

ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΕΞΑΠΛΑΤΑΝΟΥ Ν. ΠΕΛΛΑΣ  
Μαθητικό Περιοδικό – Τάξη Γ΄

# *Ανεμόπτερο*

Τεύχος 1ο – Απρίλης 2004



# Συντακτική Ομάδα

- Αθανασιάδου Μαρία
- Γελίκης Γιάννης
- Δημητρίου Πέτρος
- Λαδάς Νίκος
- Μπουτσούκης Γιώργος
- Μπουτσούκη Σουλτάνα
- Παπαδοπούλου Σοφία
- Πεχλιβανίδης Τάσος
- Σημαντής Γιώργος
- Σλατίντσης Γιώργος
- Τραπεζανίδου Μάρθα
- Τσικνίδης Μηνάς
- Χατζηκιοσέ Μαρία

Συντονιστής:

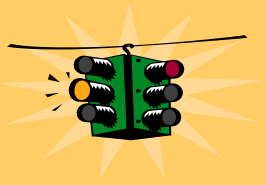
Χάπαλης Αθανάσιος





Τεύχος 1ο – Απρίλης 2004

# Ανεμόπτερο



Γλιστράμε στο χιόνι...

Προσέχω στο δρόμο;

Ο κύκλος του χαρτιού...


















Όταν η γη τρέμει...

Ξέρουμε τι τρώμε;

Στου παραμυθιού τη χώρα...



# Περιεχόμενα

- Δημοτικό Σχολείο Εξαπλατάνου – Γιάννης Γελίκης σελ. 5 
- Η αρκούδα – Μαρία Αθανασιάδου σελ. 6 
- Ο κύκλος του χαρτιού – Γιώργος Μπουτσούκης σελ. 8 
- Γλιστράμε στο χιόνι – Νίκος Λαδάς σελ. 10 
- Ολυμπιακοί αγώνες – Γιώργος Σλατίντσης σελ. 12 
- Μενέλαος Λουντέμης – Σοφία Παπαδοπούλου σελ. 13 
- Το βιολί – Μάρθα Τραπεζανίδου σελ. 14 
- Προσέχω στο δρόμο; – Μηνάς Τσικνίδης σελ. 15 
- Ιαματικές πηγές – Σουλτάνα Μπουτσούκη σελ. 16 
- Όταν η γη τρέμει – Τάσος Πεχλιβανίδης σελ. 18 
- Νομός Πέλλας – Πέτρος Δημητρίου σελ. 19 
- Ξέρουμε τι τρώμε; – Μαρία Αθανασιάδου σελ. 20 
- Αυγά σου καθαρίζουνε; – Γιώργος Σημαντής σελ. 21 
- Στου παραμυθιού τη χώρα – Νίκος Λαδάς-Μηνάς Τσικνίδης σελ. 22 
- Το μαντιλάκι – Μαρία Χατζηκιοσέ σελ. 23 





# ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΕΞΑΠΛΑΤΑΝΟΥ



ΟΝΟΜΑ : **6/ΘΕΣΙΟ ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ**

**ΕΞΑΠΛΑΤΑΝΟΥ**

ΕΔΡΑ: **ΕΞΑΠΛΑΤΑΝΟΣ**

ΔΗΜΟΣ: **ΕΞΑΠΛΑΤΑΝΟΥ**

ΕΠΑΡΧΙΑ: **ΑΛΜΩΠΙΑΣ**

ΝΟΜΟΣ: **ΠΕΛΛΑΣ**

Ιδρύθηκε και λειτούργησε το έτος **1924** ως σχολείο «Μονοτάξιον» με το όνομα «Α΄ ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΕΞΑΠΛΑΤΑΝΟΥ». Το **1957** λειτούργησε ως «5/τάξιο» σχολείο. Το **1961** συγχωνεύθηκε με το Β΄ Δημοτικό σχολείο και λειτούργησε ως «8/θέσιο» σχολείο. Το **1962** «6/θέσιο», το **1970** «7/θέσιο», το **1977** «8/θέσιο», το **1978** «9/θέσιο». Σήμερα λειτουργεί ως «6/θέσιο» σχολείο.

Το πρώτο κτίριο ήταν ένα μικρό τουρκικό σπίτι όπου υπήρχε κάποτε χριστιανικός ναός και έγινε σχολείο με προσωπική εργασία των κατοίκων του χωριού. Μετά την αναχώρηση των Τούρκων η κοινότητα αγόρασε ένα τουρκικό σπίτι τεσσάρων δωματίων στην είσοδο του χωριού. Αυτό το σπίτι χρησιμοποιήθηκε ως σχολείο μέχρι τη θεμελίωση του νέου κτιρίου (**1929-1951**) το οποίο και ανακατασκευάστηκε το **1954**.

Το νέο κτίριο βρίσκεται στην οδό Αριδαίας – Φούστανης κοντά στην κεντρική πλατεία του χωριού. Ο πρώτος όροφος του κτιρίου θεμελιώθηκε και κατασκευάστηκε το **1929** και είχε τρεις αίθουσες διάδρομο και γραφείο. Το **1951-1956** έγινε ο δεύτερος όροφος με τους ίδιους χώρους και αυτός. Ο πρώτος όροφος είναι λιθόκτιστος και ο δεύτερος πλινθόκτιστος.

Κατά την περίοδο της γερμανικής κατοχής χρησιμοποιήθηκε το κτίριο κατά διαστήματα από τις δυνάμεις κατοχής. Το **1959** κατασκευάστηκε περιτόχισμα και το **1961-1963** περίφραξη του σχολικού κήπου και της αυλής. Το **1966-1967** κατασκευάστηκε αίθουσα εστιατορίου και μαθητικού συσσιτίου η οποία χρησιμοποιήθηκε για θεατρικές παραστάσεις, χοροεσπερίδες και γυμναστήριο.

Σήμερα το σχολείο έχει **6** αίθουσες διδασκαλίας, μια για την ειδική τάξη, μια για το ολοήμερο σχολείο, ένα γραφείο, ένα γυμναστήριο, **11** εκπαιδευτικούς και **89** μαθητές.

# Η ΑΡΚΟΥΔΑ

Πριν από **25** εκατομμύρια χρόνια εμφανίστηκαν στη γη οι πρώτες αρκούδες. Στην Κίνα πριν από **400.000** χρόνια ζούσε η καφέ αρκούδα. Στην Ευρώπη έφτασε πριν από **200.000** χρόνια. Τα τελευταία **200** χρόνια ήταν αρκετά για να κινδυνέψουν και να απειληθούν με εξαφάνιση οι αρκούδες σ' ολόκληρη τη γη.

