



# ΕΛΛΗΝΙΚΟΣ ΠΑΛΜΟΣ

## ΧΡΟΝΙΑ ΠΟΛΛΑ... ΚΑΛΗ ΑΝΑΣΤΑΣΗ



**Προσοχή!** Το μέλλον των τμημάτων ελληνικής γλώσσας (Τ.Ε.Γ.) είναι αβέβαιο

Πασχαλινό τραπέζι

Ανακοινώσεις

Πρόγραμμα της κουζίνας

Εορτολόγιο

Η Ζωοδόχος Πηγή

Πάσχα - Μ. Εβδομάδα - Έθιμα

Σάββατο του Λαζάρου  
Λαζαρίνες

Παγκόσμιες ημέρες  
Απριλίου

02 Απριλίου; Παγκόσμια  
ημέρα παιδικού βιβλίου

18 Απριλίου Παγκόσμια  
ημέρα Πολιτιστικής  
Κληρονομιάς

22 Απριλίου: Η ημέρα της  
Γης

Υγεία και κλιματική  
αλλαγή

Ακρόπολη; Κοιτίδα του  
Πολιτισμού και της  
Δημοκρατίας

Συνταγές

Φυσική βαφή αυγών

Για τους μικρούς μας  
φίλους

Ήξερες ότι...

Σπαζοκεφαλιές- για  
μικρούς και μεγάλους

Ο επιμένων...Ελληνικά

Αγαπητά μέλη του συλλόγου μας, αγαπητοί γονείς, αγαπητά μας παιδιά

Το ΔΣ του συλλόγου μας είναι στη ευχάριστη θέση να σας πληροφορήσει ότι το σχολείο μας λειτουργεί επιτέλους και πάλι από την 01. Απριλίου, κανονικά πλέον, στους νέους χώρους του σχολείου Maretstrasse. Η μετακόμιση των μαθημάτων της ελληνικής γλώσσας στους χώρους αυτούς, ήταν το αποτέλεσμα ενός μεγάλου κύκλου διαπραγματεύσεων και συνομιλιών, μεταξύ του Διοικητικού συμβουλίου, της γερμανίδας διευθύντριας, του επιστάτη και των διαχειριστών του γερμανικού Σχολείου, σε συνεργασία με τον έλληνα συντονιστή από την ελληνική πρεσβεία και βέβαια με την υποστήριξη και συνεχή επικοινωνία με τους εκπαιδευτικούς μας. Υπήρχαν πολλά προβλήματα κυρίως οργανωτικά και διαδικαστικά, που ευτυχώς, καταφέραμε με ευνοϊκό για μας αποτέλεσμα να τα ξεπεράσουμε. Για όσους δεν το γνωρίζουν, το ότι το σχολείο δεν λειτουργήσε για 10 ημέρες, οφειλόταν σε λόγους ελλιπούς πυρασφάλειας του κτιρίου της Bunatwiete, που προέκυψαν εντελώς ξαφνικά, μετά από έλεγχο της πυροσβεστικής. Αυτό δεν ήταν καθόλου αναμενόμενο, τόσο από εμάς όσο και από την γερμανική πλευρά. Έτσι η διακοπή των μαθημάτων ήταν αναπόφευκτη. Μετά από επισπευσμένες ενέργειες του συμβουλίου μας, καταφέραμε την μετακόμιση του σχολείου μας στους νέους χώρους.

Σε αυτό το σημείο θα πρέπει να επισημάνουμε τα εξής:

1. Μετατοπίστηκε η ώρα έναρξης των μαθημάτων και κατά συνέπεια και το πέρας για μισή ώρα αργότερα, δηλαδή από 15.00 έως 18.00. Οι ημέρες παραμένουν οι ίδιες
2. Απαιτείται μεγάλη προσοχή στην συμπεριφορά μικρών και μεγάλων. Οι χώροι είναι καινούργιοι, και είναι αυτονόητο, ότι πρέπει με ιδιαίτερη επιμέλεια να τους προσέχουμε και να τους παραδίδουμε όπως τους βρίσκουμε. Παρακαλούμε τους γονείς να το μεταφέρουν αυτό και στα παιδιά τους. Πέρα από αυτό, είμαστε όλοι ευγενικοί απέναντι σε αυτούς που μας φιλοξενούν και έχουν την καλή διάθεση να μοιράζονται μαζί μας, χώρους τους. Θεωρούμε ότι, για εμάς που είμαστε ΕΛΛΗΝΕΣ και διακρινόμαστε για το ΦΙΛΟΤΙΜΟ μας, αυτό δεν πρέπει να αποτελεί πρόβλημα.
3. Για οτιδήποτε προκύψει, παρακαλούμε να μας ενημερώνετε άμεσα. Πρέπει όλοι μας με την υποδειγματική συμπεριφορά μας, να φροντίσουμε ώστε να είμαστε ευπρόσδεκτοι και στο μέλλον και όχι να μας ανέχονται.

Είμαστε σίγουροι ότι όλοι σας αντιλαμβάνεστε περί τίνος πρόκειται και ευχαριστούμε προκαταβολικά για την κατανόηση σας.

Τελειώνοντας θα θέλαμε να επισημάνουμε για μια ακόμη φορά πόσο σημαντικός είναι ο ρόλος του συλλόγου, γι αυτό και κάνουμε έκκληση σε όλους, να μας στηρίξετε και στο μέλλον, και βεβαίως παρακαλούμε όσους ιδίως από τους **γονείς** δεν είναι μέλη, να εγγραφούν, ώστε να συνεχίσει ο σύλλογος να μεριμνά για τη λειτουργία του σχολείου. Δεν σας κρύβουμε ότι συνεχώς προκύπτουν έξοδα που πρέπει να καλύπτονται και βέβαια οι πόροι του συλλόγου δεν είναι ανεξάντλητοι.

### **ΠΡΟΣΟΧΗ! ΤΟ ΜΕΛΛΟΝ ΤΩΝ ΤΜΗΜΑΤΩΝ ΕΛΛΗΝΙΚΗΣ ΓΛΩΣΣΑΣ (ΤΕΓ) ΕΙΝΑΙ ΑΒΕΒΑΙΟ!!**

Αγαπητοί συμπατριώτες, αγαπητά μέλη του συλλόγου, αγαπητοί γονείς

Σε όλους σας είναι γνωστά τα μεγάλα οικονομικά προβλήματα που αντιμετωπίζει η πατρίδα μας. Είναι λοιπόν αυτονόητο, ότι στα πλαίσια των σκληρών οικονομικών μέτρων που λαμβάνονται, θα γίνουν σημαντικές περικοπές και στην εκπαίδευση των ελληνοπαίδων της ομογένειας.

*Η συνέχεια στη σελίδα 2*

### Συνέχεια από σελίδα 1

Συγκεκριμένα, γίνεται και θα γίνει εξονυχιστικός έλεγχος των σχολείων που υπάρχουν, και θα μειωθεί σημαντικά ο αριθμός των εκπαιδευτικών που στέλνονται από την Ελλάδα ή ακόμα και θα κλείσουν σχολεία, αν δεν υπάρχει ικανός αριθμός μαθητών που παρακολουθούν και όχι που είναι απλά και μόνο εγγεγραμμένοι. Χωρίς να κινδυνολογούμε σας επισημαίνουμε τον κίνδυνο που υπάρχει και για το δικό μας σχολείο.

Είδη, από έγκυρες πηγές, υπάρχουν πληροφορίες ότι θα μειώσουν τους δασκάλους του δημοτικού στον ένα, για το δε Γυμνάσιο, αγνοείται η τύχη του. Αυτόν τον κίνδυνο, είναι στο χέρι μας να τον αποτρέψουμε, αν όλοι μας στέλνουμε **συστηματικά** τα παιδιά μας στο σχολείο.

**Αντιλαμβάνεστε τι σημαίνει κλείσιμο των ΤΕΓ.!!!!** Θα σταματήσει να υπάρχει, ακόμη και αυτή η υποτυπώδης ελληνική εκπαίδευση, με αποτέλεσμα τα παιδιά μας και τα παιδιά των παιδιών μας, να χάσουν αυτό το συνδεδετικό κρίκο με την πατρίδα μας και έτσι οι νεώτερες γενιές, να αφομοιωθούν πλήρως στη γερμανική κοινωνία και να αποκοπούν παντελώς από τις ρίζες τους. Θα φτάσουμε, για παράδειγμα, στο σημείο, κάποιος που θα φέρει το όνομα π.χ. Κώστας Παπαδόπουλος, να πηγαίνει ως τουρίστας στην Ελλάδα και να μην μπορεί να συνεννοηθεί με τους εντοπίτες παρά να λέει „Ich spreche kein Griechisch“, ή στην χειρότερη περίπτωση να μην πηγαίνει, από ντροπή, καθόλου στη γενέτειρα των γονιών του και των προγόνων του.

Είναι αυτό που θέλουμε για τα παιδιά μας; Ας προβληματιστούμε όλοι μας, λοιπόν, και ας αναλογιστούμε όλοι τις ευθύνες μας πριν να είναι πολύ αργά. Είναι όνειρο απατηλό αν νομίζουμε ότι, ό,τι κι αν γίνει, τα τμήματα της ελληνικής γλώσσας θα υπάρχουν και στο μέλλον. Δεν αποτελούν αγαπητοί φίλοι κεκτημένο δικαίωμα. Από εμάς εξαρτάται η τύχη τους και βέβαια η τύχη των παιδιών μας. Ας ενεργήσουμε τώρα, όλοι μαζί συλλογικά, ώστε να αποτρέψουμε τον κίνδυνο που μας απειλεί. Εμείς ως Σύλλογος θα κάνουμε ό,τι περνάει από το χέρι μας, χωρίς όμως τη **δική σας** συμπαράσταση και συμμετοχή, δεν μπορούμε να εγγυηθούμε για το αποτέλεσμα. Άλλωστε όπως λέει και ο λαός μας : **«ένα χελιδόνι δεν φέρνει την άνοιξη!!!!»**

### ΠΑΣΧΑΛΙΝΟ ΤΡΑΠΕΖΙ



Αγαπητοί  
συμπατριώτες,

ο Σύλλογος γονέων και κηδεμόνων του Harburg, σας ενημερώνει ότι, όπως τα τελευταία χρόνια, έτσι και φέτος, θα διοργανώσει χορό το μεσημέρι, ανήμερα το Πάσχα στην Αίθουσα εκδηλώσεων του Γιάννη Κουρκουτίδη, στο Meckelfeld. Για περισσότερες πληροφορίες σας παραπέμπουμε στην διπλανή πρόσκληση. Επειδή, εκ των υστέρων, πληροφορηθήκαμε ότι η ενορία μας αντιμετωπίζει μεγάλα οικονομικά προβλήματα, το Δ.Σ., αποφάσισε ομόφωνα, τα έσοδα που θα προκύψουν από την λαχειοφόρο, να τα κάνει προσφορά στην εκκλησία μας. Είναι σαφές, ότι η ύπαρξη της εκκλησίας μας, όπως βέβαια και το σχολείου μας, είναι απαραίτητη για την διατήρηση της εθνικής μας συνείδησης και γι αυτό **όλοι μαζί ενωμένοι**, πρέπει να κάνουμε τα αδύνατα δυνατά ώστε να διατηρηθούν!!!

Εμείς, ως σύλλογος, στηρίζουμε την ενορία μας και παρακαλούμε όλους εσάς να μας στηρίξετε και εσείς με τη συμμετοχή σας.

Ελάτε την Κυριακή του Πάσχα να διασκεδάσουμε όλοι μαζί και να τσουγκρίσουμε τα κόκκινα αυγά, όπως απαιτεί το έθιμο, με **ΑΓΑΠΗ** και **ΕΝΟΤΗΤΑ**, σύμφωνα με το μήνυμα του εσταυρωμένου Κυρίου!

