις να τρως τα λίπη από το κρέας και την πέτσα από το κοτόπουλο.
4. Να τρως 2 έως 3 φορές την εβδομάδα όσπρια ή λαχανικά (φακές, φασόλια, ρεβίθια, φασολάκια, μπάμιες, μελιτζάνες κ.τ.λ.)
5. Να τρως μια φορά την εβδομάδα τουλάχιστον ψάρι, κατά προτίμηση φρέσκο (ακόμη και το μικρό).
6. Στο μεσημεριανό ή βραδινό σου να υπάρχει φρέσκια σαλάτα.
7. Αν αισθανθείς πείνα το απόγευμα, φάε ένα φρούτο ή ένα λαχανικό (πολύ ωφέλιμο και δροσιστικό είναι το καρότο).
8. Μην τρως γλυκό ή παγωτό ή ζαχαρωτό πιο συχνά από μια φορά την εβδομάδα και όχι σε μεγάλες ποσότητες.
9. Μάθε να τρως
 - α) σε τακτές ώρες
 - β) αργά και ήσυχα
 - γ) όχι μεγάλες ποσότητες
10. Να θυμάσαι πάντα ότι για να αγοραστεί ένα τρόφιμο που δεν έχει θρεπτική αξία, πρέπει να ξεγελαστεί αυτός που το αγοράζει. Γι' αυτό όλες οι βλαπτικές τροφές υπερτερούν των ωφελίμων σε εμφάνιση, γεύση και διαφημίζονται πολύ. Μια σωστή και υγιεινή τροφή δεν χρειάζεται να διαφημιστεί ή να ντυθεί τα καλά της ή τέλος να πάρει γλυκιά γεύση για να πουληθεί.
11. Τέλος, να θυμάσαι πάντα ότι αυτό που ξεδιψά καλύτερα απ' οτιδήποτε άλλο, είναι το νερό. Όταν λοιπόν θέλεις να σβήσεις την δίψα σου, ο πιο κατάλληλος τρόπος είναι να πεις ένα ποτήρι νερό.
12. Ότι μαθαίνουμε στην παιδική ηλικία, μας συντροφεύει σε όλη μας τη ζωή. Μάθε να τρως σωστά και υγιεινά για να αισθάνεσαι καλά κάθε μέρα και σ όλη σου τη ζωή.



Συντονισμός εργασίας Τόλιου Βούλα Β3

ΚΑΙΝΟΤΟΜΕΣ ΔΡΑΣΕΙΣ

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ : ΥΓΙΕΙΝΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ

ΤΑΞΗ Β2

ΥΠΕΥΘΥΝΟΙ ΚΑΘΗΓΗΤΕΣ : Γουνιτσιώτου Ασπασία – Χλωρός Γιώργος

ΜΕΣΟΓΕΙΑΚΗ ΔΙΑΙΤΑ: ΓΕΝΟΥΣ ΕΛΛΗΝΙΚΟΥ

Η λέξη «**δίαιτα**», δάνειο της αρχαίας ελληνικής στις περισσότερες σύγχρονες γλώσσες σημαίνει καταρχήν «τρόπος ζωής», κουλτούρα, διαγωγή. Με τον όρο «Μεσογειακή διαίτα», ονομάζουμε συνοπτικά τις διατροφικές συνήθειες των λαών της Μεσογείου, έτσι όπως αυτές διαμορφώθηκαν τις δεκαετίες του '50 και του '60.

Ακολουθήστε την επιλέγοντας τις εξής οδηγίες:

- Η «Μεσογειακή διαίτα» συνιστά να τρώτε καθημερινά ένα καλό πρωινό όπως ψωμί με γάλα, φυσικό χυμό ή ένα ωμό φρούτο εποχής.
- Να τρώτε το φαγητό σας στο τραπέζι και όχι στο πόδι. Παλαιότερα οι άνθρωποι δεν ήξεραν τι θα πει «**ταχυφαγία**». Μη γελάτε έτσι ονομάζεται στα ελληνικά το “fast food”.
- Να μασάτε καλά το φαγητό σας, γιατί έτσι το χωνεύετε καλύτερα. Γιατί όποιος βιάζεται δεν σκοντάφτει μόνο, αλλά βαρυστομαχιάζει.
- Αποφύγετε όσο μπορείτε τα τηγανητά φαγητά και τα λιπαρά κρέατα.
- Να τρώτε όσο πραγματικά χρειάζεστε και όχι όσο χρειάζεται για να αδειάσει το τραπέζι. Δεν χρειάζεται να υπερβάλλουμε και να ταλαιπωρούμε τον οργανισμό μας ούτε να γινόμαστε απόλυτοι στις επιλογές μας.