Η αρκούδα ανήκει στην οικογένεια των Αρκτιδών που περιλαμβάνει **7** είδη:

- 1) **Την πολική αρκούδα** που ζει στο Βόρειο Πόλο ανάμεσα σε παγόβουνα
- 2) **Τη μαύρη ασιατική** που ζει στην Κεντρική και Ανατολική Ασία
- 3) **Τη μαύρη αμερικανική** που ζει στα δάση της Βόρειας Αμερικής
- 4) **Τη διοπτροφόρο** που μοιάζει να φοράει γυαλιά, ζει στα βουνά της Νότιας Αμερικής και είναι φυτοφάγος
- 5) **Τη μαλαισιανή** που είναι η μικρότερη αρκούδα και ζει στη Νοτιοανατολική Ασία
- 6) **Την αρκούδα του μελιού** που τρέφεται με μέλι και ζει στη Νότια Ινδία
- 7) **Την καφέ αρκούδα** που είναι το πιο κοινό είδος.

Η αρκούδα δεν είναι επιθετική. Είναι ζώο μοναχικό.



Φοβάται και αποφεύγει τον άνθρωπο. Προτιμά τα πυκνά ορεινά δάση για να κρύβεται. Στις αρκούδες αρέσει η υγρασία, η σκιά και οι βουτιές στα ρυάκια.

Κάθε αρκούδα οριοθετεί την περιοχή της ώστε να μην πλησιάζουν εκεί άλλες. Μια νεαρή αρκούδα χρειάζεται **15 – 20** τετραγωνικά χιλιόμετρα για το καταφύγιό της και **50 – 150** τετραγωνικά χιλιόμετρα για να βρίσκει την τροφή της. Μια μεγάλη αρσενική αρκούδα χρειάζεται **3 – 5** φορές περισσότερο χώρο.

Η θηλυκή αρκούδα ζυγίζει **70 – 120** κιλά και η αρσενική **110 – 250** κιλά. Ζει **25 – 30** χρόνια. Τρώει φύλλα, φρούτα, καρπούς, μέλι, έντομα, ψάρια, μικρά ζώα και πολύ σπάνια πρόβατα, κατσίκια, αγελάδες.



Από την άνοιξη ως το φθινόπωρο η αρκούδα τρώει και μαζεύει κάτω από το δέρμα της ένα παχύ στρώμα λίπους, με το οποίο τρέφεται κατά τη διάρκεια του χειμéricου λήθαργού της.

Το χειμώνα δεν υπάρχει τροφή και η αρκούδα χώνεται στη φωλιά της και πέφτει σε βαθύ ύπνο που λέγεται **χειμéricος λήθαργος ή χειμéricια νάρκη**. Ο λήθαργος μπορεί να κρατήσει από **1 – 6** μήνες. Στην Ελλάδα διαρκεί **2 – 3** μήνες. Η αρκούδα τρέφεται τότε από το αποθηκευμένο λίπος του σώματός της και όταν ξυπνά την άνοιξη έχει χάσει βάρος και νιώθει πολύ αδύναμη.

Κατά τη διάρκεια του λήθαργού της, η θηλυκή αρκούδα γεννά **1 – 2** αρκουδάκια που ζυγίζουν **350 – 400** γραμμάρια. Τα αρκουδάκια ζουν κοντά στη μητέρα τους **2 – 3** χρόνια και μαθαίνουν να βρίσκουν την τροφή τους και καταφύγιο στα πυκνά δάση και στις σπηλιές.

**Ο άνθρωπος είναι ο χειρότερος εχθρός της.**

Οι κυνηγοί σκότωναν αρκούδες για τη γούνα και το κρέας τους. Πολλοί άνθρωποι έπιαναν τα μικρά αρκουδάκια για να τα πουλήσουν σε αρκουδιάρηδες, σε τσίρκα και ζωολογικούς κήπους. Οι **«αρκούδες χορεύτριες»** βασανίζονταν φριχτά για να μάθουν να χορεύουν. Ο χορός τους είναι χορός πόνου και όχι χαράς.

Σήμερα η αρκούδα θεωρείται προστατευόμενο είδος και απαγορεύεται το κυνήγι της. Το **1992** δημιουργήθηκε στη Θεσσαλονίκη μια Περιβαλλοντική Οργάνωση ο **ΑΡΚΤΟΥΡΟΣ**. Στον Αετό και στο Νυμφαίο της Φλώρινας ο **ΑΡΚΤΟΥΡΟΣ** δημιούργησε το **Κέντρο Προστασίας Αρκούδας**, για την προστασία και την περίθαλψη των πρώην αιχμάλωτων αρκούδων.



Κι όμως οι αρκούδες κινδυνεύουν ακόμα...

# Ο ΚΥΚΛΟΣ ΤΟΥ ΧΑΡΤΙΟΥ



Κάθε χρόνο στην Ελλάδα καταναλώνουμε **1.000.000** τόνους χαρτί. Για να παράγουμε ένα τόνο χαρτί χρειάζονται **38 – 53** στρέμματα δάσους, **280 – 440** κυβικά μέτρα νερού και **4.750 – 7.600** κιλοβατώρες σε ενέργεια. Το **20 – 30 %** των σκουπιδιών είναι χαρτί. Με την ανακύκλωση αυτής της ποσότητας χαρτιού εξοικονομούμε δέντρα, νερό και ενέργεια. Έτσι μειώνουμε και τη **ρύπανση του περιβάλλοντος**.



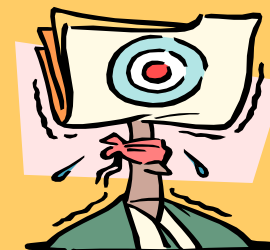
Όλοι χρησιμοποιούμε χαρτί στην καθημερινή μας ζωή και γι' αυτό θα πρέπει να φροντίζουμε για την **ανακύκλωσή** του. Το χαρτί που είναι για ανακύκλωση συμπιέζεται σε μεγάλες μπάλες που καθεμιά ζυγίζει **3** τόνους. Έτσι εξοικονομούμε χώρο και μειώνουμε τα έξοδα μεταφοράς.

Η χαρτοποιία που χρησιμοποιεί **συμπιεσμένο χαρτί σε μπάλες** δουλεύει όπως και ένα εργοστάσιο ξυλείας. Χρησιμοποιεί τεράστιες ποσότητες νερού και παράγει **πολτό** που πάει σε μεγάλες δεξαμενές για **καθαρισμό**. Το συμπιεσμένο χαρτί διαλύεται πιο εύκολα από τα

ξύλα και έτσι κάνουμε οικονομία στα καύσιμα και στην ενέργεια. Ο πολτός από το ανακυκλωμένο χαρτί δεν πρέπει να έχει άλλα αντικείμενα όπως **λαστιχάκια, συνδετήρες** κ.ά. Όταν δίνουμε χαρτί για ανακύκλωση πρέπει να βγάζουμε όλα αυτά τα αντικείμενα.