Όλοι μαζί **ΕΝΟΜΕΝΟΙ**, θα μπορέσουμε να ξεπεράσουμε όλα τα προβλήματα οικονομικά και μη.



Ο ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΕΛΛΗΝΩΝ ΓΟΝΕΩΝ &  
ΚΗΔΕΜΟΝΩΝ

HAMBURG-HARBURG α.ε.

σας προσκαλεί σε χορό

την Κυριακή του Πάσχα

στις 24. 04. 2011

ΠΛΟΥΣΙΟ ΜΠΟΥΦΕ, ΜΟΥΣΙΚΗ,  
ΧΟΡΟ

Ώρα 13:30 με φαγητό

Από 17:00 χωρίς φαγητό

MECKELFELDER BEI JANNI

Bürgermeister-Heitmann-Straße 34c

21217 Seevetal

**ΤΙΜΗ ΕΙΣΟΔΟΥ**

**ΜΕ ΦΑΓΗΤΟ**

5-12 ΕΤΩΝ 10 ΕΥΡΩ

ΑΝΩ 12 ΕΤΩΝ 20 ΕΥΡΩ

**ΧΩΡΙΣ ΦΑΓΗΤΟ**

ΑΝΩ 12 ΕΤΩΝ 10 ΕΥΡΩ

ΠΑΙΔΙΑ ΔΩΡΕΑΝ

Θα γίνει πλούσια λαχειοφόρος αγορά  
τα έσοδα θα διατεθούν στην ενορία του Harburg  
προπώληση εισητηρίων τηλ.: 0176/48263286  
& 0176/48269939

**ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΑΠΡΙΛΙΟΥ****02.04.2011**

Σύλλογος

**09.04.2011**

Σύλλογος

**16.04.2011**

Σύλλογος

**23.04.2011****Μεγάλο Σάββατο****24.04.2011****(ΠΑΣΧΑ) Χορός****Συλλόγου****30.04.2011**

Διακοπές(κλειστό)

**ΤΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ**  
**ΤΗΣ ΚΟΥΖΙΝΑΣ****02.04.2011**

Καραπέτσα Ελένη

Πετράκη Ελένη

**09.04.2011**

Αργυριάδου Σούλα

Μίγγα Τριάδα

**16.04.2011**

Καρανικολοπούλου

Θεοδότη

Μαυρομάτη Κούλα

**ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ**  
**ΚΟΥΖΙΝΑΣ ΜΑΪΟΥ****07.05.2011**

Κλειστό

**08.05.2011****ΓΙΟΡΤΗ ΤΗΣ ΜΗΤΕΡΑΣ**

Κυρμανίδου Γεωργία

Τρασανίδου Μόρφη

**14.05.2011**

Γκιόρκα Όλγα

Καραμήτρου Χριστίνα

**21.05.2011**

Καρανικολοπούλου

Θεοδότη

Μαυρομάτη Κούλα

**28.05.2011**

Παπαδημητρίου Ελένη

Νέκου Μαριάννα

# ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΕΙΣ

➤ **Ώρες λειτουργίας του συλλόγου:**Κάθε **Σάββατο** από **17:00 - 21:00**.

- Στους χώρους του συλλόγου, λειτουργούν δύο
- χορευτικά τμήματα**
- για ελληνικούς παραδοσιακούς χορούς από όλη την Ελλάδα - ένα για παιδιά και ένα για ενήλικες. Υπάρχει, επίσης, η δυνατότητα δημιουργίας ενός ακόμα εφηβικού τμήματος.

**Τα μαθήματα του χορού** γίνονται στους χώρους του συλλόγου, **κάθε Σάββατο** από **17:30-18:30** για το παιδικό τμήμα και από **18:30-19:30** για το τμήμα των ενηλίκων.**ΠΡΟΣΟΧΗ**Παρακαλούνται **όλα τα μέλη και τα παιδιά** του συλλόγου, να χρησιμοποιούν στην αίθουσα παράδοσης χορού, καθώς επίσης και στην αίθουσα που παίζουν τα παιδιά, για λόγους υγιεινής, **καθαρά παπούτσια ή παντόφλες**. Οι αίθουσες αυτές χρησιμοποιούνται από γονείς με νεογέννητα υωδιά.**ΕΚΚΛΗΣΙΑΣΤΙΚΗ ΧΟΡΩΔΙΑ**Ενόψει των αγίων ημερών του Πάσχα, με πρωτοβουλία του κυρίου Παύλου Ιωαννίδη, έχει συσταθεί και φέτος, χορωδία στην ενορία μας, που θα ψάλλει τα εγκώμια του Επιταφίου. Παρακαλούνται, **τα μέλη της χορωδίας, καθώς και όλοι εκείνοι που θα επιθυμούσαν, με την συμμετοχή τους, να την ενδυναμώσουν, να παραβρίσκονται στις πρόβες, οι οποίες γίνονται κάθε Σάββατο, στους χώρους του συλλόγου.****ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΤΗΣ ΕΚΚΛΗΣΙΑΣ ΓΙΑ ΤΟ ΠΑΣΧΑ**

Φέτος θα τελεστούν στην ενορία του Harburg, οι ακόλουθες λειτουργίες :

**Μ. Παρασκευή : Ο Επιτάφιος Θρήνος και η Περιφορά 21:00****Μ. Σάββατο : Η Ακολουθία της Αναστάσεως του Κυρίου Υμών Ιησού Χριστού και η Θεία Μετάληψη 23:30****ΧΡΟΝΙΑ ΠΟΛΛΑ ! ΚΑΛΗ ΑΝΑΣΤΑΣΗ!****(Από τον Εφημέριο της Ενορίας του Harburg)****URL για παιδικό ελληνικό ραδιόφωνο**<http://www.babyradio.gr/mediaPlayer/index2.php><http://www.arionradio.com/arionkids/player/><http://www.babyspace.gr/> (babyspaceradio)**(Από την κ. Πετράκη Ελένη)****Επιμέλεια εφημερίδας : Δ.Σ. Συλλόγου Γονέων και Κηδεμόνων Harburg****Συνεργασία : Εκπαιδευτικοί του Τ.Ε.Γ. Harburg****Τηλ. Επικοινωνίας : 0176/ 48263286****E-Mail : [t.karanikolopoulou@web.de](mailto:t.karanikolopoulou@web.de)**

ΓΙΑ ΤΥΧΟΝ ΤΥΠΟΓΡΑΦΙΚΑ ΛΑΘΗ, ΠΑΡΑΚΑΛΟΥΜΕ ΓΙΑ ΤΗΝ ΚΑΤΑΝΟΗΣΗ ΣΑΣ!

ΓΙΑ ΟΠΟΙΑΔΗΠΟΤΕ ΑΛΛΑΓΗ ΣΤΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΤΗΣ ΚΟΥΖΙΝΑΣ, ΔΕ ΦΕΡΟΥΜΕ ΚΑΜΙΑ ΕΥΘΥΝΗ!

**ΕΟΡΤΟΛΟΓΙΟ ΑΠΡΙΛΙΟΥ**

2	<b>Σάββατο</b>	<b>Τίτος, Τίτης, Τίτα, Τίτη</b>
3	Κυριακή	Ιλλύριος, Ιλλυρία, Λύρος, Λύρα
5	<b>Τρίτη</b>	<b>Αργυρώ, Αργυρή</b>
6	Τετάρτη	Ευτύχιος, Ευτυχία
9	<b>Σάββατο</b>	<b>Ευψύχιος, Ευψυχία, Ιωσήφ, Σήφης, Ιωσηφίνα, Ζοζεφίνα</b>
10	Κυριακή	Αναξιμένης, Δημοσθένης, Δήμος, Διονύσιος, Επαμεινώνδας, Ζήνων, Ηρακλής, Ηφαιστίων, Θεμιστοκλής, Θέμης, Θεμιστοκλεία, Θέμιδα, Θεόφραστος, Θησέας, Ισοκράτης, Μάζιμος, Μάζιμα, Μιλτιάδης, Ξενοφών, Όμηρος, Παρμενίων, Πελοπίδας, Περικλής, Πίνδαρος, Πολύβιος, Προμηθεύς, Σοφοκλής, Σωκράτης, Τιμόθεος, Φωκίων
11	<b>Δευτέρα</b>	<b>Αντίπας</b>
12	Τρίτη	Ακάκιος, Ανθούσα
13	<b>Τετάρτη</b>	<b>Γερόντιος</b>
14	Πέμπτη	Αρίσταρχος, Θωμαΐς, Θωμαή
15	<b>Παρασκευή</b>	<b>Λεωνίδα, Λεωνιδία</b>
16	Σάββατο	<u>Σάββατο του Λαζάρου</u> Λάζαρος, Γαλήνη, Γαληνός, Νίκη Καλλιδα, Καλλία, Χιονάτη
17	Κυριακή	<u>Κυριακή των Βαΐων</u> <b>Βάια, Βάιος, Βάγια, Δάφνη,</b>
18	Δευτέρα	<u>Μεγάλη Δευτέρα</u> Πάγκαλος
20	<b>Τετάρτη</b>	<b>Ζαχαΐος, Ζάχος, Ζάχος</b>
21	Πέμπτη	Αλεξάνδρα, Ιανός, Ιανή, Φαίστος, Φαιστή
22	<b>Παρασκευή</b>	<b>Νέαρχος, Νιάρχος</b> <b>Ναθαναήλ, Ναθάνης, Ναθαναήλος, Ναθαναηλία,</b>
23	Σάββατο	Γεωργίου Μεγαλομάρτυρος Γεώργιος, Γεωργία
24	Κυριακή	<u>Άγιο Πάσχα</u> <b>Αναστάσιος, Αναστασία, Ανέστης</b> <b>Πασχάλης, Λάμπρος, Λαμπρινή, Αχιλλέας, Δούκας, Δούκισσα, Ελισάβετ, Έλλη, Θουμαστός</b>
25	Δευτέρα	Νίκη
26	Τρίτη	<u>3η Διακαινησίμου</u> <u>Ραφαήλ, Νικόλαος και Ειρήνη</u> <u>Άγιοι Μυτιλήνης</u> <u>Λαμπροτρίτη</u> <b>Ραφαήλ, Ραφαέλα, Νικόλαος, Νικολέττα, Ειρήνη, Γλαφυρή, Γλαφυρός</b>
27	Τετάρτη	Θεοχάρης, Θεοχαρούλα, Χαρούλα
28	Πέμπτη	<b>Μάγνος, Μάγνα, Μαγνής</b> <u>Ζωοδόχου Πηγής</u>
29	Παρασκευή	Ζωή, Ζήσης, Ζώης, Πηγή, Κρήνη, Κρηνιώ, Ιάσων, Μάρκος, Μαρκία, Σόπατρος, Πάτρα
30	Σάββατο	<b>Αργυρώ, Ασημίνα, Ασημάκης</b> <b>Δονάτος, Ιάκωβος, Ιακωβίνα, Ζακελίνα, Μαλαματένια, Ματίνα</b>

**Η Ζωοδόχος Πηγή**

Ήταν γύρω στα 450μχ, όταν ένας βυζαντινός στρατιώτης, Λέοντας στο όνομα, έκοβε βόλτες σ'ένα δασάκι στα μέρη Της βασιλεύουσας, όταν ξάφνου βλέπει μπροστά του έναν τυφλό άνθρωπο να του ζητάει λίγο νερό για να σβήσει τη δίψα του.

Ο Λέοντας προθυμοποιήθηκε να του βρει και να του φέρει νερό. Έψαξε λοιπόν, στο δάσος για να βρει νερό αλλά μάταια και έτσι, επέστρεψε λυπημένος.