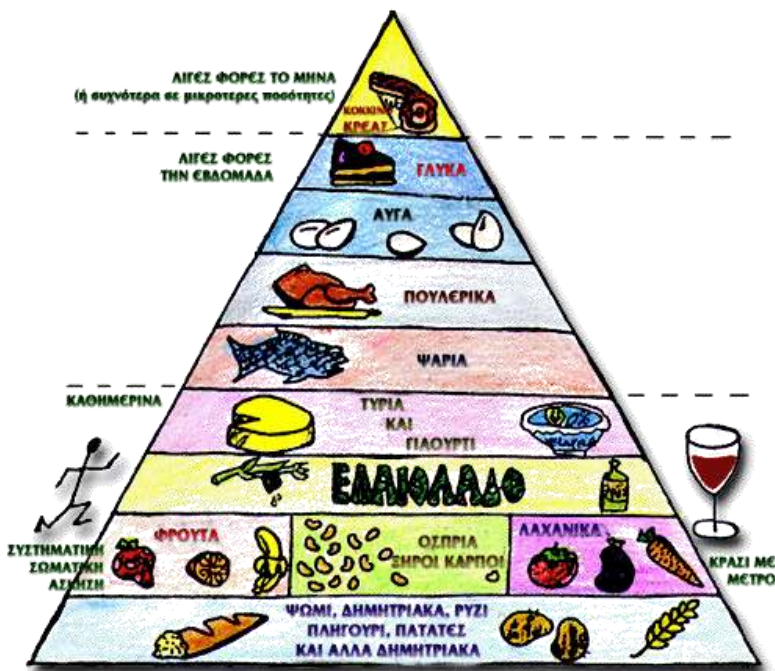


Ξέρατε ότι εκτός από τις πυραμίδες της Αιγύπτου και την οικολογική πυραμίδα, υπάρχει και η πυραμίδα της διατροφής; Οι παππούδες μας όχι μόνο την ήξεραν αλλά και έτρωγαν σύμφωνα μ' αυτή. Στη βάση της πυραμίδας αυτής στρογγυλοκάθεται το ψωμί, τα όσπρια, τα λαχανικά, τα φρούτα και τα δημητριακά. Καθώς ανεβαίνουμε συναντάμε τα ψάρια, τα πουλερικά, τα αυγά, τα γαλακτοκομικά και το άπαχο κρέας. Στην κορυφή βρίσκονται λιπαρές τροφές, τα γλυκίσματα και οι λιχουδιές που πρέπει να καταναλώνουμε με μέτρο.

Την πυραμίδα της «Μεσογειακής δίαιτας» σας την παρουσιάζουμε παρακάτω:

ΨΩΜΙ ΚΑΙ ΔΗΜΗΤΡΙΑΚΑ = ΥΓΕΙΑ

Τα δώρα της Δήμητρας οι μεσογειακοί λαοί τα εκτίμησαν από πολύ νωρίς, όμως, ό,τι αγάπησαν και χρησιμοποίησαν πιο πολύ για να καλύψουν τις ανάγκες τους ήταν χωρίς αμφιβολία το σιτάρι. Και πολύ σωστά έπραξαν αφού μέσα του κρύβει όλη τη δύναμη της γης, δηλαδή για να το θέσουμε επιστημονικότερα, είναι πλούσιο σε βιταμίνες (Ε και του συμπλέγματος Β), σε φυτικές ίνες, μεταλλικά στοιχεία (ασβέστιο, σίδηρο, φώσφορο) και σε έλαια πολυακόρεστα, δηλαδή άκρως υγιεινά. Έχει επιπλέον εκτός από τους υδατάνθρακες και αρκετές πρωτεΐνες, για την περίπτωση που λείπει το κρέας. Σύμβολο γονιμότητας και ευημερίας, το σταρι καταναλώθηκε ως επί το πλείστον ως αλεύρι, με τη μορφή του ψωμιού ή σε χυλό. Τέλος είναι πλέον γνωστό πως τουλάχιστον στη Ελλάδα ο άρτος ήταν η βασική τροφή των ανθρώπων.



Με άλλα λόγια τρώγοντας ψωμί και δημητριακά σημειώσατε **ΥΓΕΙΑ**.