Προσοχή πρέπει να δίνουμε στις κόλλες που δε διαλύονται στο νερό και φρακάρουν τη **μηχανή επεξεργασίας**. Εμπόδιο ακόμη μεγαλύτερο είναι το **τυπογραφικό μελάνι**. Ρίχνουμε ειδικά απορρυπαντικά στον πολτό για να διώξουμε το μελάνι. Αυτό λέγεται **απομελάνωση**.

Επίσης χρησιμοποιούμε λευκαντικά και ουσίες αποχρωματισμού όπως **χλωρίνη, οξυζενέ** κ.ά. Στο τέλος ξεπλένουμε τον πολτό, τον ανακατεύουμε και τον αφήνουμε να στεγνώσει σε ειδικά κόσκινα.

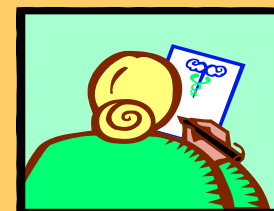






## Τι να προσέχετε όταν καταναλώνετε;

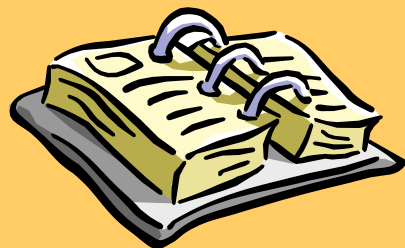
- Χρησιμοποιείτε και τις δυο πλευρές του χαρτιού όταν γράφετε.
- Προτιμάτε μολύβι και γόμα στο πρόχειρο για να μπορείτε να σβήνετε.
- Να μοιράζεστε βιβλία και περιοδικά με τους φίλους σας.
- Δώστε βιβλία που δε χρειάζεστε σε άλλα παιδιά ή σε κάποια βιβλιοθήκη.



## Ανακύκλωση τώρα

● Οτιδήποτε έχετε από χαρτί και δεν το χρειάζεστε πια, βάλτε το στους ειδικούς κάδους ανακύκλωσης χαρτιού του σχολείου σας ή του δήμου.

- **Θυμηθείτε:** Υπεύθυνοι για την ανακύκλωση είμαστε εμείς οι ίδιοι.



## Τι να προσέχετε όταν αγοράζετε;

- Αποφεύγετε προϊόντα με περιττή συσκευασία.
- Αγοράζετε χαρτί τουαλέτας από ανακυκλωμένο χαρτί.
- Αποφεύγετε συσκευασίες από πλαστικό και προτιμάτε από χαρτόνι.
- Αγοράζετε ανακυκλωμένο χαρτί αλληλογραφίας ή ζωγραφικής και τετράδια ανακυκλωμένου χαρτιού.
- Στα ψώνια πάρτε μαζί σας διχτάκι ή υφασμάτινη τσάντα και αποφύγετε τις πλαστικές σακούλες.
- Αποφεύγετε το ρολό χαρτιού στην κουζίνα.

# ΓΛΙΣΤΡΑΜΕ ΣΤΟ ΧΙΟΝΙ



Πολλά από τα αθλήματα και τα αγωνίσματα που υπάρχουν σήμερα, έχουν σχέση με τις φυσικές δραστηριότητες του ανθρώπου όπως το τρέξιμο, το κυνήγι και άλλες. Το ίδιο γίνεται και με τις χιονοδρομίες, το σκι όπως μάθαμε να το λέμε. Πιο σωστά το χειμερινό σκι γιατί υπάρχει και το θαλάσσιο σκι.

Στη Φινλανδία και τη Σουηδία βρέθηκαν τα παλιότερα σκι. Έχουν ηλικία πάνω από **4.000** χρόνια και μοιάζουν περισσότερο με χιονοπέδιλα. Σε ένα βράχο της Νορβηγίας υπάρχει μια παράσταση με σκιέρ που φτιάχτηκε πριν από **2.000** χρόνια. Το σκι χρησιμοποιήθηκε για τη μετακίνηση στο χιόνι από τα αρχαία χρόνια αλλά και σε πολέμους.

Το σκι σαν αγώνισμα άρχισε το **19ο αιώνα** στη Νορβηγία και έγινε γνωστό σε όλο τον κόσμο. Εκτός από αγώνισμα το σκι είναι και ψυχαγωγία.

## Ο εξοπλισμός

Ο εξοπλισμός του σκι έχει πολλά μυστικά. Οι μπότες, τα μαστούνια και τα πέδιλα πρέπει να έχουν το σωστό μέγεθος και τα ρούχα να είναι αδιάβροχα, αντιανεμικά και ζεστά.

## Το σκι είναι για κάθε ηλικία

Σε πολλές περιοχές της χώρας μας υπάρχουν σύλλογοι που ασχολούνται με το σκι. Σε πολλά βουνά υπάρχουν χιονοδρομικά κέντρα όπως στο Βόρα (Καϊμακτσαλάν), Παρνασό, Καρπενήσι, Βέρμιο, Μέτσοβο, Βυτίνα και άλλα. Εκεί μπορούμε να κάνουμε τα πρώτα μας γλιστρήματα.

## Τα αγωνίσματα του σκι

Έχουμε δυο βασικές κατηγορίες, τους δρόμους ή βορινό σκι και τα αλπικά αγωνίσματα. Συνολικά τα αγωνίσματα είναι επτά:



## Τα αγωνίσματα του σκι:

- Η κατάβαση, όπου ο αθλητής κατεβαίνει μια διαδρομή χωρίς να ακουμπήσει τα μαστούνια του και με ταχύτητα που φτάνει τα 100 χιλιόμετρα.
- Το σλάλομ, όπου γίνονται ελιγμοί ανάμεσα σε σημαίες, τις «πόρτες» όπως λέγονται.
- Το γιγαντιαίο σλάλομ, μια μεγάλη διαδρομή όπου συνδυάζεται η κατάβαση και το σλάλομ.
- Το άλμα από μια μεγάλη κατηφορική πίστα.
- Το σκι αντοχής που γίνεται σε ανώμαλο χιονισμένο έδαφος.
- Το ελεύθερο σκι, με ελεύθερα άλματα και τρέξιμο σε ανώμαλες πλαγιές.
- Το διάθλο, όπου οι αθλητές κάνουν σκι αντοχής και σκοποβολή κατά τη διάρκεια της διαδρομής.



## Το άλμα με σκι

Μπορεί να φτάσει σε ύψος τα 60 μέτρα. Οι κριτές παρακολουθούν από έναν πύργο και βαθμολογούν τους σκιέρ, με βάση το στυλ και το μήκος του άλματος.

## Η κατάβαση

Στην κατάβαση οι σκιέρ φοράνε κράνη γιατί το σκι είναι επικίνδυνο στις μεγάλες ταχύτητες. Τα μαστούνια του σκι βοηθούν τους σκιέρ να στρίβουν και να κρατούν την ισορροπία τους καθώς γέρνουν το σώμα τους από τη μια και την άλλη πλευρά.