Τότε όμως, άκουσε μια γυναικεία φωνή να του λέει:

«Ου χρεών σε, Λέων, αγωνιάν, το γαρ ύδωρ εγγύς», δηλαδή, «Δεν χρειάζεται Λέων να αγωνιάς, να άγχεσαι, να στεναχωριέσαι, το νερό είναι δίπλα σου».

Και πάλι ακούει τη φωνή την άγνωστη να τον προστάζει: «Λέων βασιλιά, πάρε απ'το νερό αυτό και δώσε να πει να ξεδιψάσει ο τυφλός άνθρωπος και κάτι ακόμα, άλειψε μ'αυτό τα μάτια του και αμέσως θα καταλάβεις ποια είμαι εγώ που σου μιλώ».

Έτσι πράγματι έπραξε ο Λέοντας και παρευθής ο τυφλός ανέβλεψε. Αλλά ταυτόχρονα άνοιξαν και τα μάτια του Λέοντα ο οποίος τώρα, κατάλαβε πως εκείνη η φωνή που του μιλούσε ήταν της Παναγίας που έκανε αυτό το θαύμα και του μίλησε και πως επίσης, σ'Εκείνην τη Μεγαλόχαρη, οφείλεται και το μεγάλο θαύμα της θεραπείας του τυφλού.

Ακόμη, θαύμα αξιοθαύμαστο ήταν και η εύρεση της πηγής του σωτήριου αυτού νερού. Αλλά θαύμα ήταν και η επαλήθευση της προσφώνησης από την Παναγία, του Λέοντα, ως βασιλιά. Διότι πράγματι ο Λέων, το 486μ.Χ, ανέβηκε στον θρόνο της Βυζαντινής αυτοκρατορίας ως Λέων ο Α΄ ο Θράξ, ο επονομαζόμενος και Μακέλλης(457- 474), και τον οποίο η Αγία Εκκλησία μας ως Άγιο τον τιμά στις 20 του Ιανουαρίου. Αμέτρητα τα θαυμάσια σου Παναγία μας.

Ο Λέων, ως αυτοκράτορας πλέον, θα αναγείρει επί της θαυματουργής πηγής, θαυμάσιο Ναό αφιερωμένο στην Παναγία τη Ζωοδόχου Πηγή για να θυμίζει τις δωρεές της Θεοτόκου προς εκείνον αλλά και όλες τις μεγάλες ευεργεσίες της προς το γένος των ανθρώπων.

Στην θαυματουργή πηγή αυτού του ιερού Ναού, βρήκε τη γατριά και ο αυτοκράτορας Ιουστινιανός ο Α΄, ο Λέοντας ο ΣΤ΄ ο Σοφός, η γυναίκα του, Αγία βασίλισσα Θεοφανώ, ο Ρωμανός Α΄ ο Λεκαπηνός και η γυναίκα του, ο Πατριάρχης Στέφανος (886-912), ο Πατριάρχης Ιεροσολύμων Ιωάννης(964-966), αλλά και πλήθος ακόμη, άρχοντες και απλοί άνθρωποι εκεί γιατρεύτηκαν. Μέχρι και νεκρό ανέστησε το αγιασμένο νερό της Ζωοδόχου Πηγής.

Το Ναό της Ζωοδόχου Πηγής, γκρέμισαν οι Τούρκοι για να φτιάξουν με τα υλικά του το τέμενος του Σουλτάνου Βαγιαζήτ. Οι χριστιανοί στη θέση αυτή έχτισαν ένα παρεκκλήσι και αργότερα ένα πιο μεγάλο Ναό(1835).

Αυτού του ιερού Ναού της Υπεραγίας Θεοτόκου της Ζωοδόχου Πηγής, τα εγκαίνια εορτάζει η Εκκλησία μας την Παρασκευή της Διακαινησίμου (Λαμπροβδομάδα).

Ο Ναός αυτός έμεινε γνωστός στην ιστορία ως το αγίασμα του «Μπαλούκ» «Μπαλούκ» στα τουρκικά σημαίνει ψάρι και η παράδοση μας λέει πως Εκεί δίπλα στο αγίασμα, στις 23 Μαΐου 1453 ένας καλόγερος τηγάνιζε ψάρια, όταν κάποιος του έφερε την είδηση πως πήραν την Πόλη οι Τούρκοι. Ο καλόγερος απάντησε πως μόνο αν τα ψάρια που τηγάνιζε έφευγαν απ'το τηγάνι και έπεφταν μέσα στο αγίασμα θα πίστευε ότι έγινε κάτι τέτοιο. Και πραγματικά τα ψάρια ζωντάνεψαν και έπεσαν μέσα στην πηγή του αγιάσματος. Μέχρι σήμερα δε, μέσα στη δεξαμενή της Ζωοδόχου Πηγής διατηρούνται επτά ψάρια και μάλιστα σαν να είναι μισοτηγανισμένα απ'την μια πλευρά.

Πέρα όμως από θρύλους και παραδόσεις, η Παναγία μητέρα του Χριστού και μητέρα πάντων των χριστιανών, παραμένει για όλους μας η Πηγή της Ζωής, καθότι Εκείνη έφερε τη Ζωή, το Χριστό στον κόσμο, ελπίδα και προστασία μας, «καταφυγή τε σκέπη και αγαλλίαμα».

Τσαγκάρη Παναγιώτη Θεολόγου

**Απολυτίκιον Ζωοδόχου Πηγής**

**Ύμνος α΄**

Ο ναός σου Θεοτόκε ανεδείχθη παράδεισος, ως ποταμούς αειζώνους αναβλύζων ιάματα ώ προσερχόμενοι πιστάς, ως Ζωοδόχου εκ Πηγής, ρώσιν αντλούμεν, και ζωήν την αιώνιον, πρεσβεύεις γαρ συ τω εκ σου τεχθέντι, Σωτήρι Χριστώ, σωθήναι τας ψυχάς ημών. Μεγαλυνάριον Ύδωρ το ζωήριτον της Πηγής, μάννα το προχέον, τον αθάνατον δροσισμόν το νέκταρ το Θειον την ξένην άμβροσίαν το μέλι το εκ πέτρας, πιστεϊ τιμήσωμεν.



## ΠΑΣΧΑ Μ.ΕΒΔΟΜΑΔΑ ΕΘΙΜΑ



Οι Χριστιανοί πήραν το Πάσχα από τους Εβραίους αλλά του έδωσαν καινούριο περιεχόμενο: την Ανάσταση του Κυρίου. Η Α΄ Οικουμενική Σύνοδος το 325 μ.Χ. όρισε να γιορτάζεται το χριστιανικό Πάσχα την πρώτη Κυριακή μετά την πανσέληνο της εαρινής ισημερίας. Αυτό έγινε για δύο λόγους: Πρώτα για να διαφοροποιηθεί από το Πάσχα των Εβραίων, που γιορταζόταν ανήμερα την πανσέληνο, και ύστερα για να εναρμονιστεί με το ιστορικό γεγονός της Ανάστασης, που συνέβηκε μετά το Εβραϊκό Πάσχα. Μεγάλη εβδομάδα ονομάζεται η εβδομάδα πριν το Πάσχα. Επίσης ονομάζεται εβδομάδα ξηροφαγίας από τη νηστεία που τηρείται. Ονομάζεται Αγία ή Εβδομάδα των Αγίων Παθών από τα Πάθη του Σωτήρα. Η Μεγάλη Εβδομάδα πρώτη φορά αναφέρεται στις Αποστολικές Διαταγές. Ήταν εβδομάδα αργίας, αυστηρής νηστείας και συγκέντρωση των πιστών στους ναούς. Οι μέρες αφιερώθηκαν σε γεγονότα που είχαν συμβεί πριν τα Πάθη του Χριστού, μετά ή σε γεγονότα κατά τη διδασκαλία του Χριστού.

Είναι αφιερωμένη στον τύπο του Χριστού και στην παραλαβή της ξηραμένης σικιάς

**Μεγάλη Τρίτη**

Είναι αφιερωμένη στην παραβολή των δέκα παρθένων.

**Μεγάλη Τετάρτη**

Είναι αφιερωμένη στην ανάληψη του Κυρίου με μύρο από την Κασσιανή

**Μεγάλη Πέμπτη**

Είναι αφιερωμένη στο Μυστικό Δείπνο. Κάθε Μεγάλη Πέμπτη βάζουμε κόκκινα αβγά. Τα κόκκινα αβγά αποτελούν σύμβολα, όπως και οι λαμπάδες, οι καμπάνες και το αρνί, για τη γιορτή του Πάσχα. Τα κόκκινα αβγά συμβολίζουν τη χαρά για την Ανάσταση του Χριστού. Το αβγό είναι το σύμβολο της ζωής.

Όταν το πουλάκι σπάει το τσόφλι του αβγού και βγαίνει έξω, θυμίζει τη μεγάλη στιγμή που «κύλησε η πέτρα από την είσοδο του μνημείου του τάφου του Ιησού».

Έτσι, όπως από τον Τάφο ξηπήδησε η ζωή, με το τσούγκρισμα των αβγών, συμβολίζεται η νέα ζωή που φέρνει η Ανάσταση.

Το κόκκινο χρώμα συμβολίζει το αίμα, που είναι το πρώτιστο στοιχείο της ζωής και της υγείας.

**Μεγάλη Παρασκευή**

Είναι αφιερωμένη στο σταυρικό πάθος του Ιησού. Τη Μεγάλη Παρασκευή οι γυναίκες της ενορίας στολίζουν τον Επιτάφιο με λουλούδια που κουβαλούν οι άντρες ψάλλοντας τον Επιτάφιο Θρήνο ( Η ζωή εν τάφω...). Το απόγευμα, αφού στολίσουν τον Επιτάφιο, και μετά τη λειτουργία, όλος ο κόσμος μαζί με τον παπά και τον Επιτάφιο κάνουν το γύρω της ενορίας ψάλλοντας τον Επιτάφιο Θρήνο. Επιστρέφοντας στην εκκλησία όλοι οι πιστοί περνούν κάτω από τον Επιτάφιο

**Μεγάλο Σάββατο**

Είναι αφιερωμένο στην ταφή και την κάθοδο του Ιησού στον Άδη. Το Μεγάλο Σάββατο το βράδυ, όλοι οι πιστοί, μικροί μεγάλοι, αγοράζουν λαμπάδες είτε με φιόγκους και λουλούδι, είτε απλές και όταν ο παπάς πει το «Δεύτε λάβετε φως» σπεύδουν να ανάψουν τις λαμπάδες τους με το Άγιο Φως που φέρνει ο παπάς έξω από την Ωραία Πύλη. Τα μεσάνυχτα οι καμπάνες χτυπούν χαρμόσυνα και όλοι οι πιστοί ψάλλουν το «ΧΡΙΣΤΟΣ ΑΝΕΣΤΗ» και ασπάζονται ο ένας τον άλλον. Αργότερα επιστρέφουν στα σπίτια τους με το Άγιο Φως και τρώνε την παραδοσιακή μαγειρίτσα.

**Κυριακή του Πάσχα**

Είναι αφιερωμένη στην Ανάσταση του Χριστού. Οι πιστοί το πρωί πηγαίνουν στην εκκλησία, όπου γίνεται η δεύτερη Ανάσταση. Το έθιμο της ημέρας αυτής είναι να μαζεύονται οι οικογένειες και να ψήνουν όλοι μαζί ένα αρνάκι στη σούβλα. Το αρνάκι το συνοδεύει ο χορός, το κέφι, το τραγούδι και φυσικά το κρασί.

**Σάββατο του Λαζάρου Λάζαροι - Λαζαρίνες - Βαία**

Το τριήμερο του Λαζάρου και των Βαίων, ενταγμένο στον κύκλο των ανοιξιάτικων εορταστικών εκδηλώσεων, παράλληλα προς τον θρησκευτικό χαρακτήρα του αγγέλματος της Αναστάσεως του Χριστού, περιλαμβάνει νεκρολατρικά και γονιμικά έθιμα, αghερμικά τραγούδια παιδιών, κυρίως κοριτσιών αλλά και ενηλίκων γυναικών, που περιέφεραν ομοίωμα νεκρού, χτυπώντας ρυθμικά κουδούνια και τραγουδώντας το τραγούδι του Λαζάρου και συγκέντρωναν κυρίως αβγά για το Πάσχα.