Συντονισμός εργασίας Μπατάλα Δήμητρα Β2

ΚΑΛΟ ΚΑΛΟΚΑΙΡΙ



Καλοκαίρι σημαίνει Ελλάδα, θάλασσα, φοβερές παραλίες, καυτός ήλιος και γενικά τρελό κέφι.

Ξεχάστε το σχολείο, τα μαθήματα και τους βαθμούς και ονειρευτείτε τις καλοκαιρινές σας διακοπές. Τα νησιά της νησιωτικής Ελλάδας, σε συνδυασμό με τις παράκτιες περιοχές της ηπειρωτικής Ελλάδας, πλημμυρισμένα από κρυστάλλινα νερά, κάτω από το φως του δυνατού ήλιου, αποτελούν μια καλοκαιρινή Εδέμ.

© Τα εντυπωσιακά κοσμοπολίτικα νησιά της **Σαντορίνης**, της **Μυκόνου** και της **Πάρου** και τα φανταστικά μη πολυσύχναστα νησιά της **Μήλου** και της **Σερίφου**, στο σύμπλεγμα των **Κυκλάδων**.

© η διάσημη **Ρόδος**, η **Κως** και η **Κάλυμνος** στα **Δωδεκάνησα** και

© η μοναδική **Κρήτη**, θα σας συναρπάσουν.

© τα απαράμιλλα νησιά **Κέρκυρα**, **Κεφαλονιά**, **Ζάκυνθος**, στο **Ιόνιο πέλαγος** καθώς και

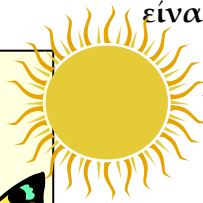
© οι αψεγάδιαστες **Σκιάθος** και **Σκόπελος** στις **Σποράδες**, είναι κάποια από τα μέρη, που σας προτείνουμε ανεπιφύλακτα.

ΤΟ ΚΑΛΟΚΑΙΡΙ

Ο κόσμος λάμπει
σαν ένα αστέρι,
βουνά και κάμποι,
δένδρα, νερά,
γιορτάζουν πάλι,
καθώς προβάλλει
το καλοκαίρι.
Θεού χαρά!



Η φύσις πέρα
ω νέοι και γέροι,
σα μια μητέρα
μας καρτερά.
Η φύσις όλη
σαν περιβόλι
το καλοκαίρι.
Θεού χαρά!



Βιβλίο - το καλύτερο αντηλιακό προσώπου και γι' αυτό το καλοκαίρι

Και τώρα που θα φύγετε για διακοπές τι βιβλία θα πάρετε μαζί σας; Υπάρχουν τόσα πολλά καλά βιβλία, που η απάντηση είναι επιεικώς αδύνατη. Εμείς μπορούμε να σας δώσουμε κάποιες συμβουλές για βιβλία που έχουμε διαβάσει και βρίσκονται στη βιβλιοθήκη μας.



« Ένα δέντρο στην αυλή μας - Το ταξίδι που σκοτώνει
Μέσα στις φλόγες - Άλλα καλοκαίρια - Το δέκατο έκτο καλοκαίρι
Στα μυστικά του Βάλτου » Είναι τα βιβλία που σας προτείνουμε

ΚΑΛΟ ΚΑΛΟΚΑΙΡΙ ΚΑΙ ΡΑΝΤΕΒΟΥ ΤΟ ΣΕΠΤΕΜΒΡΗ !



ΕΡΩΔΙΟΣ

ΕΡΩΔΙΟΣ

ΜΗΝΙΑΙΑ ΣΧΟΛΙΚΗ ΕΦΗΜΕΡΙΔΑ

7^{ου} ΓΥΜΝΑΣΙΟΥ ΛΑΡΙΣΑΣ

ΔΗΜΟΣΙΟΓΡΑΦΙΚΗ ΟΜΑΔΑ: Δαλακούρα Ιωάννα - Καρούμπα Αρετή - Κολοβού Ελίνα
Μπατάλα Δήμητρα - Μπάτζιου Μιράντα - Μιχολίτση Κατερίνα - Μινέβ Αρτέμης
Σακούλης Αρης - Σολωμός Λάμπρος - Σωτηρίου Γιώργος - Τόλιου Βούλα - Τσαουσιδής
Γιώργος - Τσιάρα Λεμονιά - Φαρμάκας Θανάσης - Μπούτος Αποστόλης

ΥΠΕΥΘΥΝΗ ΚΑΘΗΓΗΤΡΙΑ: ΧΟΥΡΜΟΥΖΙΑΔΟΥ ΔΕΣΠΟΙΝΑ