## Κάνετε ένα μικρό ταξιδάκι

σε κάποιο χιονοδρομικό κέντρο και δοκιμάστε τα πρώτα σας βήματα στις χιονισμένες πίστες.





# ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΙ ΑΓΩΝΕΣ



## Ολύμπια – Ολυμπιακοί αγώνες

Οι αρχαίοι Έλληνες είχαν πολλές γιορτές, τοπικές και πανελλήνιες, για να τιμούν τους θεούς. Έδιναν μεγάλη σημασία στον αθλητισμό και συνδύαζαν τις γιορτές με αθλητικούς αγώνες.

Στην Ολυμπία γιόρταζαν κάθε **4 χρόνια** τα Ολύμπια, για να τιμήσουν το Δία. Στην ιστορία αναφέρονται πρώτη φορά στα **776 π.Χ.** Από τότε αρχίζουν και οι Ολυμπιάδες.

## Ιερομηνία

**Ένα μήνα** πριν από τους αγώνες, κηρυσσόταν σε όλες τις πόλεις εκεχειρία. Σταματούσαν δηλαδή όλοι οι πόλεμοι για το διάστημα των αγώνων. Η περίοδος αυτή λεγόταν ιερομηνία.

Στην Ολυμπία μαζεύονταν τις μέρες της γιορτής χιλιάδες Έλληνες. Οι αθλητές έπρεπε να είναι Έλληνες ελεύθεροι πολίτες. Οι θεωροί ήταν αντιπρόσωποι των πόλεων και παρακολουθούσαν τους αγώνες. Οι θεατές μπορούσαν να είναι ξένοι ή και δούλοι. Μόνο οι γυναίκες δεν μπορούσαν να παρακολουθήσουν τους αγώνες. Οι ελλανοδίκες ήταν οι κριτές των αγώνων.

Η γιορτή κρατούσε **5 μέρες**. Την πρώτη μέρα έκαναν



θυσία στο Δία και τους άλλους θεούς. Οι ελλανοδίκες και οι αθλητές ορκίζονταν. Για τα παιδιά έδιναν όρκο οι γονείς. Τις επόμενες **3** μέρες γίνονταν στο στάδιο οι αγώνες. Πρώτα ο **δρόμος**. Έπειτα τα άλλα αγωνίσματα, **πάλη, πυγμή, παγκράτιο, πένταθλο** και άλλα. Τα παιδιά αγωνίζονταν χωριστά. Γίνονταν και **ιππικοί αγώνες** στον ιππόδρομο και **αρματοδρομίες**.

## Τιμή στους ολυμπιονίκες

Την τελευταία μέρα οι ελλανοδίκες στεφάνωναν τους νικητές με κλαδιά από την ελιά, που βρισκόταν στο πίσω μέρος του ναού του Δία. Όποιος γινόταν **3** φορές ολυμπιονίκης, είχε το δικαίωμα να στήσει το άγαλμά του στην Ολυμπία. Ήταν μεγάλη τιμή να είσαι ολυμπιονίκης. Οι πόλεις τιμούσαν τους νικητές τους και στο γυρισμό τους υποδέχονταν σαν ήρωες.

Οι ολυμπιακοί αγώνες καταργήθηκαν στα βυζαντινά χρόνια από τον αυτοκράτορα Θεοδόσιο τον Α΄, γιατί θεωρήθηκαν ειδωλολατρικές εκδηλώσεις. Στα **1894** όμως **15** χώρες αποφάσισαν να τους ξαναρχίσουν, τιμώντας την ολυμπιακή ιδέα. Έτσι στα **1896** έγιναν οι πρώτοι ολυμπιακοί αγώνες στην Αθήνα και από τότε γίνονται κάθε **4** χρόνια, σε διαφορετική κάθε φορά χώρα.



## ΜΕΝΕΛΑΟΣ ΛΟΥΝΤΕΜΗΣ



Γεννήθηκε το **1912** στο χωριό Αγία Κυριακή της Μικράς Ασίας. Ήταν πεζογράφος, ποιητής και κριτικός. Το πραγματικό του όνομα ήταν Δημήτρης Βαλασιάδης.

Με τον ξεριζωμό του Ελληνισμού, πολύ μικρός, εγκαταστάθηκε και πέρασε τα παιδικά του χρόνια στον Εξαπλάτανο με τους γονείς του. Έμαθε τα πρώτα γράμματα στο **Αστικό Γυμνάσιο Αριδαίας** και στο **Εξατάξιο Γυμνάσιο Αρρένων Έδεσσας**.

Συνέχισε τις σπουδές του σε οικοτροφείο στην Κοζάνη και ξεχώρισε αμέσως από τα άλλα παιδιά. Ακολούθησε ένα λαϊκό θίασο και βρέθηκε στο Βόλο όπου δούλεψε για δυο χρόνια σε ένα δικηγόρο.

Ο Μενέλαος Λουντέμης ήταν αυτοδίδακτος και αυτοδημιούργητος συγγραφέας, προικισμένος με πολύπλευρο ταλέντο και μεγάλη ακαταμάχητη θέληση. Γνώρισε διώξεις, εξορίες, αρρώστιες, νοσοκομεία. Έζησε **18** χρόνια αναγκαστικής εξορίας στη Ρουμανία και έκανε αμέτρητα ταξίδια φτάνοντας μέχρι την Κίνα και το Βιετνάμ.

Σαράντα χρόνια συγγραφικής δράσης έδωσε

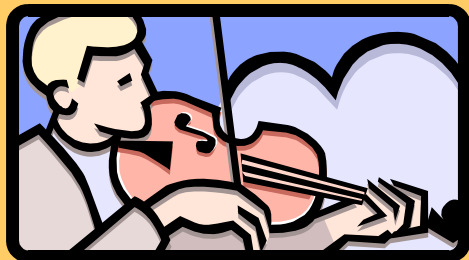
έργο τεράστιο σε ποσότητα και ποιότητα, δύναμη και ρεαλισμό, αμεσότητα και λυρισμό.

Ήταν μέλος της **Εταιρείας Ελλήνων Λογοτεχνών** και τιμήθηκε με το **Κρατικό Βραβείο Πεζογραφίας** το **1938** και τη **Χρυσή Δάφνη Πανευρώπης** στο Παρίσι το **1951**.