Αλλού κορίτσια με στολισμένα καλαθάκια ή ομοίωμα του Λαζάρου γυρνούν και λένε το Λάζαρο και οι νοικοκυρές τα φιλοδορούν με αβγά. Στην Κύπρο γίνεται αναπαράσταση της νεκρανάστασης του Λαζάρου, ενώ στην περιοχή της Κοζάνης νέες κοπέλες, στολισμένες με λουλούδια, οι Λαζαρίνες, χορεύουν τελετουργικά και τραγουδούν ανοιξιάτικα τραγούδια. Το τραγούδι του Λαζάρου προετοιμάζει για το Πάθος του Χριστού και την Κάθοδο στον Άδη αλλά και την εκ νεκρών Ανάσταση.

Οι Λαζαρίνες, γυρίζουν από σπίτι σε σπίτι κρατώντας στα χέρια ένα ομοίωμα του Λαζάρου, φτιαγμένο από τον κόπανο, που πλένουν τα ρούχα, ντυμένο με πολύχρωμα πανιά, σα να κρατούν μωρό φασκιωμένο, ή τη ρόκα ή καλάμια ή και μια κούκλα στολισμένη με πολύχρωμα λουλούδια, κορδέλλες και παρδαλά πανιά. Στη Σκύρο αντί για όλα αυτά παίρνουν τη σιδεροχουλιέρα (=κουτάλα τρυπητή) και βάζουν μαργαρίτες σε κάθε τρύπα. Στη μέση βάζουν ένα γαρυφαλλάκι κόκκινο και φτιάχνουν ένα πρόσωπο. Δένουν ένα ξύλο σταυρωτό πάνω στην κουτάλα, σαν χέρια και φορούν ένα πουκαμισάκι. Κάνουν το Λάζαρο. Γυρίζουν τα σπίτια και συγκεντρώνουν λεφτά, αβγά, ό,τι έχουν. Αλλού αντί για κόπανο έχουν ένα καλαθάκι στολισμένο με λουλούδια. Στην Κρήτη κάνουν ένα σταυρό με καλάμια και τον στολίζουν με κολαίνες από λεμονοανθούς και κόκκινα λουλούδια. Στην Κύπρο αντί για ομοίωμα ένα παιδί παρίστανε τον Λάζαρο, ντυμένο με λουλούδια. Γυρνούσαν από σπίτι σε σπίτι, ο Λάζαρος έπεφτε κάτω και παρίστανε τον νεκρό και κάποιος από τα παιδιά φώναζε: «Λάζαρε, δέυρο έξω!» Τότε πετιόταν επάνω. Ανάλογα έθιμα νεκρανάστασης συνθιζόνταν στον ελληνικό χώρο κατά τη διάρκεια της άνοιξης (Ζαφειρίς στην Ήπειρο, Φουσκοδέντρι στην ορεινή Κορινθία, Μήδες στο Πήλιο κ.ά.).

Στην Ήπειρο (Σούλι, Πωγωνί, Αργυρόκαστρο κ.α.), όπως περιγράφεται στο περιοδικό Μπουκέτο του 1929, τα τραγούδια του Λαζάρου συνοδεύονται από κυπριά (είδος μεγάλων κουδουνιών), κρεμασμένα σε μια σανίδα, την οποία κινούν τα παιδιά ρυθμικά, σα να κοσκινίζουν αλεύρι.

Για κάθε τραγούδι και εγκώμιο για τους ενοίκους του σπιτιού, που θα πουν τα παιδιά, θα πάρουν κι ένα αβγό.

Η καλή υποδοχή των παιδιών για να τραγουδήσουν τον Λάζαρο ήταν περίπου υποχρεωτική και αντίθετη συμπεριφορά είχε ως επακόλουθο το αντίστοιχο δίστιχο:

**Στο σπίτι όπου κάθεσαι, κούκος να μη λαλήσει**

**Και τ' αβγά τηγανητά / στην ψυχή σου κολλητά.**

Αντί για την ευχή: **Λάζαρος στην πόρτα σου / να γεννάει η κότα σου.**

Ή όπως στην Ικαρία: **Λάζαρος στην πόρτα σου / Να ψοφήσει η κότα σου.**

**Μήτε ποτέ αβγό να δεις κι η κότα σ' να ψοφήσει.**

Το Σάββατο του Λαζάρου στολίζουν την εκκλησία με δάφνες, βέργια και κλαδιά ελιάς τα οποία μεταφέρουν τα νεαρά αγόρια. Στο Πήλιο οι νύφες της χρονιάς φτιάχνουν μπουκετάκια με κεντημένα βέργια (δάφνες) και λουλούδια δεμένα με κορδέλλες και τα πηγαίνουν σ' ένα πανέρι στην εκκλησία την Κυριακή των Βαίων. Μετά τη λειτουργία τα μοιράζουν στους συγγενείς και τους φίλους. Παλιότερα έγραφαν και τα ονόματα κάθε οικογένειας στο μπουκετάκι. Στην Κύπρο πηγαίνουν στην εκκλησία ολόκληρη ελιά. Από αυτή κόβουν και μοιράζουν κλωνάρια, τα οποία τοποθετούν στο εικονοστάσι.

**Παγκόσμιες ημέρες ΑΠΡΙΛΙΟΥ**

- 02 Απριλίου** - Παγκόσμια Ημέρα Παιδικού Βιβλίου  
- Παγκόσμια Ημέρα Αντισμού
- 04 Απριλίου** - Διεθνής Ημέρα Κατά Των Ναρκών
- 07 Απριλίου** - Παγκόσμια Ημέρα Υγείας
- 08 Απριλίου** - Ημέρα Του Έθνους Των Ρώμα
- 11 Απριλίου** - Παγκόσμια Ημέρα Κατά Της Ασθενείας Πάρκινσον
- 16 Απριλίου** - Διεθνής Ημέρα Κατά Του Θορύβου  
- Παγκόσμια Ημέρα Φωνής
- 17 Απριλίου** - Παγκόσμια Ημέρα Αγροτικής Πάλης  
- Παγκόσμια Ημέρα Αμοροφιλίας
- 18 Απριλίου** - Παγκόσμια Ημέρα Πολιτιστικής Κληρονομιάς
- 22 Απριλίου** - Ημέρα Της Γης
- 23 Απριλίου** - Παγκόσμια Ημέρα Βιβλίου
- 24 Απριλίου** - Η Μέρα Μνήμης Της Γενοκτονίας Των Αρμενίων Από Τους Τούρκους  
- Παγκόσμια Ημέρα Κατάργησης Των Πειραμάτων Σε Ζώα
- 25 Απριλίου** - Παγκόσμια Ημέρα Κατά Της Ελονοσίας
- 26 Απριλίου** - Παγκόσμια Ημέρα Διανοητικής Ιδιοκτησίας
- 27 Απριλίου** - Παγκόσμια Ημέρα Σχεδίου (Design)
- 28 Απριλίου** - Παγκόσμια Ημέρα Για Την Υγεία Και Την Ασφάλεια Στην Εργασία / Διεθνής Ημέρα Μνήμης Εργατών
- 29 Απριλίου** - Παγκόσμια Ημέρα Χορού

**ΑΚΡΟΠΟΛΗ- ΚΟΙΤΙΔΑ ΤΟΥ ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ ΚΑΙ ΤΗΣ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑΣ***Συνέχεια από σελίδα 7*

Το 1655 υπήρχαν σχεδόν όλα τα γλυπτά. Η καταστροφή έγινε το 1687, στις 26 του Σεπτεμβρίου. Οι Βενετσιάνοι, με αρχηγό τον Μοροζίνη είχαν πολιορκήσει την Αθήνα. Ένας Γερμανός πυροβολητής έστειλε μια οβίδα στην Ακρόπολη, που χτύπησε τον Παρθενώνα. Τον Παρθενώνα που οι Τούρκοι είχαν αποθηκεύσει στο εσωτερικό του μπαρουτιού. Η φοβερή έκρηξη που ακολούθησε, σμπαράλιασε κυριολεκτικά το ομορφότερο κτίριο του κόσμου. Αρκετά χρόνια αργότερα, ο Άγγλος πρεσβευτής στην Πόλη, Έλγιν, πήρε άδεια από τις Τουρκικές αρχές ν' αφαιρέσει όσα γλυπτά ήθελε από τον πληγωμένο ναό της Αθηνάς και να τα μεταφέρει στο Λονδίνο. Οι εργάτες που τα ξεκολλούσαν έσπασαν αρκετά από τα αριστουργήματα του Φειδία. Τα υπόλοιπα τα φόρτωσε ο ιερόσυλος Άγγλος στο καράβι και τα πήγε στη χώρα του. Ονομάστηκαν Ελγίνα μάρμαρα και βρίσκονται στο Βρετανικό μουσείο.

Σήμερα στον Παρθενώνα γίνονται πολλές εργασίες από εξειδικευμένους επιστήμονες για να ξαναγίνει ο ναός όπως ήταν παλιά όσο αυτό είναι δυνατό. Επίσης κάτω από την Ακρόπολη ετοιμάζεται το νέο μουσείο Ακροπόλεως. Ας ελπίσουμε ότι τα Ελγίνα μάρμαρα θα ξαναγυρίσουν στον τόπο μας και θα τα θαυμάζουμε από κοντά σε κάποια από τις αίθουσες του νέου μουσείου.

**22 Απριλίου: Η Ημέρα της Γης**

"Η Παγκόσμια Ημέρα της Γης ξεκίνησε από τα κινήματα της δεκαετίας του 70, όταν για πρώτη φορά οι άνθρωποι συνειδητοποιούσαν ότι οι πόροι του Πλανήτη δεν ήταν ανεξάντλητοι καθώς και ότι η εκμετάλλευσή τους και η επιβάρυνση που έφερνε αυτή η εκμετάλλευση, επιβάρυνε την ποιότητα ζωής των κατοίκων της Γης.

Στις 22 Απριλίου του 1970 περίπου 20 εκατομμύρια Αμερικανοί συμμετείχαν σε εκδηλώσεις σε όλη τη χώρα οι οποίες αργότερα θεωρήθηκαν ο πρόδρομος του οικολογικού κινήματος. Η Ημέρα της Γης καθιερώθηκε να γιορτάζεται 22 Απριλίου με εκδηλώσεις και κινήσεις από εκατομμύρια ανθρώπους σε όλο τον κόσμο.

Πρωτοπόρος στο κίνημα υπήρξε ο αμερικανός Γερούσιαστής Gaylord Nelson ο οποίος πρότεινε την οργάνωση εθνικής διαμαρτυρίας σε όλες τις ΗΠΑ, ώστε οι πολιτικοί να παρακινήθούν και να θέσουν το ζήτημα της Οικολογίας και του Περιβάλλοντος στην επίσημη πολιτική ατζέντα.

Το 1990 η Ημέρα της Γης, γίνεται διεθνής, μετά τις κινητοποιήσεις 200 εκατομμύρια ανθρώπων σε 141 χώρες. Βασικό σύνθημα της Ημέρας της Γης του 1990 ήταν η Ανακύκλωση ενώ η κινητοποίηση αυτή, έστρωσε το δρόμο για την Διάσκεψη για τη Γη των Ηνωμένων Εθνών στο Ρίο ντε Τζανέιρο το 1992. Το 2010 στο επίκεντρο της Ημέρας της Γης βρίσκεται η κλιματική αλλαγή και η ενεργειακή πολιτική.