**Έργα του:** «Τα πλοία δεν άραξαν», «Περιμένοντας το Ουράνιο Τόξο», «Γλυκοχάραμα», «Αυτοί που φέρανε την Καταχνιά», «Καληνύχτα ζωή», «Συννεφιάζει», «Βουρκομένες μέρες», «Οι κερασιές θ' ανθίσουν και φέτος», «Ένα παιδί μετράει τ' άστρα», «Το ρολόι του κόσμου χτυπά», «Αγέλαστη Άνοιξη», «Τρόπαια Α' και Β'», «Το κρασί των δειλών», «Ο άγγελος με τα γύφια φτερά». **Οι ποιητικές του συλλογές:** «Κραυγές στα πέρατα», «Το σπαθί και το φιλί», «Θρηνολόι και άσμα για το σταυρωμένο νησί», «Κοντσέρτο για δυο μυδράλια κι ένα αηδόني». Ακόμη έχει γράψει δοκίμια, διηγήματα, τέσσερα παιδικά βιβλία (Θησέας, Ηρακλής, Δαίδαλος, Ίκαρος) και θεατρικά έργα.

Μενέλαος Λουντέμης. Είπαν γι' αυτόν πως «**ανοίγει την καρδιά του και τις καρδιές των άλλων**».





## ΤΟ ΒΙΟΛΙ

**Αν ζητήσουμε** από κάποιον να κάνει ένα κατάλογο μουσικών οργάνων, σίγουρα θα έβαζε το βιολί στην κορυφή. Ο ήχος του είναι καθαρός και έχει ξεχωριστή θέση στην ορχήστρα.

**Στις μεσογειακές χώρες** το βιολί είναι σύμβολο του ρομαντισμού. Είναι όργανο που χρησιμοποιείται στους παραδοσιακούς δημοτικούς χορούς. Το Μεσαίωνα υπήρχαν πλανόδιοι μουσικοί που χρησιμοποιούσαν έγχορδα όργανα όπως το βιολί.

**Το βιολί είναι εκφραστικό όργανο** και χρησιμοποιείται στην κλασική μουσική από τους συνθέτες για να δημιουργεί εικόνες ή να προκαλεί συναισθήματα.

**Στο βιολί υπάρχει** ένα ηχείο ή καπάκι, μανίκι ή ταστιέρα, **4** χορδές, καβαλάρης, κλειδιά που τεντώνουν τις χορδές και το δοξάρι. Σέρνοντας το δοξάρι πάνω στις χορδές βγαίνει ένας γλυκός και καθαρός ήχος. Με απότομες και νευρικές κινήσεις

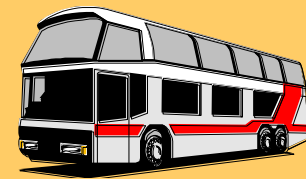
του δοξαριού ο ήχος γίνεται τραχύς και οργισμένος και δημιουργεί αίσθηση χορού, βροχής και θύελλας.

### Πώς λειτουργεί το βιολί:

Ο ήχος παράγεται με το χτύπημα των χορδών ή το σύρσιμο του δοξαριού πάνω στις χορδές. Οι **4** χορδές τεντώνονται από τη βάση του οργάνου πάνω από τον καβαλάρη και στηρίζονται στα κλειδιά. Το βιολί κουντίζεται με το στρίψιμο των κλειδιών που τεντώνουν ή χαλαρώνουν τις χορδές. Στην αρχή οι χορδές φτιάχνονταν από έντερα ζώου. Σήμερα όμως προτιμούν τα συνθετικά υλικά.

Ονομαστά είναι τα βιολιά **Στραντιβάριους**. Το **1990** πωλήθηκε ένα για **820.000** λίρες, κατασκευασμένο το **1720**. Ήταν και η υψηλότερη τιμή που πληρώθηκε για βιολί.





## ΠΡΟΣΕΧΩ ΣΤΟ ΔΡΟΜΟ;



Κάθε μέρα είμαστε υποχρεωμένοι να περνάμε το δρόμο για να πάμε στο σχολείο, στο σπίτι, στο γήπεδο για παιχνίδι ή στα καταστήματα για να αγοράσουμε διάφορα πράγματα. Όμως υπάρχουν και κίνδυνοι. Ξέρουμε τι πρέπει να προσέχουμε; Ας δούμε κάποιες οδηγίες που μας ενδιαφέρουν.

- Ξεκινώ νωρίς για το σχολείο, για να μη βιάζομαι στο δρόμο και διαλέγω την πιο ασφαλή διαδρομή.
- Για να περάσω απέναντι σταματάω και κοιτάζω αριστερά, δεξιά και πάλι αριστερά.
- Δε διασχίζω ποτέ διαγώνια μια διασταύρωση. Χρησιμοποιώ τις διαβάσεις πεζών.
- Στα φανάρια με **πράσινο** περνάω, με **κόκκινο** σταματάω. Πάντα όμως προσέχω.
- Στο αυτοκίνητο καθόμαστε πίσω και ανάλογα με την ηλικία μας σε παιδικό κάθισμα ή φοράμε ζώνη ασφαλείας.
- Στο λεωφορείο ανεβαίνουμε και κατεβαίνουμε



μόνον όταν σταματήσει. Στη διαδρομή κρατάμε τις χειρολαβές.

● Μέσα στο λεωφορείο ή στο αυτοκίνητο δεν πρέπει να κρατάμε αιχμηρά αντικείμενα ούτε να μασάμε τσίχλα, φρούτα, καραμέλες γιατί γίνονται ιδιαίτερα επικίνδυνα με το φρενάρισμα.

● Στο ποδήλατο πριν ξεκινήσω ελέγχω φρένα, λάστιχα, αλυσίδα, κουδούνι, φώτα. Χρησιμοποιώ εξοπλισμό ασφαλείας: κράνος, αντανakλαστικές ζώνες, σημαιοάκι. Στο δρόμο τηρώ τον Κώδικα Οδικής Κυκλοφορίας **Κ.Ο.Κ.**



● Αν φύγει η μπάλα στο δρόμο δεν τρέχουμε να την πάρουμε αν δε σιγουρευτούμε πρώτα πως δεν υπάρχει αυτοκίνητο που περνά. Δεν παίζουμε με τη μπάλα στο δρόμο ούτε στο πεζοδρόμιο, παρά μόνο σε ασφαλές μέρος όπως το γήπεδο.

● Περπατάμε πάντα στο πεζοδρόμιο ή αν δεν υπάρχει, στην αριστερή άκρη του δρόμου για να βλέπουμε τα αυτοκίνητα που έρχονται προς εμάς.

**Προσοχή στο δρόμο και τα μάτια μας δεκατέσσερα**





### Νερό – Πηγή ζωής

Οι αρχαίοι Έλληνες θεωρούσαν το ιαματικό νερό θεϊκό δώρο για την υγεία, την ομορφιά και τη δύναμη του ανθρώπου. Γνώριζαν τις θεραπευτικές του ιδιότητες και το χρησιμοποίησαν σε διάφορες παθήσεις. Ο Ιπποκράτης ήταν ο πρώτος που μελέτησε την επίδραση των θερμών λουτρών στο ανθρώπινο σώμα.

Σήμερα έχει αποδειχθεί πως η υδροθεραπεία κάνει καλό στις δερματικές παθήσεις, το νευρικό και το πεπτικό σύστημα, το ουροποιητικό, το καρδιαγγειακό, το αναπνευστικό και στο μυοσκελετικό σύστημα.

Οι περισσότεροι όταν ακούμε ιαματικά λουτρά σκεφτόμαστε την τρίτη ηλικία. Τα τελευταία όμως χρόνια όλο και πιο πολλοί νέοι τα επισκέπτονται για λόγους πρόληψης και αναψυχής.

## ΙΑΜΑΤΙΚΕΣ ΠΗΓΕΣ

### Τρόποι υδροθεραπείας

**Ποσιθεραπεία:** στηρίζεται στην πόση του ιαματικού νερού και κρατά 3 – 4 εβδομάδες.

**Εισπνοοθεραπεία:** με ειδικές συσκευές εισπνέουμε αέρια και σταγονίδια ιαματικού νερού.

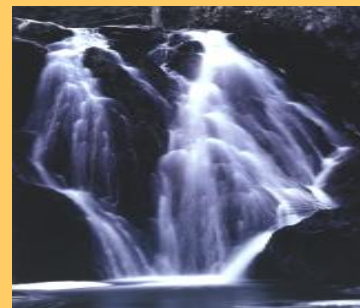
**Πλύσεις:** χρησιμοποιούμε το ιαματικό νερό για ρινικές και στοματικές πλύσεις.

**Λουτρά:** βυθίζουμε το σώμα σε μπανιέρα ή πισίνα με ιαματικό νερό για 20 λεπτά. Η θεραπεία διαρκεί για 10 έως 20 μέρες.

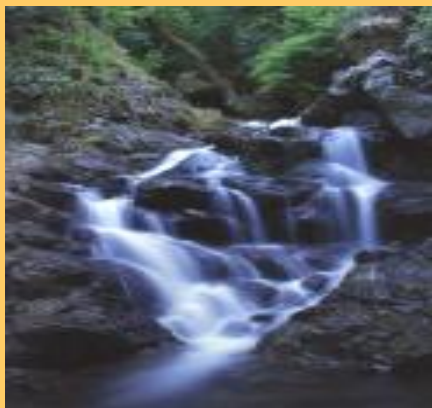
**Υδρομαλάξεις:** ρίχνουμε με πίεση θερμό ιαματικό νερό πάνω στο σώμα για 20 λεπτά.

**Υδροκινησιοθεραπεία:** συνδυάζουμε τη λουτροθεραπεία και την κινησιοθεραπεία για 5 έως 30 λεπτά.

**Πηλοθεραπεία:** βυθίζουμε το σώμα σε ιαματικό νερό ανακατεμένο με θεραπευτικό πηλό.







### ΛΟΥΤΡΑΚΙ ΠΕΛΛΑΣ

Οι ιαματικές πηγές του Λουτρακίου Πέλλας είναι γνωστές και ως «Πόζαρ». Βρίσκονται σε απόσταση 39 χιλιομέτρων από την Έδεσσα και 130 χιλιομέτρων από τη Θεσσαλονίκη, στους πρόποδες του όρους Βόρας (Καϊμακτσαλάν). Η θερμοκρασία του νερού είναι 37° C. Στην περιοχή υπάρχουν κρήνες για ποσιθεραπεία, υδροθεραπευτήριο και πισίνα. Το κέντρο λειτουργεί όλο το χρόνο.

**Θεραπεία:** Η λουτροθεραπεία χρησιμοποιείται για το κυκλοφορικό και αναπνευστικό σύστημα, νευρολογικές και δερματικές παθήσεις, βρογχίτιδες, ισχιαλγίες, αρθροπάθειες και ρευματοπάθειες.

Η ποσιθεραπεία χρησιμοποιείται για παθήσεις του ήπατος, της χολής, των νεφρών, του πεπτικού, κυκλοφορικού και ουροποιητικού συστήματος, γαστρίτιδα, κολίτιδα και έλκος.

### Ιαματικές πηγές με οργανωμένες εγκαταστάσεις

Πηλοθεραπευτικό Κέντρο Φιλίππων, Υδροθεραπευτήριο Ελευθερών Καβάλας, Εχινός Ξάνθης, Γεννησέα Ξάνθης, Τραϊανούπολη Έβρου, Ψαροθερμά Σαμοθράκης, Θέρμη Θεσσαλονίκης, Λαγκαδάς Θεσσαλονίκης, Νέα Απολλωνία Θεσσαλονίκης, Λουτράκι Πέλλας, Σιδηρόκαστρο Σερρών, Θερμά Νιγρίτας, Πικρολίμνη Θεσσαλονίκης, Αμμουδάρα Καστοριάς, Καβάσιλα Ιωαννίνων, Ατμοθεραπευτήριο Αμάραντου Ιωαννίνων, Πρέβεζα, Σμόκοβο Καρδίτσας, Τρύφος Αιτωλοακαρνανίας, Κυλλήνη Ηλείας, Λουτρά Καϊάφα Ηλείας, Αιδηψός Εύβοιας, Θερμοπύλες Φθιώτιδας, Πλατύστομο Φθιώτιδας, Καμένα Βούρλα, Υπάτη Φθιώτιδας, Μέθανα, Λίμνη Βουλιαγμένης Αττικής, Λουτράκι Κορινθίας, Θέρμη Λέσβου, Κόλπος Γέρας Λέσβου, Θέρμα Μύρινας Λήμνου, Ικαρία, Μανδράκι Νισύρου, Λουτρά Κύθνου.





# ΟΤΑΝ Η ΓΗ ΤΡΕΜΕΙ

Σεισμοί: τι πρέπει να κάνουμε;



Οι σεισμοί στη χώρα μας είναι ένα συχνό φαινόμενο. Πρέπει να μάθουμε να ζούμε μ' αυτούς και με τους κινδύνους που προκαλούν. Μπορούμε να τους αντιμετωπίσουμε αν αντιδράσουμε σωστά και κρατήσουμε την ψυχραιμία μας. Πρέπει να καταλάβουμε ότι περισσότερο κινδυνεύουμε από τον πανικό που δημιουργεί ο σεισμός και λιγότερο από το σεισμό.

**Τι κάνουμε σε περίπτωση σεισμού;**

**Αν είμαστε στο σπίτι:**

Ας έχουμε έτοιμο έναν κατάλογο με τηλέφωνα ανάγκης (Πρώτες Βοήθειες, Αστυνομία, Πυροσβεστική).

Έτοιμα θα πρέπει να έχουμε και κάποια πράγματα: κουτί πρώτων βοηθειών, φακό, ραδιοφανάκι με μπαταρίες.

Θα πρέπει να ξέρουμε πού είναι ο γενικός διακόπτης του ηλεκτρικού και του νερού για να τα κλείσουμε.

Την ώρα του σεισμού θα προστατευτούμε μπαί-

νοντας κάτω από ένα τραπέζι, ένα κρεβάτι ή κάτω από την κάσα μιας εσωτερικής πόρτας.