Ο πλανήτης σήμερα βρίσκεται αντιμέτωπος με τεράστια προβλήματα, όπως λιμοί, κατάρρευση οικοσυστημάτων, μαζικές μετακινήσεις πληθυσμών και λειψυδρία. Η υπερθέρμανση, η ξηρασία, η ρύπανση των υδάτων και των εδαφών, η κλιματική αποσταθεροποίηση, είναι η καινούργια πραγματικότητα που βιώνει η Γη. Πάνω από 1 δισεκατομμύριο άνθρωποι στον κόσμο ζουν σε παραγκουπόλεις, σχεδόν ένα δισεκατομμύριο παιδιά δεν έχουν πρόσβαση σε μια απλή τουαλέτα, 425 εκατομμύρια παιδιά δεν έχουν πρόσβαση σε ασφαλές καθαρό νερό και 600 εκατομμύρια παιδιά ζουν με λιγότερο από 1 δολάριο την ημέρα.

Στις υπανάπτυχτες χώρες, η έλλειψη νερού και υγιεινής σε συνδυασμό με τις κακές συνθήκες διαβίωσης, παραμένουν οι κύριες περιβαλλοντικές αιτίες που απειλούν τα παιδιά, που είναι περισσότερο ευάλωτα από τους ενήλικες σε περιβαλλοντικούς κινδύνους και στην περιβαλλοντική υποβάθμιση. Για παράδειγμα ο μόλυβδος βλάπτει σοβαρά την εγκεφαλική ανάπτυξη των παιδιών, καθώς απορροφούν μέχρι και το 50% του μολύβδου που εισέρχεται στο σώμα τους, ενώ οι ενήλικες μόλις το 10%-15%.

Σύμφωνα με έκθεση του ΟΗΕ το 42% των αυτοχθόνων θηλαστικών, 43% των πτηνών, 45% των πεταλούδων, 30% των αμφιβίων, 45% των ερπετών και 52% των ψαριών του γλυκού νερού κινδυνεύουν να εκλείψουν στην Ευρώπη. Αντίστοιχη είναι και η υποβάθμιση του θαλάσσιου πλούτου λόγω της υπεραλίευσης και της μόλυνσης. Το 65% των εμπορικών ιχθυοποθεμάτων κινδυνεύουν με εξαφάνιση λόγω της εντατικής αλιείας. Υπολογίζεται ότι στη Μεσόγειο μόνο, έχουν διαρρεύσει τα τελευταία 15 χρόνια 55.000 τόνοι πετρελαίου ρυπαίνοντας χιλιάδες χιλιόμετρα ακτογραμμής.

**Υγεία και κλιματική αλλαγή**

**Η Παγκόσμια Ημέρα Υγείας, στις 7 Απριλίου,** είναι η επέτειος της ίδρυσης του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας. Ο εορτασμός της αποτελεί μια αφορμή για την ενημέρωση και την ευαισθητοποίηση της παγκόσμιας κοινής γνώμης και των κυβερνήσεων πάνω σε κάποιο θέμα υγείας που αφορά τον πλανήτη ολόκληρο.

Οι κλιματικές αλλαγές που συντελούνται τα τελευταία χρόνια με όλο και πιο ταχείς ρυθμούς επηρεάζουν σημαντικά την υγεία εκατομμυρίων ανθρώπων σε ολόκληρο τον πλανήτη με τρόπους όχι πάντα άμεσους και φανερούς: οι κλιματικές αλλαγές μπορεί να ενέχουν κινδύνους για την ασφάλεια και την αρτιμέλεια πληθυσμών, επηρεάζουν την πρόσβαση σε πόσιμο νερό και τροφή, μπορούν να επηρεάσουν την θρεπτική αξία των τροφών και να συντελέσουν στην γένεση και την εξάπλωση ασθενειών.

Οι επιδράσεις των κλιματικών αλλαγών είναι ήδη εμφανείς, και, όπως συνήθως, επηρεάζουν δυσανάλογα πληθυσμούς που είναι περισσότερο ευάλωτοι όπως οι ηλικιωμένοι, τα μικρά παιδιά, οι ασθενείς και οι φτωχότερες τάξεις. Όμως οι επιδράσεις των κλιματικών αλλαγών αφορούν όλους μας: νέοι κίνδυνοι για την υγεία εμφανίζονται εξαιτίας της αλλαγής του κλίματος του πλανήτη, παλιές ασθένειες αποκτούν νέα δυναμική και απειλούν περιοχές από τις οποίες είχαν εξαλειφθεί και σωτήριες πιθανά ουσίες εξαφανίζονται κάθε φορά που ένα είδος χλωρίδας ή πανίδας εξαφανίζεται εξαιτίας των αλλαγών του περιβάλλοντος.

Όμως η κατάσταση μπορεί να αναστραφεί: με την ανάληψη δράσης από όλους μας, σε ατομικό και συλλογικό επίπεδο, οι κλιματικές αλλαγές μπορούν να σταματήσουν. Μάλιστα, η μείωση της υπερθέρμανσης του πλανήτη μπορεί να έχει ευεργετικά αποτελέσματα όχι μόνο στην υγεία όλων αλλά και στην οικονομία των χωρών του πλανήτη, καθώς το κόστος για την αντιμετώπιση των συνεπειών της υπερθέρμανσης είναι ήδη μεγάλο και αυξάνεται

**Δράστε τώρα!**

- **Ενημερωθείτε, ενημερώστε άλλους με τη σειρά σας και αναλάβετε δράση: αλλάξτε τις ενεργητικές συνήθειές σας μειώνοντας την κατανάλωση ηλεκτρικού ρεύματος και την χρήση του αυτοκινήτου.**
- **Υποστηρίξτε πολιτικές και δράσεις που συμβάλλουν στην προστασία του περιβάλλοντος.**
- **Φροντίστε να ενημερωθείτε για τους κινδύνους από τις κλιματικές αλλαγές που πιθανόν να σας απειλούν άμεσα (πχ πλημμύρες, καύσωνες κλπ) και προετοιμαστείτε κατάλληλα εγκαίρως.**

## Παγκόσμια Ημέρα Παιδικού Βιβλίου

«Ένα βιβλίο σε περιμένει. Βρες το!»



«Ήταν ένα μικρό καράβι, που ήταν αταξίδευτο?  
Κι έκανε ένα μακρύ ταξίδι? σε πέντε έξι εβδομάδες?»

Μάθαμε να παίζουμε και να τραγουδάμε προτού μάθουμε να διαβάζουμε. Στον τόπο μου, εμείς τα παιδιά τραγουδούσαμε αυτό το τραγούδι προτού καταφέρομε να συλλαβίσουμε. Πιανόμασταν σ' έναν κύκλο στο δρόμο και οι φωνές μας παράβγαιναν με κείνες των τζιτζικιών, καθώς τραγουδούσαμε ξανά και ξανά για το μικρό καράβι και τον καιμό του που ήταν αταξίδευτο. Καμιά φορά, φτιάχναμε χάρτινα καραβάκια, τα ρίχναμε στους νερόλακκους και τ' αφήναμε να βουλιάζουν χωρίς ποτέ να φτάσουν στη στεριά.

Έμοιαζα κι εγώ με μικρό καράβι αραγμένο στους δρόμους της γειτονιάς μου. Περνούσα τ' απογεύματα πάνω σε μια στέγη, κοιτώντας το ηλιοβασιλέμα, έκανα όνειρα για το μέλλον - χωρίς καλά καλά να καταλαβαίνω αν έψαχνα στο άπειρο ή μέσα στην καρδιά μου - και φανταζόμουν έναν κόσμο πανέμορφο, που δε γινόταν ακόμα να τον αντικρίσω.

Πίσω από κάτι κουτιά, σε μια αποθήκη του σπιτιού μου, ήταν ένα βιβλίο που ήταν κι αυτό αταξίδευτο, αφού κανείς δεν το είχε διαβάσει. Έτσι, ποτέ δεν του είχα δώσει σημασία, δεν είχα προσέξει καν πως ήταν εκεί. Ένα χάρτινο καραβάκι, κολλημένο στη λάσπη. Ένα μοναχικό βιβλίο, κρυμμένο σ' ένα ράφι, πίσω από χαρτόκουτα...

Μια μέρα, καθώς έψαχνα κάτι, το χέρι μου άγγιξε τη ράχη του βιβλίου. Αν ήμουν βιβλίο, έτσι θα μιλούσα για κείνη τη στιγμή: «Μια μέρα, το χέρι ενός παιδιού άγγιξε το κάλυμμα μου κι εγώ ένιωσα τα πανιά μου ν' ανοίγουν, άρχισα να ταξιδεύω!».

Τι έκπληξη, όταν η ματιά μου έπεσε τελικά επάνω του! Ήταν ένα μικρό βιβλίο με κόκκινο κάλυμμα και χρυσά γράμματα. Το άνοιξα με λαχτάρα, λες κι ανακάλυψα ένα σεντούκι με θησαυρό κι ανυπομονούσα να δω τι είχε μέσα. Δεν απογοητεύτηκα. Μόλις άρχισα να το διαβάζω, κατάλαβα πως μου υποσχόταν περιπέτειες. Τα κατορθώματα του ήρωα, οι καλοί και οι κακοί, οι εικόνες με τις φράσεις από κάτω που τις κοίταζα πάλι και πάλι, οι κίνδυνοι, οι εκπλήξεις... όλα με ταξίδευαν σ' έναν κόσμο άγνωστο και συναρπαστικό.

Έτσι έγινε κι ανακάλυψα πως πίσω από το σπίτι μου ήταν ένα ποτάμι, και πίσω από το ποτάμι μια θάλασσα, και σ' εκείνη τη θάλασσα ένα καράβι ετοιμαζόταν να σαλπάρει. Το πρώτο εκείνο καράβι το έλεγαν Ισπανιόλα1, μα θα μπορούσε να λεγόταν και «Ναυτίλος», «Ροσινάντε2», καράβι του Σεβάζ του Θαλασσινού ή Μεγάλο Καράβι του Χάκελμπερι... Όλ' αυτά, όσο κι αν περνάει ο καιρός, θα βρίσκονται πάντα εκεί, περιμένοντας μια παιδική ματιά, κάποιο παιδί να τα προσέξει, για ν' ανοίξουνε πανιά και να σαλπάρουν...

Μην περιμένεις άλλο, λοιπόν! Τρέξε και διάλεξε ένα βιβλίο. Διάβασε το και θ' ανακαλύψεις ότι, όπως ακριβώς λέει εκείνο το τραγούδι που τραγουδούσα όταν ήμουνα παιδί, δεν υπάρχει καράβι, όσο μικρό κι αν είναι, που κάποτε δεν έρχεται ο καιρός να μάθει να ταξιδεύει.

**1. Σημ. μετ.:** Νησί της Καραϊβικής που ανακάλυψε ο Χριστόφορος Κολόμβος και σήμερα το μοιράζονται η Αϊτή και η Δομινικανή Δημοκρατία

**2. Σημ. μετ.:** Το άλογο του Δον Κιχώτη

## Πολιτιστική Κληρονομιά

**Η 18<sup>η</sup> Απριλίου** είναι αφιερωμένη στην πολιτιστική κληρονομιά. Και είναι μία ευκαιρία να θυμηθούμε, έστω και για λίγο, την πρέσβειρα της δικής μας πολιτιστικής κληρονομιάς, τη Μελίνα Μερκούρη, μέσω κάποιων λεγόμενων της:

«Έχουμε το προνόμιο να ζούμε σε μια χώρα που κάθε σπιθαμή του εδάφους της μαρτυρεί πολιτισμό και ιστορία. Εκτός από τους ιστορικούς τόπους με παγκόσμια ακτινοβολία - Αθήνα, Δελφοί, Ολυμπία και πολλοί άλλοι - μνημεία υπάρχουν παντού: αρχαία ιερά και εξωκλήσια σε σχεδόν απάτητες βουνοκορφές, και στο βυθό των θαλασσών μας, καταποντισμένα λιμάνια, πλοία, έργα τέχνης, απλοί αμφορείς και τόσα άλλα, σε μεγάλο πλήθος. Είναι ένα προνόμιο μοναδικό, το οποίο, όμως δημιουργεί και τη σοβαρή υποχρέωση της προστασίας αυτής της κληρονομιάς.

Η προστασία των έργων του Πολιτισμού δεν είναι μόνον ένα ηθικό χρέος. Είναι και συμφέρον, επειδή η πολιτιστική κληρονομιά αποτελεί πλούτο και με την κυριολεκτική σημασία του όρου.

Ακόμα περισσότερο, όμως τα μνημεία, ως παράγοντες της ακτινοβολίας του πολιτισμού μας, είναι πηγή κύρους για τη χώρα μας και βασικό έρεισμα για το χειρισμό εθνικών μας υποθέσεων. Ας μην ξεχνάμε ότι το κύρος αυτό, η φιλοσοφία, οι πολιτικές ιδέες και η τέχνη μας πολύ βοήθησαν στην ανάπτυξη του φιλελληνισμού, ο οποίος με τη σειρά του πολύ συνέβαλε στην αποκατάσταση της εθνικής ανεξαρτησίας μας.

Έτσι πέρα από κάθε σκοπιμότητα, η πολιτιστική κληρονομιά μας παραμένει δάσκαλος και οδηγός, η εσωτερική μας δύναμη, η ευσυνειδησία και η υπερηφάνεια μας.

Αυτό που κράτησε τον ελληνισμό όρθιο μέσα στους αιώνες είναι η δύναμη της παράδοσής του, που τροφοδοτείται από την παρουσία των μνημείων της στο περιβάλλον του καθημερινού ανθρώπου. Όμως, η παρουσία αυτή εξασφαλίζεται μόνον με κατάλληλους θεσμούς, με κατάλληλα τεχνικά έργα, με δημιουργία μουσείων και πολλά άλλα συναφή. Βεβαίως, για όλα αυτά χρειάζονται άνθρωποι, χρήματα και μέσα, πολύ περισσότερα από όσα διαθέτουμε σήμερα.

Βεβαίως - και αυτό είναι το σπουδαιότερο - χρειάζεται μια άλλου τύπου βίωση της κληρονομιάς μας, που δεν θα υπάρξει αν δεν αλλάξει εκ βάθρων το ακατάλληλο εκπαιδευτικό μας σύστημα. Γιατί δεν θα διαθέτουμε δραστηκή προστασία της κληρονομιάς μας όσο κάθε Έλληνας πολίτης δεν θα είναι ένας συνειδητός ευαίσθητος και παθιασμένος φρουρός της.»

Μελίνα Μερκούρη

## ΑΚΡΟΠΟΛΗ- ΚΟΙΤΙΔΑ ΤΟΥ ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ ΚΑΙ ΤΗΣ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑΣ



Ο ωραιότερος ναός της Ακρόπολης, ο Παρθενώνας, είναι ένα θαύμα της αρχιτεκτονικής και της ομορφιάς που καθώς περνούν τα χρόνια αποκτά όλο και περισσότερη αξία. Χιλιάδες άνθρωποι, μέσα σ' έναν πρωτοφανή πυρετό, εργάστηκαν για πολλά χρόνια για να γίνουν οι ασύγκριτοι σε πλούτο και ομορφιά ναοί της Ακρόπολης και τα αριστοτεχνικά αγάλματα. Τα καράβια ξεφόρτωναν συνέχεια στον Πειραιά πολύτιμη ξυλεία της Θράκης και του Λιβάνου.

Από την Αίγυπτο έφτασαν πολλά φορτία με ελεφαντόδοντο. Η Θράκη και η Λιβύη προμήθευσε το χρυσάφι που χρειαζόταν για τα αγάλματα. Και η κοντινή Πεντέλη πρόσφερε το ολοκάθαρο και πολύτιμο μάρμαρο της.

Ο Ικτίνος έκανε τα σχέδια της Ακρόπολης και ο Καλλικράτης, σπουδαίος αρχιτέκτονας, είχε την επίβλεψη των έργων. Τα αγάλματα τα ανάλαβε ο μοναδικός Φειδίας, ο πιο ονομαστός γλύπτης της Αθήνας, που ομοίός του δεν παρουσιάστηκε ποτέ και πουθενά ως την εποχή μας. Πρώτος απ' όλους τους ναούς άρχισε να χτίζεται ο Παρθενώνας, πάνω στα θεμέλια του προηγούμενου ναού που είχε χτίσει ο Πεισίστρατος και τον είχαν καταστρέψει οι Πέρσες. Ονομάστηκε Μέγας Ναός και όχι Παρθενώνας. Το όνομα αυτό το πήρε αργότερα από ένα θάλαμο του ναού, που ονομαζόταν Παρθενών, επειδή εκεί συγκεντρώνονταν οι παρθένες που υπηρετούσαν τη θεά Αθηνά. Το υλικό για την κατασκευή του ήταν πεντελικό μάρμαρο, εκτός από το υπερυψωμένο δάπεδο, όπου χρησιμοποιήθηκε πορώλιθος. Εννέα χρόνια χρειάστηκαν για την ανέγερση του ναού. Τα επίσημα εγκαίνια του έγιναν στα μεγάλα Παναθήναια του 439. Ωστόσο, το στόλισμα του ναού με τα αγάλματα του Φειδία, στη ζωφόρο και στις μετόπες, συνεχιζόταν και τελείωσε το 432. Δηλαδή για να τελειώσει ολότελο ο ναός, χρειάστηκαν δεκαπέντε χρόνια.

Το θαύμα αυτό της αρχιτεκτονικής, έμεινε για πολλούς αιώνες άθικτο. Οι Ρωμαίοι τον σεβάστηκαν και οι Χριστιανοί το 500 μ.Χ. τον μετέτρεψαν σε χριστιανική εκκλησία, κάνοντας ελάχιστες αλλαγές στο εσωτερικό του. Φυσικά, αυτή την εποχή το πολύτιμο άγαλμα της Αθηνάς δεν υπήρχε. Ποιος ξέρει ποιοι το κατάστρεψαν για να πάρουν το χρυσάφι του. Η απληστία των ανθρώπων και η άγνοια, κατάστρεψαν ίσως το πιο αριστουργηματικό δημιούργημα των αιώνων.

Το 1456 οι Τούρκοι με τη σειρά τους έκαναν τον Παρθενώνα τζαμί, χτίζοντας ένα μιναρέ στη ΝΔ γωνία του. Το κτίριο όμως δεν το πείραξαν.

Συνέχεια στη σελίδα 6

# ΣΥΝΤΑΓΕΣ

## Καλαμάρια γεμιστά



### ΥΛΙΚΑ ΓΙΑ 3-4 ΑΤΟΜΑ

1 κιλό μεγάλα καλαμάρια  
1 φλιτζ. ελαιόλαδο  
2 φρέσκα κρεμμυδάκια, σε λεπτές ροδέλες  
3 κ.σ. κουκουνάρι  
2 κ.σ. ρύζι νυχάκι ή αρμπόριο για κάθε καλαμάρι  
1 ντομάτα, ψιλοκομμένη  
½ φλιτζ. δυόσμο, ψιλοκομμένο  
½ φλιτζ. άνηθο, ψιλοκομμένο  
½ φλιτζ. μυρώνια, ψιλοκομμένα  
½ φλιτζ. ούζο  
1 φύλλο δάφνης  
1 αστεροειδής γλυκάνισος  
2-3 σκελίδες σκόρδο, ολόκληρες

### ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Πλένουμε και καθαρίζουμε τα καλαμάρια βγάζοντας το «κόκαλο». Αφαιρούμε το κεφάλι (το κρατάμε στην άκρη) και πετάμε τα υάτια και τα δόντια.

Ζεσταίνουμε σε μια κατσαρόλα το μισό ελαιόλαδο, προσθέτουμε τα κρεμμυδάκια και το κουκουνάρι και σοτάρουμε για 1-2 λεπτά. Προσθέτουμε το ρύζι, αλάτι και πιπέρι και σοτάρουμε για 2 λεπτά ακόμη. Ρίχνουμε στη συνέχεια την ντομάτα, τον δυόσμο, τον άνηθο, τα μυρώνια, ανακατεύουμε και αποσύρουμε από τη φωτιά. Αλατίζουμε τα καλαμάρια στο εσωτερικό και, με ένα κουταλάκι, τα γεμίζουμε με το μείγμα του ρυζιού. Κλείνουμε το άνοιγμα της κοιλιάς χρησιμοποιώντας ως «καπάκι» το κεφάλι του καλαμαριού με τα πλοκάμια προς τα έξω και στερεώνουμε με οδοντογλυφίδα. Ζεσταίνουμε σε κατσαρόλα το υπόλοιπο ελαιόλαδο. Σοτάρουμε τα καλαμάρια και από τις δύο πλευρές, σβήνουμε με το ούζο και, μόλις εξατμιστεί το αλκοόλ, προσθέτουμε τη δάφνη, τον γλυκάνισο, το σκόρδο και 1 ποτήρι νερό. Σκεπάζουμε και σιγοβράζουμε ώσπου να μαλακώσουν τα καλαμάρια.

## ΤΖΙΓΕΡΟΣΑΡΜΑΛΕΣ



### Υλικά

1 συκωταριά αρνίσια  
1 σκέπη αρνίσια  
1 ματσάκια κρεμμύδια φρέσκα ψιλοκομμένα  
½ ματσάκι άνηθο ψιλοκομμένο  
2 φλιτζανάκια ρύζι Καρολίνα

### Εκτέλεση

Βάζουμε σε μια κατσαρόλα νερό να βράσει και κατόπιν βράζουμε για 5 λεπτά τη συκωταριά, αφού πρώτα την έχουμε πλύνει καλά και έχουμε τρυπήσει με ένα μαχαίρι το πνευμόνι. Αφήνουμε να κρυώσει και στη συνέχεια κόβουμε σε μικρούς κύβους, σε μέγεθος ζαριού το συκώτι, το πνευμόνι, την καρδιά και ότι άλλο μπορούμε από τη συκωταριά. Ρίχνουμε σε ένα τηγάνι με λάδι το κρεμμύδι και τον άνηθο ψιλοκομμένα, να τσιγαριστούν. Κατόπιν προσθέτουμε τους κύβους της συκωταριάς και σε λίγο το ρύζι, ½ ποτήρι νερό, αλάτι και πιπέρι. Μόλις τελειώσουν όλα τα υγρά, αποσύρουμε από τη φωτιά και αφήνουμε να κρυώσουν για λίγο. Σε χλιαρό νερό βάζουμε τη σκέπη να την ανοίξουμε και να την πλύνουμε. Την κόβουμε σε κομμάτια λίγο μεγαλύτερα από την παλάμη μας και στο κέντρο βάζουμε γέμιση και κατόπιν κλείνουμε από όλες τις άκρες δημιουργώντας μία μπάλα. Τοποθετούμε τις μπάλες σε ένα ταψί με πολύ λίγο νερό και 2 κουταλιές της σούπας λάδι. Αλατοπιπερώνουμε τις μπάλες από πάνω και ψήνουμε στους 200 βαθμούς για μισή ώρα, μέχρι να πάρει χρώμα χρυσαφί η σκέπη και από πάνω και από κάτω. Σε πολλά μέρη της Ελλάδος, στο τέλος ρίχνουν ανάμεσα στους σαρμάδες, γιαούρτι χτυπημένο με αυγά και ψήνουν για 5 λεπτά. Αυτό όμως κάνει τους σαρμάδες μαλακούς και όχι πικάντικους.