Δεν πλησιάζουμε στα παράθυρα γιατί μπορεί να σπάσουν τζάμια και να μας τραυματίσουν. Δε βγαίνουμε στα μπαλκόνια γιατί μπορεί να πέσουν. Δε χρησιμοποιούμε το ασανσέρ για να μην κλειστούμε μέσα. Δεν πηδάμε από τα παράθυρα γιατί μπορεί να χτυπήσουμε πέφτοντας.



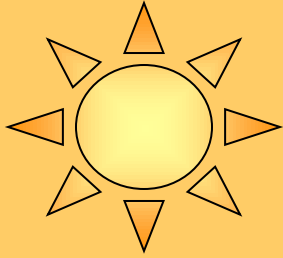
**Αν είμαστε στο σχολείο:**

Την ώρα του σεισμού μένουμε κάτω από τα θρανία για να μη μας χτυπήσουν σοβάδες, τούβλα ή άλλα αντικείμενα.

Ακολουθούμε τις οδηγίες των δασκάλων μας, δεν τρέχουμε στις σκάλες και τους διαδρόμους και βγαίνουμε έξω γρήγορα και με προσοχή.

Συγκεντρωνόμαστε στην αυλή, δεν αγγίζουμε πεσμένα καλώδια και μένουμε μακριά από τα κτίρια.





## NΟΜΟΣ ΠΕΛΛΑΣ

Νομός της Κεντρικής Μακεδονίας που βρίσκεται στα βορειοδυτικά της. Συνορεύει με τους νομούς Φλώρινας, Κοζάνης, Ημαθίας, Θεσσαλονίκης, Κιλκίς και με τη Γιουγκοσλαβία.

Έχει έκταση **2.506** τετραγωνικά χιλιόμετρα. Ο πληθυσμός το **1991** ήταν **138.761** κάτοικοι. Δυο μεγάλες πεδιάδες, των Γιαννιτσών και της Αλμωπίας, κλείνονται από τα βουνά Βόρας (Καϊμακτσαλάν) (**2.524** μ.), Βέρμιο (**2.097** μ.) και Πάικο (**1.650** μ.).

Το νομό διασχίζουν οι **ποταμοί** Βόδας ή Εδεσσαίος και ο Λουδίας που πηγάζει από το Βόρα και το Πάικο. Στα σύνορα με το νομό Φλώρινας υπάρχει η **λίμνη** Βεγορίτιδα.

Το **κλίμα** είναι ηπειρωτικό με βαρύ χειμώνα στα βόρεια και πιο ήπιο στα νότια.

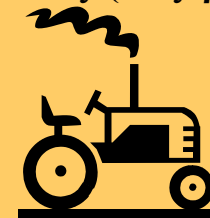
Οι κάτοικοι ασχολούνται κυρίως με την αγροτική καλλιέργεια και παράγουν **προϊόντα** όπως δημητριακά καλαμπόκι, βαμβάκι, καπνά, όσπρια, σταφύλια, λαχανικά, κηπευτικά και κοκκινοπίπερο.

Ο νομός είναι πρώτος σε **παραγωγή** κερασιών και δεύτερος σε ροδάκινα και μήλα. Επίσης έχει κτηνοτροφικά προϊόντα (κρέας, γάλα, αυγά, μαλλιά, δέρματα), δασικά (ξύλεια, καυσόξυλα), βιοτεχνικά και βιομηχανικά (κλωστοϋφαντουργικά, έπιπλα, κονσέρβες λαχανικών και φρούτων, ηλεκτρικό ρεύμα).

Ένα υδροηλεκτρικό εργοστάσιο υπάρχει στον Άγρα και διάφορα άλλα στην Έδεσσα. Συνολικά υπάρχουν **1.663** βιομηχανικές και βιοτεχνικές επιχειρήσεις που απασχολούν **9.164** εργάτες.

Η **συγκοινωνία** γίνεται με πυκνό δίκτυο αυτοκινητόδρομων και με τη σιδηροδρομική γραμμή Θεσσαλονίκης-Έδεσσας-Φλώρινας. Εμπορικά κέντρα είναι η Έδεσσα, τα Γιαννιτσά, η Σκύδρα και η Αριδαία. Εξάγονται ροδάκινα, μήλα, κεράσια, κοκκινοπίπερο, υφάσματα, κονσέρβες και εισάγονται εργαλεία και βιομηχανικά είδη.

Στο νομό υπάρχουν **ιστορικοί τόποι** όπως η Πέλλα και πολλά **αξιοθέατα** όπως οι καταρράχτες της Έδεσσας, τα λουτρά Αριδαίας (Πόζαρ), το χιονοδρομικό κέντρο στο Βόρα.





## ΞΕΡΟΥΜΕ ΤΙ ΤΡΩΜΕ;



Ο άνθρωπος, όπως και όλα τα άλλα πλάσματα στη γη, για να μπορέσει να ζήσει και να μεγαλώσει, έχει ανάγκη από τροφή.

Ξέρουμε άραγε τι τρώμε; Τι έχουν μέσα τους οι τροφές που είναι χρήσιμο για τον οργανισμό μας; Πρέπει να τρώμε από όλες τις τροφές ή μόνο εκείνες που μας αρέσουν;

Οι τροφές που τρώμε και είναι χρήσιμες και απαραίτητες για τον οργανισμό μας, περιέχουν κάποιες ουσίες που τις λέμε θρεπτικές ουσίες. Αυτές μας βοηθούν να μεγαλώσουμε, να είμαστε γεροί και υγιείς, να συνεχίσουμε να ζούμε και να χαίρομαστε τη ζωή μας.

Ας δούμε λοιπόν ποιες είναι αυτές οι θρεπτικές ουσίες:



**Βιταμίνες:** αυτές τις ουσίες θα τις βρούμε σε όλα τα φρούτα και τα λαχανικά (μήλα, αχλάδια, πορτοκάλια, κεράσια, ροδάκινα, μανταρίνια, μαρούλια, λάχανα, καρότα, κουνουπίδια, μπρόκολα, ντομάτες και άλλα).

**Λευκώματα:** θα τα βρούμε στο γάλα, το γιαούρτι, το τυρί, τα ψάρια, τα κρέατα, τα πουλερικά και άλλα.

**Λίπη:** θα τα βρούμε στο βούτυρο, το λάδι, το γιαούρτι, την κρέμα γάλακτος, τα κρέατα και άλλα.

**Άμυλο:** θα το βρούμε στο ψωμί, τις πατάτες, τα ζυμαρικά (μακαρόνια), τα όσπρια (φασόλια) και άλλα.

Όλες οι τροφές δεν περιέχουν όλες αυτές τις θρεπτικές ουσίες. Άλλες έχουν περισσότερες βιταμίνες, άλλες περισσότερο άμυλο, άλλες περισσότερα λευκώματα ή λίπη. Γι' αυτό εμείς τρώμε όλες τις τροφές για να είμαστε γεροί και υγιείς.