## Μαγειρίτσα



### Συστατικά

1 αρνίσια ή κατσικίσια συκωταριά  
το λεπτό έντερο από ένα αρνί ή ένα κατσίκι  
1 μπουκάλι ξίδι  
2 μαρούλια  
3 ματσάκια φρέσκα κρεμμυδάκι  
600g ξερά κρεμμύδια  
2 πράσα  
1 ματσάκι άνηθο  
1 νεροπότηρο ελαιόλαδο  
1 νεροπότηρο κρασί μαυροδάφν ή σαμώτικο  
το χυμό ενός πορτοκαλιού  
αλάτι  
πιπέρι μαύρο  
6 λίτρα νερό  
150g ρύζι Καρολίνα  
3 αυγά  
4 λεμόνια  
1 κουταλιά της σούπας ελαιόλαδο

### Οδηγίες

Πλένουμε και καθαρίζουμε από τα ορατά λίπη, τη συκωταριά και τα εντερικάκια. Τα τοποθετούμε σε μία λεκάνη, τα ραντίζουμε με αρκετό ξίδι και τα αφήνουμε μέχρι να ετοιμάσουμε τα υπόλοιπα υλικά.

Πλένουμε τα μαρούλια, τα ραντίζουμε με ξίδι και τα ξεπλένουμε πάλι με νερό. Τα ψιλοκόβουμε χωρίς να τα σπύνουμε ή να τα λιώσουμε.

Ψιλοκόβουμε τα ντερέκια και τα αφήνουμε μέσα σε χυμό 2 λεμονιών.

Καθαρίζουμε, πλένουμε, κόβουμε και πολτοποιούμε τα ξερά κρεμμύδια.

Ψιλοκόβουμε τα φρέσκα κρεμμυδάκια, τα πράσα και το άνηθο.

Βγάζουμε τα αυγά από το ψυγείο.

Σε μία κατσαρόλα βάζουμε 3 λίτρα νερό και το αφήνουμε να βράσει σε υψηλή θερμοκρασία. Μόλις αρχίσει να κοχλάζει έντονα, προσθέτουμε τη συκωταριά και την αφήνουμε να ζεματιστεί για 3 λεπτά.

Αφαιρούμε τη συκωταριά από την κατσαρόλα, την στραγγίζουμε και την ψιλοκόβουμε. Πετάμε το νερό, πλένουμε την κατσαρόλα και την ξαναβάζουμε στην εστία της κουζίνας σε υψηλή θερμοκρασία. Ρίχνουμε το ελαιόλαδο, όλων των ειδών τα κρεμμύδια, τα πράσα, αλάτι, λίγη ζάχαρη και ανακατεύουμε με ξύλινη σπάτουλα, για 5 λεπτά.

Στο μεταξύ το μίγμα των κρεμμυδιών βράζει. Σβήνουμε με λίγο κρασί, προσθέτουμε την ψιλοκομμένη συκωταριά και τα ψιλοκομμένα εντερικάκια και τα αφήνουμε να βράσουν με τα υγρά τους για 15 λεπτά περίπου, σε υψηλή θερμοκρασία χωρίς να σκεπάσουμε την κατσαρόλα. Σβήνουμε με το υπόλοιπο κρασί και το χυμό πορτοκαλιού, αλατίζουμε, προσθέτουμε πιπέρι και αφήνουμε με σκεπασμένη κατσαρόλα σε μέτρια θερμοκρασία, για ακόμη 10 λεπτά.

Στη συνέχεια δυναμώνουμε τη θερμοκρασία, προσθέτουμε 3 λίτρα νερό, τα μαρούλια και το άνηθο. Σκεπάζουμε την κατσαρόλα και μόλις το υγρό κοχλάσει έντονα, χαμηλώνουμε τη θερμοκρασία και αφήνουμε τη σούπα να βράσει για μία ώρα, χωρίς να αφαιρούμε το κάλυμμα της κατσαρόλας. Πλένουμε το ρύζι και το στραγγίζουμε.

Στη συνέχεια δυναμώνουμε τη θερμοκρασία και ρίχνουμε το ρύζι, σκεπάζουμε την κατσαρόλα και μόλις το υγρό αρχίσει πάλι να βράζει, χαμηλώνουμε σε μέτρια θερμοκρασία και αφήνουμε για 20 λεπτά.

Εν τω μεταξύ ετοιμάζουμε το αγγολέμονο, όπως περιγράφεται στη γενική συνταγή που σας έχω δώσει.

1. Αφού προσθέσουμε το αγγολέμονο, αφήνουμε τη σούπα για 10 λεπτά και στη συνέχεια σερβίρουμε.

### Λίγα μυστικά ακόμα

Ταιριάζει με κρασί ροζέ ξηρό.

## Χαλβάς Φαρσάλων με νισεστέ και βούτυρο



### Υλικά

½ πακέτο βούτυρο ή μαργαρίνη  
2 φλιτζάνια νισεστέ  
2 + 1 φλιτζάνια ζάχαρη  
4 φλιτζάνια νερό  
καουόδια ή αυύνδαλα άσπρα καβουοδισμένα

### Εκτέλεση

Ρίχνουμε σε μια κατσαρόλα όλα τα υλικά εκτός από το 1 φλιτζάνι ζάχαρης και τους ξηρούς καρπούς. Βάζουμε την κατσαρόλα στη φωτιά και ανακατεύουμε συνεχώς με ξύλινη κουτάλα να μην πιάσει.

Παράλληλα σε ένα σαγανάκι ρίχνουμε τη ζάχαρη (που κρατήσαμε) για να κάνουμε την καραμέλα, φροντίζοντας να λιώσει αλλά να μην μαυρίσει.

Όταν τα υλικά στην κατσαρόλα έχουν γίνει ένα μείγμα ρίχνουμε την καραμέλα και τους ξηρούς καρπούς και ανακατεύουμε, προσέχοντας να έχει λιώσει καλά η μαργαρίνη. Έτσι έχουμε τη μάζα που θέλουμε.

Τη ρίχνουμε σε φόρμα ζελέ και σε 3 με 4 ώρες (ή την άλλη μέρα) ο χαλβάς μας είναι έτοιμος για σερβίρισμα.



**Υλικά:**

- άσπρο ξύδι
- κουτάλι
- λάδι (καλαμποκέλαιο)
- φλούδες πορτοκαλιού ή λεμονιού για κίτρινα αυγά
- φύλλα σπανακιού ή μαϊντανός για πράσινα αυγά

**Φυσική βαφή αυγών**

- μούρα για μπλε αυγά
- καφέ για καφέ αυγά
- παντζάρια, για ροζ αυγά
- άσπρα ξερά κρεμμύδια για πορτοκαλί αυγά



Για κάθε φυσική βαφή, βράστε νερό για μισή ώρα με τα υλικά που έχετε στην κουζίνα (ανάλογα με τα παραδείγματα πιο πάνω).

Στραγγίστε το υγρό και βάλτε το πάλι στην κατσαρόλα - βράστε τα αυγά για ένα τέταρτο. Εάν τα αφήσετε περισσότερη ώρα στο υγρό, θα πάρουν πιο σκούρο χρώμα. Για να μπορέσετε να δείτε την διαφορά της βαφής, αλλά και να δημιουργήσετε σχέδια, κολλήστε πάνω στα αυγά πριν τα τοποθετήσετε στο υγρό αυτό, κάποια χαρτάκια με κολλητική ταινία ή σκέτη κολλητική ταινία, να ζωγραφίσετε με κερί, ή με διαφανές βερνίκι νυχιών. Μπορείτε επίσης να τοποθετήσετε φυλλαράκια πάνω στα αυγά και μετά να τα τυλίξετε με ένα νάιλον καλσόν έτσι ώστε να τα κρατάει στην θέση τους.

Όταν τα βγάλετε από το υγρό ξεκολλήστε τα χαρτάκια/τις ταινίες και δείτε το αποτέλεσμα. Με ένα πανάκι ποτισμένο σε λίγο λάδι, γυαλίστε τα χρωματιστά σας αυγά.

**Βάψτε τα αυγά σας με κηρομπογιές (από 2 ετών)**

Αφού βράσετε τα αυγά, ενώ είναι ακόμα ζεστά (περιμένετε μέχρι να έχουν θερμοκρασία που να μπορείτε να τα κρατήσετε στο χέρι σας) μπορείτε να τα ζωγραφίσετε με κηρομπογιά. Ειδικά εάν η κηρομπογιά είναι καλής ποιότητας (πχ λαδοπαστέλ), τα χρώματα θα είναι πολύ έντονα καθώς λιώνουν πάνω στο αυγό και θα μπορείτε να δοκιμάσετε διάφορες τεχνικές.

**Διακόσμηση άδειου κέλυφους αυγού (από 7-8 ετών)**

Ένας παραδοσιακός τρόπος διακόσμησης με τον οποίο θα μπορέσετε να κρατήσετε για χρόνια το έργο σας, είναι η ζωγραφική επάνω σε άδειο κέλυφος αυγού.

Σαπουνίστε καλά το αυγό, για να είναι καθαρό. Τρυπήστε με μια βελόνα το αυγό σε δύο μέρη, πάνω και κάτω. Κάντε την κάτω τρύπα του αυγού λίγο μεγαλύτερη (π.χ. πάχος όσο 3-4 βελόνες), από την επάνω τρύπα (π.χ. πάχος όσο δυο τρεις βελόνες) και αρχίστε να φυσάτε το αυγό από την πάνω τρύπα.

Θα αρχίσει να αδειάζει και σε λίγη ώρα θα έχετε ένα άδειο κέλυφος αυγού. Θα είναι προτιμότερο να περιμένετε μια μέρα έτσι ώστε να στραγγίξει εντελώς το αυγό από μέσα, πριν αρχίζετε να το ζωγραφίζετε.

**Για τους μικρούς μας φίλους****Πείραμα με αυγά - Αυγά και η υγρή και στέρεη μάζα**

**Ποιό αυγό είναι βρασμένο και ποιο είναι ωμό?**

**Υλικά:** ένα καλά βρασμένο αυγό

δύο ωμά αυγά

Δείξτε στο παιδάκι σας τα αυγά και ρωτήστε εάν μπορούν να ξεχωρίσουν ποιό αυγό είναι το βρασμένο και ποιό το ωμό, χωρίς να τα σπάσουν.

Αφήστε τα να εξετάσουν τα αυγά μέχρι να κάνουν κάποια εκτίμηση ή πείτε τους ότι υπάρχει μια μυστική μέθοδος με την οποία θα μπορούν να ανακαλύπτουν ποιο αυγό είναι το βρασμένο.

Τοποθετήστε τα αυγά σε μια λεία επιφάνεια και στριφογυρίστε τα έτσι ώστε να γυρνούν γύρω από τον εαυτό τους. Προσπαθήστε να καταφέρετε να γυρνούν και τα τρία ταυτόχρονα γύρω γύρω, και τότε ρωτήστε το παιδάκι σας ποιό αυγό είναι διαφορετικό. Τα δύο ωμά αυγά κουνιούνται πέρα δώθε, ενώ το βρασμένο αυγό στριφογυρίζει γύρω γύρω. Ακουμπήστε τα αυγά την ώρα που γυρνούν - τα δύο ωμά αυγά θα συνεχίσουν να κουνιούνται πέρα δώθε, ενώ το βρασμένο αυγό θα σταματήσει εντελώς να κουνιέται από την στιγμή που το σταματήσατε το στριφογύρισμά του.

Όταν γυρνάτε τα ωμά αυγά γύρω γύρω, ο κρόκος και το ασπράδι κουνιούνται και αυτά μέσα στο κέλυφος του αυγού. Η ορμή του στριφογυρίσματος κάνει το εσωτερικό του αυγού που έχει υγρή μορφή να κουνιέται σε άλλο ρυθμό από ότι το εξωτερικό του αυγού το οποίο είναι στέρεο. Έτσι, ακόμα και αν έχετε σταματήσει το ωμό αυγό, το εσωτερικό του, ο κρόκος και το ασπράδι δηλαδή, ακόμα κουνιούνται στον ρυθμό του στριφογυρίσματος. Το βρασμένο αυγό δεν συνεχίζει να κουνιέται μιας και το εσωτερικό του, αφού έβρασε, δεν είναι πια υγρό, πράγμα που σημαίνει ότι το εσωτερικό και το εξωτερικό του αυγού κουνιούνται στον ίδιο ρυθμό. Όταν το σταματάτε, δεν συνεχίζει να κουνιέται όπως το ωμό αυγό.



# Η ΑΚΡΟΣΤΙΧΙΔΑ ΤΟΥ ΑΠΡΙΛΗ

Αρχαία θεά του κυνηγιού.

Ο Ιανουάριος είναι ο... μήνας του έτους.

Τα αυτοκίνητα έχουν τέσσερις.

Τα ψάρια στα ... αρχαία.

Το αντίθετο του χοντρού.

Έδωσε τ' όνομά του σ' ένα πέλαγος.

Κρατάμε όταν βρέχει.

Μικρό ερπετό.



Χ!! Χ!! Χ!!

## Μαγο-σκανταλιές!

### ΠΩΣ ΕΝΑ ΑΒΓΟ ΠΕΡΝΑΕΙ ΜΕΣΑ

ΑΠΟ ΤΟ ΛΑΙΜΟ ΕΝΟΣ ΜΠΟΥΚΑΛΙΟΥ;

Έχεις στα χέρια σου ένα αβγό και λες στους φίλους σου ότι θα το διατάξεις να μπει μέσα στο μπουκάλι. Όλοι χαμογελούν και μουρμουρίζουν ειρωνικά, ότι αυτά δεν γίνονται. Εσύ όμως θα τους αποδείξεις το αντίθετο.

### ΥΛΙΚΑ:

Ένα αβγό, ένα μπουκάλι, ξίδι.

### ΕΚΤΕΛΕΣΗ:

Σ' ένα μπολ με ξίδι βάζουμε το αβγό και το αφήνουμε για περισσότερο από 25 ώρες. Έτσι το τσόφλι του γίνεται μαλακό. Πιέζουμε το αβγό προσεκτικά και σιγά σιγά καταφέρνουμε να το βάλουμε μέσα στο μπουκάλι. Φανταστείτε την έκπληξη των φίλων σας.

### ΕΞΗΓΗΣΗ:

Το τσόφλι του αβγού μαλακώνει μέσα στο ξίδι και έτσι μπορεί να περάσει εύκολα μέσα από το στόμιο του μπουκαλιού.

## Οι λέξεις μπερδεύτηκαν!

1 2 3 4 5

1					
2					
3					
4					
5					
6					

1. ζομδορ
2. υχατν
3. ητυμ
4. αργδισα
5. υνασιχ
6. μαλπωα

# Τοτός ο "εξυπνάκιος!"

- Ο δάσκαλος ρωτάει τον Τοτό:
  - Τοτό, κλίνε το ρήμα «τρέχω» στον Αόριστο.
  - Εγώ έτρεξα...εεε
  - Εσύ έτρεξες...χμμ, αυτός έτρεξε...
  - Πιο γρήγορα Τοτό!
- Και ο Τοτός:
  - Εγώ έτρεξα, εσύ έτρεξες, αυτός έπεσε, εμείς κλάψαμε, εσείς σηκωθήκατε, αυτοί έφυγαν!

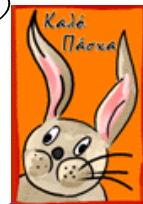
- Ο Τοτός, γυρνάει από το σχολείο.
 

Μαμά: Τοτέ, έλα να φας.  
 Τοτός: Έφαγα μαμά.  
 Μαμά: Τι έφαγες αγόρι μου;  
 Τοτός: Ξύλο από το δάσκαλο.

- Δάσκαλος: Μπορείς να μου πεις Τοτέ, τι σημαντικό έγινε το 1789;
 

Τοτός: Γεννήθηκε ο Μέγας Ναπολέον, κύριε.  
 Δάσκαλος: Πολύ σωστά. Και το 1792;  
 Τοτός: Εεε...χμμ. Ο Μέγας Ναπολέον έγινε 3 χρονών.

Μπορείς να με βοηθήσεις:



Καλά ξειπερδέματα!

**ΣΠΑΖΟΚΕΦΑΛΙΕΣ**

- Τι είναι μαύρο πριν το χρησιμοποιήσουμε, γίνεται κόκκινο όταν το χρησιμοποιούμε και άσπρο όταν τελειώσουμε μαζί του ?
- Οι επόμενοι αριθμοί είναι στη σειρά. Σε ποια σειρά όμως ?  
2, 1, 8, 5, 4
- Ποιο είναι σωστό ? :  
Α. Η δεύτερη χιλιετία αρχίζει την 1<sup>η</sup> Ιανουαρίου του 2000  
Β. Η δεύτερη χιλιετία αρχίζει την 1<sup>η</sup> Ιανουαρίου του 2001
- Ποιος πλανήτης ανακαλύφτηκε πρώτος ?

**Λίγα αστεία**

- -Γιατρέ, έχω παρατηρήσει το εξής: Όταν ακουμπήσω τη γλώσσα μου, αφότου έχω πιεί λεμονάδα, σε ένα κομμάτι αλουμινοχαρτο πάνω από το οποίο διοχετεύω ρεύμα, νιώθω μια ελαφριά γλυκιά γεύση. Τί μου συμβαίνει;  
- Έχεις υπερβολικά πολύ ελεύθερο χρόνο.
- -Πήρα προχτές τη γυναίκα μου σε ένα ματς πυγμαχίας και από την τρομάρα της έχασε τη μιλιά της.  
- Σοβαρά; και τώρα τι θα κάνεις;  
- Θα δοκιμάσω να πάω και την πεθερά μου!
- Το αγοράκι έσπρωχνε με πολύ κόπο στον ανήφορο ένα βαρύ καρότσι. Η δουλειά ήταν πολύ κοπιαστική, γι' αυτό κάποιος περαστικός το λυπήθηκε και το βοήθησε ν' ανεβάσει το καρότσι μέχρι το τέρμα της ανηφορίας. Εκεί σταμάτησε αγανακτισμένος και λέει στο παιδί:  
- "Δεν λες στα αφεντικά σου ότι είναι ντροπή να σε βάζουν να κάνεις τέτοιες δουλειές."  
- "Τους το είπα κύριε."  
- "Λοιπόν, τι σου απάντησαν."  
- "Τράβα μικρέ και κάποιο κορόιδο θα βρεθεί να σε βοηθήσει."

**Ήξερες ότι...**

- Η φουστάνελα, έχει 400 πτυχές οι οποίες συμβολίζουν τα τετρακόσια χρόνια σκλαβιάς, στους Τούρκους.
- Στις 25 Απριλίου 1954 οι ΗΠΑ πραγματοποιούν για πρώτη φορά πυρηνική δοκιμή στα νησιά Μικίνι.
- Στις 10 Απριλίου 1821 ο Πατριάρχης Γρηγόριος ο Ε' απαγχονίστηκε, Κυριακή του Πάσχα, στη μεσαία από τις τρεις εξωτερικές πύλες του Πατριαρχείου Κωνσταντινούπολης, η οποία από τότε παραμένει κλειστή.
- Στις 30 Απριλίου 1926 η εκπαίδευση στην Ελλάδα γίνεται υποχρεωτική δια νόμου για παιδιά ηλικίας 6 ως 14 ετών.



**ΑΝΑΚΑΤΕΜΑ**

Πέφτω εδώ, πέφτω εκεί, με παρασέρνει ο άνεμος κι όταν φυσάει, τρέχω. Ποιος είμαι; Άραγε μπορείς, ψάχνοντας λίγο, να με βρεις; Τι είναι;

ό		ξ		
		ο	λ	
ύ	φ	λ	ο	τ
ο				ρ
			ε	τ

**ΛΥΣΕΙΣ 3<sup>ΟΥ</sup> ΤΕΥΧΟΥΣ**

Βρες το παραδοσιακό ποτό!

Π Ο Δ Δ Τ Ο Ρ Δ  
Υ Λ Υ Ρ Η Ν Γ Ρ  
Α Τ Ε Β Κ Σ Ο Η  
Δ Ε Γ Ο Α Μ Ν Ι  
Ι Ω Π Ι Ρ Η Κ Η  
Ρ Η Η Κ Υ Ρ Σ Α  
Β Ο Μ Β Κ Ε Κ Γ  
Α Σ Δ Υ Ε Υ Τ Ν

**ΣΠΑΖΟΚΕΦΑΛΙΕΣ**

- Ο μικρός έχει γεννηθεί 29 Φεβρουαρίου.)
- Έπρεπε να απαντήσει "τέσσερα" όσα και τα γράμματα της λέξης

**ΠΑΙΔΙΚΑ ΑΙΝΙΓΜΑΤΑ**

- Ο νυχτοφύλακας
- Η ηχώ
- Ο τραπέζιτης
- Ο Βόλος

**Αναγραμματισμός**  
ΜΑΡΓΑΡΙΤΑ

**SUDOKU**

4	2	9	6	7	1	8	5	3
7	1	8	5	3	2	9	6	4
6	3	5	8	9	4	7	2	1
3	9	7	4	2	6	1	8	5
1	8	6	9	5	7	3	4	2
5	4	2	1	8	3	6	9	7
9	7	4	2	1	8	5	3	6
8	6	1	3	4	5	2	7	9
2	5	3	7	6	9	4	1	8

**ΣΥΔΟΚΥ**

1			5					2
				3				
	4					7		
8				9				
							4	8
2							3	
			6					
		5			1			4

**Αναγραμματισμός**

Βρες την κρυμμένη λέξη!

**ΟΔΗΜΟΣ**



# Ο ΕΠΙΜΕΝΟΝ ΕΛΛΗΝΙΚΑ

**ΣΤΗΡΙΖΟΥΜΕ ΟΛΟΙ ΜΑΣ ΤΟΥΣ ΕΛΛΗΝΕΣ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΕΣ**

**Καρανάσιος Γεώργιος**  
**Μεταφορές για την Ελλάδα**



KARANASIOS GEORGIOS

SPEDITION + LOGISTIK

**TEL: 0176 - 62679069**

**TEL: 0030 - 6977460639**



**COCO-MAT**  
sleep on nature



Dockenhudener Str. 25, 22587 Hamburg  
Tel.: 040 3863 4753/4, Fax: 040 3863 4755, koreop@coco-mat.de

**ΙΑΚΟΒΟΣ ΜΙΧΑΙΛΙΔΗΣ**

**KFZ-TECHNIK**



● **Winsener Str. 91**  
21077 Hamburg  
Tel.: 040/764 115 76  
Fax: 040/419 204 39  
D2: 0173/216 68 88  
info@kfz-michailidis.de

**ANTONIA**  
COSMETIC INSTITUT



Antonia Christodouloupoulou  
Bremer Straße 213 - 21073 Hamburg  
Tel. +4940 76 11 53 69  
Fax. +4940 76 11 71 34  
www.kosmetik-antonia.de

**Meckelfelder**

**bei Janni**  
**Griechische Spezialitäten**



- Saalbetrieb von 40 bis 400 Personen -

Telefon 0 40 / 23 84 89 34 • Telefax 0 40 / 23 84 89 39

**Σύλλογος Ελλήνων Γονέων και Κηδεμόνων Hamburg-Harburg**  
**im Feuervogel/Bürgerzentrum Phoenix**

**Maretstrasse 50 – 21073 Hamburg – Tel. +49-40-701 96 88 – Fax +49-40-769 70 764**  
**Mobil: +49-172-3951262, +49-176-48269939**