## ΑΒΓΑ ΣΟΥ ΚΑΘΑΡΙΖΟΥΝΕ;

Γιατί λέμε αυτή τη φράση;



Οι Ρωμαίοι για να τιμήσουν τους θεούς **Διόνυσο** και **Αφροδίτη**, γιόρταζαν μια φορά το χρόνο μ' έναν παράξενο και πολύ τρελό τρόπο. Ο λαός έβγαινε στις πλατείες κάθε **15** Μαΐου και άρχιζε τον πετροπόλεμο με αβγά μελάτα.

Εκείνη την ημέρα ξοδεύονταν χιλιάδες αβγά για διασκέδαση και ο κόσμος γελούσε ξέφρενα. Για εβδομάδες ολόκληρες εξακολουθούσαν να ακούγονται αυτά τα γέλια.

Στη γιορτή αυτή έπαιρναν μέρος όχι μόνο πολίτες που ήταν κατώτερης κοινωνικής θέσης, αλλά και **άρχοντες, στρατηγοί, ανώτεροι κρατικοί υπάλληλοι** και καμιά φορά και **αυτοκράτορες**.

Μια από τις μεγάλες αδυναμίες του αυτοκράτορα **Νέρωνα** ήταν ο αβγοπόλεμος. Πετούσε αβγά στους ακόλουθους των ανακτόρων του και στους αξιωματούχους, ακόμα και όταν δεν ήταν η μέρα της γιορτής των αβγών.

Η γιορτή έγινε της μόδας και στο **Βυζάντιο**, για πολύ λίγο διάστημα όμως. Αναφέρεται συχνά, αλλά μόνο με δυο-τρία λόγια σε πολλά Βυζαντινά κείμενα.

Από το περίεργο αυτό έθιμο, που η αιτία του χάνεται στα βάθη των αιώνων, έμεινε η ερωτηματική φράση: «**Αβγά σου καθαρίζουνε;**».

Συνηθίζουμε να τη λέμε, όταν βλέπουμε κάποιον να γελά, έτσι, χωρίς αφορμή, χωρίς κάποιον ιδιαίτερο λόγο.



## Στου παραμυθιού τη χώρα

Μηνάς Τσιγκνίδης

### Οι πειρατές κι ο θησαυρός



Το λιοντάρι

Ένα λιοντάρι τριγυρνούσε στη ζούγκλα πεινασμένο και κουρασμένο. Έψαχνε να βρει τροφή πολλές μέρες και δεν έβρισκε τίποτα. Κόντευε να πεθάνει από την πείνα όταν ξαφνικά βρέθηκε μπροστά του ένας άντρας ψηλός, μελαχρινός και γεροδεμένος, κρατώντας ένα λαγό στα χέρια του. Ο άντρας περηφανευόταν σε όλους για τη δύναμη και το θάρρος του.

Το λιοντάρι χάρηκε γιατί είδε το φαγητό του στο πρόσωπο του άντρα. Όρμησε πάνω του και άρχισε να τον κυνηγάει σαν τρελό. Ο άντρας για να γλιτώσει από τα δόντια του πέταξε το λαγό και το 'βαλε στα πόδια.

Το λιοντάρι άρπαξε το λαγό και στάθηκε για να φάει. Ήταν ντροπή γι' αυτό, σαν αρχηγός των ζώων, να μη μπορέσει ν' αρπάξει κάτι. Ο άντρας γλίτωσε από τα δόντια και τα νύχια του πεινασμένου λιονταριού κι αν βρεθείτε καμιά φορά προς τα κει, θα τον δείτε ακόμα να τρέχει.

Μια φορά έπλεε στη θάλασσα ένα πειρατικό καράβι που είχε κλέψει από μια πόλη χρυσάφι. Αυτοί οι πειρατές έψαχναν για θησαυρούς. Ένας από αυτούς ξαφνικά φώναξε: «Ένα νησί!» Κατεβάζουν μια βάρκα από το καράβι και πηγαίνουν προς το νησί που λεγόταν «το νησί των 5 διαμαντιών».

Άγριοι ιθαγενείς φύλαγαν τα 5 μεγάλα διαμάντια τα οποία ήταν κρυμμένα σ' ολόκληρο το νησί. Όταν κάποιιοι προσπαθούσαν να κλέψουν τα διαμάντια οι ιθαγενείς τους έπιασαν και τους θυσίαζαν στο θεό τους.

Οι πειρατές σκέφτηκαν να κάνουν αντιπερισπασμό για να τραβήξουν την προσοχή των ιθαγενών. Πέταξαν λοιπόν μια πέτρα προς την άλλη μεριά κι εκείνοι έτρεξαν για να δουν τι συμβαίνει. Οι πειρατές έτσι κατάφεραν ν' αρπάξουν τα 4 διαμάντια.

Το πέμπτο και το μεγαλύτερο ήταν κοντά σ' ένα ηφαίστειο. Προσπάθησαν να κάνουν το ίδιο αλλά οι ιθαγενείς τους κατάλαβαν και τους κυνήγησαν. Μόλις που πρόλαβαν να μπουν στη βάρκα και να ξεφύγουν με το καράβι τους.





# ΤΟ ΜΑΝΤΙΛΑΚΙ

## Ή ΑΛΑΤΙ ΧΟΝΤΡΟ



### Παιχνίδι για αγόρια και κορίτσια 5-10 χρονών.

Τα παιδιά φτιάχνουν ένα κύκλο και κάθονται στα γόνατα. Το πρόσωπό τους είναι γυρισμένο προς το εσωτερικό του κύκλου. Ένα παιδί κρατάει στο χέρι του ένα μαντίλι. Κάνει απ' έξω το γύρο του κύκλου και τραγουδά:

Αλάτι χοντρό, αλάτι ψιλό,

έχασα τη μάνα μου

και πάω να τη βρω!

Παπούτσια δε μου πήρε

να πάω στο χορό,

και αν δε μου τα πάρει,

ο κούκος να την πάρει!

Τραγουδώντας κάνει το γύρο και ρίχνει το μαντίλι πίσω από ένα παιδί.

Μόλις σταματήσει το τραγούδι, τα παιδιά μπορούν να γυρίσουν πίσω και να δουν σε ποιο παιδί έριξε το μαντίλι.

Εκείνο που βλέπει το μαντίλι ριγμένο πίσω από την πλάτη του πρέπει αμέσως να σηκωθεί και να κυνηγήσει εκείνο που του το έριξε.

Το πρώτο παιδί τρέχει να πιάσει τη θέση του παιδιού που το κυνηγά. Αν τα καταφέρει, τότε τα φυλάει το δεύτερο.



# *Ανεμόπτερο*